

«ΜΙΛΑ ΓΙΑ ΤΗΝ ΗΜΙΚΡΑΝΙΑ ΣΟΥ»

Οκτ 19, 2019

- Εκστρατεία Ενημέρωσης για την Ημικρανία από τη Novartis Hellas με στόχο την ολιστική διαχείριση της νόσου
- Η πρωτοβουλία τελεί υπό την επιστημονική αιγίδα της Ελληνικής Νευρολογικής Εταιρείας και της Ελληνικής Εταιρείας Κεφαλαλγίας

Η Novartis Hellas στο πλαίσιο της Εκστρατείας ευαισθητοποίησης «ΜΙΛΑ ΓΙΑ ΤΗΝ ΗΜΙΚΡΑΝΙΑ ΣΟΥ» διοργάνωσε εκδήλωση ενημέρωσης των ΜΜΕ με θέμα την ολιστική διαχείριση της νόσου και τις επιπτώσεις της στην καθημερινότητα των ασθενών. Στο πρώτο μέρος της εκδήλωσης, εξειδικευμένοι επαγγελματίες υγείας παρουσίασαν την κατηγοριοποίηση της ημικρανίας, τα συμπτώματά της, τις διαθέσιμες θεραπευτικές προσεγγίσεις, καθώς και το φορτίο της νόσου στον ασθενή και την κοινωνία. Οι προσκεκλημένοι είχαν παράλληλα την ευκαιρία να ξεναγηθούν στο «δωμάτιο του ασθενή με ημικρανία», μία ειδικά διαμορφωμένη κατασκευή φυσικού μεγέθους, που παρουσίαζε το χώρο όπου ένας ασθενής μπορεί να βρίσκει ανακούφιση κατά τη διάρκεια μιας κρίσης ημικρανίας. Η εκστρατεία τελεί υπό την αιγίδα της Ελληνικής Νευρολογικής Εταιρείας και της Ελληνικής Εταιρείας Κεφαλαλγίας.

Για την πλειοψηφία των Ελλήνων, η ημικρανία αποτελεί συνώνυμο του δυνατού πονοκέφαλου – μια εσφαλμένη αντίληψη που δυστυχώς εξακολουθεί να κυριαρχεί, δυσχεραίνοντας την προσωπική, κοινωνική και επαγγελματική ζωή των ασθενών¹. Όπως επεσήμανε ο κ. Γρηγόριος Ρομπόπουλος MD, Επιστημονικός Διευθυντής, Επικεφαλής Ιατρικού Τμήματος στη Novartis Hellas, «Η ελλιπής ενημέρωση του κοινού για την ημικρανία έχει δυστυχώς δημιουργήσει την αντίληψη ότι πρόκειται για έναν δυνατό πονοκέφαλο. Ακόμη και άτομα του στενού κοινωνικού ή εργασιακού περιβάλλοντος ενός ανθρώπου με ημικρανία δυσκολεύονται να κατανοήσουν την αληθινή επίπτωσή της στην καθημερινότητά του. Η εκστρατεία ΜΙΛΑ ΓΙΑ ΤΗΝ ΗΜΙΚΡΑΝΙΑ ΣΟΥ, έχει ως στόχο να συμβάλει στην ενημέρωση όλων μας για τις πραγματικές διαστάσεις της ημικρανίας, ώστε κάθε ασθενής να αισθάνεται ότι μπορεί να μιλήσει ανοικτά για την εμπειρία του και βρίσκοντας την κατανόηση και την υποστήριξη που χρειάζεται, να μπορέσει να μειώσει την επιβάρυνση της νόσου στη ζωή του».

Όπως ανέφερε η κα Εβίνα Ηλιοπούλου, Ψυχολόγος – Ψυχοθεραπεύτρια, Head of Occupational Health Psychology, EAP Hellas, αντίστοιχα υψηλή είναι και η ψυχολογική επιβάρυνση της νόσου. «Καθώς οι κρίσεις ημικρανίας εκδηλώνονται απρόβλεπτα, πολλοί ασθενείς αισθάνονται ότι δεν έχουν τον έλεγχο της ζωής τους, μία αίσθηση που αναπόφευκτα προκαλεί άγχος και αισθήματα απομόνωσης και απογοήτευσης. Πολλοί επίσης αποφεύγουν να μοιράζονται την εμπειρία τους, θεωρώντας ότι δε θα βρουν κατανόηση από το συνομιλητή τους και θα χαρακτηριστούν υπερβολικοί. Με άλλα λόγια, οι άνθρωποι αυτοί νιώθουν ότι “σηκώνουν το βάρος της νόσου” μόνοι τους» υπογράμμισε η κα Ηλιοπούλου.

