

ΥΠΟΣΤΗΡΙΖΟΝΤΑΣ ΕΝΑΝ ΕΠΙΖΩΝΤΑ ΕΓΚΕΦΑΛΙΚΟΥ ΕΠΕΙΣΟΔΙΟΥ

Πληροφορίες για την οικογένεια, τους φίλους και τους φροντιστές ατόμων με αγγειακό εγκεφαλικό επεισόδιο



Funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union

Το iTRAIN συγχρηματοδοτείται από το Erasmus+ και το Ευρωπαϊκό Ταμείο της Ευρωπαϊκής Ένωσης με αριθμό 2019-1-CY01-KA202-058338

Μέσα σε αυτό το εγχειρίδιο

01 Αγγειακό Εγκεφαλικό Επεισόδιο: τι πρέπει να γνωρίζετε **p.07**

02 Γρήγορος οδηγός για τις συνέπειες του εγκεφαλικού επεισοδίου **p.15**

03 Αποκατάσταση **p.22**

04 Ψυχολογικές επιπτώσεις του εγκεφαλικού επεισοδίου **p.24**

05 Υποστήριξη μετά την έξοδο από το νοσοκομείο **p.27**

06 Πληροφορίες για φροντιστές **p.30**

07 Πως να λάβετε βοήθεια και πληροφορίες **p.34**



Είναι με μεγάλη χαρά που η κοινοπραξία του iTRAIN σας παρέχει το εγχειρίδιο αυτό που αφορά τον τρόπο φροντίδας ενός επιζώντα εγκεφαλικού επεισοδίου.

Το εγκεφαλικό επεισόδιο είναι η κύρια αιτία θανάτου και αναπηρία παγκοσμίως, και συχνά απαιτεί μακροχρόνια αποκατάσταση. Το εγκεφαλικό επεισόδιο προκαλεί διαταραχές στην ανεξαρτησία των επιζώντων εγκεφαλικού επεισοδίου, στην αυτονομία, στην κοινωνική τους ζωή και τις σχέσεις τους. Περίπου το 80% των επιζώντων εγκεφαλικού επεισοδίου απομονώνονται στα σπίτια τους μετά το νοσοκομείο, με σημαντικό αριθμό ατόμων να έχουν σοβαρές αναπηρίες, ώστε να εξαρτώνται και να χρήζουν βοήθειας πρακτικά και συναισθηματικά. Η δραματική αύξηση των απαιτήσεων για αποκατάσταση μετά από το εγκεφαλικό επεισόδιο, λόγω των σύγχρονων επιδημιολογικών, ασκεί τεράστια πίεση στους οικογενειακούς φροντιστές και στους εργαζόμενους άμεσης φροντίδας.

Οι οικογενειακοί φροντιστές είναι οι σύζυγοι και άλλα μέλη της οικογένειας, οι οποίοι διαδραματίζουν σημαντικό ρόλο στην διαδικασία αποκατάστασης μετά από το εγκεφαλικό επεισόδιο.

Οι εργαζόμενοι άμεσης φροντίδας είναι επαγγελματίες φροντιστές που εργοδοτούνται από την οικογένεια για να φροντίζουν τον επιζώντα εγκεφαλικού επεισοδίου. Οι δύο



κατηγορίες φροντιστών έχουν καθοριστικό ρόλο στην παροχή προσωπικής φροντίδας σε άτομα με αναπηρίες μετά από εγκεφαλικό επεισόδιο (π.χ. μπάνιο, υγιεινή, τάισμα), πρακτική βοήθεια (π.χ. κινητικότητα, κοινωνικοποίηση) και στήριξη σε άλλους επαγγελματίες υγείας σε μια ποικιλία δραστηριοτήτων (π.χ. φάρμακα).

Τα καθημερινά περιβάλλοντα εργασίας, στα οποία εργάζονται οι φροντιστές και βοηθούν τους επιζώντες εγκεφαλικού επεισοδίου είναι πολύ απαιτητικά. Οι φροντιστές εκτελούν τα πιο απαραίτητα καθήκοντα και συνήθως αυτά που έχουν υψηλή φυσική και συναισθηματική επιβάρυνση και μειωμένη ειδίκευση.

Γνωρίζουμε ότι η πιο συχνή πρόκληση που βιώνουν οι φροντιστές είναι η εύρεση επαρκών πληροφοριών σχετικά με τη φροντίδα ενός επιζώντος από εγκεφαλικό επεισόδιο. Παρέχοντας έγκαιρη, αξιόπιστη και σωστή πληροφόρηση και εκπαίδευση σε άτυπους φροντιστές και εργαζόμενους άμεσης φροντίδας, συμβάλλουμε στη βελτίωση της παροχής υπηρεσιών, και αυτό θα βελτιώσει, τόσο την εμπειρία όσο και την ευημερία των επιζώντων και των φροντιστών.

Αυτή είναι η λογική πίσω από το έργο iTRAIN (2019-2022),

το οποίο συγχρηματοδοτείται από το πρόγραμμα Erasmus + της Ευρωπαϊκής Ένωσης, Βασική Δράση 2: Στρατηγικές εταιρικές σχέσεις (συμφωνία επιδότησης αριθ. 2019-1-CY01-KA202-058338) και υλοποιείτε με την συνεργασία πέντε ευρωπαϊκών χωρών (Κύπρος, Πορτογαλία, Λιθουανία, Σουηδία, Ιταλία).

Στόχος μας είναι να παρέχουμε στους φροντιστές των ατόμων με εγκεφαλικό επεισόδιο γνώσεις βασισμένες στα στοιχεία παρέχοντας ένα ολοκληρωμένο πακέτο ψηφιακής εκπαίδευσης.

Ευελπιστούμε ότι το παρόν Εγχειρίδιο θα βοηθήσει τους φροντιστές που χρειάζονται στήριξη και ποιοτικές πληροφορίες, σε κάθε χώρα που εμπλέκεται και πέρα αυτών.

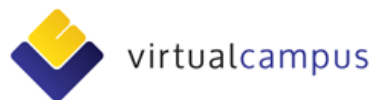
Είμαστε στη διάθεση σας.

Καθηγήτρια Μαρία Καμπανάρου,

Τεχνολογικό Πανεπιστήμιο Κύπρου

Εκ μέρους της κοινοπραξίας του iTRAIN

Επισκεφτείτε την ιστοσελίδα του iTRAIN: <http://itrain-project.eu>





ΔΙΑΒΑΣΤΕ ΜΑΖΙ

Μετά το εγκεφαλικό επεισόδιο, η κατανόηση μπορεί να είναι δύσκολη. Η ανάγνωση και η συζήτηση αυτού το οδηγού με ένα άτομο που είχε εγκεφαλικό επεισόδιο, μπορεί να βοηθήσει. Μπορεί να είναι απαραίτητο να ακούσει κάτι αρκετές φορές προκειμένου να το καταλάβει.

