

Ένας οδικός χάρτης για την προώθηση και τη βελτίωση της υγείας του εγκεφάλου στην Ευρώπη και την κάλυψη του χάσματος ευαισθητοποίησης και χρηματοδότησης

Paul A. J. M. Boon^{1,2,3} | Thomas Berger⁴ | Matilde Leonardi⁵ | Tony Marson⁶ | Ulf Kallweit⁷ | Elena Moro⁸ | Antonio Toscano⁹ | Irena Rektorova^{10,11} | Alice Accorroni¹² | Charlotte Scheerens¹³ | Antonia Boesch³ | Michael Crean³ | Anja Sander³ | Simon Lee³ | Claudio L. A. Bassetti¹⁴

¹Department of Neurology & 4Brain, Ghent University Hospital, Ghent, Belgium

²Eindhoven University of Technology, Eindhoven, The Netherlands

³European Academy of Neurology, Vienna, Austria

⁴Department of Neurology and Comprehensive Center of Clinical Neurosciences & Mental Health, Medical University of Vienna, Vienna, Austria

⁵Neurology, Public Health, Disability Unit and Coma Research Centre, Fondazione IRCCS Istituto Neurologico C. Besta, Milan, Italy

⁶Department of Pharmacology and Therapeutics, University of Liverpool, Liverpool, UK

⁷Center for Narcolepsy and Hypersomnias, Professorship for Narcolepsy and Hypersomnolence Research, Faculty of Health, University Witten/Herdecke, Witten, Germany

⁸Grenoble Alpes University, CHU of Grenoble, Division of Neurology, Grenoble Institute of Neurosciences, Grenoble, France

⁹ERN-NMD Center for Neuromuscular Disorders of Messina, Department of Clinical and Experimental Medicine, University of Messina, Messina, Italy

¹⁰Brain and Mind Research, Central European Institute of Technology, Masaryk University, Brno, Czechia

¹¹First Department of Neurology, St. Anne's University Hospital and Faculty of Medicine, Masaryk University, Brno, Czechia

¹²Hôpitaux Universitaires de Genève, Geneva, Switzerland

¹³Department of Public Health and Primary Care, Ghent University, Belgium and United Nations University-CRIS, Bruges, Belgium

¹⁴Department of Neurology, Inselspital, University of Bern, Bern, Switzerland

Αλληλογραφία

Paul A. J. M. Boon, MD, PhD, FEAN

Τμήμα Νευρολογίας &

4Εγκέφαλος, Πανεπιστημιακό Νοσοκομείο
Γάνδης, Γάνδη, Βέλγιο.

Ηλεκτρονικό
ταχυδρομείο paul.boon@uzgent.be

Περίληψη

Ιστορικό και σκοπός: Η επιβάρυνση από νευρολογικά νοσήματα σε παγκόσμιο επίπεδο υπερβαίνει το 43,1%, επιβάλλοντας σημαντικό βάρος στους ασθενείς, τους φροντιστές τους και την κοινωνία. Το παρόν άρθρο παρουσιάζει έναν οδικό χάρτη για τη μείωση αυτής της επιβάρυνσης και τη βελτίωση της υγείας του εγκεφάλου (BH) στην Ευρώπη.

Μέθοδοι: Ο οδικός χάρτης βασίζεται στη στρατηγική πέντε πυλώνων της Ευρωπαϊκής Ακαδημίας Νευρολογίας (EAN) για τη BH: προώθηση μιας παγκόσμιας προσέγγισης της BH (Π1), υποστήριξη χάραξης πολιτικών (Π2), προώθηση της έρευνας (Π3), προώθηση της εκπαίδευσης (Π4) και ευαισθητοποίηση για την πρόληψη και τη θεραπεία (Π5). Εξετάζει τις τρέχουσες προσπάθειες, τις συνεργασίες και τις μελλοντικές κατευθύνσεις που ευθυγραμμίζονται με το Παγκόσμιο Διατομεακό Σχέδιο Δράσης του Παγκόσμιου Οργανισμού Υγείας (WHO-iGAP) για τις νευρολογικές διαταραχές και προτείνει μελλοντικές πρωτοβουλίες και έκκληση για δράση.

Αποτελέσματα:

1. Π1: Υποστήριξη του WHO-iGAP μέσω καθορισμένων σημείων δράσης, διεθνών συνεργασιών, ιδίως της Μονάδας BH του WHO, και της Αποστολής για την Υγεία του Εγκεφάλου (BHM) της EAN.

Αυτό είναι ένα άρθρο ανοικτής πρόσβασης υπό όρους της άδειας [Creative Commons Attribution](#) License, η οποία επιτρέπει τη χρήση, διανομή και αναπαραγωγή σε οποιοδήποτε μέσο, υπό την προϋπόθεση ότι το πρωτότυπο έργο αναφέρεται σωστά.

© 2025 Συγγραφέας(-ες). Το *European Journal of Neurology* δημοσιεύεται από την John Wiley & Sons Ltd για λογαριασμό της Ευρωπαϊκής Ακαδημίας Νευρολογίας.

2. Π2: Συνεργασία με 48 εθνικούς νευρολογικούς οργανισμούς για την προώθηση των Εθνικών Σχεδίων για τον Εγκέφαλο (NBPs), την αντιμετώπιση των τοπικών αναγκών και τη βελτίωση της πρόσβασης στη φροντίδα.
3. Ρ3: Υποστήριξη για περισσότερη χρηματοδότηση της έρευνας, προσδιορισμός των παραγόντων που καθορίζουν την ΒΗ-και ανάπτυξη προληπτικών μέτρων.
4. Π4: Παροχή ευκαιριών εκπαίδευσης για νευρολόγους, προγραμμάτων δημόσιας εκπαίδευσης και κατάρτισης σε θέματα υποστήριξης αυτών των σκοπών, συμπεριλαμβανομένων εργαλείων για την εκπαίδευση του κοινού.
5. Π5: Να πρωτοστατήσουν σε παγκόσμιες εκστρατείες ευαισθητοποίησης, να οργανώσουν δημόσιες εκπαιδευτικές δραστηριότητες και να εκπαιδεύσουν υποστηρικτές της ΒΗ για να συμβάλουν σε βιώσιμες και μακροπρόθεσμες εκστρατείες δημόσιας υγείας και εμπλοκή σε πολιτικές.

Συμπεράσματα: Το άρθρο τονίζει τη σημασία μιας ενιαίας προσέγγισης, η οποία θα ενσωματώνει διακρατικές συνεργασίες και τοπικές πρωτοβουλίες, για τη βελτίωση των αποτελεσμάτων της ΒΗ με βάση το πρόγραμμα WHO-iGAP, και την υποστήριξη των στόχων βιώσιμης ανάπτυξης, ιδίως του SDG 3: Καλή υγεία και ευημερία και του SDG 4: Ποιοτική εκπαίδευση.

KEYWORDS

εγκέφαλος, υγεία του εγκεφάλου, επιβάρυνση, νευρολογία, στρατηγική

ΕΙΣΑΓΩΓΗ

Οι νευρολογικές παθήσεις είναι ιδιαίτερα διαδεδομένες και επηρεάζουν εκατομμύρια Ευρωπαίους πολίτες. Παθήσεις όπως η ημικρανία και άλλοι χρόνιοι πονοκέφαλοι, η νόσος Αλτσχάιμερ και άλλες γνωστικές διαταραχές, η επιληψία, τα εγκεφαλικά επεισόδια, η σκλήρυνση κατά πλάκας και η νόσος του Πάρκινσον είναι συχνές. Συνολικά, οι διαταραχές που επηρεάζουν το νευρικό σύστημα εκτιμήθηκε πρόσφατα ότι προκαλούν παγκόσμια επιβάρυνση 43% και επηρεάζουν περισσότερο από το 1/3 του παγκόσμιου πληθυσμού [1]. Συν τοις άλλοις, οι ψυχικές διαταραχές το 2019 επηρέασαν το 13% του παγκόσμιου πληθυσμού, αν και πρέπει να σημειωθεί ότι αυτό αναφέρεται μόνο σε 12 ψυχικές διαταραχές. Συνολικά, οι διαταραχές του εγκεφάλου και του νευρικού συστήματος έχουν τεράστιο αντίκτυπο [2].

Οι νευρολογικές διαταραχές επιβαρύνουν σημαντικά τα άτομα, τους φροντιστές τους, τα νοικοκυριά, τα συστήματα υγειονομικής περίθαλψης και τις οικονομίες παγκοσμίως. Μπορούν να προκαλέσουν ποικίλου βαθμού αναπηρία και βλάβη, επηρεάζοντας τη γνωστική και συναισθηματική λειτουργία, την κινητικότητα, την επικοινωνία και την ποιότητα ζωής. Ο βαθύς αντίκτυπος στην ποιότητα ζωής περιλαμβάνει σωματικούς περιορισμούς, γνωστική έκπτωση, συναισθηματική δυσφορία, στιγματισμό, κοινωνική απομόνωση και διακρίσεις. Οι διαταραχές του νευρικού συστήματος αποτελούν τη μεγαλύτερη αιτία αναπηρίας στην Ευρώπη [3]. Πολλές από αυτές τις ασθένειες είναι χρόνιες και προοδευτικές, οδηγώντας σε μακροχρόνια αναπηρία και στην ανάγκη για συνεχή φροντίδα και υποστήριξη. Οι φροντιστές και οι οικογένειες βιώνουν συχνά υψηλά επίπεδα επιβάρυνσης, άγχους και εξουθένωσης λόγω των σωματικών, ψυχικών και οικονομικών απαιτήσεων της παροχής φροντίδας, της συναισθηματικής υποστήριξης και της βοήθειας στις

καθημερινές δραστηριότητες [4]. Οι νευρολογικές διαταραχές επηρεάζουν διαφορετικά τους άνδρες και τις γυναίκες. Το φύλο του ατόμου συνδέεται με διαφορές στον κίνδυνο και στην συχνότητα εμφάνισης μιας νόσου τη διαγνωστική διαχείριση και τα θεραπευτικά αποτελέσματα [5]. Επιπλέον, οι γυναίκες αναλαμβάνουν το ρόλο του φροντιστή ασθενών με νευρολογικές ασθένειες συχνότερα από ό,τι οι άνδρες, γεγονός που μπορεί να επηρεάσει αρνητικά την υγεία και την οικονομική τους κατάσταση.

