

# ΕΝΗΜΕΡΩΤΙΚΟ ΔΕΛΤΙΟ



ΕΛΛΗΝΙΚΗ ΕΤΑΙΡΕΙΑ ΠΟΝΟΥ  
HELLENIC PAIN SOCIETY

ΕΛΛΗΝΙΚΟ ΤΜΗΜΑ ΤΗΣ IASP  
GREEK CHAPTER OF IASP

## ΔΙΟΙΚΗΤΙΚΟ ΣΥΜΒΟΥΛΙΟ

**ΠΡΟΕΔΡΟΣ**  
ΑΧ. ΚΑΡΑΘΑΝΟΣ

**ΑΝΤΙΠΡΟΕΔΡΟΣ**  
Ε. ΠΛΕΣΙΑ

**Γ. ΓΡΑΜΜΑΤΕΑΣ**  
Μ. ΑΜΑΡΙ

**ΤΑΜΙΑΣ**  
Ε. ΑΝΑΣΤΑΣΙΟΥ

**ΜΕΛΗ**  
Α. ΓΚΛΙΝΑΒΟΥ  
Λ. ΡΙΤΣΟΤΤΙ  
Π. ΤΖΑΒΕΛΑΣ

**ΣΥΝΤΑΚΤΙΚΗ ΕΠΙΤΡΟΠΗ**  
Α. ΖΑΡΑΛΙΔΟΥ  
Ι. ΣΙΑΦΑΚΑ  
Π. ΤΖΑΒΕΛΑΣ

ΕΛΛΗΝΙΚΗ  
ΕΤΑΙΡΕΙΑ ΠΟΝΟΥ  
Μακρυνίτσας 4-6  
Αθήνα 115 22  
Τηλ.- Fax: 642 1700

## Μήνυμα του Προέδρου

Αγαπητοί Συνάδελφοι,

Η φετεινή χρονιά είναι σημαντική για μας, αφού για πρώτη φορά οργανώνεται από την Ε.Φ.Ι.Κ. (European Federation of IASP Chapters) Εβδομάδα εκδηλώσεων με τίτλο: "Europe Against Pain" και στην οποία συμμετέχουν όλες οι Ευρωπαϊκές Εταιρείες Πόνου.

Στα πλαίσια αυτών των εκδηλώσεων, η Εταιρεία μας έχει εντάξει διάφορες δραστηριότητες με κορύφωση την 4η Ημερίδα Πόνου. Σας καλώ να την παρακολουθήσουμε όλοι μας όπως και τις λοιπές επιστημονικές δραστηριότητες της Εταιρείας μας.

Με την έναρξη της θητείας του νέου Δ.Σ. καταβάλλεται προσπάθεια ώστε το ενημερωτικό δελτίο να εκδίδεται 4 φορές το χρόνο και να αποτελέσει βήμα διαλόγου, επικοινωνίας και ενημέρωσης των μελών της Ε.Ε.Π. Γι' αυτό καλώ όλους τους συναδέλφους να συνεισφέρουν με ιδέες, προτάσεις αναλύσεις κ.λ.π., ιδιαίτερα σε θέματα Οργάνωσης των Ιατρείων Πόνου και Εκπαίδευσης στο Αντικείμενο της Αντιμετώπισης του Πόνου και οι οποίες θα δημοσιεύονται στο δελτίο.

ΑΧΙΛΛΕΑΣ ΚΑΡΑΘΑΝΟΣ

Πρόεδρος Ελληνικής Εταιρείας Πόνου

## ΔΙΑΚΗΡΥΞΗ ΤΗΣ EFIC\* ΓΙΑ ΤΟΝ ΧΡΟΝΙΟ ΠΟΝΟ ως μία ιδιαίτερη νοσολογική οντότητα και ένα μεγάλο υγειονομικό πρόβλημα

"Ο πόνος είναι ένα μέγιστο πρόβλημα υγειονομικής φροντίδας στην Ευρώπη. Αν και ο οξύς πόνος μπορεί να θεωρηθεί σύμπτωμα νόσου ή τραυματισμού, ο χρόνιος και επαναλαμβανόμενος πόνος είναι ένα ιδιαίτερο ιατρικό πρόβλημα, μία ξεχωριστή νοσολογική οντότητα".

