

# Newsletter 22

## Περιεχόμενα

Καλωσορίσατε.  
Η Remedica Ανά Το Παγκόσμιο  
Προϊόντα μας.  
Το αλφαβητάριο  
της φαρμακευτικής.

Περιβαλλοντικά θέματα.  
Εταιρική Κοινωνική Ευθύνη.  
Θέματα υγείας.  
Τα νέα μας.  
Οι άνθρωποι μας.  
Ματιά στην Κύπρο.

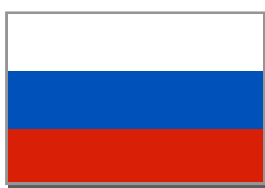
## Καλωσορίσατε



Αγαπητοί αναγνώστες,

Καλωσορίσατε στο 22<sup>ο</sup> τεύχος του Ενημερωτικού μας Δελτίου στο οποίο παρουσιάζουμε τους συνεργάτες μας στη Ρωσία, τη Βοηθό Διευθύντρια Διασφάλισης Ποιότητας και το νέο μας προϊόν Ζολεδρονικό Οξύ. Στα Περιβαλλοντικά Θέματα περιγράφουμε την πρακτική ανακύκλωσης κινητών τηλεφώνων, στα Θέματα Υγείας αναφερόμαστε στην οστεοπόρωση και συνεχίζουμε το Αλφαβητάριο της Φαρμακευτικής με την επεξήγηση του όρου «Επικάλυψη». Στο θέμα της Κοινωνικής Ευθύνης έχουμε την επιλογή της εταιρείας σαν μία από τις πιο κοινωνικά ευαίσθητες εταιρείες της Κύπρου, την αιμοδοσία μας, τη χορηγία μας στη διεξαγωγή επιστημονικής διάλεξης σε σημαντικά ιατρικά ζητήματα, τις εσωτερικές εκστρατείες μας στα πλαίσια της Παγκόσμιας Μέρας Περιβάλλοντος και της Παγκόσμιας Ημέρας κατά της Παιδικής Εργασίας και την απονομή βραβείου στον απόφοιτο με την υψηλότερη βαθμολογία του Κλάδου Ιατρικών Επισκεπτών. Στα Νέα μας συμπεριλαμβάνουμε την υποψηφιότητα του προϊόντος μας Imarem<sup>®</sup> στα βραβεία IN BUSINESS Awards 2013 στην κατηγορία Νέο Προϊόν/Υπηρεσία στην Κύπρο, συμβουλές για επανεκκίνηση της Κυπριακής οικονομίας από το Διευθύνων Σύμβουλο της Remedica κ. Σαββίδη και το πρώτο μας αποστειρωμένο προϊόν (Zoledronic Remedica). Τέλος ρίχνουμε μια ματιά στην απaráλληλη φυσική ομορφιά της χερσόνησου του Ακάμα. ■

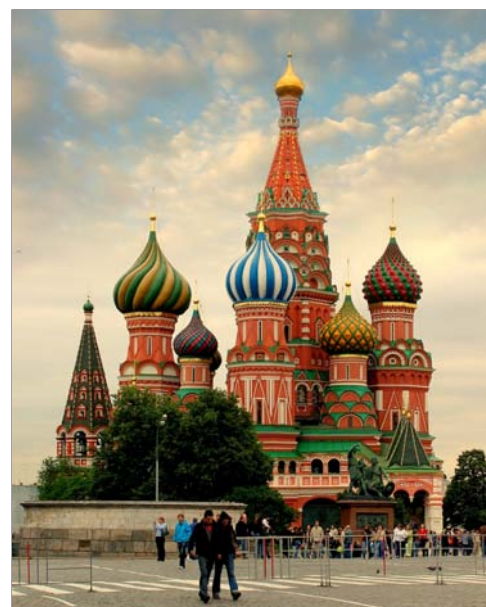
## Η Remedica Ανά Το Παγκόσμιο: Pharmimex, Ρωσία.



Ο συνεργάτης της Remedica στη Ρωσία είναι η δημόσια εταιρεία Pharmaceutical Import Export

(“Pharmimex”), που εγγράφηκε το 1993.