Επιπλέον, οι νευρολογικές παθήσεις συνεπάγονται σημαντική οικονομική επιβάρυνση για τα άτομα, τα νοικοκυριά, τις οικογένειες, τους εργοδότες και την κοινωνία.

Το κόστος που συνδέεται με την ιατρική περίθαλψη, την αποκατάσταση, την απώλεια παραγωγικότητας και τη φροντίδα των ατόμων με νευρολογικές παθήσεις είναι υψηλό και αυξάνεται. Στην Ευρώπη, το συνολικό κόστος των νευρολογικών παθήσεων το 2020 εκτιμάται ότι θα ανέλθει σε 1,7 τρισεκατομμύρια ευρώ, ποσό μεγαλύτερο από το συνολικό κόστος των καρδιαγγειακών παθήσεων, του καρκίνου και του διαβήτη [6] (Σχήμα 1).

Στόχος μας είναι να βελτιστοποιήσουμε την υγεία του εγκεφάλου όλων μας καθ' όλη τη διάρκεια της ζωής τους και, με τον τρόπο αυτό, να μειώσουμε την συχνότητα των νευρολογικών παθήσεων και την επιβάρυνση που προκαλούν. Εκτός από τη μείωση των δαπανών υγειονομικής περίθαλψης, μακροπρόθεσμα οικονομικά οφέλη και τεράστια ώθηση στην ευημερία μπορούν να επιτευχθούν με την επένδυση στην υγεία του εγκεφάλου [7].

ΔΕΝ ΥΠΑΡΧΕΙ ΥΓΕΙΑ ΧΩΡΙΣ ΥΓΕΙΑ

Σύμφωνα με τον WHO, η "υγεία του εγκεφάλου" είναι η κατάσταση της λειτουργίας του εγκεφάλου σε γνωστικούς, αισθητηριακούς, κοινωνικο-συναισθηματικούς, συμπεριφορικούς και κινητικούς τομείς, που επιτρέπει σε ένα άτομο να αξιοποιήσει πλήρως τις δυνατότητές του κατά τη διάρκεια της ζωής του, ανεξάρτητα από την παρουσία ή την απουσία διαταραχών [8]. Η διατήρηση της υγείας του εγκεφάλου περιλαμβάνει συνήθως την υιοθέτηση ενός υγιεινού τρόπου ζωής, την ενασχόληση με δραστηριότητες που διεγείρουν τον εγκέφαλο και τη λήψη μέτρων για την πρόληψη της εμφάνισης νευρολογικών ασθενειών και των καταστροφικών συμπτωμάτων τους, όπως η γνωστική έκπτωση.

Η σπουδαιότητα των νευρολογικών διαταραχών ως παγκόσμιο πρόβλημα υγείας έχει γίνει αποδεκτή από την Παγκόσμια Συνέλευση Υγείας με την υιοθέτηση του διατομεακού παγκόσμιου σχεδίου δράσης για την επιληψία και άλλες νευρολογικές διαταραχές (WHO-iGAP) το 2022 [9]. Το iGAP είναι ένα φιλόδοξο 10ετές σχέδιο, σημαντικό σε ευρωπαϊκή και παγκόσμια κλίμακα, διότι αντιμετωπίζει βασικούς παράγοντες που θα οδηγήσουν σε μεγαλύτερη ευαισθητοποίηση και στοχευμένες δράσεις σχετικές με τις νευρολογικές διαταραχές και την υγεία του εγκεφάλου στα κράτη μέλη. Το WHO-iGAP στοχεύει στην αντιμετώπιση της επιβάρυνσης από την επιληψία και άλλες νευρολογικές διαταραχές και στη βελτίωση της πρόσβασης στη φροντίδα και τη θεραπεία για τα πάσχοντα άτομα, τις οικογένειες και τις κοινότητες παγκοσμίως, ιδίως σε περιβάλλοντα με χαμηλούς πόρους όπου

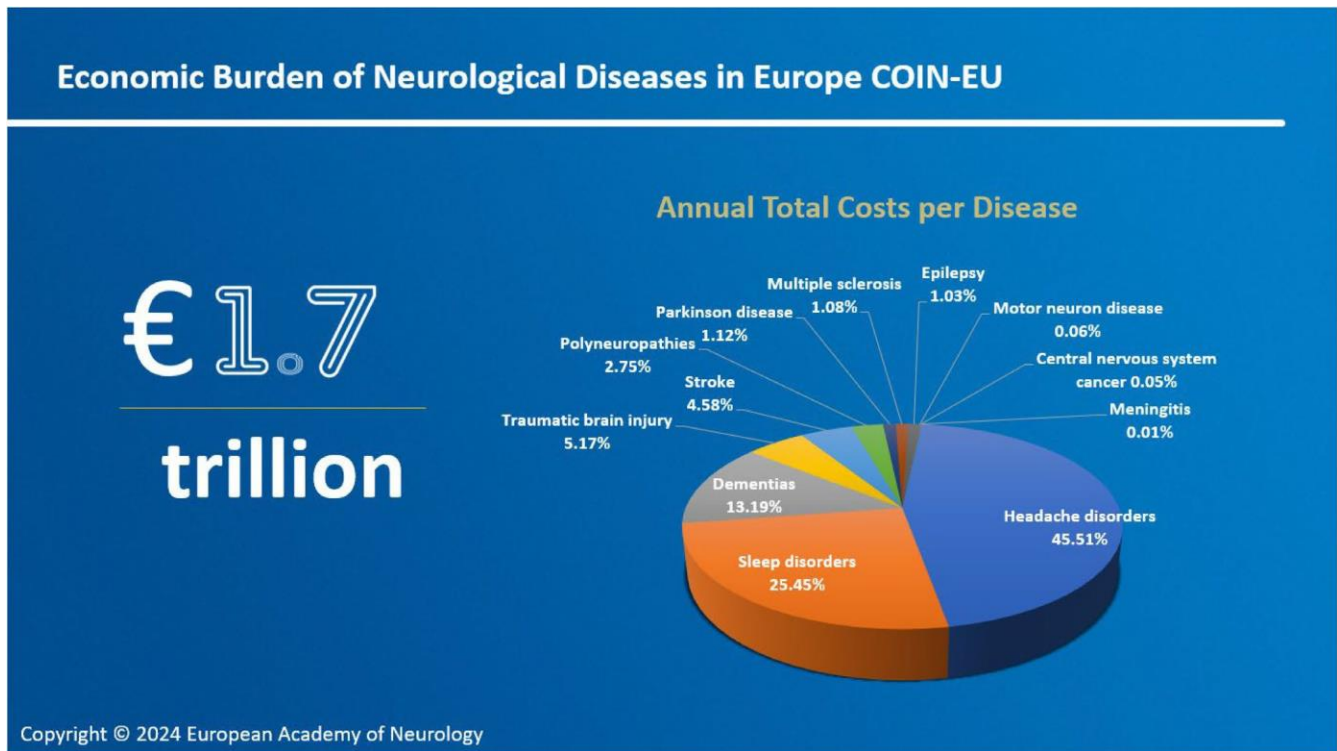


FIGURE 1 Οικονομική επιβάρυνση από νευρολογικές παθήσεις στην Ευρώπη COIN-EU [5].

English	Greek
Economic Burden of Neurological Diseases in Europe COIN-EU	Οικονομική επιβάρυνση των νευρολογικών ασθενειών στην Ευρώπη COIN-EU
Annual Total Costs per Disease	Ετήσιο συνολικό κόστος ανά ασθένεια
Trillion	Τρισεκατομμύρια
Traumatic brain injury 5.17%	Τραυματική εγκεφαλική βλάβη 5,17%
Stroke 4.58%	Εγκεφαλικό επεισόδιο 4,58%
Polyneuropathies 2.75%	Πολυνευροπάθειες 2,75%
Parkinson Disease 1.12 %	Νόσος του Πάρκινσον 1,12 %
Multiple sclerosis 1.08%	Σκλήρυνση κατά πλάκας 1,08
Epilepsy 1.03%	Επιληψία 1,03%
Motor neuron disease 0.06%	Νόσος του κινητικού νευρώνα 0,06%
Central nervous system cancer 0.05%	Καρκίνος του κεντρικού νευρικού συστήματος 0,05%
Meningitis 0.01%	Μηνιγγίτιδα 0,01%
Dementias 13.19%	Ανοια 13,19%
Headache disorders 45.51%	Διαταραχές πονοκεφάλου 45,51%
Sleep disorders 25.45%	Διαταραχές ύπνου 25,45%

η πρόσβαση στην περίθαλψη μπορεί να είναι περιορισμένη. Ο WHO μέσω του WHO-iGAP στοχεύει στην αντιμετώπιση και μείωση της επιβάρυνσης που προκαλεί η επιληψία και άλλες νευρολογικές διαταραχές, μειώνοντας το στίγμα, αυξάνοντας την κατανόηση και κινητοποιώντας την υποστήριξη για καλύτερη φροντίδα και υπηρεσίες. Ενθαρρύνει τη συνεργασία και τον συντονισμό μεταξύ διαφορετικών τομέων, συμπεριλαμβανομένων της υγείας, της εκπαίδευσης και των κοινωνικών υπηρεσιών, για την ολιστική

αντιμετώπιση των πολύπλοκων αναγκών των ατόμων με επιληψία και άλλες νευρολογικές διαταραχές. Τα συστήματα υγείας πρέπει να ενισχυθούν καταρτίζοντας τους παρόχους υγειονομικής περίθαλψης για τη βελτίωση των διαγνωστικών και θεραπευτικών υπηρεσιών και την ενσωμάτωση των υπηρεσιών ψυχικής και νευρολογικής υγείας στην πρωτοβάθμια περίθαλψη, καθώς και με την προώθηση της σημασίας της γενικής νευρολογίας [10]. Πρέπει να καθοριστούν και να προωθηθούν σε όλα τα επίπεδα οι παράγοντες κινδύνου και τα

προληπτικά μέτρα που σχετίζονται με την ηλικία. Σημαντικό ρόλο θα παίξει επίσης η προώθηση λύσεων για έναν υγιή τρόπο ζωής σε όλες τις ηλικιακές ομάδες όσων αφορά τον εγκέφαλο.