ΕΠΙΚΟΙΝΩΝΗΣΤΕ ΜΑΖΙ ΜΑΣ

Επικοινωνία: cypusstrokeassociation@gmail.com

Χρήσιμα στοιχεία μπορείτε να βρείτε στο www.stroke.org.cy

Facebook: [strokecyprus](https://www.facebook.com/strokecyprus)

Instagram: [strokecyprus](https://www.instagram.com/strokecyprus)

Twitter: [strokecyprus](https://twitter.com/strokecyprus)

ΣΧΕΤΙΚΑ ΜΕ ΕΣΑΣ

Αν στηρίζετε κάποιο μέλος οικογένειας ή φίλο σας μετά από εγκεφαλικό επεισόδιο, αυτός ο οδηγός θα σας βοηθήσει να καταλάβετε τι συνέβη. Προσφέρει συμβουλές για την στήριξη ανθρώπων που έχουν επιβιώσει από εγκεφαλικό επεισόδιο, καθώς και ιδέες για το πού μπορούν να αναζητήσουν συμβουλές.

ΕΓΚΕΦΑΛΙΚΟ ΕΠΕΙΣΟΔΙΟ: ΤΙ ΠΡΕΠΕΙ ΝΑ ΓΝΩΡΙΖΕΤΕ

01



Το εγκεφαλικό επεισόδιο είναι μια βλάβη του εγκεφάλου. Αυτό συμβαίνει όταν η παροχή του αίματος σε κάποιο τμήμα του εγκεφάλου διακόπτεται και τα κύτταρα του εγκεφάλου πεθαίνουν. Η βλάβη στον εγκέφαλο μπορεί να επηρεάσει τον τρόπο με τον οποίο λειτουργεί το σώμα. Μπορεί επίσης να αλλάξει τον τρόπο που σκέφτεστε και αισθάνεστε.

Υπάρχουν δύο κύριοι τύποι εγκεφαλικού επεισοδίου:

1. Ισχαιμικό: εξαιτίας ενός αποκλεισμένου αιμοφόρου αγγείου στον εγκέφαλο.
2. Αιμορραγικό: λόγω αιμορραγίας στον εγκέφαλο ή γύρω από αυτόν.

Το ισχαιμικό εγκεφαλικό επεισόδιο συχνά ονομάζεται απλά εγκεφαλικό, και προκαλείται από θρόμβο.

Το αιμορραγικό εγκεφαλικό επεισόδιο συχνά ονομάζεται απλά αιμορραγία.

Διαφορετικές ονομασίες για το αιμορραγικό εγκεφαλικό επεισόδιο

Το αιμορραγικό εγκεφαλικό επεισόδιο μερικές φορές ονομάζεται αιμορραγία στον εγκέφαλο, υπαραχνοειδής αιμορραγία ή ενδοεγκεφαλική αιμορραγία.

Παροδικό Ισχαιμικό Εγκεφαλικό Επεισόδιο (ΠΙΕ)

Το Παροδικό Ισχαιμικό Εγκεφαλικό επεισόδιο (ΠΙΕ) είναι το ίδιο με το εγκεφαλικό επεισόδιο, εκτός από το ότι τα συμπτώματα διαρκούν λιγότερο από 24 ώρες. Όταν συμβεί το ΠΙΕ, ένα



αιμοφόρο αγγείο στον εγκέφαλο αποφράσσεται, αλλά η ίδια η απόφραξη ανοίγει από μόνη της. Το ΠΙΕ είναι επίσης γνωστό ως μίνι-εγκεφαλικό επεισόδιο, και μερικοί άνθρωποι το βλέπουν σαν απλή ζάλη. Όμως, το ΠΙΕ είναι κύριο προειδοποιητικό σημείο επικείμενου εγκεφαλικού επεισοδίου.

Κάθε εγκεφαλικό επεισόδιο είναι διαφορετικό

Μετά από εγκεφαλικό επεισόδιο, κάποιοι άνθρωποι αναρρώνουν καλά. Όμως, το εγκεφαλικό επεισόδιο μπορεί να οδηγήσει σε αναπηρία, η οποία μπορεί να είναι ήπια ή βαριά. Το εγκεφαλικό επεισόδιο προκαλεί μεγαλύτερη ποικιλία αναπηριών από οποιαδήποτε άλλη κατάσταση. Ωστόσο, πολλές από τις συνέπειες του εγκεφαλικού επεισοδίου μπορούν να αντιμετωπιστούν και η αποκατάσταση μπορεί να βοηθήσει τους ασθενείς να αναρρώσουν όσο το δυνατόν καλύτερα.

Συμβουλή: Ένα άτομο μπορεί να φαίνεται καλά, αλλά ακόμα χρειάζεται βοήθεια για τις “κρυφές” συνέπειες του εγκεφαλικού επεισοδίου.

Κίνδυνος για δεύτερο εγκεφαλικό επεισόδιο

Οι πιθανότητες ότι ένα άτομο μπορεί να πάθει δεύτερο εγκεφαλικό επεισόδιο, μπορεί να είναι μια μεγάλη ανησυχία για το ίδιο το άτομο που επέζησε από ένα πρώτο εγκεφαλικό, όπως και για την οικογένεια και τους φίλους του. Οι μελέτες μας λένε ότι μετά από ένα εγκεφαλικό επεισόδιο, περίπου ένας στους τέσσερις ανθρώπους θα έχει και δεύτερο εγκεφαλικό επεισόδιο



εντός πέντε ετών. Το δεύτερο εγκεφαλικό επεισόδιο πιθανότατα θα εμφανιστεί τις πρώτες 30 ημέρες. Γι' αυτό, όταν κάποιος έχει εγκεφαλικό επεισόδιο, οι γιατροί πάντα ελέγχουν εάν το άτομο έχει παράγοντες που αυξάνουν τον κίνδυνο εγκεφαλικού επεισοδίου.

Τα βασικά προβλήματα υγείας που αυξάνουν τον κίνδυνο εγκεφαλικού επεισοδίου είναι:

1. Υψηλή αρτηριακή πίεση
2. Κολπική μαρμαρυγή (ακανόνιστος καρδιακός παλμός)
3. Διαβήτης
4. Υψηλή χοληστερόλη

Αυτές οι καταστάσεις μπορούν να αντιμετωπιστούν για να μειωθεί ο κίνδυνος εγκεφαλικού επεισοδίου. Αν κάποιος έχει μία ή περισσότερες από αυτές τις καταστάσεις, το καλύτερο που μπορεί να κάνει για να μειώσει τον κίνδυνο, είναι να πάρει τη θεραπεία που του έχει δοθεί.

Μπορεί επίσης να πάρει συμβουλές σχετικά με υγιεινές αλλαγές στον τρόπο ζωής του, όπως η διακοπή του καπνίσματος και η απώλεια βάρους.

