



ΕΘΝΙΚΟ ΙΔΡΥΜΑ ΕΡΕΥΝΩΝ  
ΙΝΣΤΙΤΟΥΤΟ ΒΙΟΛΟΓΙΚΩΝ ΕΡΕΥΝΩΝ  
& ΒΙΟΤΕΧΝΟΛΟΓΙΑΣ

*Εργαστήριο Μοριακής & Κυτταρικής Γήρανσης*

# Γενετικοί Παράγοντες Υγιούς Γήρανσης



ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ

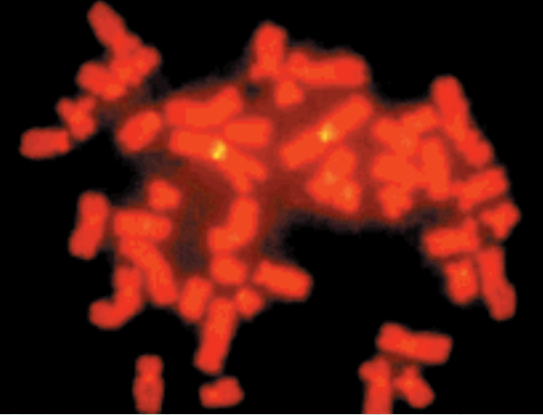




## ΕΘΝΙΚΟ ΙΔΡΥΜΑ ΕΡΕΥΝΩΝ ΙΝΣΤΙΤΟΥΤΟ ΒΙΟΛΟΓΙΚΩΝ ΕΡΕΥΝΩΝ & ΒΙΟΤΕΧΝΟΛΟΓΙΑΣ

Εργαστήριο Μοριακής & Κυτταρικής Γήρανσης

Απεικόνιση μετάφρασης  
ανθρωπίνων χρωμοσωμάτων



### ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ



# Γενετικοί Παράγοντες Υγιούς Γήρανσης



Το Εργαστήριο Μοριακής και Κυτταρικής Γήρανσης του Ινστιτούτου Βιολογικών Ερευνών & Βιοτεχνολογίας του Εθνικού Ιδρύματος Ερευνών έχει εκτελέσει σημαντική έρευνα πάνω στο φαινόμενο της γήρανσης και της μακροβιότητας του ανθρώπου. Στο πλαίσιο του προγράμματος αυτού συμμετέχει στο ευρωπαϊκό ερευνητικό έργο GEHA εκπροσώπων της χώρας μας, με σκοπό τη μελέτη των ελληνικών υπερήλικων (90+) αμφιθαλών.

Η μελέτη περιλαμβάνει γενετικές αναλύσεις και διερευνά τη σχέση της διάρκειας ζωής με το περιβάλλον και την κληρονομικότητα. Η Ελλάδα είναι μία από τις 11 χώρες που επελέγησαν για τη διεξαγωγή των αναλύσεων. Η έρευνα εστιάζεται σε δύο δραστηριότητες:

- α) συνέντευξη και συμπλήρωση ενός απλού και κατανοητού ερωτηματολογίου,
- β) συλλογή ενός μικρού δείγματος αίματος από τους αμφιθαλείς και από νεότερους συμμετέχοντες-μάρτυρες που μοιράζονται το ίδιο περιβάλλον και γενετικό υπόβαθρο. Στη συνέχεια το αίμα θα υποβληθεί σε γενετική ανάλυση για τον προσδιορισμό γονιδίων που σχετίζονται με τη μακροβιότητα.

Αντικείμενο της έρευνας είναι να **εντοπισθεί γιατί μερικές οικογένειες ζουν πολύ περισσότερο από άλλες**. Η αιτία της μακροβιότητας πιθανόν να κρύβεται στα γονίδια ή στις καλύτερες και υγιέστερες συνήθειες ζωής όπως η κατανάλωση υγιεινών τροφίμων, η αποφυγή καπνίσματος και η άσκηση.

