

1. REBRAIN GREECE ΣΤΗ ΝΕΑ ΥΟΡΚΗ ΜΕ 35 ΕΛΛΗΝΙΚΕΣ ΕΤΑΙΡΕΙΕΣ

Μέσο: ΚΑΘΗΜΕΡΙΝΗ

Ημ. Έκδοσης: . . . 04/12/2025 Ημ. Αποδελτίωσης: . . . 04/12/2025

Σελίδα: 26



Rebrain Greece στη Νέα Υόρκη με 35 ελληνικές εταιρείες

Στη Νέα Υόρκη, την Κυριακή 7 Δεκεμβρίου, υπό την αιγίδα του υπουργείου Εργασίας και της επιτυχημένης δράσης του Rebrain Greece, 35 ελληνικές εταιρείες, από τις κορυφαίες όλων των κλάδων, θα διερευνήσουν τις πιθανότητες εξεύρεσης Ελλήνων υψηλής εξειδίκευσης που διαβιούν και εργάζονται στις Ηνωμένες Πολιτείες και τον Καναδά και επιθυμούν να επιστρέψουν στη χώρα τους. Οι 35 αυτές εταιρείες δραστηριοποιούνται στον κατασκευαστικό και τεχνικό κλάδο, στην τεχνολογία, στην τεχνητή νοημοσύνη, στην έρευνα και

ανάπτυξη (R&D), στην πληροφορική, στη βιομηχανία και παραγωγή, στον χρηματοοικονομικό κλάδο, στην ενέργεια, στον ασφαλιστικό κλάδο, στα νομικά επαγγέλματα, στη ναυτιλία, στον κλάδο της συμβουλευτικής, στις τηλεπικοινωνίες, στον τομέα της ενημέρωσης και των media, στον τουρισμό και στη φιλοξενία, στη φαρμακοβιομηχανία καθώς και στον ιατρικό – υγειονομικό κλάδο. Αναλυτικά οι επιχειρήσεις που συμμετέχουν: AAnG Group, Aegean Airlines, Aktor Group, Alpha Bank, Alter Ego Media S.A., ANTENNA Group, Athens Medical Group, AVAX, Cenergy Holdings, COSMOTE TELEKOM, CrediaBank, DEDDIE, ΔΕΗ, Deloitte, Ελληνικός Χρυσός, ElvalHalcor, Hellenic Cables Group, EUNICE Energy Group, Eurobank, EY, Hellenic Healthcare Group, HELLENiQ Energy, IASO Group, IMITHEA MEDICAL GROUP, LAMDA Development, Metlen Energy & Metals, Motor Oil, National Bank of Greece, Papastratos, Pfizer, Piraeus Bank, Qualco Group, THEON Group, TITAN Group, Tsakos Energy Navigation (TEN).



2. ΝΙΚΗΣΑΝ ΤΟΝ ΚΑΡΚΙΝΟ , ΠΑΛΕΥΟΥΝ ΜΕ ΤΗΝ ΚΑΤΑΘΛΙΨΗ

Μέσο:ΚΑΘΗΜΕΡΙΝΗ

Ημ. Έκδοσης: ...04/12/2025 Ημ. Αποδελτίωσης: ...04/12/2025

Σελίδα:1



Νίκησαν τον καρκίνο, παλεύουν με την κατάθλιψη

Τι έδειξε μελέτη στις ΗΠΑ

Αντιμέτωποι με την απειλή της κατάθλιψης βρίσκονται επιζώντες μετά τη μάχη με τον καρκίνο. Μεγάλη μελέτη στις ΗΠΑ ανέλυσε τα δεδομένα 53.769 ανθρώπων ηλικίας 66 ετών και άνω, οι οποίοι είχαν επιβιώσει τουλάχιστον πέντε χρόνια μετά τη διάγνωση του καρκίνου τους. Στο διάστημα μεταξύ του 5ου και του 10ου έτους από τη διάγνωση, τα ποσοστά εμφάνισης κατάθλιψης ήταν αξιοσημείωτα. **Σελ. 7**