Η αλληλεξάρτηση της υγείας του εγκεφάλου και των Στόχων Βιώσιμης Ανάπτυξης των Ηνωμένων Εθνών (UNSDG) είναι επίσης σημαντικό να αναδειχθεί και να υποστηριχθεί. Παρόλο που όλοι οι UNSDG επηρεάζουν με κάποιο τρόπο την υγεία του εγκεφάλου, η EAN θα επικεντρώσει τις προσπάθειές της κυρίως σε εκείνους στους οποίους μπορεί να έχει νόημα και σημαντικό αντίκτυπο, όπως ο SDG 3: Καλή υγεία και ευημερία και ο SDG 4: Ποιοτική εκπαίδευση.

ΔΕΝ ΥΠΑΡΧΕΙ ΠΛΟΥΤΟΣ ΧΩΡΙΣ ΠΛΟΥΤΟ

Σε μια μεταβιομηχανική εποχή, οι εγκέφαλοι των πολιτών αποτελούν τον κύριο πόρο των χωρών, ιδίως όταν οι φυσικοί πόροι είναι περιορισμένοι. Αυτό το "εγκεφαλικό κεφάλαιο" είναι ο σημαντικότερος μοχλός ανάπτυξης ατόμων και ολόκληρων οικονομιών και προϋπόθεση για την ανθρώπινη πρόοδο [11]. Ισότητα και

η ισότητα, ιδίως η ισότητα των φύλων στην κοινωνία, σχετίζεται θετικά με την υγεία του εγκεφάλου. Ενώ η εκπαίδευση και η δια βίου μάθηση είναι ζωτικής σημασίας για την πλήρη αξιοποίηση και διατήρηση του εγκεφαλικών διεργασιών, το ίδιο ισχύει και για τη διατήρηση της βέλτιστης υγείας του εγκεφάλου καθ' όλη τη διάρκεια της ζωής. Η υγιής γήρανση του εγκεφάλου θα οδηγήσει σε διατηρούμενη και παρατεταμένη παραγωγικότητα για την οικονομία και ανακούφιση των συστημάτων υγείας [12].

ΣΤΡΑΤΗΓΙΚΗ

Η Ευρωπαϊκή Ακαδημία Νευρολογίας (EAN) καθόρισε τη βάση μιας στρατηγικής για την υγεία του εγκεφάλου με το έγγραφο θέσεων "Ένας εγκέφαλος, μια ζωή, μια προσέγγιση" [13], στο οποίο καθορίζονται τα κύρια καθήκοντα για τη βελτίωση της υγείας του εγκεφάλου καθ' όλη τη διάρκεια της ζωής κατά μήκος πέντε στρατηγικών πυλώνων, σύμφωνα με τη συνολική στρατηγική της EAN:

1. Συμβολή σε μια παγκόσμια και διεθνή προσέγγιση για την υγεία του εγκεφάλου: Δράσεις συνεργασίας με διεθνείς οργανισμούς σε παγκόσμιο και ευρωπαϊκό .
2. Υποστήριξη της χάραξης διεθνούς και εθνικής πολιτικής: Συνεργατικές δράσεις σε μεμονωμένες χώρες σε συνεργασία με τους εθνικούς νευρολογικούς οργανισμούς και άλλους σχετικούς εθνικούς φορείς.
3. Προώθηση της έρευνας του νευρικού συστήματος και της έρευνας για την υγεία του εγκεφάλου: Εστίαση στην ταυτοποίηση νέων καθοριστικών παραγόντων της υγείας του εγκεφάλου.
4. Οργάνωση και παροχή ευκαιριών εκπαίδευσης στους ενδιαφερόμενους φορείς: βαρύτητα σχετικά με την ενημέρωση του για την υγεία του εγκεφάλου.
5. Αύξηση της ευαισθητοποίησης του κοινού για την πρόληψη και τη θεραπεία: πρωτοβουλίες σε ευρωπαϊκό επίπεδο.

Η συμβολή στη συνεχιζόμενη συζήτηση σχετικά με την επείγουσα ανάγκη για βελτίωση της ευαισθητοποίησης, ενίσχυσης των ερευνητικών προσπαθειών και αύξησης της χρηματοδότησης για τις νευρολογικές διαταραχές, έχει παραλληλιστεί με δημοσιεύσεις άλλων αντιπροσωπευτικών οργανισμών στην Ευρώπη και πέραν αυτής, όπως το Ευρωπαϊκό Συμβούλιο Εγκεφάλου (SEBRA, Shared European Brain Research Agenda) [14], η Αμερικανική Ακαδημία Νευρολογίας [15], η Παγκόσμια Ομοσπονδία Νευρολογίας [16] και πρωτοβουλίες άλλων ενδιαφερόμενων φορέων, όπως οργανώσεις ασθενών, βιομηχανίες και ιδιωτικοί οργανισμοί. Υπογραμμίζεται η ανάγκη για μια ολιστική προσέγγιση της υγείας του εγκεφάλου, που θα αντιμετωπίζει τόσο τις νευρολογικές όσο και τις ψυχικές διαταραχές, θεωρώντας τις "δύο όψεις του ίδιου νομίσματος".

ΕΝΑΣ ΟΔΙΚΟΣ ΧΑΡΤΗΣ ΓΙΑ ΤΗΝ ΑΥΞΗΣΗ ΤΗΣ ΥΓΕΙΑΣ ΣΤΗΝ ΕΥΡΩΠΗ ΚΑΙ ΠΕΡΑΝ ΑΥΤΗΣ

Παρά το αυξημένο ενδιαφέρον και τον όγκο των δημοσιεύσεων που σχετίζονται με τον ορισμό της υγείας του εγκεφάλου και τις διάφορες οδούς για τη βελτίωση της υγείας του εγκεφάλου, απαιτείται ένας πιο συγκεκριμένος οδικός χάρτης για τη μείωση της επιβάρυνσης από τις νευρολογικές διαταραχές και την προώθηση της υγείας του εγκεφάλου στην Ευρώπη τα επόμενα χρόνια. Το παρόν έγγραφο αποσκοπεί στον καθορισμό ενός τέτοιου οδικού χάρτη για χρήση σε ευρωπαϊκό και εθνικό επίπεδο από τη νευρολογική κοινότητα και όλους τους σχετικούς ενδιαφερόμενους φορείς που έχουν δεσμευτεί για την υγεία του εγκεφάλου. Αυτός ο οδικός χάρτης για την υγεία του εγκεφάλου βασίζεται στους πέντε στρατηγικούς πυλώνες που είχαν προηγουμένως καθοριστεί στη στρατηγική της EAN για την υγεία του εγκεφάλου, η οποία δημοσιεύθηκε το 2020, και παρέχει μια επισκόπηση των στόχων της EAN για τα επόμενα χρόνια, προκειμένου να συμβάλει, με βιώσιμο τρόπο, στις παγκόσμιες προσπάθειες για τη βελτίωση της υγείας του εγκεφάλου για όλους σε όλη τη διάρκεια της ζωής.

Με τον τρόπο αυτό, όλες οι δράσεις που περιγράφονται στο παρόν έγγραφο αποσκοπούν επίσης στην υποστήριξη των στρατηγικών σκοπών και στόχων του WHO-iGAP. Οι δείκτες που χρησιμοποιούνται από τον WHO για την παρακολούθηση και την αξιολόγηση της προόδου της εφαρμογής του iGAP παρακολουθούνται στενά από την EAN καθώς αξιολογεί την πρόοδο των δραστηριοτήτων της στον τομέα της υγείας του εγκεφάλου. Για το σκοπό αυτό, η EAN επανεξετάζει τις προτεραιότητές της σε τακτική βάση και διασφαλίζει ότι οι προτεραιότητες και οι στόχοι της στρατηγικής της EAN για την υγεία του εγκεφάλου είναι ευθυγραμμισμένοι με το WHO-iGAP και τους UNSDG, οι οποίοι συνδέονται στενά με την υγεία του εγκεφάλου και τις δράσεις της EAN.

Πυλώνας 1: Συμβολή σε μια παγκόσμια και διεθνή προσέγγιση για την υγεία του εγκεφάλου

Η EAN θα υποστηρίξει το WHO-iGAP για την επιληψία και άλλες

νευρολογικές ασθένειες επιδιώκοντας τους πέντε στρατηγικούς στόχους (ενίσχυση της ιεράρχησης της πολιτικής και της διακυβέρνησης, παροχή αποτελεσματικής, έγκαιρης και ανταποκρινόμενης διάγνωσης, θεραπείας και περίθαλψης, εφαρμογή στρατηγικών προώθησης και πρόληψης, προώθηση της έρευνας και των συστημάτων πληροφόρησης, ενίσχυση της προσέγγισης της δημόσιας υγείας στην επιληψία) και τα συγκεκριμένα σημεία δράσης που απορρέουν από την εν λόγω στρατηγική, όπως ορίζεται από τον WHO. Η EAN θα υποστηρίξει επίσης την ομάδα των Ηνωμένων Εθνών για την Βιώσιμη Ανάπτυξη (UNSDG) προσεγγίζοντας την υγεία του εγκεφάλου ολιστικά, περιλαμβάνοντας το σχεδιασμό, την προστασία και τη διατήρηση της υγείας του εγκεφάλου σε όλα τα κοινωνικά επίπεδα. Η EAN θα γίνει ένας μη κρατικός φορέας του WHO-Ευρώπης για να διασφαλίσει

ευαισθητοποίηση για τη σημασία της νευρολογικής/εγκεφαλικής υγείας, η οποία

επί του παρόντος επικεντρώνεται κυρίως στην ψυχική υγεία.

Εκτός από τις συνεισφορές διεθνών οργανισμών, όπως η Παγκόσμια Ομοσπονδία Νευρολογίας (WFN) και η Διεθνής Ένωση κατά της Επιληψίας (ILAE) & το Διεθνές Γραφείο Επιληψίας (IBE), η EAN θα παράσχει πρόσθετα εργαλεία για την εργαλειοθήκη του WHO-iGAP, το οποίο ξεκίνησε τον Ιούλιο του 2024 [17].