**Σχολιασμός:** Ο οξύς πόνος που συνοδεύει ένα τραύμα ή μια χειρουργική επέμβαση αποτελεί ένα σήμα προς τον εγκέφαλο για την ύπαρξη βλαπτικού ερεθίσματος ή και ενεργού βλάβης ιστών. Αυτός ο οξύς πόνος είναι χρήσιμος και προσαρμοστικός γιατί προειδοποιεί το άτομο για τον κίνδυνο και την ανάγκη να ξεφύγει ή να ζητήσει βοήθεια. Ο οξύς πόνος είναι το άμεσο αποτέλεσμα ενός βλαπτικού συμβάντος και θεωρείται σύμπτωμα υποκείμενης βλάβης ιστών ή ασθένειας. Όμως σε πολλούς ασθενείς ο πόνος επιμένει για μεγάλο χρονικό διάστημα αφού έχει περάσει η χρησιμότητά του σαν σήμα κινδύνου και μάλιστα αφού έχει θεραπευτεί η ιστική βλάβη που τον προκάλεσε. Ο χρόνιος πόνος σ'αυτούς τους ασθενείς πιθανότατα δεν έχει σχέση με την αρχική βλάβη ή νόσο αλλά σχετίζεται με δευτερογενείς αλλαγές που συμβαίνουν στο σύστημα αντίχενωσης και μεταβίβασης του πόνου.

Εκτός του ότι ο χρόνιος πόνος οφείλεται σε διαφορετικούς φυσιολογικούς μηχανισμούς από αυτούς του οξέως πόνου, πυροδοτεί επιπλέον την εμφάνιση ενός πολύπλοκου συνόλου σωματικών και ψυχοκοινωνικών αλλαγών, που αποτελούν αναπόσπαστο τμήμα του προβλήματος του χρόνιου πόνου και επιβαρύνουν σημαντικά τον ασθενή που τον πάσχει. Αυτά τα συμπτώματα είναι:

- 1) Ακινητοποίηση και κατά συνέπεια ατροφία μυών, δυσκαμψία αρθρώσεων κλπ.
- 2) Καταστολή του ανοσοποιητικού συστήματος και αυξημένη ευαισθησία σε διάφορες ασθένειες
- 3) Διαταραχές του ύπνου
- 4) Ανορεξία και κακή διατροφή
- 5) Φαρμακολογική εξάρτηση
- 6) Εξάρτηση από την οικογένεια και τις υπηρεσίες υγείας
- 7) Κατάχρηση και κακή χρήση των υπηρεσιών υγείας
- 8) Ελαττωμένη αποδοτικότητα στην εργασία μέχρι και πλήρη ανικανότητα
- 9) Απομόνωση από την κοινωνία και την οικογένεια, εσωστρέφεια
- 10) Άγχος και φόβος
- 11) Οργή, απογοήτευση, κατάθλιψη, αυτοκτονία.

**Συχνότητα του χρόνιου πόνου.** Αν και συνολικά επιδημιο-λογικά δεδομένα για την Ευρωπαϊκή Ένωση δεν υπάρχουν, είναι σαφές ότι ο χρόνιος πόνος είναι εξαιρετικά διαδεδομένος. Πολλές πρόσφατες ανασκοπήσεις αποκαλύπτουν ότι περίπου το 50% των ερωτηθέντων ενηλίκων έπασχαν από έναν ή περισσότερους τύπους πόνου σε διάφορα χρονικά διαστήματα.

Σε ένα σημαντικό ποσοστό των ερωτηθέντων ο πόνος ήταν και χρόνιος και έντονος, με σημαντικά μεγαλύτερη συχνότητα στις μεγαλύτερες ηλικίες. Τα πιο συχνά σύνδρομα χρόνιου πόνου όπως σφουαλγία, αρθρίτιδα και κεφαλαλγία (συμπεριλαμβανομένης της ημικρανίας) είναι τόσο συνηθισμένα ώστε θεωρούνται σαν φυσιολογικές και αναπόφευκτες εμπειρίες της ζωής. Αν και λίγοι άνθρωποι πεθαίνουν από τον πόνο, πολλοί πεθαίνουν με πόνο και ακόμα περισσότεροι ζουν με πόνο.