Η εταιρεία έχει πάνω από 1100 άτομα προσωπικό και εξυπηρετεί σχεδόν 550 πελάτες (κυρίως ομόσπονδα και τοπικά προγράμματα, φαρμακεία, νοσοκομεία) ενώ έχει η ίδια 100 ιδιότητα φαρμακεία. Συγκαταλέγεται ανάμεσα στις πρώτες 15 εταιρείες στην αγορά σε πωλήσεις και στις πρώτες 3 όσον αφορά πωλήσεις. Ο συνολικός αποθηκευτικός της χώρος έχει εμβαδόν 18,000 τετραγωνικά μέτρα (από τα οποία τα 6,700 στη Μόσχα).



Η Pharmimex είναι μια από τις παλαιότερες και μεγαλύτερες εταιρείες διανομής στη Ρωσία. Οι κύριες δραστηριότητες της εταιρείας είναι η χονδρική πώληση φαρμακευτικών και ιατρικών προϊόντων, προμήθεια φαρμάκων σε κρατικά προγράμματα ιατροφαρμακευτικής περίθαλψης – τόσο σε Ομόσπονδο επίπεδο όσο και τοπικό, λιανική πώληση φαρμάκων μέσω του δικτύου φαρμακείων που ανήκουν στη Pharmimex.

Η συνεργασία με τη Remedica αποδείχθηκε πολύ επιτυχής και η Remedica έχει εγγράψει αρκετά προϊόντα που πάνε καλά στην αγορά. ■

# Προϊόντα μας: Zoledronic Remedica 4mg/5ml πυκνό διάλυμα για παρασκευή διαλύματος προς έγχυση.

Zoledronic Remedica πυκνό διάλυμα για παρασκευή διαλύματος προς έγχυση περιέχει το ενεργό συστατικό ζολεδρονικό οξύ. Το ζολεδρονικό οξύ ανήκει στην κατηγορία διφωσφονικών ουσιών και δρα κατά κύριο λόγο στα οστά. Είναι ένας αναστολέας της οστεοκλαστικής επαναρρόφησης.

Οι οστικές μεταστάσεις είναι συχνές σε ασθενείς με πολλαπλό μυέλωμα ή συμπαγείς όγκους όπως ο καρκίνος του μαστού, του προστάτη ή του πνεύμονα (Rosen 2002, Berenson 2005, Smith 2005). Ο στόχος της διαχείρισης της νόσου σε αυτούς τους ασθενείς είναι η πρόληψη σκελετικών επιπλοκών, η ανακούφιση του πόνου και η βελτίωση της σχετιζόμενης με την υγεία ποιότητα ζωής (Smith 2005). Τα διφωσφονικά έχουν αναδειχθεί ως αποτελεσματικές θεραπευτικές επιλογές για

την πρόληψη σκελετικών επιπλοκών σε ασθενείς με οστικές μεταστάσεις (Coleman 2005, Hortobagyi 2005).

Η εκλεκτική δράση των διφωσφονικών στα οστά βασίζεται στην υψηλή συγγένεια που παρουσιάζουν τα μεταλλικά άλατα στα οστά. Τα διφωσφονικά προσροφούνται στους κρυστάλλους του υδροξυαπατίτη στα οστά επιβραδύνοντας τον ρυθμό ανάπτυξης και διάλυσης τους με αποτέλεσμα τη μείωση του ρυθμού του οστικού μεταβολισμού (BNF). Σε μακροχρόνιες μελέτες με ζώα το ζολεδρονικό οξύ αναστέλλει την επαναρρόφηση των οστών χωρίς να έχει ανεπιθύμητες επιδράσεις στον σχηματισμό, στην πρόσληψη μεταλλικών ιόντων ή στις κινητικές ιδιότητες των οστών. Επιπρόσθετα του ότι είναι ένας ισχυρός αναστολέας της επαναρρόφησης των οστών, το ζολεδρονικό οξύ έχει επίσης πολλές αντικαρκινικές



ιδιότητες που θα μπορούσαν να συνεισφέρουν στη συνολική αποτελεσματικότητα στη θεραπεία της μεταστατικής νόσου των οστών.

Το ζολεδρονικό οξύ, ένα τρίτης γενιάς διφωσφονικό, έχει εγκριθεί στις ΗΠΑ, στην ΕΕ και σε πολλές άλλες χώρες παγκόσμια για την πρόληψη των συμβαμάτων σχετιζόμενων με το σκελετό σε ασθενείς με οστικές μεταστάσεις, κακοήγη υπερασβεσταιμία και νόσο του Paget (Smith 2005).