Πως μπορείτε να βοηθήσετε

Μπορείτε να υποστηρίξετε τους ανθρώπους που έχουν υποστεί εγκεφαλικό επεισόδιο με τέτοιο τρόπο έτσι ώστε να μειώσουν τον κίνδυνο ενός δεύτερου εγκεφαλικού επεισοδίου, ενθαρρύνοντάς τους να λάβουν τη θεραπεία που αυτός έχει δοθεί. Εάν χρειαστεί να χάσουν βάρος ή να αλλάξουν τη διατροφή αυτός, μπορεί να χρειαστούν κάποια πρακτική



βοήθεια. Ο γενικός ιατρός ή μια ειδικευμένη νοσοκόμα μπορεί να βοηθήσει κάποιον να κατανοήσει τον κίνδυνο που διατρέχει το άτομο για εμφάνιση ενός νέου εγκεφαλικού επεισοδίου και να του παρέχουν κατάλληλη υποστήριξη στην προσπάθεια μείωσης του κινδύνου αυτού.

Αναγνώριση των συμπτωμάτων του εγκεφαλικού επεισοδίου

Είναι σημαντικό να γνωρίζετε πώς να αναγνωρίζετε τα κοινά συμπτώματα του εγκεφαλικού επεισοδίου στον εαυτό σας ή σε κάποιον άλλο. Αναφέρεται διεθνώς η δοκιμασία FAST η οποία στα ελληνικά έχει μεταφερθεί ως ΑΠΛΑ από το Cyprus Stroke Association για την Κύπρο.

FAST

Άκρο: Μπορεί να σηκώσει και τα δύο χέρια και να τα κρατήσει σε αυτή τη θέση;

Πρόσωπο: Μπορεί να χαμογελάσει; Είναι το πρόσωπο συμμετρικό στις εκφράσεις του ή στραβώνει στην μία πλευρά;

Λόγος: Μπορεί να μιλήσει καθαρά και να καταλάβει τι του λέτε;

Μήπως η ομιλία είναι μπερδεμένη;

Αμέσως: Εάν δείτε οποιοδήποτε από τα προηγούμενα συμπτώματα είναι ο χρόνος να καλέσετε αμέσως ασθενοφόρο.

Καλέστε το 112.

Η δοκιμασία ΑΠΛΑ βοηθάει στην αναγνώριση τριών συχνών συμπτωμάτων του εγκεφαλικού επεισοδίου ή ενός ΠΙΕ. Ωστόσο, υπάρχουν και άλλα σημάδια που πρέπει να λάβετε σοβαρά



υπόψη.

Αυτά περιλαμβάνουν τα εξής:

- Ξαφνική ναυτία ή μούδιασμα σε μία πλευρά του σώματος, ή σε χέρι , και πόδι ή τα άκρα
- Ξαφνική δυσκολία στην εύρεση λέξεων ή ομιλία με ασαφείς προτάσεις,
- Ξαφνική διαταραχή ή απώλεια όρασης, είτε στο ένα μάτι είτε και στα δύο μάτια
- Ξαφνική απώλεια της μνήμης ή σύγχυση, ζάλη ή ξαφνική πτώση,
- Ξαφνικός, έντονος πονοκέφαλος

Το εγκεφαλικό επεισόδιο μπορεί να συμβεί σε οποιοδήποτε άτομο, σε οποιαδήποτε ηλικία. Κάθε δευτερόλεπτο μετράει. Αν ανακαλύψετε κάποιο από αυτά τα σημάδια του εγκεφαλικού επεισοδίου, μην περιμένετε. Καλέστε αμέσως το 112.

Τι πρέπει να κάνετε εάν τα συμπτώματα έχουν συμβεί σε διάρκεια 24 ωρών

Εάν κάποιος είχε συμπτώματα του εγκεφαλικού επεισοδίου που φαίνεται να έχουν υποχωρήσει, σημαίνει ότι μπορεί να υποστεί ΠΙΕ (μίνι εγκεφαλικό επεισόδιο). Το ΠΙΕ είναι ένα μέγιστο προειδοποιητικό σημάδι για εγκεφαλικό επεισόδιο. Είναι σημαντικό να παρέχετε στο άτομο ιατρική βοήθεια, ακόμα και αν το ΠΙΕ έχει συμβεί κάποιο καιρό πριν.



Επείγουσα θεραπεία του εγκεφαλικού επεισοδίου

Όταν υπάρχει υποψία για εγκεφαλικό επεισόδιο, το άτομο πρέπει να μεταφερθεί στο νοσοκομείο σε ειδική μονάδα για τα εγκεφαλικά επεισόδια με ασθενοφόρο. Η τομογραφία εγκεφάλου καθώς και άλλες εξετάσεις χρησιμοποιούνται για να βοηθήσουν στη διάγνωση του εγκεφαλικού επεισοδίου και των αιτιών του.

Σε ισχαιμικό εγκεφαλικό επεισόδιο (λόγω θρόμβου), οι θεραπείες περιλαμβάνουν φάρμακα για τη διάλυση των θρόμβων (θρομβόλυση), καθώς και φάρμακα που εμποδίζουν το σχηματισμό θρόμβων στο αίμα. Η θρομβεκτομή είναι είδος θεραπείας που αφαιρεί τον θρόμβο χρησιμοποιώντας μια μηχανική συσκευή. Μόνο ένα μικρό ποσοστό των εγκεφαλικών επεισοδίων μπορούν να πάρουν αυτή τη θεραπεία.

Στην περίπτωση αιμορραγικού εγκεφαλικού επεισοδίου (λόγω αιμορραγίας στον εγκέφαλο), οι θεραπείες περιλαμβάνουν φάρμακα για τη μείωση της αρτηριακής πίεσης, όπως και χειρουργική επέμβαση, για να σταματήσει η αιμορραγία ή να μειωθεί η πίεση στον εγκέφαλο.

Συμβουλή:

Αν φροντίζετε κάποιον που μόλις έχει πάθει εγκεφαλικό επεισόδιο, ζητήστε από το ιατρικό προσωπικό να σας εξηγήσει ποιες εξετάσεις και θεραπείες χρησιμοποιούνται.



Παρηγορητική φροντίδα

Για ορισμένους ανθρώπους, το εγκεφαλικό επεισόδιο μπορεί να είναι απειλητικό για τη ζωή τους. Εάν ο αγαπημένος σας άνθρωπος είναι σοβαρά άρρωστος και η κατάστασή του επιδεινώνεται, μπορείτε να λάβετε υποστήριξη από την ομάδα παρηγορητικής φροντίδας του νοσοκομείου.

Περισσότερα για τους κινδύνους και τις θεραπείες εγκεφαλικού επεισοδίου

Βρείτε περισσότερες πληροφορίες για το εγκεφαλικό επεισόδιο και πως να μειώσετε τον κίνδυνο για εγκεφαλικό επεισόδιο. Μπορείτε να ενημερωθείτε από την ιστοσελίδα www.stroke.org.cy

ΓΡΗΓΟΡΟΣ ΟΔΗΓΟΣ ΓΙΑ ΤΙΣ ΣΥΝΕΠΕΙΕΣ ΤΟΥ ΕΓΚΕΦΑΛΙΚΟΥ ΕΠΕΙΣΟΔΙΟΥ

02



Οι συνέπειες του εγκεφαλικού επεισοδίου εξαρτώνται από το πού συνέβη στον εγκέφαλο, όπως και από το μέγεθος του κατεστραμμένου μέρους.