Η EAN ξεκίνησε πρόσφατα την αποστολή Brain Health Mission (BHM), η οποία περιλαμβάνει συνεργάτες από διάφορες ιατρικές ειδικότητες που σχετίζονται με τον εγκέφαλο και άλλες ιατρικές ειδικότητες [18]. Η BHM στοχεύει να γίνει μια πολύ περιεκτική πλατφόρμα για την προώθηση και τη βελτίωση της υγείας του εγκεφάλου πέρα από το παραδοσιακό ιατρικό σύστημα και το σύστημα εκπροσώπησης των ασθενών στην Ευρώπη. Κατά τη στιγμή της δημοσίευσης, η BHM αριθμεί πάνω από 25 οργανισμούς-μέλη. Η BHM θα διοικείται με διαφάνεια από το εκτελεστικό όργανο (BHM Steering Committee), το οποίο περιλαμβάνει διορισμένους και εκλεγμένους εκπροσώπους από όλα τα μέλη. Οι τακτικές συνεδριάσεις και οι εξαμηνιαίες σύνοδοι κορυφής για την υγεία του εγκεφάλου θα εξασφαλίζουν σταθερή δράση και σωστή παρακολούθηση των δραστηριοτήτων που προάγουν την υγεία του εγκεφάλου σε ευρωπαϊκό επίπεδο.

Μια σημαντική προτεραιότητα είναι η ενοποίηση των διαφόρων πρωτοβουλιών που αφορούν την υγεία του εγκεφάλου. Ο σημερινός διαχωρισμός που επικρατεί, μπορεί να καθυστερήσει την πρόοδο της υλοποίησης του WHO-iGAP, και οι συγκεκριμένες δράσεις για την προώθηση της υγείας του εγκεφάλου πέραν της κοινότητας για την υγεία του εγκεφάλου εξακολουθούν να είναι ελάχιστες. Η EAN θα συνεργαστεί ενεργά με οργανισμούς και διευθύνσεις της Ευρωπαϊκής Ένωσης, όπως ΓΔ Υγείας, για την προώθηση των νευρολογικών (εγκεφαλικών) διαταραχών ως ξεχωριστής ομάδας ασθενειών πέραν της κατηγορίας των μη μεταδοτικών νοσημάτων (NCD) μη επιδημιολογικών νοσημάτων. Η τρέχουσα συμπερίληψη των νευρολογικών διαταραχών στις (NCD) δεν συνάδει με το τεράστιο φορτίο της νόσου και εμποδίζει την ευαισθητοποίηση και την αναγνώριση, ειδικά από τους φορείς χάραξης πολιτικής και τους φορείς χρηματοδότησης. Οι δράσεις της EAN για τη βελτίωση του "καθεστώτος" των νευρολογικών διαταραχών στην ΕΕ θα χρηματοδοτούνται και θα καθοδηγούνται άμεσα από την EAN σε συνεργασία με οργανισμούς-ομπρέλες, όπως το Ευρωπαϊκό Συμβούλιο Εγκεφάλου (EBC).

Πυλώνας 2: Υποστήριξη της χάραξης διεθνούς και εθνικής πολιτικής

Η EAN συνεργάζεται στενά με τους 48 Εθνικούς Νευρολογικούς Οργανισμούς (NNS) και περισσότερες από 10 διεθνείς αντίστοιχες εταιρείες-μέλη, που περιλαμβάνουν περισσότερους από 45.000 νευρολόγους. Η EAN διοργανώνει εξαμηνιαίες συναντήσεις του φόρουμ των NNS για τη συστηματική ενημέρωση των εθνικών νευρολογικών εταιρειών-μελών για τις τρέχουσες δραστηριότητες, την ανταλλαγή ιδεών και βέλτιστων πρακτικών και την παρακολούθηση της ανάπτυξης και εφαρμογής πολιτικών για την υγεία του εγκεφάλου.

Μέχρι σήμερα, μόνο λίγες ευρωπαϊκές χώρες διαθέτουν Εθνικό Σχέδιο για τον Εγκέφαλο (ΕΣΕ) [19, 20]. Η EAN θα συνεργαστεί με όλα τους ΕΟΝ για την προετοιμασία, τη δημιουργία και την

προώθηση των ΕΣΕ, τα οποία θα πρέπει να ανταποκρίνονται στις τοπικές ανάγκες των επαγγελματιών υγείας και των ατόμων με εγκεφαλικές διαταραχές και να είναι εύκολα κατανοητά και προσίτα στο απλό κοινό. Τα ΕΣΕ θα πρέπει επίσης να παρέχουν συγκεκριμένες κατευθύνσεις και κατευθυντήριες γραμμές για τη βελτίωση της διάγνωσης και της θεραπείας των εγκεφαλικών διαταραχών, για την κατάλληλη παροχή νευρολογικών υπηρεσιών και την ευκολότερη πρόσβαση στη νευρολογική και ψυχική περίθαλψη, καθώς και για την αντιμετώπιση των γενικών και προληπτικών προκλήσεων. Αυτό περιλαμβάνει κανονισμούς για τον έλεγχο των ουσιών που επηρεάζουν αρνητικά την υγεία του εγκεφάλου,

την προώθηση εγκεφαλικά υγιεινών περιβαλλόντων στα σχολεία, στους χώρους εργασίας και στις κοινότητες και τη στήριξη προγραμμάτων ανάπτυξης της πρώιμης παιδικής ηλικίας.

Πυλώνας 3: Προώθηση της νευρολογικής έρευνας και της έρευνας για την υγεία του εγκεφάλου

Κατά την τελευταία δεκαετία, η έρευνα στον εγκέφαλο σημείωσε σημαντική αύξηση στον αριθμό και την ποιότητα του όγκου και της ποιότητας, με αποτέλεσμα τη βελτίωση των γνώσεων σχετικά με τους μηχανισμούς πολλών συχνών και σπάνιων εγκεφαλικών διαταραχών. Ασθενείς με πολύ διαδεδομένες και χρόνιες νευρολογικές διαταραχές, όπως η ημικρανία, η νόσος του Alzheimer, η επιληψία και η σκλήρυνση κατά πλάκας, μπορούν πλέον να αντιμετωπιστούν με αποτελεσματικότερες και ασφαλέστερες θεραπείες. Ωστόσο, οι συνολικές δαπάνες των κυβερνήσεων, των πανεπιστημίων και των φορέων χρηματοδότησης για την έρευνα νευρολογικών παθήσεων δεν είναι ανάλογες με την επιβάρυνση που προκαλούν οι νευρολογικές διαταραχές. Σύμφωνα με τον SEBRA, η Ευρωπαϊκή Ένωση έχει δαπανήσει 500 εκατ. ευρώ ετησίως για την έρευνα γύρω από τον εγκέφαλο μεταξύ 2007 και 2019 [21]. Εκτιμάται ότι λιγότερο από το 10% του συνολικού προϋπολογισμού βιοϊατρικής έρευνας ύψους 8 δισεκατομμυρίων ευρώ δαπανάται για την έρευνα νευρολογικών παθήσεων, σε σύγκριση με το 40% του φορτίου των νευρολογικών διαταραχών [22, 23]. Στις Ηνωμένες Πολιτείες, τα Εθνικά Ινστιτούτα Υγείας (NIH) δαπανούν (μόνο) το 20% του συνολικού τους προϋπολογισμού των 48 δισεκατομμυρίων δολαρίων για την έρευνα του εγκεφάλου [24]. Αν υποθέσουμε ότι μόνο το ήμισυ των πόρων για την έρευνα του εγκεφάλου δαπανάται στην έρευνα νευρολογικών διαταραχών - το άλλο μισό δαπανάται στην έρευνα για την ψυχική υγεία - αυτό αντιπροσωπεύει ένα δραματικό κενό χρηματοδότησης της έρευνας που πρέπει επείγοντως να μειωθεί.

Τα τελευταία χρόνια έχουν γίνει σημαντικά βήματα για την αύξηση της χρηματοδότησης εντός της Ευρώπης και για τη χάραξη των προτεραιοτήτων. Το SEBRA, που δημοσιεύθηκε το 2022, ακολουθήθηκε στενά από το Στρατηγικό Ερευνητικό Θεματολόγιο της EAN για τη Νευρολογία [25]. Τα έγγραφα αυτά είχαν ως στόχο να καθορίσουν τις κύριες προτεραιότητες για την έρευνα γύρω από τον εγκέφαλο και, ειδικότερα, για τη νευρολογία, τα επόμενα χρόνια. Η επικείμενη Ευρωπαϊκή Σύμπραξη για την Υγεία του Εγκεφάλου αποτελεί επίσης μια ευπρόσδεκτη εξέλιξη από την άποψη αυτή, με πολλούς από τους οργανισμούς που συμμετείχαν στην παραγωγή του SEBRA να είναι πιθανό να συμμετάσχουν [26]. Ωστόσο, είναι ζωτικής σημασίας η κοινοπραξία να έχει τη μέγιστη δυνατή συμμετοχή και να επιτρέπει την ουσιαστική και ουσιαστική συμβολή της EAN και άλλων κρίσιμων κλινικών φορέων.

Ενώ η έρευνα για την κατανόηση των μηχανισμών των νόσων και των γενετικών παραγόντων τους θα είναι καθοριστικής σημασίας για τη μελλοντική ανάπτυξη θεραπειών και στρατηγικών για τη μεγιστοποίηση της υγείας του εγκεφάλου των μελλοντικών γενεών, είναι επίσης ζωτικής σημασίας να διεξαχθεί έρευνα που θα εντοπίσει άλλους βιολογικούς, περιβαλλοντικούς ή κοινωνικούς παράγοντες της υγείας του εγκεφάλου και θα αναπτύξει στρατηγικές

και πολιτικές που προάγουν την υγεία του εγκεφάλου. Πρέπει επείγοντως να αναπτυχθεί μια βάση τεκμηρίωσης που να επιτρέπει την ανάπτυξη και την εφαρμογή ενός Brain Health Check. Αυτό αποτελεί μια άλλη βασική προτεραιότητα για την EAN. Κατά τη διάρκεια του 2024, μια υποστηριζόμενη από την EAN, στρατηγική έδρα για την υγεία του εγκεφάλου θα ξεκινήσει στο Πανεπιστήμιο της Γάνδης, στο Βέλγιο. Είναι πιθανό να δημιουργηθούν και άλλες ακαδημαϊκές έδρες για την υγεία του εγκεφάλου σε άλλες ευρωπαϊκές . Επιπλέον, η έρευνα για τον προσδιορισμό του μεγέθους της επιβάρυνσης από αυτές τις νόσους στην Ευρώπη, όπως το πρόγραμμα της EAN Economic Burden of Neurological Diseases στη γενική νευρολογία και τις πιο διαδεδομένες νευρολογικές διαταραχές, αποτελούν άλλη μια βασική προτεραιότητα για την EAN. Τα αποτελέσματα αυτών των ερευνών αναμένεται να γίνουν διαθέσιμα το 2025.