**Κοινωνικό κόστος του χρόνιου πόνου.** Ενώ ο οξύς πόνος είναι εξ' ορισμού μια σύντομη και αυτοπεριοριζόμενη διαδικασία, ο χρόνιος πόνος καταλήγει να κυριαρχεί στη ζωή του ασθενούς και συχνά της οικογένειας, του περιβάλλοντος και των θεραπόντων. Εκτός από την σοβαρή αρνητική επίπτωση στην ποιότητα ζωής του ασθενούς και του περιβάλλοντός του, ο χρόνιος πόνος έχει σαν συνέπεια μεγάλη οικονομική επιβάρυνση σε πολλούς τομείς όπως:

- 1) Κόστος υπηρεσιών υγείας και φαρμακευτικής αγωγής
- 2) Απώλεια ωρών εργασίας
- 3) Απώλεια εισοδήματος
- 4) Ελάττωση παραγωγικότητας
- 5) Οικονομική επιβάρυνση της οικογένειας, του περιβάλλοντος και των εργοδοτών.
- 6) Αυξημένες αποζημιώσεις

Έγκυρες πηγές τοποθετούν το τελικό οικονομικό κόστος του χρόνιου πόνου για την κοινωνία στο ίδιο επίπεδο με εκείνο του καρκίνου και των καρδιαγγειακών νοσημάτων.

**Χρησιμότητα της ευρείας κυβερνητικής αποδοχής "της διακήρυξης της EFIC για τον Χρόνιο Πόνο ως ιδιαίτερης νοσολογικής οντότητας και μεγάλου υγειονομικού προβλήματος":** η έκταση της επιδημίας του χρόνιου πόνου, η ανθρώπινη δυστυχία που προκαλεί και το κοινωνικό κόστος είναι γνωστά στην Αλγολογία. Όμως δεν έχουν γίνει επαρκώς αντιληπτά στην ευρύτερη βιοιατρική κοινότητα, στα όργανα κοινωνικής πολιτικής και στο ευρύ κοινό. Επισημαίνοντας το πρό-βλημα, οι εθνικές κυβερνήσεις θα βοηθήσουν τον μεγάλο αριθμό των ατόμων που πάσχουν από χρόνιο πόνο στη Ευρώπη με τους παρακάτω τρόπους:

- 1) Εντείνοντας την προσοχή των επαγγελματιών υγείας για το πρόβλημα συμπεριλαμβανομένης της αυξημένης ενημέρωσης και χρήσης των υπάρχοντων τρόπων θεραπείας βελτιώνοντας την εκπαίδευση για την αντιμετώπιση του χρόνιου πόνου και αυξάνοντας τις ερευνητικές προσπάθειες για την ανακάλυψη νέων θεραπευτικών μεθόδων.

- 2) Διευκολύνοντας τις προσπάθειες των ειδικών που ασχολούνται με την αντιμετώπιση του πόνου σε εθνικό επίπεδο να κινητοποιήσουν μεγαλύτερο ανθρώπινο δυναμικό και οικονομικούς πόρους στη μάχη εναντίον του χρόνιου πόνου.

**Βιβλιογραφία:** Λεπτομερείς πληροφορίες για το θέμα, όπως και για την πρωτοβουλία της EFIC "Η Ευρώπη εναντίον του πόνου" είναι διαθέσιμες στις ακόλουθες πηγές:

1. Wall P.D. and Melzack R (eds) Textbook on Pain, Fourth Edition. Churchill-Livingstone, London, 1999
2. Loeser J.D. (ed) Bonica's Management of Pain, Third Edition. Lea and Febiger, Philadelphia, 2000
3. Raj P.P. (ed) Practical Management of Pain, Third Edition. Mosby, St Louis, 2000
4. Crombie I.K. et al. Epidemiology of Pain, IASP Press, Seattle, 1999
5. <http://www.efic.org>
6. <http://www.halcyon.com/iasp/>
7. <http://www.jr2.ox.ac.uk/Bandolier/index.html>
8. [Http://www.cochrane.org](http://www.cochrane.org)

## ΕΥΡΩΠΑΪΚΗ ΕΒΔΟΜΑΔΑ ΚΑΤΑ ΤΟΥ ΠΟΝΟΥ 8-13 ΟΚΤΩΒΡΙΟΥ 2001

Η Ευρωπαϊκή Εβδομάδα κατά του πόνου θα περιλαμβάνει διάφορες εκδηλώσεις σε όλη την Ευρώπη. Κοινός στόχος όλων των εκδηλώσεων είναι να αναδειχθεί το πρόβλημα του χρόνιου πόνου και να αποσπάσει την προσοχή των αρμοδίων αρχών αλλά και της κοινής γνώμης.