Κάποιοι άνθρωποι έχουν προβλήματα με τις βασικές λειτουργίες, όπως την ομιλία, το περπάτημα και την κατάποση. Άλλες συνέπειες του εγκεφαλικού επεισοδίου δεν είναι τόσο εύκολα αναγνωρίσιμες, όπως η κόπωση, η απώλεια μνήμης και τα συναισθηματικά προβλήματα.

Συμβουλή: ορισμένες συνέπειες του εγκεφαλικού επεισοδίου βελτιώνονται γρήγορα

Προβλήματα, όπως η ναυτία, η ακράτεια και η δυσκολία στην κατάποση, συχνά βελτιώνονται τις πρώτες ημέρες μετά το εγκεφαλικό επεισόδιο.

Ορατές συνέπειες του εγκεφαλικού επεισοδίου

Κίνηση και ισορροπία

Το εγκεφαλικό επεισόδιο συχνά προκαλεί αδυναμία στην μια πλευρά του σώματος και επηρεάζει τα χέρια και τα πόδια. Αυτό μπορεί να οδηγήσει σε προβλήματα με το περπάτημα, τη διατήρηση της ισορροπίας και το κράτημα των πραγμάτων.

Προβλήματα ακράτειας

Προβλήματα με τον έλεγχο του εντέρου ή της ουροδόχου κύστης είναι πολύ συνηθισμένα μετά από εγκεφαλικό επεισόδιο. Η ακράτεια συχνά βελτιώνεται κατά τις πρώτες εβδομάδες. Αυτό



μπορεί να είναι δυσάρεστο και να δημιουργεί ντροπή, οπότε δείξτε κατανόηση, καθησυχάστε και ενθαρρύνετε το άτομο να ζητήσει ιατρική βοήθεια.

Αλλαγές στη συμπεριφορά

Μετά από το εγκεφαλικό επεισόδιο, μερικοί άνθρωποι εμφανίζουν αλλαγές στη συμπεριφορά τους, όπως απώλεια ενδιαφέροντος για τα πράγματα που παλαιότερα απολάμβαναν, είναι πολύ παρορμητικοί, ή θυμώνουν πιο εύκολα. Είναι σημαντικό να αναζητήσετε βοήθεια αν μια συμπεριφορά αποτελεί κίνδυνο για τον ίδιο ή για τους άλλους ανθρώπους.

Προβλήματα με το εντοπισμό των πραγμάτων από τη μία πλευρά (επίσης γνωστή και ως χωρική παραμέληση)

Η χωρική παραμέληση ή αμέλεια σημαίνει ότι ο εγκέφαλος δεν επεξεργάζεται τις αισθητηριακές πληροφορίες από τη μία πλευρά. Το άτομο θα μπορούσε να χτυπήσει σε πράγματα, επειδή δεν γνωρίζει τη μία πλευρά του σώματός του. Θα μπορούσε να παραλείψει το μισό φαγητό στο πιάτο, επειδή ο εγκέφαλος δεν επεξεργάζεται όλες τις οπτικές πληροφορίες που λαμβάνει με το μάτι.



Προβλήματα με την κατάποση (δυσφαγία)

Το εγκεφαλικό επεισόδιο μπορεί να προκαλέσει προβλήματα κατάποσης, λόγω αδύναμων μυών του στόματος και του φάρυγγα. Αυτό είναι γνωστό ως δυσφαγία. Το άτομο με δυσφαγία μπορεί να χρειάζεται μόνο μαλακή τροφή, ή να σιτίζεται με ρινογαστρικό σωλήνα για λίγο καιρό, ώστε να αποφευχθούν μολύνσεις των πνευμόνων από εισρόφηση τροφίμων και ποτών. Περίπου το ήμισυ όλων των επιζώντων εγκεφαλικού επεισοδίου έχουν προβλήματα κατάποσης, αλλά αυτό συχνά βελτιώνεται κατά τις πρώτες εβδομάδες.

Δυσκολίες επικοινωνίας

Αφασία

Περίπου το ένα τρίτο όσων έχουν υποστεί εγκεφαλικό επεισόδιο, έχουν πρόβλημα με τη γλώσσα, το οποίο ονομάζεται αφασία. Συχνά προέρχεται από εγκεφαλικό επεισόδιο στην αριστερή πλευρά του εγκεφάλου. Η αφασία μπορεί να επηρεάσει όλες τις πτυχές της γλώσσας, συμπεριλαμβανομένης της ομιλίας, της κατανόησης, της γραφής και της χρήσης αριθμών. Το άτομο δεν έχει γίνει λιγότερο έξυπνο, απλά δυσκολεύεται να χρησιμοποιήσει τη γλώσσα.

Αδύνατοι μύες του προσώπου

Η αδυναμία στο πρόσωπο, στο στόμα, στη γλώσσα και στο λαιμό, μπορεί να βλάψει την ομιλία.



Προβλήματα με τη συγκέντρωση και μνήμη

Μετά από εγκεφαλικό επεισόδιο, το άτομο μπορεί να δυσκολεύεται να επικεντρωθεί σε μια συζήτηση. Μπορεί να ξεχνάει αυτό που ακούει και μπορεί να μην αναγνωρίζει αντικείμενα ή ακόμα και πρόσωπα. Όλα αυτά, μπορούν να επηρεάσουν την επικοινωνία.

Συμβουλή: Επικοινωνήστε με αυτοπεποίθηση.

Μπορείτε να βοηθήσετε το άτομο που έχει προβλήματα επικοινωνίας, δίνοντάς του χρόνο να απαντήσει στις ερωτήσεις. Μη βιαστείτε, μπορεί να χρειαστούν έως και 30 δευτερόλεπτα για να απαντήσει. Ρωτήστε μία ερώτηση κάθε φορά και προσπαθήστε να μην απαντάτε αντί του ατόμου αυτού. Πείτε του εάν δεν έχετε καταλάβει κάτι.

Κρυφές συνέπειες του εγκεφαλικού επεισοδίου

Κούραση

Η κόπωση ή κούραση που δεν φεύγει μετά από ανάπαυση, μπορεί να παραμείνει για μήνες ή και χρόνια μετά το εγκεφαλικό επεισόδιο. Επειδή το άτομο μπορεί να φαίνεται καλά, είναι πιθανόν δύσκολο να δεχτεί κανείς ότι υποφέρει λόγω της κόπωσης αυτής. Αυτό είναι φυσιολογικό μετά από το εγκεφαλικό επεισόδιο και μπορεί να είναι σοβαρό πρόβλημα για μερικούς ανθρώπους.