Πυλώνας 4: Ανάπτυξη εκπαιδευτικών στρατηγικών και παροχή εκπαίδευσης στους ενδιαφερόμενους φορείς σε όλα τα σχετικά επίπεδα

Εκπαίδευση νευρολόγων και ψυχιάτρων

Η Ευρωπαϊκή Ακαδημία Νευρολογίας (EAN) επικεντρώνεται σε μεγάλο βαθμό στην εκπαίδευση των νευρολόγων μέσω διαφόρων πλατφόρμων, όπως συνέδρια, κλινικές και επιστημονικές σχολές, μαθήματα διδασκαλίας, υποτροφίες και διαδικτυακές ευκαιρίες μάθησης. Η EAN συνεργάζεται με το τμήμα νευρολογίας της Ευρωπαϊκής Ένωσης Ιατρικών Ειδικοτήτων (UEMS-SN) για την τακτική ενημέρωση και συστηματική εφαρμογή των ευρωπαϊκών απαιτήσεων μεταπτυχιακής εκπαίδευσης για τους νευρολόγους [27]. Επιπλέον, η EAN αναπτύσσει ένα προπτυχιακό πρόγραμμα σπουδών νευρολογίας με στόχο την εναρμόνιση της εκπαίδευσης των φοιτητών ιατρικής σε όλη την Ευρώπη, το οποίο θα δημοσιευθεί έως το 2025. Θα επιδιωχθεί η ενεργός συνεργασία με την Ευρωπαϊκή Ψυχιατρική Εταιρεία (EPA) και άλλους ευρωπαϊκούς οργανισμούς ιατρών που εργάζονται ενεργά με νευρολογικούς ασθενείς, κατά προτίμηση στο πλαίσιο της αποστολής Brain Health.

Αντιμετώπιση των υποειδικοτήτων και της γενικής νευρολογίας Εκπαίδευση

Για να αποφευχθεί ο κατακερματισμός της νευρολογίας σε υποειδικότητες και να αντιμετωπιστεί η έλλειψη νευρολόγων σε πολλές χώρες, η EAN τονίζει τη σημασία της εκπαίδευσης γενικών νευρολόγων. Διατηρεί στενές συνεργασίες με διάφορες νευρολογικές υποειδικότητες για να εξασφαλίσει το υψηλότερο επίπεδο εκπαίδευσης σε όλο τον τομέα. Η EAN συνεργάζεται επίσης με άλλες ιατρικές ειδικότητες, όπως η Ευρωπαϊκή Καρδιολογική Εταιρεία και η Ευρωπαϊκή Ψυχιατρική Εταιρεία, για την προώθηση της διεπιστημονικής εκπαίδευσης στις εκδηλώσεις τους [10].

Προάσπιση της υγείας του εγκεφάλου και δημόσια εκπαίδευση

Η EAN έχει ξεκινήσει ένα εκπαιδευτικό πρόγραμμα υποστήριξης της υγείας του εγκεφάλου με σκοπό να δώσει στους νευρολόγους τη δυνατότητα να υποστηρίξουν το πεδίο της νευρολογίας και την υγεία του εγκεφάλου [28]. Το πρόγραμμα αυτό περιλαμβάνει διάφορες εκπαιδευτικές δραστηριότητες, όπως συνεδρίες στο ετήσιο συνέδριο της EAN, podcasts και διαδικτυακό εκπαιδευτικό περιεχόμενο. Η EAN συνεργάζεται με οργανώσεις ασθενών για να βοηθήσει με εκπαιδευτικά προγράμματα διαφήμισης των ασθενών. Το πρόγραμμα αυτό αποτελεί μέρος της εργαλειοθήκης WHO-iGAP.

Η EAN σχεδιάζει να οργανώσει εκπαιδευτικές δραστηριότητες με επίκεντρο την υγεία του εγκεφάλου για το ευρύ κοινό, αξιοποιώντας εκδηλώσεις όπως το ετήσιο συνέδριο της EAN ως εναρκτήριο λάκτισμα για συνεχιζόμενες εθνικές πρωτοβουλίες. Αυτές οι πρωτοβουλίες έχουν ως στόχο να επεκταθούν πέρα από εφάπαξ εκδηλώσεις, δημιουργώντας μακροπρόθεσμο αντίκτυπο στις κοινότητες.

Εκπαιδευτικά προγράμματα για το κοινό

Εκπαιδευτικά προγράμματα για την υγεία του εγκεφάλου στα σχολεία

Η EAN παρέχει πλάνα για εκπαιδευτικά προγράμματα για την υγεία του εγκεφάλου σε σχολεία πρωτοβάθμιας και δευτεροβάθμιας εκπαίδευσης σε όλη την Ευρώπη. Προγράμματα όπως τα "Brain Health School Challenges" έχουν εφαρμοστεί στην Αυστρία και τη Φινλανδία, με στόχο την ενσωμάτωση της εκπαίδευσης για την υγεία του εγκεφάλου στο σχολικό πρόγραμμα σπουδών για την ευαισθητοποίηση και τη μείωση του στίγματος γύρω από τα νευρολογικά και ψυχικά νοσήματα [29].

Ενσωμάτωση της υγείας του εγκεφάλου σε εθνικές και κοινοτικές πρωτοβουλίες

Η EAN υποστηρίζει τη δημιουργία εθνικών σχεδίων δράσης για την υγεία του εγκεφάλου, τα οποία θα περιλαμβάνουν προληπτικά μέτρα και θα προωθούν τρόπους ζωής που θα είναι ωφέλιμοι για τον εγκέφαλο. Τα σχέδια αυτά περιλαμβάνουν εκστρατείες δημόσιας υγείας που ενθαρρύνουν υγιείς συμπεριφορές, όπως η τακτική άσκηση, η ισορροπημένη διατροφή και η αποτελεσματική διαχείριση του άγχους.

Συνεργασία και υποστήριξη για μη ειδικούς

Αναγνωρίζοντας την αυξανόμενη ανάγκη για φροντιστές ατόμων λόγω της γήρανσης του πληθυσμού, η EAN εστιάζει επίσης στην παροχή προσιτής εκπαίδευσης σε μη νευρολόγους, συμπεριλαμβανομένων των θεραπευτών, των νοσηλευτών και των γενικών επαγγελματιών. Η προσπάθεια αυτή περιλαμβάνει συνεργατική εκπαίδευση και για την ενίσχυση της φροντίδας ατόμων με νευρολογικές παθήσεις. Ενίσχυση της έγκαιρης διάγνωσης, ιδίως στο πλαίσιο της πρωτοβάθμιας περίθαλψης, και την εξασφάλιση μιας κλινικής πορείας που παρέχει στους ασθενείς τη σωστή θεραπεία στον σωστό χρόνο και κυρίως, την επαφή με τον κατάλληλο ειδικό.

Ανάπτυξη μεταπτυχιακών προγραμμάτων

Η EAN συνεργάζεται με ακαδημαϊκά ιδρύματα για την ανάπτυξη προπτυχιακών και μεταπτυχιακών προγραμμάτων και πιστοποιητικών προηγμένων σπουδών (CAS) στον τομέα της υγείας του εγκεφάλου. Το πρώτο διεθνές πανεπιστημιακό CAS (Certificate of Advanced Studies) για την Εγκεφαλική Υγεία ξεκίνησε το 2024 στο Πανεπιστήμιο της Βέρνης, Ελβετία, με την υποστήριξη της EAN και άλλων οργανισμών. Τα προγράμματα αυτά θα εξοπλίσουν κλινικούς γιατρούς, επιστήμονες και άλλους επαγγελματίες υγείας με προηγμένες δεξιότητες στην προώθηση και εφαρμογή μεθόδων για την υγεία του εγκεφάλου [30].

Πυλώνας 5: Ευαισθητοποίηση του κοινού

Εκστρατείες ευαισθητοποίησης του κοινού

Η EAN συμμετέχει σε διεθνείς εκστρατείες ευαισθητοποίησης του κοινού, όπως η Εβδομάδα Ενημέρωσης για τον Εγκέφαλο και η Παγκόσμια Ημέρα Εγκεφάλου, και υποστηρίζει πρωτοβουλίες για συγκεκριμένες ασθένειες, όπως η Purple Day για την επιληψία. Στόχος της EAN είναι

να ενισχύσει την προβολή των θεμάτων νευρολογικής υγείας και να προωθήσει την εμπλοκή της κοινής γνώμης και της πολιτικής.

Η ΕΥΡΩΠΗ ΕΝΑΣ ΕΧΘΡΟΣ ΤΗΣ ΝΕΥΡΟΛΟΓΙΑΣ ΕΚΚΛΗΣΕΙΣ ΓΙΑ ΔΡΑΣΗ ΠΡΟΣ ΤΟΥΣ ΕΝΔΙΑΦΕΡΟΜΕΝΟΥΣ ΠΡΟΣ ΤΗΝ ΚΑΛΥΤΕΡΗ ΥΓΕΙΑ ΤΟ 2024 - 2026 (**ΣΧΗΜΑ 2)**

**Νευρολόγοι και ψυχίατροι, παιδονευρολόγοι,
νευροεπανορθωτές, νοσηλευτές, θεραπευτές
νευρολογικών ασθενών**

Γίνετε πρωταθλητές για την υγεία του εγκεφάλου! Κατανοήστε τη σημασία της και υποστηρίξτε την! Εκπαιδευτείτε σχετικά με το τι συνιστά την υγεία του εγκεφάλου και αξιοποιήστε τις γνώσεις σας για να προωθήσετε την ευαισθητοποίηση σχετικά με τη σημασία της πρόληψης, την αναγκαιότητα της συνεχιζόμενης έρευνας και την ολιστική φύση της υγείας του εγκεφάλου. Συμμετέχετε σε συζητήσεις σχετικά με την υγεία του εγκεφάλου με συναδέλφους, ασθενείς, οργανισμούς, κυβερνητικούς αξιωματούχους και το ευρύ κοινό. Οι προσπάθειές σας είναι ζωτικής σημασίας για τη διαμόρφωση ενός μέλλοντος όπου η υγεία του εγκεφάλου θα αποτελεί προτεραιότητα και θα διατηρείται.