Σύμφωνα με την κα Μαρία Χατζησταύρου, Interior Architect, ο χώρος ανάπαυσης του ατόμου που βιώνει μια κρίση ημικρανίας μπορεί να διαμορφωθεί με τέτοιο τρόπο, ώστε να μειωθεί η βαρύτητα των συμπτωμάτων. «Η αυξημένη ευαισθησία στο φως και στους ήχους μπορούν να αμβλυνθούν εάν το άτομο επιλέξει ένα ήσυχο, σκοτεινό χώρο, για να αναπαυτεί. Οι τοίχοι αυτού του χώρου

πρέπει να έχουν ένα απαλό ουδέτερο χρώμα και σκουρόχρωμες κουρτίνες, ώστε να απορροφούν όσο το δυνατόν περισσότερο ηλιακό φως. Στο δωμάτιο δεν θα υπάρχει ανοικτή τηλεόραση ή ηλεκτρονικός υπολογιστής, καθώς η ακτινοβολία της οθόνης μπορεί να επιδεινώσει την ημικρανία» εξήγησε η κα Χατζησταύρου, προχωρώντας στην παρουσίαση του δωματίου.

Σχετικά με την ημικρανία

Η ημικρανία είναι μια σοβαρή νευρολογική διαταραχή που στην Ελλάδα επηρεάζει περίπου 1,2 εκατομμύρια ενήλικες². Ωστόσο, οι περισσότεροι ασθενείς καθυστερούν να διαγνωστούν, καθώς επισκέπτονται διαφορετικές ιατρικές ειδικότητες³, προτού καταλήξουν στον νευρολόγο, που είναι αρμόδιος για τη διαχείριση της νόσου.

Η ημικρανία έχει χαρακτηριστεί ως η 2η αιτία αναπηρίας (DALYs)⁴ παγκοσμίως, λόγω της σημαντικής προσωπικής και κοινωνικής της επιβάρυνσης. Ειδικότερα, πολλοί ασθενείς αναγκάζονται να χάνουν σημαντικές στιγμές με τα αγαπημένα τους πρόσωπα και να περιορίζουν τη συμμετοχή τους σε καθημερινές δραστηριότητες⁴. Όσον αφορά στην επαγγελματική ζωή, η ημικρανία προκαλεί μείωση της παραγωγικότητας, ενώ ορισμένες φορές οι ασθενείς αναγκάζονται να χάνουν ημέρες εργασίας. Κάθε χρόνο, εκτιμάται ότι χάνονται κατά μ.ο. 25.3 εργάσιμες ημέρες ανά ασθενή με ημικρανία, λόγω απουσίας από την εργασία και μειωμένης παραγωγικότητας². Αξίζει να σημειωθεί ότι η συνολική οικονομική επιβάρυνση της ημικρανίας στην Ελλάδα για το 2017 εκτιμήθηκε σε περίπου μισό δισ. Ευρώ², ενώ το 1/3 του συνολικού κόστους της ημικρανίας, δηλαδή 145 εκατ. ευρώ, οφείλεται στην απώλεια παραγωγικότητας των ασθενών εξαιτίας μειωμένης απόδοσης στην εργασία τους². Επιπλέον, το άμεσο ιατρικό κόστος (δηλαδή το κόστος της ιατρικής περίθαλψης και το κόστος της φαρμακευτικής αγωγής) ανέρχεται στα 302 εκατ. ευρώ, εκ των οποίων ποσοστό 74% αφορά κυρίως στις συχνές επισκέψεις των ασθενών σε ιατρούς, τακτικά εξωτερικά ιατρεία και ΤΕΠ νοσοκομείων. Τέλος, υπογραμμίζεται ότι ποσοστό 83% του άμεσου ιατρικού κόστους βαρύνει τον ίδιο τον ασθενή (ιδιωτικές δαπάνες ασθενή)².

Για περισσότερες πληροφορίες σχετικά με την ημικρανία και τη διαχείρισή της, μπορείτε να επισκεφθείτε την ιστοσελίδα της εκστρατείας εδώ.

Παραπομπές

1. Vo et al. (2017) Burden of migraine in the 5EU from the patient perspective: A cross-sectional analysis of National Health and Wellness Survey (NHWS) data. 3rd EAN Congress, poster 3079. Amsterdam, the Netherlands.
2. Stafylas et al., (2018) The cost of migraine in Greece: a half billion euros disease. 12th European Headache Federation Congress 2018, Florence, Italy.
3. Ouzounidou et al., (2018) Perceptions and needs of patients with migraine in Greece: a focus group study. International Society for Pharmacoeconomics and Outcomes Research 21st ISPOR Annual European Congress, 2018, Barcelona, Spain.
4. GBD 2016 Disease and Injury Incidence and Prevalence Collaborators (2017) Global, regional, and national incidence, prevalence, and years lived with disability for 328 diseases and injuries for 195 countries, 1990-2016: a systematic analysis for the Global Burden of Disease Study 2016. Lancet, 390, 1211-1259.

List of links present in page

- <https://www.novartis.com/gr-el/gr-el/news/media-releases/speak-your-migraine>