Μέσο:ΚΑΘΗΜΕΡΙΝΗ

Ημ. Έκδοσης: ...04/12/2025 Ημ. Αποδελτίωσης: ...04/12/2025

Σελίδα:7



ΜΕΛΕΤΗ ΣΤΙΣ ΗΠΑ

Η κατάθλιψη μετά από καρκίνο

Της ΠΕΝΝΥΣ ΜΠΟΥΛΟΥΤΖΑ

Μετά τη μεγάλη μάχη με τον καρκίνο οι επιζώντες βρίσκονται αντιμέτωποι με την απειλή της κατάθλιψης. Πρόσφατη μεγάλη μελέτη στις ΗΠΑ που δημοσιεύθηκε στο JAMA Network Open ανέλυσε τα δεδομένα 53.769 ανθρώπων ηλικίας 66 ετών και άνω, οι οποίοι είχαν επιβιώσει τουλάχιστον πέντε χρόνια μετά τη διάγνωση του καρκίνου τους. Στο διάστημα μεταξύ του 5ου και του 10ου έτους από τη διάγνωση, τα ποσοστά εμφάνισης κατάθλιψης ήταν αξιοσημείωτα: 13,3% στις γυναίκες με ιστορικό καρκίνου μαστού, 11,8% σε όσους είχαν διαγνωστεί με καρκίνο του παχέος εντέρου και 8,7% στους άνδρες που είχαν νοσήσει από καρκίνο του προστάτη. Τα ποσοστά αυτά υπερβαίνουν κατά πολύ την αντίστοιχη επίπτωση στον γενικό πληθυσμό της ίδιας ηλικίας, υπογραμμίζοντας πως η επιβίωση από τον καρκίνο συνοδεύεται από μακροχρόνιες ψυχολογικές επιπτώσεις, που συχνά δεν γίνονται άμεσα αντιληπτές.

Σύμφωνα με τη μελέτη, τρεις παράγοντες σχετίζονται με τον αυξημένο κίνδυνο όψιμης κατάθλιψης. Ο πρώτος είναι η οικονομική ευαλωτότητα. Ατομα με χαμηλό εισόδημα είχαν από 25% έως 38% μεγαλύτερη πιθανότητα να εκδηλώσουν καθυστερημένη κατάθλιψη. Ο δεύτερος παράγοντας είναι η ύπαρξη πολλαπλών προβλημάτων υγείας. Επιζώντες που ήδη κατά την περίοδο της διάγνωσης είχαν τρεις ή περισσότερες χρόνιες παθή-

σεις εμφάνισαν σαφώς αυξημένο κίνδυνο ψυχικής επιβάρυνσης στα χρόνια που ακολούθησαν. Και ο τρίτος, ίσως ο ισχυρότερος παράγοντας, είναι το προϋπάρχον άγχος. Άνθρωποι με ιστορικό αγχώδους διαταραχής είχαν διπλάσια ή και τριπλάσια πιθανότητα να εμφανίσουν κατάθλιψη αργότερα, με τους άνδρες που είχαν νοσήσει από καρκίνο του προστάτη να εμφανίζουν τον υψηλότερο σχετικό κίνδυνο.

Οι ερευνητές υπογραμμίζουν ότι η επιβίωση από τη νόσο συνοδεύεται από μακροχρόνιες ψυχολογικές επιπτώσεις, που συχνά δεν γίνονται άμεσα αντιληπτές.

Στο ερώτημα γιατί η κατάθλιψη εμφανίζεται τόσο αργά, οι ειδικοί απαντούν ότι η περίοδος μετά τον καρκίνο χαρακτηρίζεται από μια προσπάθεια επαναφοράς στη «φυσιολογική» ζωή, ωστόσο οι επιζώντες συχνά συνεχίζουν να αντιμετωπίζουν χρόνια κόπωση, πόνους, ορμονικές αλλαγές, μόνιμες παρενέργειες από τις θεραπείες, αλλά και έναν σταθερό φόβο υποτροπής. Παράλληλα, οι αλλαγές στην καθημερινότητα, στις προσωπικές σχέσεις ή στην οικονομική κατάσταση επιβαρύνουν ακόμη περισσότερο τη συναισθηματική ευεξία.

Όπως αναφέρουν η παθολόγος, καθηγήτρια Θεραπευτικής, Επιδημιολογίας, Προληπτικής Ιατρικής του ΕΚΠΑ Θεοδώρα Ψαλτοπούλου, η βιολόγος Αλεξάνδρα Σταυροπούλου και ο καθηγητής Θεραπευτικής, Ογκολογίας, Αιματολογίας και Διευθυντής Θεραπευτικής Κλινικής ΕΚΠΑ, νοσοκομείο «Αλεξάνδρα», Θάνος Δημόπουλος, συνοψίζοντας τα βασικότερα σημεία της μελέτης, «τα τελευταία χρόνια, η ιατρική πρόοδος στη διάγνωση και θεραπεία του καρκίνου έχει δημιουργήσει μια νέα πραγματικότητα: όλο και περισσότεροι άνθρωποι ζουν πολλά χρόνια μετά την ασθένεια, αποτελώντας μια συνεχώς αυξανόμενη κοινότητα μακροχρόνιων επιζώντων.