Ψυχολογικές επιπτώσεις

Το εγκεφαλικό επεισόδιο συνδέεται στενά με ψυχολογικές επιπτώσεις όπως μελαγχολία, κατάθλιψη και άγχος. Μετά το εγκεφαλικό επεισόδιο, περίπου το ένα τρίτο των ανθρώπων πάσχουν από συναισθηματικές διαταραχές. Αυτό σημαίνει ότι απροσδόκητα κλαίνε ή γελάνε, μερικές φορές χωρίς προφανή λόγο.

Μνήμη και σκέψη

Τα προβλήματα με τη μνήμη και τη συγκέντρωση είναι πολύ συχνά μετά το εγκεφαλικό επεισόδιο. Είναι επίσης γνωστά ως γνωστικά προβλήματα. Οι άνθρωποι που επιβίωσαν από το εγκεφαλικό επεισόδιο, αισθάνονται συχνά αρχικά μπερδεμένοι, αλλά για πολλούς αυτό βελτιώνεται κατά τις πρώτες εβδομάδες.

Όραση

Περίπου το 60% των ανθρώπων αντιμετωπίζουν προβλήματα όρασης μετά από εγκεφαλικό επεισόδιο. Τα προβλήματα μπορεί να περιλαμβάνουν διπλή όραση ή υψηλή ευαισθησία στο φως. Μερικοί άνθρωποι χάνουν ένα μέρος του οπτικού τους πεδίου, πράγμα που σημαίνει ότι δεν μπορούν να δουν όλα όσα εσύ κοιτάξεις.



Πόνος

Μερικοί άνθρωποι βιώνουν μακρόχρονους πόνους, όπως την αίσθηση ότι κάτι τους καίει στην ουλή, ή πόνο στους μύες και τις αρθρώσεις.

Ζητήστε βοήθεια

Πολλές από τις συνέπειες του εγκεφαλικού επεισοδίου μπορούν να θεραπευθούν, οπότε, αν ο επιζών έχει κάποια από αυτά τα προβλήματα μετά την έξοδο του από το νοσοκομείο, πρέπει να επισκεφθεί το γιατρό του.

Συμβουλή: Ακούστε τα άτομα που έχουν υποστεί εγκεφαλικό επεισόδιο.

Ορισμένα από τα αποτελέσματα του εγκεφαλικού επεισοδίου είναι προφανή. Άλλες αλλαγές όμως δεν είναι τόσο εύκολα ορατές. Δώστε στο άτομο χρόνο να μιλήσει για τα προβλήματά του και να δείξει πώς αισθάνεται.

ΑΠΟΚΑΤΑΣΤΑΣΗ

03






Πως μπορείτε να βοηθήσετε

Σε πολλούς ανθρώπους που έχουν υποστεί εγκεφαλικό επεισόδιο είναι πραγματικά χρήσιμη η υποστήριξη των φίλων και της οικογένειας στην αποκατάσταση. Ρωτήστε τους θεραπευτές πώς να βοηθήσετε, καθώς μπορεί να είστε σε θέση να συμμετάσχετε σε θεραπείες αποκατάστασης και να βοηθήσετε το άτομο αργότερα να εξασκηθεί.

Ρωτήστε τον επιζώντα τί θα μπορούσε να τον παρακινήσει. Για παράδειγμα, η καταγραφή της προόδου, μπορεί να βοηθήσει το άτομο να δει τις βελτιώσεις που έχει κάνει.

Θυμηθείτε ότι η αποκατάσταση μπορεί να είναι απίστευτα δύσκολη και σκληρή δουλειά για το ενδιαφερόμενο άτομο. Μπορεί να προσπαθεί να μάθει από την αρχή μερικές βασικές δεξιότητες, όπως το περπάτημα και η ομιλία, κάτι που αποτελεί μια μεγάλη πρόκληση. Μπορείτε να βοηθήσετε με την ενθάρρυνση και το ενδιαφέρον σας.



**ΣΥΝΑΙΣΘΗΜΑΤΙΚΗ
ΕΠΙΠΤΩΣΗ ΤΟΥ
ΕΓΚΕΦΑΛΙΚΟΥ
ΕΠΕΙΣΟΔΙΟΥ**

04



Το εγκεφαλικό επεισόδιο μπορεί να έχει πολύ ισχυρή συναισθηματική επίδραση στο άτομο και στους ανθρώπους στο περιβάλλον του.

Τι πιστεύουν οι επιζώντες για τους εαυτούς τους;

Το εγκεφαλικό επεισόδιο μπορεί να αλλάξει τον τρόπο που οι άνθρωποι βλέπουν τον εαυτό τους. Το εγκεφαλικό επεισόδιο συνήθως έρχεται ως ένα μεγάλο σοκ, και αυτό το σοκ μπορεί να έχει μεγάλη συναισθηματική επίδραση. Περίπου το ένα τρίτο των επιζώντων, παρουσιάζει κατάθλιψη μετά από το εγκεφαλικό επεισόδιο.

Η αλλαγή των ρόλων στην εργασία ή στο σπίτι μπορεί επίσης να προκαλέσει δυσκολίες. Για παράδειγμα, αν κάποιος είναι λιγότερο ικανός να υποστηρίξει οικονομικά την οικογένειά του, αυτό μπορεί να είναι ενοχλητικό. Μπορεί να έχει μια αίσθηση απώλειας, εάν δεν μπορεί πλέον να κάνει τα πράγματα που απολαμβάνει.

Άποψη επαγγελματία: σχέσεις

“Δύο άνθρωποι μου είπαν: “Τώρα δεν μπορώ να προστατεύσω τη γυναίκα μου”. Σωστό ή λάθος, ένιωθαν ότι στο παρελθόν ήταν επικεφαλής της οικογένειας, αλλά δεν μπορούσαν πλέον να το κάνουν”.

Το συναίσθημα της θλίψης και του άγχους εμφανίζονται συχνά μετά από εγκεφαλικό επεισόδιο. Εάν νιώθετε ότι το μέλος της



οικογένειάς σας μπορεί να αισθάνεται πεσμένο, προσπαθήστε να του μιλήσετε γι' αυτό. Επίσης, ο προσωπικός ιατρός μπορεί να είναι σε θέση να του παρέχει συμβουλές.

Συναισθηματικές επιπτώσεις στην οικογένεια και τους φίλους

Οι άνθρωποι μπορούν να αντιδρούν με πολύ διαφορετικούς τρόπους, όταν ένα μέλος της οικογένειας έχει εγκεφαλικό επεισόδιο. Μπορεί να αισθανθείτε θλίψη, άγχος, ενοχή, ή θυμό καθώς και σοκ.

Προσωπική εμπειρία: θυμός

“Ήθελα να βρω τον ένοχο για αυτό που συνέβη στη μαμά.

Ήμουν, πραγματικά θυμωμένη.”

Μαρία, κόρη επιζώντα εγκεφαλικού επεισοδίου

Μπορεί να αισθανθεί κανείς χαμένος, αβοήθητος μπροστά στις αλλαγές στον άνθρωπό σας και τη σχέσης σας με αυτόν. Παρόλο που εξακολουθεί να είναι το ίδιο άτομο, οι αλλαγές στις δεξιότητες επικοινωνίας, στη μνήμη και οι άλλες επιπτώσεις του εγκεφαλικού επεισοδίου, μπορεί να σημαίνουν αλλαγή στη ρουτίνα και στους οικογενειακούς ρόλους.