Πάροχοι υγειονομικής περίθαλψης

Αγκαλιάστε την αποστολή Brain Health, ενσωματώνοντας μια ολιστική προσέγγιση στην πρακτική σας! Κατανοήστε ότι η υγεία του εγκεφάλου περιλαμβάνει κάτι περισσότερο από την απουσία μιας ασθένειας- περιλαμβάνει την προώθηση της συνολικής ευημερίας. Ενσωματώνοντας αυτή την αντίληψη στην καθημερινή σας εργασία, μπορείτε να συμβάλλετε σημαντικά στην πρόληψη των νευρολογικών και ψυχιατρικών διαταραχών και να βελτιώσετε την ποιότητα ζωής των ασθενών σας.

Ασθενείς

Ασθενείς, είστε οι βασικοί ενδιαφερόμενοι σε κάθε προσπάθεια για την υγεία του εγκεφάλου. Εσείς είστε η κύρια κινητήρια δύναμη και η αιτιολόγηση για τους παρόχους υγειονομικής περίθαλψης. Η συμβολή σας στην ανάπτυξη πολιτικών υγείας, την έρευνα, την καινοτομία, την υπεράσπιση και την ευαισθητοποίηση του κοινού είναι ανεκτίμητη. Οι πάροχοι υγειονομικής περίθαλψης και όλοι οι άλλοι ενδιαφερόμενοι θα πρέπει να συνεργαστούν στενά με εσάς και τις οργανώσεις ασθενών σας για την επίτευξη των στόχων που περιγράφονται στην παρούσα πρόσκληση για δράση.

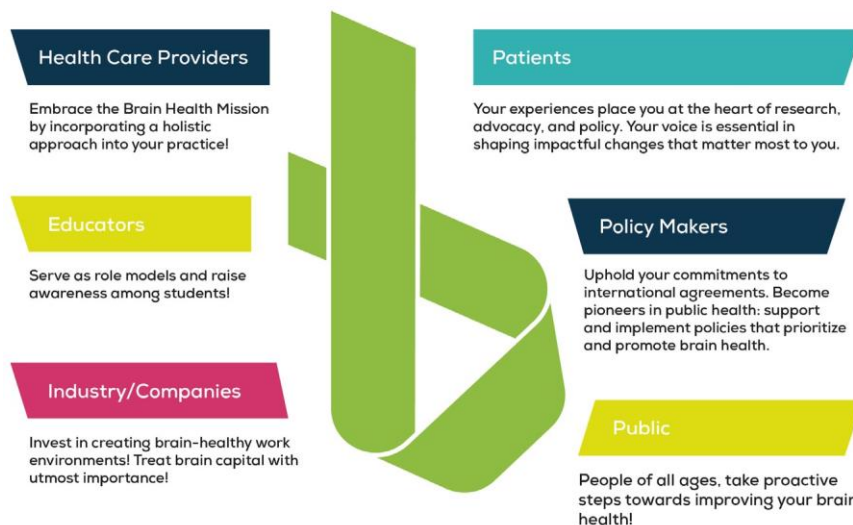
Δημόσιο

Ανθρωποι όλων των ηλικιών, λάβετε προληπτικά μέτρα για τη βελτίωση της υγείας του εγκεφάλου σας! Υιοθετήστε πρακτικές υγιεινού

τρόπου ζωής, όπως περιγράφονται στο εσωτερικό στρώμα του σχήματος "Προστασία". Ενισχύστε τον εαυτό σας διατηρώντας τον εγκέφαλό σας υγιή: κόψτε το κάπνισμα, διατηρήστε υγιή επίπεδα αρτηριακής πίεσης, να είστε

ΣΤΟΙΧΕΙΟ 2 Ζητάει γωγή προς την κατεύθυνση
καλύτερη υγεία του εγκεφάλου.

Calls for Action Towards Better Brain Health



**Become champions for brain health:
Understand its significance and advocate for it!**

σωματικά δραστήριοι, διατηρήστε ένα υγιές βάρος, κοιμηθείτε αρκετά, διαμορφώστε θετικές σχέσεις και να διαχειριστείτε το σάκχαρο στο αίμα σας.

Προασπίστε την υγεία σας ζητώντας παραπομπές σε νευρολόγους ή ψυχιάτρους όταν είναι απαραίτητο. Αξιοποιήστε τις διαθέσιμες πηγές για να παραμείνετε ενημερωμένοι και να εκπαιδεύσετε τους γύρω σας σχετικά με τις διάφορες στρατηγικές πρόληψης νευρολογικών και ψυχιατρικών ασθενειών. Κατανοήστε τη σημασία της διαβούλευσης με ειδικούς για τη διατήρηση της βέλτιστης υγείας του εγκεφάλου.

Εκπαιδευτικοί

Λειτουργήστε ως πρότυπα και ευαισθητοποιήστε τους μαθητές! Ενσωματώστε την υγεία του εγκεφάλου (τόσο την ψυχική όσο και τη νευρολογική) στο πρόγραμμα σπουδών σας όπου είναι δυνατόν! Αυτή η ενσωμάτωση μπορεί να γίνει σε διάφορα επιμέρους μαθήματα, όπως η βιολογία, ο αθλητισμός και η φιλοσοφία. Εκπαιδεύοντας τη νέα γενιά σχετικά με την υγεία του εγκεφάλου, καλλιεργείτε μια κουλτούρα που εκτιμά και δίνει προτεραιότητα στην ψυχική και νευρολογική ευημερία.

πολιτικές που προάγουν την υγεία του εγκεφάλου! Συνεργαστείτε με νευρολόγους, ψυχιάτρους, νευροεπιστήμονες, παρόχους υγειονομικής περίθαλψης, εμπειρογνώμονες δημόσιας υγείας και οργανώσεις ασθενών για να εξασφαλίσετε ολοκληρωμένες στρατηγικές για την υγεία του εγκεφάλου. Αυξήστε τις δημόσιες δαπάνες για τη νευρολογική έρευνα, ιδίως την κλινική και ασθενοκεντρική έρευνα. Επιπλέον, επενδύστε στην έρευνα που επικεντρώνεται στην πρόληψη για να οικοδομήσετε ένα μέλλον όπου οι νευρολογικές και

<u>English</u>	<u>Ελληνική</u>
<u>Health Care Providers</u>	<u>Πάροχοι υγειονομικής περίθαλψης</u>
<u>Embrace the Brain Health Mission by incorporating a holistic approach into your practice!</u>	<u>Αγκαλιάστε την αποστολή Brain Health, ενσωματώνοντας μια ολιστική προσέγγιση στην πρακτική σας!</u>
<u>Educators</u>	<u>Εκπαιδευτικοί</u>
<u>Serve as role models and raise awareness among students!</u>	<u>Λειτουργήστε ως πρότυπα και ευαισθητοποιήστε τους μαθητές!</u>
<u>Industry/Companies</u>	<u>Βιομηχανία/Εταιρείες</u>
<u>Invest in creating brain-healthy work environments! Treat brain capital with utmost importance!</u>	<u>Επενδύστε στη δημιουργία εγκεφαλικά υγιεινών εργασιακών περιβαλλόντων! Αντιμετωπίστε το κεφάλαιο που είναι ο εγκέφαλος, με ύψιστη σημασία!</u>
<u>Patients</u>	<u>Ασθενείς</u>
<u>Your experiences place you at the heart of research, advocacy, and policy. Your voice is essential in shaping impactful changes that matter most to you.</u>	<u>Οι εμπειρίες σας σας τοποθετούν στο επίκεντρο της έρευνας, της συνηγορίας και της πολιτικής. Η φωνή σας είναι ουσιαστική για τη διαμόρφωση σημαντικών αλλαγών που έχουν μεγαλύτερη σημασία για εσάς.</u>
<u>Policy Makers</u>	<u>Υπεύθυνοι χάραξης πολιτικών</u>
<u>Uphold your commitments to international agreements. Become pioneers in public health: support and implement policies that prioritize and promote brain health.</u>	<u>Τηρήστε τις δεσμεύσεις σας σε διεθνείς συμφωνίες. Γίνετε πρωτοπόροι στη δημόσια υγεία: υποστηρίξτε και εφαρμόστε πολιτικές που δίνουν προτεραιότητα και προωθούν την υγεία του εγκεφάλου.</u>
<u>Public</u>	<u>Κοινό</u>
<u>People of all ages, take proactive steps towards improving your brain health!</u>	<u>Άνθρωποι όλων των ηλικιών, λάβετε προληπτικά μέτρα για τη βελτίωση της υγείας του εγκεφάλου σας!</u>

Φορείς χάραξης πολιτικής

Γίνετε πρωτοπόροι στη δημόσια υγεία! Υποστηρίξτε και εφαρμόστε

οι ψυχιατρικές ασθένειες μπορούν να μετριαστούν ή να καθυστερήσουν. Εφαρμογή διεθνών συμφωνιών, όπως η WHO-iGAP, και απόδοση προτεραιότητας στην υγεία του εγκεφάλου στις διαδικασίες χάραξης πολιτικής.

Βιομηχανία/Εταιρείες

Επενδύστε στη δημιουργία εγκεφαλικά υγιεινών εργασιακών περιβαλλόντων! Αντιμετωπίστε το κεφάλαιο που είναι ο εγκέφαλος, με ύψιστη σημασία! Υποστηρίξτε ερευνητικές πρωτοβουλίες με στόχο την κατανόηση και την ενίσχυση της υγείας του εγκεφάλου. Καλλιεργώντας μια εργασιακή κουλτούρα που δίνει προτεραιότητα στην ψυχική και νευρολογική ευημερία, οι επιχειρήσεις μπορούν να συμβάλουν στη συνολική υγεία των εργαζομένων τους και, με τη σειρά τους, να ενισχύσουν την παραγωγικότητα και την καινοτομία.

Κυβερνήσεις/χώρες

Ενσωματώστε την υγεία του εγκεφάλου στις εθνικές πολιτικές, όπως συμφωνήθηκε στο πλαίσιο του WHO-iGAP. Συνεργαστείτε με νευρολόγους, ψυχιάτρους, παρόχους υγειονομικής περίθαλψης και οργανώσεις ασθενών για την ανάπτυξη και εφαρμογή αποτελεσματικών στρατηγικών για την υγεία του εγκεφάλου. Αναλάβετε επείγουσες πρωτοβουλίες για τη μείωση του δραματικού ελλείμματος χρηματοδότησης της νευρολογικής έρευνας, αξιοποιώντας την πρόσφατα δημοσιευμένη Στρατηγική Ατζέντα Έρευνας της EAN για τη Νευρολογία [24], η οποία καθορίζει κλινικά σχετικές και ασθενοκεντρικές ερευνητικές προτεραιότητες. Επενδύστε στην έρευνα που επικεντρώνεται στην πρόληψη για να εξασφαλίσετε ένα μέλλον όπου τα νευρολογικά και ψυχιατρικά νοσήματα θα είναι λιγότερο διαδεδομένα, εξασφαλίζοντας τελικά έναν υγιέστερο πληθυσμό.