Τα πρώτης γενιάς διφωσφονικά, όπως η κλοδρονάτη, πρέπει να χορηγούνται σε υψηλές δόσεις (1,600 – 3,200 mg / ημερησίως) για την επίτευξη θεραπευτικών αποτελεσμάτων, γεγονός που οδηγεί σε κακή ανεκτικότητα και τήρηση του δασολογικού σχήματος. Η έγχυση των διφωσφονικών έχει επίδραση στη νεφρική λειτουργία η οποία είναι εξαρτώμενη από τη δόση και το ρυθμό έγχυσης. Συγκεκριμένα υψηλές δόσεις διφωσφονικών (π.χ. 1,500 mg κλοδρονάτη), μπορεί να προκαλέσουν σοβαρή νεφρική τοξικότητα εκτός και αν εγχύονται αργά σε διάστημα πολλών ωρών. Σε αντίθεση, τα νεότερα και ισχυρότερα διφωσφονικά

αναστέλλουν αποτελεσματικά την οστεοκλαστική επαναρρόφηση σε μικρομοριακές συγκεντρώσεις και οι μικρές δόσεις που απαιτούνται μπορεί να εγχυθούν σε μικρό χρονικό διάστημα χωρίς δυσμενή επίδραση στην νεφρική λειτουργία.

Το ζολεδρονικό οξύ είναι ένα νέας γενιάς διφωσφονικό και η συνιστώμενη δόση των 4mg μπορεί να εγχυθεί με ασφάλεια μέσα σε 15 λεπτά. Τα εγχυόμενα διφωσφονικά απαιτούν λιγότερη συχνή χορήγηση (μια φορά μηνιαίως) και η μακροχρόνια χρήση είναι καλά ανεκτή σε ασθενείς με οστικές μεταστάσεις. Το ζολεδρονικό οξύ έδειξε την μεγαλύτερη κλινική δραστηριότητα σε ασθενείς με οστικές μεταστάσεις (Conte and Guarnieri 2004).

Το Zoledronic Remedica 4 mg/5 ml πυκνό διάλυμα για παρασκευή διαλύματος προς έγχυση ενδείκνυται για:

- Πρόληψη των συμβαμάτων σχετιζόμενων με το σκελετό (παθολογικά κατάγματα, συμπίεση του νωτιαίου μυελού, ακτινοβολία ή εγχείρηση στα οστά ή υπερασβεσταιμία προκαλούμενη από όγκο) σε ενήλικες ασθενείς με προχωρημένου σταδίου κακοήθειας που εμπλέκουν τα οστά.

- Θεραπεία ενήλικων ασθενών με υπερασβεσταιμία προκαλούμενη από όγκο (ΤΙΗ).

Το Zoledronic Remedica είναι διαθέσιμο ως 4mg/5ml πυκνό διάλυμα για παρασκευή διαλύματος προς έγχυση.

## References:

1. Berenson JR (2005): Recommendations for zoledronic acid treatment of patients with bone metastases; *Oncologist*, 10, 52-62.
2. BNF – British National Formulary
3. Coleman RE (2005): Bisphosphonates in breast cancer; *Ann Oncol*, 16, 687-695.
4. Coleman RE, Major P, Lipton A et al (2005): Predictive value of bone resorption and formation markers in cancer patients with bone metastases receiving the bisphosphonate zoledronic acid; *J Clin Oncol*, 23, 4925-4935.
5. Conte P, Guarnieri V (2004): Safety of intravenous and oral bisphosphonates and compliance with dosing regimens; *Oncologist*, 9(Suppl.4), 28-37.
6. Hortobagyi GN (2005): Progress in the management of bone metastases: one continent at a time?; *J Clin Oncol*, 23, 3299-3301.
7. Rosen LS (2002): Efficacy and safety of zoledronic acid in the treatment of bone metastases associated with lung cancer and other solid tumors; *Semin Oncol*, 29(6 Suppl 21), 28-32.
8. Smith MR (2005): Zoledronic acid to prevent skeletal complications in cancer: corroborating the evidence; *Cancer Treat Rev*, 31(Suppl.3), S19-S25. ■

# Το αλφαβητάριο της φαρμακευτικής: Επικάλυψη

Η χρήση επικαλυμμάτων σε στερεές μορφές φαρμάκων διεξαγόταν εδώ και πολλά χρόνια. Για παράδειγμα, χάπια τα οποία παράγονταν ως στερεές σφαίρες καλύπτονταν για να βελτιωθεί η εμφάνισή τους, π.χ. με shellac ή, για πιο πλούσιους πελάτες, με φύλλο χρυσού: η εμφανής απουσία της ικανότητας αποσάθρωσης στο στομάχι, ιδιαίτερα στην δεύτερη περίπτωση, πιθανόν να μην ήταν πρόβλημα αφού τα περισσότερα συστατικά ήταν αδρανή.