Τα αποτελέσματα που προκύπτουν από τη μελέτη τέτοιων ηλικιωμένων ατόμων πρέπει να συγκριθούν με εκείνα που λαμβάνονται από τη μελέτη πιο νεαρών ατόμων που ζουν στην ίδια περιοχή και είναι ίδιας εθνικής προέλευσης. Ελπίζουμε ότι οι πληροφορίες που θα πάρουμε στο τέλος αυτής της μελέτης θα επιτρέψουν στις μελλοντικές γενεές να ζήσουν υγιή γηρατειά.

Η συμμετοχή των αμφιθαλών και των νεότερων μαρτύρων είναι αποκλειστικά εθελοντική. Επίσης είναι καθ' όλα εμπιστευτική και απόρρητη, η δε φύλαξη των στοιχείων τους θα γίνει με τέτοιο τρόπο (χρήση ειδικών κωδικών) έτσι ώστε το δείγμα τους να μην μπορεί σε καμία περίπτωση να συνδεθεί με τα προσωπικά τους δεδομένα.

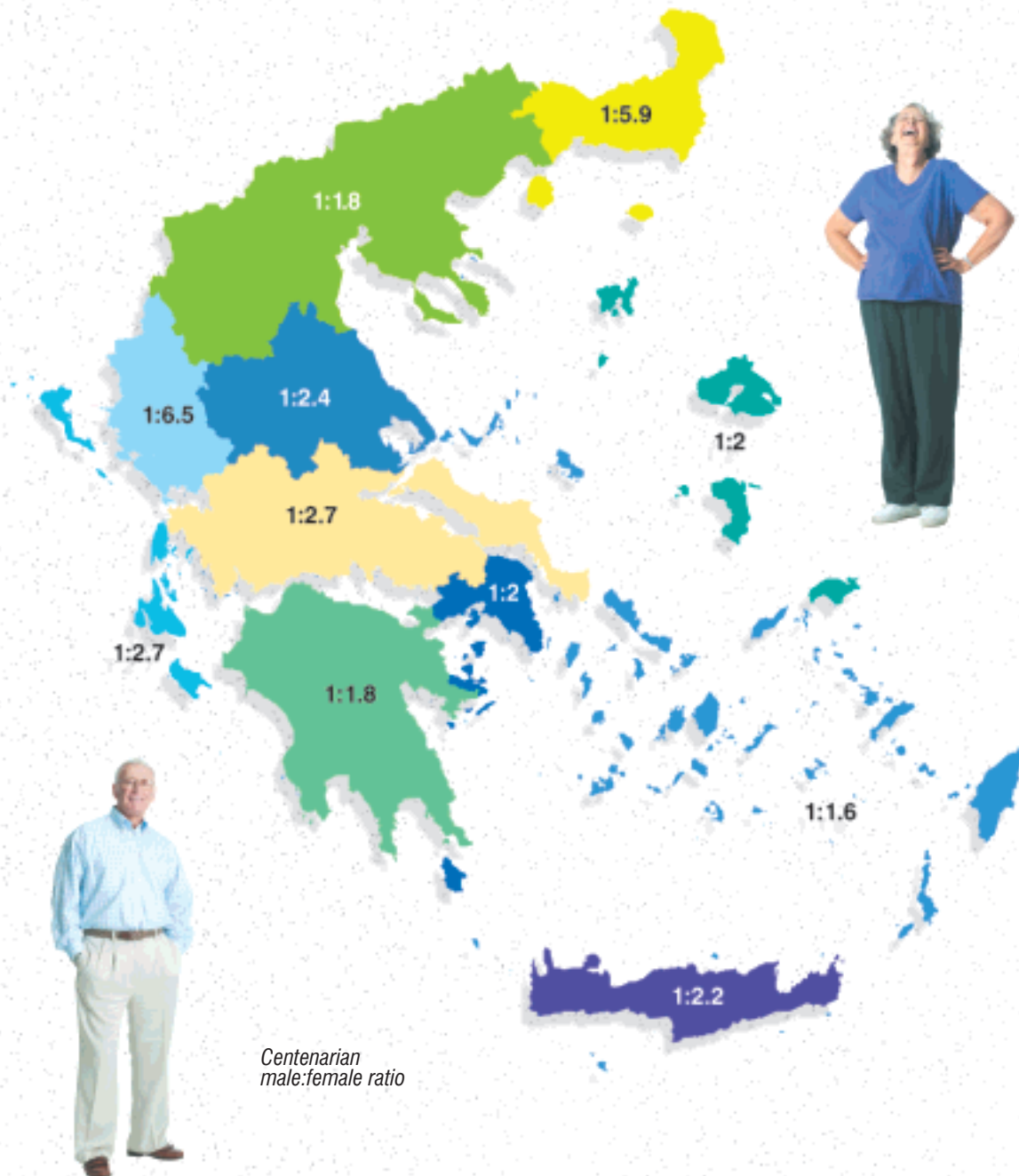
Επισημαίνεται, ότι η εν λόγω έρευνα έχει αποκλειστικά ερευνητικό χαρακτήρα, δεν ενέχεται θέμα εμπορικού ή άλλης φύσεως οφέλους και υποστηρίζεται αποκλειστικά από επικυρηγήσεις του Ελληνικού Κράτους και της Ευρωπαϊκής Ένωσης.