Παρότι η ύφεση ή η ίαση από τη νόσο είναι αναμφίβολα μια βαθιά νίκη, η ζωή μετά τον καρκίνο δεν είναι απαλλαγμένη από προκλήσεις. Ένα από τα λιγότερο αναγνωρισμένα, αλλά ιδιαίτερα σημαντικά ζητήματα που ανακύπτουν αργά – συχνά χρόνια μετά την ολοκλήρωση των θεραπειών – είναι η εμφάνιση κατάθλιψης».

Και τονίζουν: «Η επιβίωση από τον καρκίνο αποτελεί μια βαθιά προσωπική διαδρομή που δεν τελειώνει με την τελευταία θεραπεία. Η ψυχική υγεία είναι αναπόσπαστο κομμάτι αυτής της διαδρομής και είναι σημαντικό να αναγνωρίζουμε ότι η κατάθλιψη, ακόμη και όταν εμφανίζεται χρόνια μετά, είναι μια φυσική και θεραπεύσιμη συνέπεια της συνολικής εμπειρίας της ασθένειας».



Υγεία

ΥΠΕΥΘΥΝΗ ΕΚΔΟΣΗΣ ΜΑΡΘΑ ΚΑΪΤΑΝΙΔΗ



Ο «αόρατος» κίνδυνος της κατάθλιψης στους επιζώντες καρκίνου

Τρεις βασικοί παράγοντες σχετίζονται με ψυχολογικές επιπτώσεις ■ Η οικονομική ευαλωτότητα, η ύπαρξη πολλαπλών προβλημάτων υγείας και το άγχος



ίσως ο ισχυρότερος παράγοντας, είναι το προϋπάρχον άγχος.

ΣΥΣΧΕΤΙΣΗ ΜΕ ΘΕΡΑΠΕΙΕΣ. Ανθρωποι με ιστορικό αγχώδους διαταραχής είχαν διπλάσια ή και τριπλάσια πιθανότητα να εμφανίσουν κατάθλιψη αργότερα, με τους άνδρες που είχαν νοσήσει από καρκίνο του προστάτη να εμφανίζουν τον υψηλότερο σχετικό κίνδυνο. Στον καρκίνο του προστάτη, η μελέτη καταγράφει και μια σημαντική συσχέτιση ανάμεσα σε ορισμένες θεραπείες και την εμφάνιση καθυστερημένης κατάθλιψης. Η ακτινοθεραπεία, και ιδιαίτερα ο συνδυασμός της με ορμονοθεραπεία, συνοδεύτηκε από αυξημένο κίνδυνο σε σχέση με τη χειρουργική αντιμετώπιση. Αυτό πιθανόν να οφείλεται στις ορμονικές και σωματικές αλλαγές που επιφέρει η συγκεκριμένη θεραπεία, οι οποίες επηρεάζουν τη διάθεση και τη συνολική ψυχολογική κατάσταση για πολλά χρόνια μετά.

Το πιο ανησυχητικό συμπέρασμα είναι ότι όσοι εντάσσονται στην υψηλότερη κατηγορία κινδύνου έχουν έως και διπλάσια πιθανότητα να εμφανίσουν κατάθλιψη σε σχέση με τους χαμηλού κινδύνου. Για παράδειγμα, οι γυναίκες με ιστορικό καρκίνου μαστού που ανήκαν στην υψηλή κατηγορία κινδύνου είχαν 20% πιθανότητα να εκδηλώσουν κατάθλιψη μέσα σε πέντε χρόνια, ένα εντυπωσιακό ποσοστό που δείχνει πόσο απαραίτητη είναι η συστηματική παρακολούθηση της ψυχικής υγείας των επιζώντων.

Η μελέτη προσφέρει ένα ουσιαστικό μήνυμα: η φροντίδα των επιζώντων καρκίνου δεν μπορεί να σταματά όταν ολοκληρώνεται η θεραπεία. Η μετάβαση από την ογκολογική παρακολούθηση στην πρωτοβάθμια φροντίδα συχνά αφήνει κενά, ιδιαίτερα για τα άτομα που αντιμετωπίζουν πολλαπλές κοινωνικές ή υγειονομικές δυσκολίες. Η έγκαιρη αναγνώριση των ομάδων υψηλού κινδύνου μπορεί να βοηθήσει τους επαγγελματίες υγείας να προσφέρουν πιο στοχευμένη υποστήριξη, μειώνοντας τις ανισότητες στον εντοπισμό και την αντιμετώπιση της κατάθλιψης.

Η ιατρική πρόοδος στη διάγνωση και θεραπεία του καρκίνου έχει δημιουργήσει μια νέα πραγματικότητα: όλο και περισσότεροι άνθρωποι ζουν πολλά χρόνια μετά την ασθένεια, αποτελώντας μια συνεχώς αυξανόμενη κοινότητα μακροχρόνιων επιζώντων (survivors). Παρότι η ύφεση ή η ίαση από τη νόσο είναι αναμφίβολα μια βαθιά νίκη, η ζωή μετά τον καρκίνο δεν είναι απαλλαγμένη από προκλήσεις.