Το infographic "Brain Bubble" για την υγεία του εγκεφάλου

Η EAN δημιούργησε ένα infographic που δείχνει τα τρία επίπεδα της υγείας του εγκεφάλου. Το infographic αναπτύχθηκε το 2021 και δημοσιεύθηκε για πρώτη φορά στη στρατηγική της EAN για την υγεία του εγκεφάλου [12].

Τα τελευταία χρόνια έχει επικαιροποιηθεί και τώρα περιλαμβάνει επίσης:

- Υπεύθυνη κατανάλωση μέσων μαζικής ενημέρωσης (στο πλαίσιο της "Διατήρησης")
- Πρόληψη μολυσματικών ασθενειών (π.χ. με εμβολιασμό ή αποφυγή τσιμπημάτων κουνουπιών), σύμφωνα, για παράδειγμα, με την πρωτοβουλία του WHO για την καταπολέμηση της μηνιγγίτιδας [31] (Προστασία).
- Πολιτική (σχέδιο)

Τα τρία στρώματα της υγείας του εγκεφάλου επηρεάζονται έντονα και αλληλοεξαρτώνται το ένα από το άλλο:

Στρώμα 1: Σχέδιο

Στόχος: Μια κοινωνία που είναι συνδεδεμένη και προσεγγίζει την υγεία των μελών της ολιστικά.

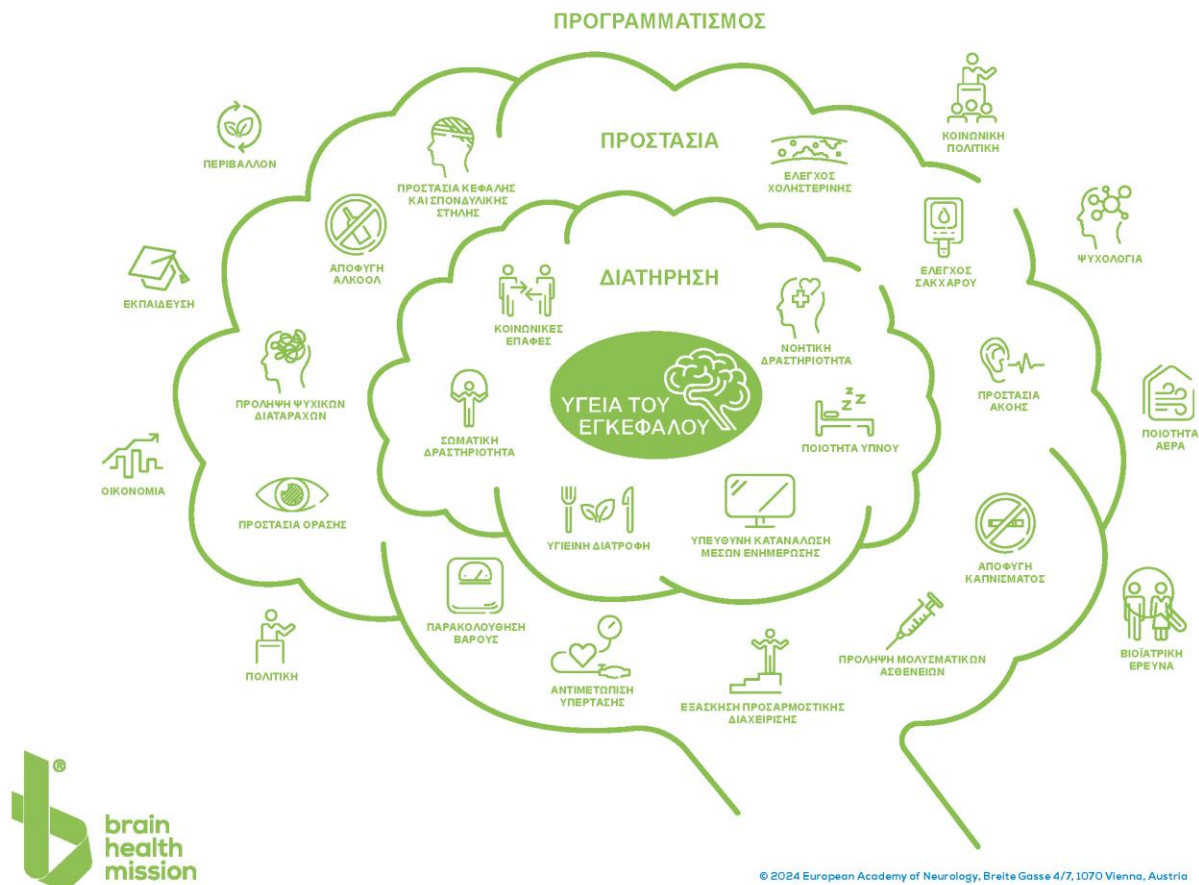
Αντικείμενα: Ατμοσφαιρική ποιότητα, βιολογική έρευνα Οικονομία, Εκπαίδευση, Περιβάλλον, Πολιτική, Ψυχολογία, Κοινωνική Πολιτική (Σχήμα 3).

Εδώ απαριθμούνται εξωτερικές επιρροές που φαίνεται να ξεφεύγουν από το πεδίο δράσης των ατόμων. Ωστόσο, επηρεάζουν τη ζωή και την υγεία όλων μας. Με τη λήψη τεκμηριωμένων αποφάσεων αυτές μπορούν να αλλάξουν από τις κοινωνίες και τις κυβερνήσεις και η συμπεριφορά των ατόμων μπορεί να συμβάλει στην αλλαγή του πολιτισμού και του περιβάλλοντος. Η αλλαγή των πολιτικών, των κυβερνήσεων, των πολιτικών προσώπων και των ενδιαφερομένων μπορεί να επηρεάσει το μέλλον της υγείας και της ευημερίας των κοινωνιών.

Στρώμα 2: Προστασία

Στόχος: Μια κοινωνία στην οποία η υποστήριξη των υγειονομικών μπορεί να στηρίξει τα άτομα της και να υπάρχει επένδυση σε μέτρα που μπορούν να μειώσουν το αντίκτυπο των ασθενειών.

Αντικείμενα: Αποφυγή του αλκοόλ, αποφυγή του καπνίσματος, έλεγχος του σακχάρου στο αίμα, έλεγχος της χοληστερίνης, Διατήρηση φυσιολογικού βάρους, Προστασία του κρανίου και της σπονδυλικής στήλης, Προστασία της ακοής, Προστασία της όρασης, Εκπαίδευση στην προσαρμοστική αντιμετώπιση, Αντιμετώπιση της υπέρτασης.



ΦΙΓΟΡΙΑ3 Ο εγκέφαλος Bubble [13].

ΟΔΙΚΟΣ ΧΑΡΤΗΣ ΓΙΑ ΤΗΝ ΥΓΕΙΑ ΤΟΥ ΕΓΚΕΦΑΛΟΥ ΣΤΗΝ ΕΥΡΩΠΗ

Η προστασία της υγείας του εγκεφάλου μπορεί να επιτευχθεί από τα άτομα που συνεργάζονται με τον κοινωνικό τους περίγυρο. Τα άτομα είναι σε θέση να φροντίζουν την υγεία του εγκεφάλου τους μόνο σε ένα περιβάλλον στο οποίο υποστηρίζονται. Η υποστήριξη αυτή μπορεί να παρέχεται από νευρολόγους, ψυχολόγους, νοσηλευτές, θεραπευτές, γενικούς ιατρούς, κυβερνήσεις και εκπαιδευτικούς, αλλά και από τους γονείς και τις οικογένειες των ατόμων.

Όσο καλύτερα σχεδιάζει μια κοινωνία (βλ. 6.9.1-Στρώμα 1), τόσο καλύτερα μπορεί να υποστηρίξει τα μέλη της.

Στρώμα 3: Διατήρηση

Στόχος: Μια κοινωνία στην οποία κάθε άτομο θα έχει τη γνώση και την ικανότητα να φροντίζει την υγεία του εγκεφάλου του.

Αντικείμενα: Υγιεινή διατροφή, Ψυχική δραστηριότητα, Σωματική δραστηριότητα, Υπεύθυνη κατανάλωση μέσων ενημέρωσης, Ποιότητα ύπνου, Κοινωνικές επαφές.

Εδώ αναφέρονται μέτρα που μπορούν να λάβουν τα άτομα από μόνα τους και που μπορούν να επηρεάσουν οι ίδιοι. Φυσικά, η εκπαίδευση σχετικά με τις επιπτώσεις αυτών των μέτρων είναι απαραίτητη, και ένα υποστηρικτικό, καλά σχεδιασμένο, ασφαλές περιβάλλον, θα είναι απαραίτητο για να μπορέσουν τα άτομα να λάβουν αυτά τα μέτρα.

ΣΥΜΠΕΡΑΣΜΑ

Στο παρόν έγγραφο, περιγράψαμε την αποστολή και το όραμα της EAN, της Ευρωπαϊκής Ακαδημίας Νευρολογίας, καθώς και τις διάφορες δραστηριότητες και πρωτοβουλίες της για την προώθηση του τομέα της νευρολογίας και τη βελτίωση της ποιότητας ζωής των ατόμων με νευρολογικές διαταραχές. Επισημάναμε ορισμένα από τα

βασικά επιτεύγματα και τις προκλήσεις της EAN, όπως τα επιστημονικά συνέδρια, τα εκπαιδευτικά προγράμματα, τις εκστρατείες ευαισθητοποίησης του κοινού και τις προσπάθειες διαφήμισης. Συζητήσαμε επίσης ορισμένες από τις μελλοντικές κατευθύνσεις και ευκαιρίες της EAN, όπως η επέκταση των παγκόσμιων συνεργασιών της, η προώθηση της διεπιστημονικής έρευνας και η υιοθέτηση του ψηφιακού μετασχηματισμού.