ΥΠΟΣΤΗΡΙΞΗ ΜΕΤΑ ΤΗΝ ΕΞΟΔΟ ΑΠΟ ΤΟ ΝΟΣΟΚΟΜΕΙΟ

05



Η διαδικασία εξόδου από το νοσοκομείο, έχει ως στόχο να εξασφαλίσει ότι όλοι θα έχουν σωστή υποστήριξη και θεραπεία μετά την απομάκρυνση από το νοσοκομείο. Αυτό μπορεί να περιλαμβάνει θεραπεία αποκατάστασης, βοήθεια με τις καθημερινές εργασίες, ή και πλήρη εικοσιτετράωρη υποστήριξη. Ο ασθενής και η οικογένειά του ή οι φροντιστές του, πρέπει να είναι μέρος του σχεδιασμού εξόδου, οπότε ενημερώστε το προσωπικό του νοσοκομείου εάν θέλετε να συμμετάσχετε. Η διαδικασία εξόδου και το επίπεδο υποστήριξης που προσφέρεται, ενδέχεται να διαφέρουν από περιοχή σε περιοχή.

Έλεγχος προόδου

Οι άνθρωποι θα πρέπει να έχουν τουλάχιστον μία επανεκτίμηση μετά την έξοδο από το νοσοκομείο, για να βεβαιωθούν ότι λαμβάνουν την κατάλληλη υποστήριξη εφόσον έχουν αλλάξει οι ανάγκες τους. Αυτό συνήθως συμβαίνει έξι μήνες μετά την έξοδο από το νοσοκομείο. Εάν αυτό δεν συμβεί ή αισθάνεστε ότι δεν λαμβάνετε αρκετή θεραπεία και υποστήριξη, παρακαλούμε επικοινωνήστε με τον ιατρό σας.

Πρόωρη υποστηριζόμενη έξοδος

Μερικοί άνθρωποι μπορούν να εγκαταλείψουν το νοσοκομείο νωρίτερα και να συνεχίσουν την αποκατάσταση στο σπίτι, υπό την προϋπόθεση ότι μπορούν να μετακινηθούν από το κρεβάτι στην καρέκλα και να έχουν ένα ασφαλές περιβάλλον στο σπίτι για να επιστρέψουν.



Άποψη επαγγελματία: απαλλαγή

“Από την πρώτη κιόλας συνάντηση με τους ασθενείς και τις οικογένειές τους, μιλάμε για το σχέδιο εξόδου από το νοσοκομείο. Είμαστε πολύ ανοιχτοί στο να γίνεται η έξοδος πάντα όσο το δυνατόν συντομότερα, με συνεχή αποκατάσταση μετά την έξοδο.” Κώστας, εργοθεραπευτής

A close-up photograph of an elderly man with grey hair and glasses, looking down. He is wearing a white t-shirt. The background is a yellow and white checkered pattern. The image is overlaid with a purple gradient at the top and bottom.

**ΠΛΗΡΟΦΟΡΙΕΣ
ΓΙΑ ΤΟΥΣ
ΦΡΟΝΤΙΣΤΕΣ**

06



Εάν γίνεις φροντιστής για κάποιον που έχει υποστεί εγκεφαλικό επεισόδιο, μπορεί να είναι πολύ απαιτητικό. Το να είσαι φροντιστής, μπορεί να έχει πολλές μορφές και ίσως ως φροντιστή να μην σκέφτεσαι καν τον εαυτό σου.

Η φροντίδα μπορεί να σημαίνει το ψώνισμα, τον καθαρισμό του σπιτιού ή τη διαχείριση των λογαριασμών. Αυτό μπορεί να περιλαμβάνει και τη συμμετοχή στην προσωπική φροντίδα ή στην αποκατάσταση.

Είναι επίσης σημαντικό να φροντίζεις τον εαυτό σου. Εάν για παράδειγμα, χάσετε τον ύπνο σας ή τα γεύματά σας, αυτό μπορεί να σας δυσκολεύσει στην εκπλήρωση του ρόλου σας ως φροντιστή.

Οι φροντιστές βρίσκονται επίσης σε κίνδυνο ψυχολογικής επιβάρυνσης με εμφάνιση προβλημάτων, όπως άγχους, κατάθλιψης και εξουθένωσης, οπότε μην φοβάστε να ζητήσετε βοήθεια.

Η οικογένεια και οι φίλοι σας μπορεί να είναι σε θέση να προσφέρουν τον χρόνο τους για να σας βοηθήσουν. Σε κάποιες περιοχές υπάρχουν κέντρα φροντίδας όπου μπορείτε να λάβετε τις απαραίτητες συμβουλές και πληροφορίες.

Διαμονή

Ορισμένοι άνθρωποι με αναπηρία μετά από εγκεφαλικό επεισόδιο, μπορούν να ζήσουν ανεξάρτητα. Κάποιοι θα χρειαστούν να κάνουν κάποιες προσαρμογές στο σπίτι τους, ή να έχουν λίγη υποστήριξη για καθημερινές εργασίες, όπως είναι τα ψώνια και το μαγείρεμα.



Αν κάποιος χρειάζεται βοήθεια σε πολλές πτυχές της ζωής του, μπορεί να χρειαστεί να μετακομίσει σε κάποιο σπίτι φροντίδας, ή να ζήσει με κάποιο συγγενή.

Εάν μπορείτε, μιλήστε στο αγαπημένο σας άτομο για να επιλέξει αυτό που θέλει.

Αξιολόγηση του φροντιστή

Οι κοινωνικές υπηρεσίες της τοπικής αρχής σας μπορούν να πραγματοποιήσουν μια αξιολόγηση των αναγκών που προκύπτουν από την φροντίδα ενός ατόμου με εγκεφαλικό επεισόδιο, η οποία ονομάζεται αξιολόγηση φροντιστή. Δεν χρειάζεται να είστε φροντιστής πλήρους απασχόλησης και δεν πρέπει να ζείτε με το άτομο που φροντίζετε.

Η αξιολόγηση θα προσδιορίσει το είδος της βοήθειας που χρειάζεστε. Αυτό μπορεί να περιλαμβάνει βοήθεια για τη μείωση του άγχους σας, όπως η εγγραφή στο γυμναστήριο και οικονομική βοήθεια για την κάλυψη του κόστους ταξιδιού.

Το άτομο που φροντίζετε μπορεί να είναι σε θέση να έχει μια σύντομη διαμονή σε κέντρο αποκατάστασης ή σε ένα μέρος σε ένα κέντρο ημέρας, για να σας επιτρέψει να κάνετε ένα διάλειμμα. Το συμβούλιο μπορεί να προβεί σε οικονομική αξιολόγηση για να αποφασίσει τι συνεισφορά πρέπει να κάνετε στα έξοδα.