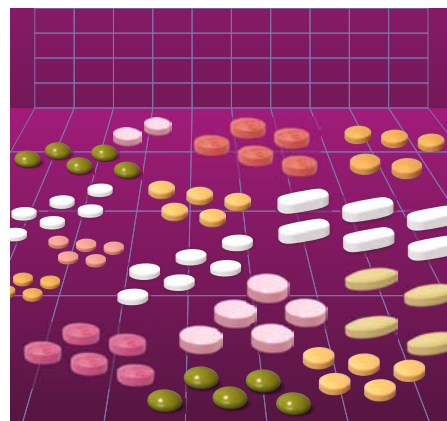
Με την εισαγωγή πιο αποτελεσματικών μορφών όπως δισκία και κάψουλες, η επικάλυψη έγινε λιγότερο σημαντική και, παρόλο ότι η επιζαχάρωση χρησιμοποιούνταν ευρέως από το τέλος του 19ου αιώνα, η χρήση της τεχνικής αυτής ήταν κυρίως για τη βελτίωση της εμφάνισης του προϊόντος.

Οι εξελίξεις στη τεχνολογία πολυμερών κατά το δεύτερο ήμισυ του 20<sup>ου</sup> αιώνα σήμαινε ότι ήταν πλέον δυνατή η χρήση επικάλυψης με υμένιο (λεπτό στρώμα) που είναι πιο εύκολη σε εμπορική κλίμακα με αυτοματοποιημένα μηχανήματα και το προϊόν είναι πολύ πιο αποδεκτό και ελεγχόμενο εύκολα. Οι λόγοι επικάλυψης δισκίων είναι διάφοροι αλλά συμπεριλαμβάνουν τη συγκάλυψη της γεύσης και την προστασία του δραστικού υλικού, την ευκολία να το καταπιεί ο ασθενής, το χειρισμό τους πάνω στις μηχανές συσκευασίας, ή ακόμα τη διαφοροποίηση (συνήθως την επιβράδυνση) της απελευθέρωσης των συστατικών μετά την βρώση. Οι σύγχρονες επικαλύψεις δίνουν μια κομψή εμφάνιση και προσφέρουν το μέσο για τη δημιουργία μια μοναδικής ταυτότητας.

## Επιζαχάρωση.

Η διαδικασία είναι παρόμοια με αυτή που χρησιμοποιεί η βιομηχανία ζαχαρωτών και τα δισκία μπαίνουν μέσα σε ένα μεγάλο δοχείο (κατσαρόλα) όπου αναγκάζονται να περιστρέφονται ενώ η κατσαρόλα γυρίζει με την ανάλογη ταχύτητα. Η επάλειψη γίνεται σταδιακά μέσω διαφόρων σταδίων που συμπεριλαμβάνουν σφράγιση, δημιουργία υποστρώματος, εξομάλυνση, χρωματίσματος και στίλβωση, τα οποία μπορεί να πάρουν μέχρι και μια μέρα να τελειώσουν ενώ η όλη διαδικασία μπορεί να διαρκέσει μέχρι και μια βδομάδα. Έτσι εξηγείται η διαφορά τιμής μεταξύ δυο απaráμιλλων κατά τα άλλα προϊόντων, το ένα όμως επιζαχαρωμένο, το άλλο όχι.