Η Διακήρυξη της EFIC, που έχει ήδη γίνει αποδεκτή και από τα 24 μέλη, εθνικές Εταιρείες Πόνου, όπως και οι στόχοι της EFIC θα παρουσιαστούν στους Ευρωβουλευτές στο Ευρωκοινοβούλιο, στις 9 Οκτωβρίου 2001. Εκεί θα παραστούν εκτός από τους αξιωματούχους της EFIC, ο Επίτροπος Θεμάτων Υγείας της Ευρωπαϊκής Ένωσης ο Ιταλός Υπουργός Υγείας Dr. Umberto Veronesi, και η ηγικήκίπισσα Αστριντ του Βελγίου, πρόεδρος του Ερυθρού Σταυρού.

Θα ακολουθήσει συνέντευξη τύπου προς τα ΜΜΕ πολλών χωρών της Ευρωπαϊκής Ένωσης και τα μεγάλα Διεθνή Πρακτορεία Ειδήσεων.

Όλες οι Εθνικές Εταιρείες Πόνου, μέλη της EFIC, έχουν σχεδιάσει διάφορες δραστηριότητες και σε κάθε χώρα, που περιλαμβάνουν επαφές με τα Υπουργεία Υγείας και τις υγειονομικές αρχές, με οργανώσεις ασθενών, με άλλες επιστημονικές εταιρείες, έκδοση ενημερωτικών δελτίων, ραδιοφωνικές ή τηλεοπτικές εκπομπές ή συνεντεύξεις τύπου κ.λ.π.

Για την Ελλάδα αντίστοιχα, η Ελληνική Εταιρεία Πόνου έχει κάνει τις εξής ενέργειες:

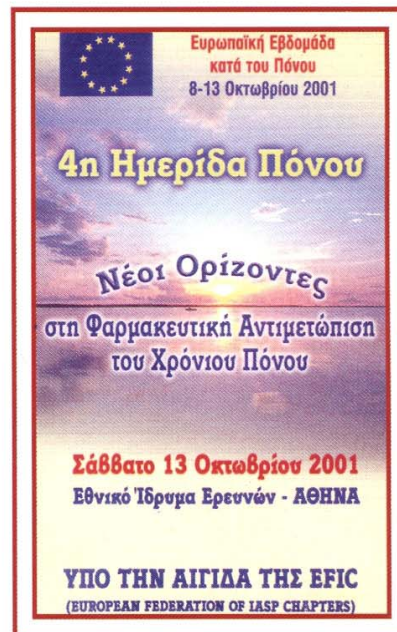
- Δύο δημοσιεύσεις σχετικά με την διακήρυξη και την ευρωπαϊκή εβδομάδα καθώς και γενικότερα για το πρόβλημα του χρόνιου πόνου στο Ιατρικό Βήμα (τεύχη Σεπτεμβρίου και Οκτωβρίου 2001).

- Επικοινωνία με τους Έλληνες Ευρωβουλευτές για ενημέρωση και κάλεσμα να υποστηρίξουν την διακήρυξη της EFIC στο Ε.Κ.

- Επικοινωνία με το Υπουργείο Υγείας (Υφ. κ. Σπυράκη και Γ.Γ κ. Σοφιανό) για συμμετοχή στις εκδηλώσεις.

- Επικοινωνία με τον Πρόεδρο του ΠΙΣ για να συνδιοργανωθεί κοινή συνέντευξη τύπου με θέμα τις κοινωνικοοικονομικές επιπτώσεις του πόνου.