Τέλος, αξίζει να σημειωθεί ότι θα τηρηθούν όλοι οι κανονισμοί περί συμμετοχής ανθρώπων σε ερευνητική μελέτη όπως αυτοί θεσπίστηκαν κατά τη Συμφωνία του Ελσίνκι.



Επιστημονικός υπεύθυνος: Δρ. Ευστάθιος Γκόκος, Διευθυντής Ερευνών IBEB/EIE  
Συνεργάτες προγράμματος: Δρ. Ιωάννης Τρουγκάκος και Αικατερίνη Θεοδωρέλου

# ΑΝΑΛΟΓΙΑ ΥΠΕΡΗΛΙΚΩΝ Ανδρών:Γυναικών κατά γεωγραφικό διαμέρισμα



## Ερωτηματολόγιο

ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΥΓΙΟΥΣ ΓΗΡΑΝΣΗΣ  
Μια μελέτη υπερηλίκων αδελφών σε 11 ευρωπαϊκές χώρες  
Ενδεικτικό μέρος ερωτηματολογίου



## ΚΟΙΝΩΝΙΚΟΔΗΜΟΓΡΑΦΙΚΕΣ ΠΛΗΡΟΦΟΡΙΕΣ

1. Ημερομηνία Γέννησης: Ημέρα: \_\_\_\_\_ Μήνας: \_\_\_\_\_ Έτος: \_\_\_\_\_

2. α) Πόσους αδελφούς και αδελφές είχατε ή έχετε  
(αποκλείοντας τους ετεροθαλείς αδελφούς και αδελφές);

Αριθμός αδερφών (Α): \_\_\_\_\_

Αριθμός αδερφών (Θ): \_\_\_\_\_

β) Σειρά Γεννήσεως: \_\_\_\_\_

3. Ποια είναι η οικογενειακή κατάστασή σας αυτή τη στιγμή;

\_\_\_\_\_

4. α) Πόσα χρόνια πήγατε σχολείο \_\_\_\_\_ έτη \_\_\_\_\_

β) Λάβατε περαιτέρω μόρφωση;

Ναι .....  1

Όχι .....  2

### 5. ΑΠΑΣΧΟΛΗΣΗ

α) Είχατε ποτέ κάποια απασχόληση;

Ναι .....  1

Όχι .....  2

β) Αν «ΝΑΙ» ποια ήταν η κύρια απασχόλησή σας για το μεγαλύτερο μέρος της ζωής σας;