Πιστεύουμε ότι η EAN είναι ένας κορυφαίος οργανισμός στον τομέα

της νευρολογίας και ότι έχει σημαντικό αντίκτυπο στις επιστημονικές, κλινικές και κοινωνικές πτυχές της υγείας του εγκεφάλου. Αναγνωρίζουμε επίσης ότι η EAN αντιμετωπίζει πολλές προκλήσεις και αβεβαιότητες στο ταχέως μεταβαλλόμενο και πολύπλοκο περιβάλλον της υγειονομικής περίθαλψης και της έρευνας. Ως εκ τούτου ενθαρρύνουμε την EAN και τη νευρολογική κοινότητα να συνεχίσουν τις προσπάθειες για την προώθηση της αριστείας, της καινοτομίας και της συνεργασίας στο πεδίο της νευρολογίας και να ανταποκριθούν στις ανάγκες και τις προσδοκίες των μελών, των εταίρων και των ενδιαφερομένων μερών της. Ελπίζουμε ότι το παρόν έγγραφο παρέχει μια χρήσιμη επισκόπηση της EAN και της τρέχουσας συμβολής και των σχεδίων της για την

και πέραν αυτής. Ελπίζουμε ότι θα εμπνεύσει περαιτέρω διάλογο και συνεργασία μεταξύ της νευρολογικής κοινότητας και όλων των σχετικών ενδιαφερομένων και ότι οι εκκλήσεις μας για αλλαγή και δράση θα ακολουθηθούν από συγκεκριμένες και αναγκαίες δράσεις.

ΣΥΝΕΙΣΦΟΡΕΣ ΤΩΝ ΣΥΓΓΡΑΦΕΩΝ

Paul A. J. M. Boon: Συγγραφή - αρχικό προσχέδιο, μεθοδολογία- εποπτεία. **Thomas Berger:** Συγγραφή - κριτική και

επιμέλεια- επίβλεψη. **Matilde Leonardi:** Συγγραφή - αναθεώρηση και επιμέλεια- επίβλεψη. **Tony Marson:** Συγγραφή - αναθεώρηση και επιμέλεια. **Ulf Kallweit:** Συγγραφή - αναθεώρηση και επιμέλεια- επίβλεψη. **Elena Moro:** Συγγραφή - αναθεώρηση και επιμέλεια- επίβλεψη. **Antonio Toscano:** Επίβλεψη. **Irena Rektorova:** Συγγραφή - αναθεώρηση και επιμέλεια- επίβλεψη. **Alice Accorroni:** Συγγραφή - αναθεώρηση και επιμέλεια- εποπτεία. **Charlotte Scheerens:** Writing - αναθεώρηση και επεξεργασία. **Antonia Boesch:** Οπτικοποίηση, συγγραφή - επανεξέταση και επεξεργασία. **Michael Crean:** Μεθοδολογία, επικύρωση, οπτικοποίηση, συγγραφή - ανασκόπηση και επιμέλεια, διοίκηση έργου, επίσημη ανάλυση, λογισμικό, επίβλεψη, επιμέλεια δεδομένων, πόροι. **Anja Sander:** Συγγραφή - αρχικό προσχέδιο- μεθοδολογία- υπερ- όραμα- διοίκηση έργου. **Simon Lee:** Συγγραφή - αναθεώρηση και επιμέλεια- οπτικοποίηση. **Claudio L:** Συγγραφή - αναθεώρηση και επιμέλεια-Επίβλεψη.

ΔΗΛΩΣΗ ΔΙΑΘΕΣΙΜΟΤΗΤΑΣ ΔΕΔΟΜΕΝΩΝ

Η κοινή χρήση δεδομένων δεν ισχύει για το παρόν άρθρο, καθώς δεν δημιουργήθηκαν ή αναλύθηκαν νέα δεδομένα σε αυτή τη μελέτη.

ORCID

Paul A. J. M. Boon  <https://orcid.org/0000-0002-4180-8896>

Ulf Kallweit  <https://orcid.org/0000-0003-1975-6919>

Irena Rektorova  <https://orcid.org/0000-0002-5455-4573>

REFER EN CE S

1. GBD 2021 Nervous System Disorders Collaborators. Global, regional, and national burden of disorders affecting the nervous system, 1990-2021: a systematic analysis for the global burden of disease study 2021. *The Lancet Neurology*. 2024;23(4):344-381. doi:[10.1016/S1474-4422\(24\)00038-3](https://doi.org/10.1016/S1474-4422(24)00038-3)
2. GBD 2019 Mental Disorders Collaborators. Global, regional, and national burden of 12 mental disorders in 204 countries and territories, 1990-2019: a systematic analysis for the global burden of disease study 2019. *Lancet Psychiatry*. 2022;9(2):137-150. doi:[10.1016/S2215-0366\(21\)00395-3](https://doi.org/10.1016/S2215-0366(21)00395-3)
3. Deuschl G, Beghi E, Fazekas F, et al. The burden of neurological diseases in Europe: an analysis for the global burden of disease study 2017. *Lancet Public Health*. 2020;5(10):e551-e567. doi:[10.1016/S2468-2667\(20\)30190-0](https://doi.org/10.1016/S2468-2667(20)30190-0)
4. Tramonti F, Bonfiglio L, Bongioanni P, et al. Caregiver burden and family functioning in different neurological diseases. *Psychol Health Med*. 2019;24(1):27-34. doi:[10.1080/13548506.2018.1510131](https://doi.org/10.1080/13548506.2018.1510131)
5. Sex, gender, and the cost of neurological disorders, editorial. *Lancet Neurol*. 2023;22-5:367.
6. Dodel R, Boon P, et al. *Cost of Neurological Disorders in Europe— COIN-EU*. Unpublished study; 2024 <https://www.ean.org/research/projects/economic-burden-of-neurological-diseases-in-europe>
7. Economist Impact—The Value of Action: Mitigating the global impact of neurological disorders. https://impact.economist.com/perspectives/sites/default/files/download/the_value_of_action_mitigating_the_global_impact_of_neurological_disorders_methodology_sep_2022.pdf
8. Optimizing brain health across the life course: WHO position paper. <https://iris.who.int/bitstream/handle/10665/361251/9789240054561-eng.pdf?sequence=1>

9. World Health Organisation Intersectoral Global Action Plan on Epilepsy and other Neurological Disorders. <https://www.who.int/publications/i/item/9789240076624>
10. Bassetti CLA, Accorroni A, Arnesen A, et al. General neurology: current challenges and future implications. *Eur J Neurol*. 2024;31(6):e16237. doi:10.1111/ene.16237
11. Eyre HA, Hynes W, Ayadi R, Manes F, Swieboda P. Brain capital is crucial for global sustainable development. *Lancet Neurol*. 2024;23(3):233-235. doi:10.1016/S1474-4422(24)00031-0
12. Lock SL. The benefits of brain health to our economies. *Nat Aging*. 2023;3(1):1-2. doi:10.1038/s43587-022-00302-z
13. Bassetti CLA, Endres M, Sander A, et al. The European academy of neurology brain health strategy: one brain, one life, one approach. *Eur J Neurol*. 2022;29(9):2559-2566. doi:10.1111/ene.15391
14. Shared European Brain Research Agenda. https://www.ebra.eu/wp-content/uploads/2022/03/SEBRA_OpenConsultation.pdf
15. Rost NS, Salinas J, Jordan JT, et al. The brain health imperative in the 21st century-a call to action: the AAN brain health platform and position statement. *Neurology*. 2023;101(13):570-579. doi:10.1212/WNL.0000000000207739
16. Grisold W, Karlshøj K, Freedman M, et al. Brain health as a global priority, view from WHO: editorial from the world Federation of Neurology. *J Neurol Sci*. 2022;440:120337. doi:10.1016/j.jns.2022.120337
17. Intersectoral global action plan on epilepsy and other neurological disorders 2022–2031: implementation toolkit. <https://www.who.int/publications/i/item/9789240096356>
18. The Brain Health Mission. www.brainhealthmission.org
19. Bassetti CLA, Heldner MR, Adorjan K, et al. The swiss brain health plan 2023–2033. *Clinical and Translational Neuroscience*. 2023;7(4):38. doi:10.3390/ctn7040038
20. Winter SF, Walsh D, Catsman-Berrevoets C, et al. National plans and awareness campaigns as priorities for achieving global brain health. *Lancet Glob Health*. 2024;12(4):e697-e706. doi:10.1016/S2214-109X(23)00598-3
21. EBRA European Research Inventory and Mapping Report. <https://www.ebra.eu/mapping-report/>
22. Bouillon R, Slordahl S, Nogueira MM, et al. Public investment in biomedical research in Europe. *Lancet*. 2015;386: 10001-11335.
23. The Lancet Neurology. Neurological burden and European investment: a disconnect. *Lancet Neurol*. 2021;20(2):81. doi:10.1016/S1474-4422(21)00003-x
24. National Institutes of Health (NIH). Direct Economic Contributions, Research Investment, Annual Review. 2023.
25. Boon P, Lescauwat E, Aleksovska K, et al. A strategic neurological research agenda for Europe: towards clinically relevant and patient-centered neurological research priorities. *Eur J Neurol*. 2024;31:16137.
26. European Partnership for Brain Health. <https://www.brainhealth-partnerships.eu>
27. European Training Requirements for Neurology. UEMS-Neuroboard.org
28. EAN Advocacy Training for Neurology and Brain Health. <https://www.ean.org/ean/advocacy/training/ean-advocacy-training-for-neurology-and-brain-health>
29. Brain Health Mission—Brain Health School Challenge Project. <https://www.ean.org/brain-health-mission/activities-events/brain-health-school-challenge-project>
30. Certificate of Advanced Studies in Brain Health. https://www.unibe.ch/continuing_education_programs/cas_in_brain_health/index_eng.html
31. Defeating meningitis by 2030, a global road map, WHO. 2021, ISBN 978-92-4-002641-4.

ΥΠΟΣΤΗΡΙΚΤΙΚΕΣ ΠΛΗΡΟΦΟΡΙΕΣ

Πρόσθετες υποστηρικτικές πληροφορίες μπορούν να βρεθούν στο διαδίκτυο στο

Τμήμα υποστηρικτικών πληροφοριών στο τέλος του παρόντος .

Πώς να παραθέσετε αυτό το άρθρο: Boon PAJM, Berger T, Leonardi M, et al. *Eur J Neurol*. 2025;32:e16589. doi:10.1111/ene.16589