- Ημερίδα, το Σάββατο 13 Οκτωβρίου 2001, με θέμα "Νέοι Ορίζοντες στη Φαρμακευτική Αντιμετώπιση του Πόνου", στο Εθνικό Ίδρυμα Ερευνών



## ΠΡΟΣΕΧΗ ΣΥΝΕΔΡΙΑ

2001

### 13 Οκτωβρίου 2001, Αθήνα

4<sup>η</sup> Ημερίδα της Ελληνικής Εταιρείας Πόνου "Νέοι Ορίζοντες στη Φαρμακευτική Αντιμετώπιση του Χρόνιου Πόνου"

Εθνικό Ίδρυμα Ερευνών

Πληρ.: τηλ.: 6444 174

e-mail: emanastass@yahoo.com

Internet: www.eexi.gr/medicalgr/anesthpain/

### 20-21 Οκτωβρίου 2001, Αθήνα

2ο Σεμινάριο Παρηγορητικής και Συμπτωματικής Φροντίδας (περιορισμένος αριθμός συμμετοχών)

Ελληνική Εταιρεία Παρηγορητικής και Συμπτωματικής

Φροντίδας Καρκινοπαθών και μη Ασθενών

Πληρ.: κ. Χειμωνίτση, τηλ.: 64 10723, 6867884

### 4-11 Νοεμβρίου 2001, Jaipur, Ινδία

2nd International Symposium on Pain Control and Regional Anaesthesia

Πληρ.: www.options.com.cy

e-mail: esra@options.com.cy

tel.: +00 32 2 346 530 1

2002

### 3-7 Απριλίου 2002, Aalborg, Δανία

25<sup>th</sup> Annual Meeting.

Scandinavian Association for the Study of Pain

### 4-8 Μαΐου 2002, Σαρδηνία, Ιταλία

10th International Pain Clinic World Society of Pain Clinicians

Πληρ.: Options Eurocongress Belgium

Fax: +32-2-3463637

www.optionsglobal.com

### 17-22 Αυγούστου 2002, San Diego, California, USA

10th World Congress on Pain

International Association for the Study of Pain

Πληρ.: tel.: 206 547 6409

e-mail: iaspdesk@juno.com

Internet: www.halcyon.com/iasp

### 21-24 Σεπτεμβρίου 2002, Σαντορίνη

International Symposium of World Institute of Pain

Πληρ.: Αρεταίειο Νοσοκομείο Τηλ. 7286 169

e-mail: anais@aretaieio.uoa.gr

## Επιστημονικές Συναντήσεις που έγιναν στην Ελλάδα και στο Εξωτερικό

Διοργανώθηκε στο Παλέρμο της Σικελίας, 1-5 Απριλίου 2000, το 7<sup>ο</sup> Συνέδριο της European Association for Palliative Care, το οποίο παρακολούθησαν περισσότεροι από 1900 σύνεδροι, που έφθασαν στη Σικελία από 48 χώρες από όλο τον κόσμο.

Την Ελλάδα εκπροσώπησαν μέλη του Διοικητικού Συμβουλίου της Ελληνικής Εταιρείας Παρηγορητικής και Συμπτωματικής Φροντίδας Καρκινοπαθών και μη ασθενών. Το Συνέδριο παρακολούθησαν και πολλά μέλη από την Ελληνική Εταιρεία Πόνου.

Το διεθνές περιβάλλον διευκόλυνε, μια ανοιχτή ενεργή ανταλλαγή ιδεών και θέσεων, όπως επίσης γνώσεων σε θέματα ηθικής, εκπαίδευσης, θεραπευτικής, επικοινωνίας, έρευνας, φροντίδας στο τελικό στάδιο, για να αναφέρουμε μόνο λίγα από αυτά τα θέματα.

Ιδιαίτερο ενδιαφέρον παρουσίασε το δορυφορικό συμπόσιο, όπου συζητήθηκαν οι προτεινόμενες κατευθυντήριες οδηγίες για την αντιμετώπιση του καρκινικού πόνου από την American Pain Society και από την European Association for Palliative Care.

Επίσης σε άλλα δύο συμπόσια, παρουσιάστηκαν οι νεώτερες μορφές οπιοειδών φαρμάκων, όπως το διαδερμικό θεραπευτικό σύστημα μπουπρενορφίνης (Buprenorphine TDS) και το νέο σκεύασμα φεντανύλης (Actia) με τη μορφή ζαχαρωτού.