Η πιο χρονοβόρα διαδικασία είναι η αφαίρεση του νερού που χρειάζεται στην ετοιμασία του διαλύματος σακχαρόζης που ψεκάζεται πάνω στα δισκία. Αρχικά οι κατσαρόλες ήταν χάλκινες και η



ζήρανση γινόταν με το ζέσταμα της εξωτερικής επιφάνειας της κατσαρόλας. Μέχρι και 50 στρώσεις ίσως να χρειάζονται για την επίτευξη αυτού που κατά πολλούς αποτελεί την τελειότερη επικάλυψη οπότε είναι εύκολο να δει κάποιος γιατί η διαδικασία μπορεί να παραταθεί χρονικά. Επειδή η διαδικασία έχει πολλά στάδια, θεωρείται πως περιβάλλεται από μυστήριο, παρόλο που αυτό μπορεί να είναι αποτέλεσμα προσπάθειας απόκρυψης της τεχνικής από τους ίδιους του χειριστές. Η εισαγωγή κατσαρολών από ανοξείδωτο ασάβι με πλευρικό εξαερισμό, η χρήση θερμού αέρα για ξήρανση και η αυτοματοποίηση της διαδικασίας έχουν σμικρύνει το χρόνο επεξεργασίας και έχουν διασφαλίσει το μέλλον της επιζαχάρωσης. Η γοητεία της γυαλιστερής και ομαλής επιφάνειας ενός καλά επιζαχαρωμένου δισκίου έχει συμβάλει στο να επιζηήσει η τεχνική και η Remedica παράγει σήμερα ένα αριθμό επιζαχαρωμένων προϊόντων.

## Επικάλυψη με υμένιο.

Η τεχνική αυτή σταδιακά αναπλήρωσε την επιζαχάρωση ως μέθοδος επιλογής και έχει σημαντικά πλεονεκτήματα αφού μπορεί να χρησιμοποιηθεί και για επικάλυψη κάψουλων και σωματιδίων επιπρόσθετα από δισκία. Η επικάλυψη μπορεί να επιλεγεί για τον έλεγχο της απελευθέρωσης του δραστικού συστατικού κάτι που δεν συμβαίνει με την επιζαχάρωση. Ένα λεπτό στρώμα (υμένιο) που αυξάνει το συνολικό βάρος μόνο κατά 2 – 3% ψεκάζεται

πάνω στο προϊόν και η διαδικασία μπορεί να διεξαχθεί σε καλά-αεριζόμενες περιστρεφόμενες κατσαρόλες παρόλο που είναι δυνατό να χρησιμοποιηθεί και ξηραντήρας αιωρούμενου στρώματος: υπάρχουν διαθέσιμα στο εμπόριο μηχανήματα βασισμένα και στις δυο αρχές. Το πολυμερές που θα επικαλυφτεί αναμιγνύεται μαζί με άλλα συστατικά (έκδοχα) όπως πλαστικοποιητές και χρώματα ψεκάζονται πάνω στα δισκία τα οποία επικαλύπτονται με λεπτό στερεό στρώμα καθώς ο διαλύτης εξατμίζεται. Στα αρχικά χρόνια, έπρεπε να χρησιμοποιούνται οργανικοί διαλύτες αλλά με το πέρασμα του χρόνου οι επιπτώσεις τοξικότητας, οι κίνδυνοι φωτιάς και ακόμα έκρηξης και η επίδραση τους στο περιβάλλον δημιούργησαν πίεση για αντικατάστασή τους. Ευτυχώς, η εισαγωγή πιο γρήγορων τεχνικών ξήρανσης στα μηχανήματα σήμαινε ότι πιο ασφαλή υδατικά σκευάσματα μπορούν να χρησιμοποιηθούν χωρίς να συμβιβάζεται η ποιότητα του προϊόντος ή η αποτελεσματικότητα της διαδικασίας και η Remedica άρχισε την αντικατάσταση οργανικών διαλυτών από τις αρχές της δεκαετίας του 90. Η επικάλυψη αυτή δημιουργεί ένα εύλικο στρώμα που αντέχει στα μικρογδαρίσματα και επιτρέπει στο προϊόν να ρέει ικανοποιητικά που κάνει την περαιτέρω επεξεργασία ευκολότερη.