Αναφέρατε ακριβή απασχόληση: \_\_\_\_\_

6. Πόσα πρόσωπα ζουν στο σπίτι σας εκτός από εσας;

## ADL - Καθημερινές Δραστηριότητες

### 7. ΦΑΓΗΤΟ

Τρώτε συνήθως χωρίς δυσκολία μόνος σας;

Ναι .....  1

Όχι .....  2

8. α) Μπορείτε να διαβάσετε ή να δείτε καθαρά ύλη εφημερίδων ΧΩΡΙΣ γυαλιά ή άλλα βοηθήματα;

\_\_\_\_\_

β) Μπορείτε, ΧΩΡΙΣ ακουστικό ή άλλα βοηθήματα, να ακούσετε ευδιάκριτα τι λέγεται σε μια συνομιλία με ΕΝΑ άλλο άτομο;

γ) Μπορείτε να περπατήσετε χωρίς δυσκολία για μισό χιλιόμετρο ΧΩΡΙΣ μπαστούνι ή άλλα βοηθήματα περπατήματος;

9. Πόσο συχνά βγαίνετε έξω;

10. Τι ημέρα έχουμε σήμερα; \_\_\_\_\_

Τι ημερομηνία έχουμε σήμερα; \_\_\_\_\_

Τι μήνα έχουμε; \_\_\_\_\_

Τι χρονιά έχουμε; \_\_\_\_\_

Τι εποχή έχουμε; \_\_\_\_\_

### 11. ΑΝΤΙΛΗΨΗ ΧΩΡΟΥ

Σε ποιο μέρος της χώρας είμαστε; \_\_\_\_\_

Σε ποια περιοχή είμαστε; \_\_\_\_\_

Πώς την λένε την πόλη που είμαστε; \_\_\_\_\_

Ποια είναι η διεύθυνση αυτού του σπιτιού; \_\_\_\_\_

Σε ποιο δωμάτιο του σπιτιού είμαστε; \_\_\_\_\_

12. Καπνίζετε τώρα;

Ναι .....  1

Όχι .....  2

13. Καπνίζατε στο παρελθόν;

Ναι .....  1

Όχι .....  2

14. Πίνετε μπίρα, κρασί ή αλκοόλ σχεδόν κάθε μέρα;

Ναι .....  1

Όχι .....  2

Το ερωτηματολόγιο συμπληρώνεται από τους άμεσα ενδιαφερόμενους και από το οικογενειακό τους περιβάλλον.

Υπεύθυνος Προγράμματος: Δρ. Ευστ. Γκόνοσ, Διευθύντριας Ερευνών ΙΒΕΒ/ΕΙΕ

πληροφορίες: Κατερίνα Θεοδωρέλου, 210-7273738, 210-7273744, e-mail:aging@eie.gr





## ΕΘΝΙΚΟ ΙΔΡΥΜΑ ΕΡΕΥΝΩΝ (ΕΙΕ)

Λεωφ. Βασιλέως Κωνσταντίνου 48, 116 35 Αθήνα  
 Τηλ.: 210 72 73 756, Fax: 210 72 73 677  
 e-mail: sgonos@eie.gr, <http://www.eie.gr>



Συγχρηματοδοτείται κατά 70% από την Ευρωπαϊκή Ένωση - Ευρωπαϊκό Ταμείο Περιφερειακής Ανάπτυξης και κατά 30% από το Ελληνικό Δημόσιο, στο πλαίσιο της Δράσης 4.4.5 «ΕΡΜΗΣ», πρόγραμμα «Εβδομάδα Επιστήμης και Τεχνολογίας» του Επιχειρησιακού Προγράμματος «ΑΝΤΑΓΩΝΙΣΤΙΚΟΤΗΤΑ» - Κοιντικό Πλαίσιο Στήριξης 2000 - 2006.