Αξιολόγηση αναγκών φροντίδας και υποστήριξης

Το άτομο που φροντίζετε μπορεί να έχει μία αξιολόγηση για τις



δικές του ανάγκες. Η κοινωνική μέριμνα δεν είναι δωρεάν, αλλά το τοπικό συμβούλιο θα αποφασίσει ποια οικονομική βοήθεια είναι διαθέσιμη για την κάλυψη των δαπανών. Η αξιολόγηση του φροντιστή μπορεί να πραγματοποιηθεί ταυτόχρονα, εάν συμφωνείτε και οι δύο.

Οικονομική επίπτωση

Το εγκεφαλικό επεισόδιο μπορεί να έχει μεγάλες οικονομικές επιπτώσεις για σας και την οικογένειά σας. Για παράδειγμα, μια οικογένεια μπορεί να χάσει το κύριο εισόδημά της, έως ότου ο γονέας αναρρώσει από το εγκεφαλικό επεισόδιο, ή κάποιο μέλος της οικογένειας μπορεί να μειώσει το ωράριο εργασίας του για να φροντίσει το γονέα ή τον σύντροφο.

**ΑΠΟ ΠΟΥ ΝΑ
ΛΑΒΕΤΕ ΒΟΗΘΕΙΑ
ΚΑΙ ΠΛΗΡΟΦΟΡΙΕΣ**

07



Υπάρχουν ομάδες υποστήριξης ατόμων με εγκεφαλικό επεισόδιο και τις οικογένειές τους.

Το Κυπριακό Σωματείο Εγκεφαλικών Επεισοδίων,

εθνικό μέλος της του Stroke Alliance for Europe και του World Stroke Organisation, που ονομάζεται CYPRUS STROKE ASSOCIATION είναι σε θέση να παρέχει βοηθητικές πληροφορίες.

Επικοινωνία: Τήλε +357 25 108247 και μαιλ cyprusstrokeassociation@gmail.com

Χρήσιμα στοιχεία μπορείτε να βρείτε στην ιστοσελίδα: www.stroke.org.cy

Facebook: [strokecyprus](https://www.facebook.com/strokecyprus)

Instagram: [strokecyprus](https://www.instagram.com/strokecyprus)

Twitter: [strokecyprus](https://twitter.com/strokecyprus)

Βοηθήστε με την υγεία και την καθημερινή ζωή

Συμπτώματα εγκεφαλικού επεισοδίου

Εάν εσείς ή κάποιος που γνωρίζετε έχετε συμπτώματα εγκεφαλικού επεισοδίου, μην περιμένετε. Καλέστε αμέσως το 112.



Πρόσκληση για να λάβετε μέρος σε έρευνα

Έχετε το δικαίωμα συμμετοχής σε μια ερευνητική μελέτη. Η έρευνα μας βοηθά να βελτιώσουμε τη διάγνωση και τη φροντίδα του εγκεφαλικού επεισοδίου. Εάν σας ζητηθεί να συμμετάσχετε σε μια μελέτη, μπορείτε να συζητήσετε οποιεσδήποτε ερωτήσεις με τους ερευνητές και μπορείτε επίσης να μιλήσετε με τον προσωπικό σας γιατρό.

Αποποίηση ευθυνών και άλλες πληροφορίες (εσωτερικό πίσω κάλυμμα)

Για τις πληροφορίες μας

Θέλουμε να παρέχουμε τις καλύτερες πληροφορίες για τα άτομα που πλήττονται από εγκεφαλικό επεισόδιο. Αυτός είναι ο λόγος για τον οποίο ζητάμε από τους επιζώντες εγκεφαλικού επεισοδίου και τις οικογένειές τους, καθώς και τους ιατρικούς εμπειρογνώμονες, για να μας βοηθήσει να βάλουμε τις δημοσιεύσεις μας μαζί.

Πώς τα πήγαμε; Για να μας πείτε τη γνώμη σας για αυτόν τον οδηγό ή για να ζητήσετε μια λίστα με τις πηγές που χρησιμοποιήσαμε για τη δημιουργία του, στείλτε μας email στο cyprusstrokeassociation@gmail.com

Τα αποσπάσματα που χρησιμοποιούνται σε αυτόν τον οδηγό έχουν ανωνυμοποιηθεί.



Πρέπει να γνωρίζετε ότι οι πληροφορίες αυτές δεν προορίζονται ως υποκατάστατο για εξειδικευμένες επαγγελματικές συμβουλές προσαρμοσμένες στην κατάστασή σας. Προσπαθούμε να διασφαλίσουμε ότι το περιεχόμενο που παρέχουμε είναι ακριβές και ενημερωμένο, αλλά οι πληροφορίες μπορούν να αλλάξουν με την πάροδο του χρόνου. Στο βαθμό που επιτρέπεται από το νόμο, η Stroke Association και οι εταίροι iTRAIN δεν αποδέχονται καμία ευθύνη σε σχέση με τη χρήση των πληροφοριών στην παρούσα έκδοση, ή οποιεσδήποτε πληροφορίες τρίτων ή ιστοσελίδες που περιλαμβάνονται ή αναφέρονται.

Η Stroke Association είναι ένας κορυφαίος φιλανθρωπικός οργανισμός στο Ηνωμένο Βασίλειο, αφιερωμένη στην καταπολέμηση των εγκεφαλικών επεισοδίων. Βασιζόμαστε σε δωρεές για τη χρηματοδότηση έρευνας που μπορεί να σώσει ζωές καθώς και ζωτικών υπηρεσιών για άτομα που πάσχουν από εγκεφαλικό επεισόδιο. Για περισσότερες πληροφορίες, καλέστε τη γραμμή βοήθειας +44 303 3033 100, ή επισκεφθείτε την ιστοσελίδα μας stroke.org.uk. Για σχόλια σχετικά με τις εκδόσεις μας, παρακαλούμε να στείλετε e-mail στη διεύθυνση feedback@stroke.org.uk.

Η Stroke Association καταχωρήθηκε ως φιλανθρωπικός οργανισμός στην Αγγλία και την Ουαλία (αριθμός 211015) και στη Σκωτία (SC037789). Καταχωρήθηκε επίσης στη Βόρεια Ιρλανδία (ΧΤ33805), Νήσος του Μαν (No 945) και Τζέρσεϊ (NPO 369).