Πρόσφατη επιστημονική συνάντηση έγινε στην Αθήνα από τις 22-24 Ιουνίου στη διάρκεια του 4<sup>ου</sup> Πανελληνίου Συνεδρίου Περισχικής Αναισθησίας, Θεραπείας πόνου και Εναλλακτικής Ιατρικής. Το συνέδριο διοργανώθηκε από την Αναισθησιολογική Μονάδα του Πανεπιστημίου Αθηνών σε συνεργασία με την ESRA και την European Academy of Natural Medicine.

Το συνέδριο παρακολούθησαν 300 άτομα και είχε μεγάλη επιτυχία. Ιδιαίτερο ενδιαφέρον παρουσίασαν οι τεχνικές της εναλλακτικής ιατρικής στη θεραπεία του πόνου, όπως τα φυτοαναλγητικά καθώς και τα νεώτερα δεδομένα από τις φαρμακολογικές δράσεις του φυτού Cannabis Sativa

Ο καθηγητής S. Chrubasic μέλος του Δ.Σ. της European Academy of Natural Medicine ανέφερε τα παρακάτω:

Ο μηχανισμός δράσης των φυτοαντιφλεγμονωδών φαρμάκων είναι ευρύτερος από αυτόν των μη στεροειδών αντιφλεγμονωδών φαρμάκων. Σε αντίθεση με τα τελευταία, τα φυτικά αναλγητικά αναστέλλουν την παραγωγή του αραχιδονικού οξέος και των μεταβολιτών μέσω της κυκλο-οξυγενάσης και της λιποξυγενάσης, την απελευθέρωση των κυτοκινών και έχουν επίσης αντιοξειδωτική δράση. Έτσι μπορούν όχι μόνο να τροποποιούν τον πόνο και τη φλεγμονή, αλλά μπορούν επίσης να εμποδίζουν την καταστροφή του χόνδρου.

Τα περισσότερα δημοφιλή φυτοαναλγητικά είναι παρασκευάσματα από την φλούδα της ιτιάς, από τις ρίζες του φυτού ginger, από τα φύλλα της τσουκνίδας, από την φλούδα και τον σπόρο της μαύρης σταφίδας καθώς και άλλα πολλά.

Ο καθηγητής Φυσιολογίας από την Ιατρική Σχολή Πανεπιστημίου Ιωαννίνων κ. Α. Ευαγγέλου μίλησε για τα φυσικά (εξωγενή) και ενδογενή κανναβινοειδή και για τους υποδοχείς των κανναβινοειδών (CB 1 και CB2). Η κατανομή των CB 1 και CB2 υποδοχέων στις κεντρικές και περιφερικές οδούς πόνου, προσδίδει σε μερικά από αυτά αξιόλογες αναλγητικές επιδράσεις και στα οξέα άλλα κυρίως στα χρόνια επώδυνα σύνδρομα. Τα ενδογενή κανναβινοειδή σε αντίθεση με τα φυσικά μπορεί να ασκήσουν αναλγητικές επιδράσεις προσδεδεμένα και σε άλλους υποδοχείς, πέραν των CB 1 και CB2, όπως τους ομοιάζοντες με CB2 υποδοχείς (CB2-like) και τους υποδοχείς ενδογενών οπιοειδών.

Τέλος ο κ. Ευαγγέλου τόνισε ότι οι αντιφλεγμονώδεις, αναλγητικές, ορεξιγόνες αντιεμετικές και αντικαρκινικές δράσεις καθιστούν τα κανναβινοειδή, υποψήφια φάρμακα με σοβαρό ρόλο στην αντιμετώπιση των κακοηθειών και σε συνδυασμό με τις νευρωνοπροστατευτικές και ανοσοκατασταλτικές επιδράσεις τους για την αγωγή χρόνιων εκφυλιστικών παθήσεων του ΚΝΣ όπως η σκλήρυνση κατά πλάκας, ή ακόμα και η επιληψία.

Το ενημερωτικό δελτίο της ΕΕΠ εκδίδεται με την ευγενική χορηγία της



JANSSEN-CILAG