Μάλιστα, ένα από τα λιγότερο αναγνωρισμένα, αλλά ιδιαίτερα σημαντικά ζητήματα που ανακύπτουν αργά – συχνά, χρόνια μετά την ολοκλήρωση των θεραπειών – είναι η εμφάνιση κατάθλιψης. Μια πρόσφατη μεγάλη μελέτη στις ΗΠΑ, που δημοσιεύθηκε στο JAMA Netw Open, εξετάζει συστηματικά αυτό το φαινόμενο και αποκαλύπτει ότι η όψιμη κατάθλιψη αποτελεί μια πραγματική και συχνά υποτιμημένη απειλή για τους επιζώντες καρκίνου του

μαστού, του προστάτη και του παχέος εντέρου. Τα παραπάνω σημειώνουν η καθηγήτρια Θεραπευτικής - Επιδημιολογίας - Προληπτικής Ιατρικής, παθολόγος (Θεραπευτική Κλινική Ιατρικής Σχολής ΕΚΠΑ, Νοσοκομείο Αλεξάνδρα) Θεοδώρα Ψάλτοπούλου, και η Αλεξάνδρα Σταυροπούλου (βιολόγος), και έπετα στο κείμενο που ακολουθεί συνοψίζοντας τα κυριότερα σημεία της μελέτης.

ΗΡΕΥΝΑ. Αναλυτικότερα, η έρευνα ανέλυσε τα δεδομένα 53.769 ανθρώπων ηλικίας 66 ετών και άνω, οι οποίοι είχαν επιβιώσει τουλάχιστον πέντε χρόνια μετά τη διάγνωση του καρκίνου τους. Στο διάστημα μεταξύ του 5ου και του 10ου έτους από τη διάγνωση, τα ποσοστά εμφάνισης κατάθλιψης ήταν αξιοσημείωτα: 13,3% στις γυναίκες με ιστορικό καρκίνου μαστού, 11,8% σε όσους είχαν διαγνωστεί με καρκίνο του παχέος εντέρου και 8,7% στους άνδρες

που είχαν νοσήσει από καρκίνο προστάτη.

Δεδομένου δε, ότι υπερβαίνουν κατά πολύ την αντίστοιχη επίπτωση στον γενικό πληθυσμό της ίδιας ηλικίας, τα ποσοστά αυτά υποδηλώνουν ότι η επιβίωση από τον καρκίνο συνοδεύεται από μακροχρόνιες ψυχολογικές επιπτώσεις που συχνά δεν γίνονται άμεσα αντιληπτές.

ΓΙΑΤΙ ΛΟΓΕΙ; Το ερώτημα που τίθεται είναι γιατί η κατάθλιψη εμφανίζεται τόσο αργά. Η περίοδος μετά τον καρκίνο χαρακτηρίζεται από μια προσπάθεια επαναφοράς στη «φυσιολογική» ζωή, ωστόσο οι επιζώντες συχνά συνεχίζουν να αντιμετωπίζουν χρόνια κόπωση, πόνους, ορμονικές αλλαγές, μόνιμες παρενέργειες από τις θεραπείες, αλλά και έναν σταθερό φόβο υποτροπής. Παράλληλα, οι αλλαγές στην καθημερινότητα, στις προσωπικές σχέσεις ή στην οικονομική κατάσταση επιβα-

ρύνουν ακόμη περισσότερο τη συναισθηματική ευεξία. Καθώς η ιατρική παρακολούθηση αραιώνει και οι υποστηρικτικές υπηρεσίες μειώνονται, πολλοί άνθρωποι βρίσκονται αντιμέτωποι με τα ψυχολογικά κατάλοιπα της νόσου χωρίς επαρκή υποστήριξη.

Τα ευρήματα της μελέτης δείχνουν ότι τρεις βασικοί παράγοντες σχετίζονται σταθερά με αυξημένο κίνδυνο όψιμης κατάθλιψης, ανεξάρτητα από τον τύπο καρκίνου. Ο πρώτος είναι η οικονομική ευαλωτότητα. Άτομα με χαμηλό εισόδημα είχαν από 25% έως 38% μεγαλύτερη πιθανότητα να εκδηλώσουν καθυστερημένη κατάθλιψη. Ο δεύτερος παράγοντας είναι η ύπαρξη πολλαπλών προβλημάτων υγείας. Επιζώντες που, ήδη κατά την περίοδο της διάγνωσης, είχαν τρεις ή περισσότερες χρόνιες παθήσεις, εμφάνισαν σαφώς αυξημένο κίνδυνο ψυχικής επιβάρυνσης στα χρόνια που ακολούθησαν. Και ο τρίτος,