Οι Εθνικοί Εταίροι του iTrain

Τεχνολογικό Πανεπιστήμιο Κύπρου: Το Τεχνολογικό Πανεπιστήμιο Κύπρου ιδρύθηκε στη Λεμεσό το 2003 και αποτελείται από 6 σχολές. Η ανάπτυξη όλων των τμημάτων χαρακτηρίζεται από τους ακόλουθους τρεις στόχους: Την παροχή εκπαίδευσης σε φοιτητές υψηλού επιστημονικού, τεχνολογικού και επαγγελματικού επιπέδου, την παραγωγή έρευνας υψηλής ποιότητας που θα υπερβεί τα παραδοσιακά όρια μεταξύ βασικής και εφαρμοσμένης έρευνας, την επίτευξη σημαντικής θέσης ως εταίρου σε ένα μόντεμ, ευρωπαϊκό περιβάλλον και την εξασφάλιση σημαντικής εξωτερικής χρηματοδότησης της έρευνας, να προωθήσει τη συνεργασία των πανεπιστημίων με την τοπική βιομηχανία και τον οικονομικό τομέα, προκειμένου να συμμετάσχει στην εθνική προσπάθεια καινοτομίας και συνεχούς βελτίωσης των προϊόντων και των υπηρεσιών. www.cut.ac.cy

Tech4Care: Η Tech4Care είναι μια καινοτόμος νεοσύστατη εταιρεία που λειτουργεί ως κέντρο έρευνας και ανάπτυξης (R&D), συμβουλευτικές και εκπαιδευτικές, με στόχο την καινοτομία της φροντίδας για άτομα σε κατάσταση αδυναμίας, εξάρτησης και με χρόνιες παθήσεις. Το Tech4Care στοχεύει στην κινητοποίηση διεπιστημονικής εμπειρογνωμοσύνης και πόρων για την ανάπτυξη καινοτόμων προγραμμάτων που στηρίζουν τους ασθενείς στην καθημερινή τους ζωή, επιτρέποντάς τους να ζουν πιο ανεξάρτητα και επωφελούμενοι από την καλύτερη υγεία και ποιότητα ζωής. <http://www.tech4care.it/>



Virtual Campus: Το Virtual Campus είναι μια ανάπτυξη, εκπαίδευση και διαβούλευση με τις ΜΜΕ στους τομείς της Τεχνολογικής Ενισχυμένης Μάθησης, των Σοβαρών Παιχνιδιών και των Πληροφοριακών Συστημάτων. Το όραμά της είναι να προωθήσει ενεργά την ανάπτυξη της Κοινωνίας της Γνώσης υποστηρίζοντας δημόσιους και ιδιωτικούς φορείς στη διαδικασία σχεδιασμού και ανάπτυξης στρατηγικών και έργων που οδηγούν σε αυξημένα κοινωνικά οφέλη. Η VC διαθέτει επίσης εκτεταμένη εμπειρία στην επαγγελματική κατάρτιση των ΜΜΕ και της εκπαίδευσης ενηλίκων, ιδίως με τη χρήση μεθοδολογιών που υποστηρίζονται από την τεχνολογία. <http://virtual-campus.eu/>

Azienda Ospedaliero Universitaria Ospedali Riuniti Umberto I- G.M. Lancisi - G. Salesi: είναι ένα δημόσιο πανεπιστημιακό τμήμα του Νοσοκομείου της Εθνικής / Περιφερειακής Υπηρεσίας Υγείας. Η Κλινική Νευροαποκατάστασης του Πανεπιστημιακού Νοσοκομείου Ανκόνα είναι ένα εντατικό κέντρο αποκατάστασης νοσοκομείων, ενσωματωμένο στο Τμήμα Νευρολογικών Επιστημών, το οποίο διαχειρίζεται το πανεπιστημιακό προσωπικό Καθηγητής Φυσικής και Αποκατάστασης Ιατρικής. Η αποστολή αφορά τόσο εξειδικευμένη βοήθεια αποκατάστασης σε άτομα με σοβαρή εγκεφαλική βλάβη, όσο και την εφαρμογή πρωτοκόλλων αποκατάστασης σε περιοχές με αναπηρία (νευρολογικές και μετεγχειρητικές). <http://www.ospedaliriuniti.marche.it/portale/>



Kaunas University of Technology (KTU): Το Kaunas University of Technology (KTU) είναι ένα δημόσιο ερευνητικό πανεπιστήμιο που βρίσκεται στο Κάουνας της Λιθουανίας και ένα από τα μεγαλύτερα και παλαιότερα τεχνολογικά πανεπιστήμια της Βαλτικής. Η KTU είναι εταίρος σε διεθνή ερευνητικά προγράμματα (και συνεργάζεται με τέτοιους παγκόσμιους οργανισμούς του δημόσιου και ιδιωτικού τομέα και άλλους. <https://en.ktu.edu/>

Cyprus Stroke Association: Το Cyprus Stroke Association (CSA) ιδρύθηκε το 2009 (Αριθμός Μητρώου 3419) και είναι Μη Κυβερνητικός Οργανισμός (ΜΚΟ)/οργανισμός που ενεργεί στο πλαίσιο της κυπριακής και ευρωπαϊκής νομοθεσίας που διαχειρίζεται και εγκρίνει την ίδρυση και λειτουργία των φορέων αυτών. Ο Σύνδεσμος Κυπριακών Εγκεφαλικών Επεισοδίων εγκρίθηκε από την Κυπριακή Κυβέρνηση, βάσει των άρθρων 1 και 2 της Ευρωπαϊκής Σύμβασης αναγνώρισης και νομικής ουσίας των Μη Κυβερνητικών Οργανώσεων. <https://stroke.org.cy/>

Linköping University: Το Πανεπιστήμιο Linköping (LiU) είναι ένα από τα μεγαλύτερα ακαδημαϊκά ιδρύματα στη Σουηδία, τη Βόρεια Ευρώπη. Το LiU είναι καινοτόμο, υψηλής κατάταξης και γνωστό για τη στενή συνεργασία με τις επιχειρήσεις και την κοινωνία. Η LiU είναι έμπειρος παράγοντας σε ευρωπαϊκά ερευνητικά έργα και διαθέτει καθιερωμένες διαδικασίες για τη διαχείριση έργων, τις υποδομές έργων και τις διοικητικές ρουτίνες για έργα της ΕΕ μέσω του δικού του Γραφείου Επιχορηγήσεων που εξυπηρετεί ερευνητές και τμήματα. www.liu.se



Η υποστήριξη της Ευρωπαϊκής Επιτροπής για την παραγωγή της παρούσας έκδοσης δεν αποτελεί έγκριση του περιεχομένου που αντικατοπτρίζει μόνο τις απόψεις των συγγραφέων, και η Επιτροπή δεν μπορεί να θεωρηθεί υπεύθυνη για οποιαδήποτε χρήση των πληροφοριών που περιέχονται σε αυτήν.



Πίσω εξώφυλλο

© Stroke Association 2018.

Αναπαράγονται, μεταφράζονται και ενσωματώνονται (για τα κεφάλαια 6-7) από τους εθνικούς εταίρους του iTRAIN με την ευγενική άδεια του Stroke Association.

Να μην χρησιμοποιείται για εμπορικούς σκοπούς χωρίς άδεια.



Έκδοση 1.1

Μετάφραση στην ελληνική Γλώσσα: Μάιος 2020

Προς επανεξέταση: 2024

Κωδικός είδους: A01L11LP

Επισκεφθείτε την ιστοσελίδα iTRAIN: <http://itrain-project.eu>

Εικονογραφήσεις: freepik.com; Fundacja Udaru Mózgu;

Studio Mzlaki, Beograd