Η επικάλυψη μπορεί να επιλεγεί ή να σχεδιαστεί για να επηρεάσει την απελευθέρωση των συστατικών της συγκεκριμένης μορφής

φαρμάκου. Για παράδειγμα, μπορεί η επικάλυψη να είναι ανθεκτική στο όξινο περιβάλλον του στομάχου έτσι να μην αρχίσει να αποσάθωνεται παρά μόνο όταν φτάσει στο μικρό έντερο που έχει λιγότερο εχθρικό pH. Αυτή η επικάλυψη ονομάζεται εντερική και χρησιμοποιείται ευρέως για την προστασία φαρμάκων που διασπώνται από το γαστρικό οξύ. Μπορεί επίσης να παραχθεί προϊόν ελεγχόμενης απελευθέρωσης με την χρήση στρώματος που φουσκώνει ή διαλύεται αργά μετά τη βρώση και ελαττώνει τη ροή απελευθέρωσης του φαρμάκου από το προϊόν. Αυτό μπορεί να σημαίνει ότι η δόση χρειάζεται να παρθεί μόνο μια φορά την ημέρα αντί τρεις. Παρόμοιο αποτέλεσμα μπορεί να επιτευχθεί με την επικάλυψη κόκκων ή σκόνης που ακολούθως συμπιέζονται σε δισκία ή γέμιζονται σε κάψουλες.

Η χρήση συμπίεσης για την επικάλυψη δισκίων είναι πιο πολύπλοκη και ακριβή επιλογή και συνήθως καταφεύγουν σ' αυτή μόνο όταν χρειάζονται εξεζητημένες μορφές ελεγχόμενης απελευθέρωσης. Ένα πλεονέκτημα της τεχνικής αυτής είναι ότι το χρώμα της επικάλυψης πάνω από τις αντανάκλασεις της επιφάνειας μπορεί να γίνει με τρόπο ώστε να αντιπαραθέτει το χρώμα του δισκίου λόγω της αλλαγής που υφίσταται ο Δείκτης διάθλασης του πολυμερούς στρώματος από τη συμπίεση. ■



## Recycling of mobile phones



Please recycle



## Περιβαλλοντικά θέματα. Ανακύκλωση κινητών τηλεφώνων

Οι ραγδαίες αλλαγές στην τεχνολογία και η μείωση του κόστους ανά μονάδα έχουν αλλάξει τη συμπεριφορά των καταναλωτών ως προς τη χρήση των κινητών τηλεφώνων. Έτσι, ένα συνεχώς αυξανόμενο ποσοστό των καταναλωτών αντικαθιστά το κινητό τους τηλέφωνο με καινούρια μοντέλα, πριν τη λήξη του ευδόκιμου λειτουργικής ζωής τους. Συνεπώς, όλο και περισσότερα κινητά τηλέφωνα απορρίπτονται κάθε χρόνο, που οδηγεί στην αύξηση της ροής του εν λόγω ρεύματος αποβλήτων, με πιθανές καταστροφικές συνέπειες στο περιβάλλον και τη δημόσια υγεία.

Παρόλο που αρκετός κόσμος θεωρεί πως τα κινητά τηλέφωνα συνέβαλαν σημαντικά στην αναβάθμιση της ποιότητας ζωής, ωστόσο εφόσον απορριφθούν οδηγούν στην ρύπανση του περιβάλλοντος επηρεάζοντας την ανθρώπινη υγεία καθώς και την υγεία των τοπικών οικοσυστημάτων. Αυτό οφείλεται στην απελευθέρωση τοξικών υλικών που χρησιμοποιήθηκαν για την κατασκευή τους. Σύμφωνα με τη Γενική Διεύθυνση Περιβάλλοντος της Ευρωπαϊκής Επιτροπής, μελέτες έχουν ανιχνεύσει δεκαπέντε βαρέα μέταλλα σε δείγμα τριάντα τεσσάρων μοντέλων κινητών τηλεφώνων. Η εν λόγω έρευνα έχει δείξει ότι ο σημαντικότερος παράγοντας στην τοξικότητα των αποβλήτων κινητών τηλεφώνων είναι η παρουσία αρσενικού, μόλυβδου, χαλκού και αργύρου. Αξίζει να σημειωθεί ότι σύμφωνα με την ίδια πηγή, ο μέσος όρος της ποσότητας του χαλκού που ανιχνεύθηκε ήταν δέκα γραμμάρια ανά τηλέφωνο.

Σε περίπτωση που τα κινητά τηλέφωνα απορριφθούν χωρίς περιβαλλοντική διαχείριση, τα βαρέα μέταλλα που αναφέρθηκαν πιο πάνω είναι πολύ πιθανόν να καταλήξουν στο περιβάλλον με αποτέλεσμα να προκαλέσουν σοβαρές επιπτώσεις στο τοπικό οικοσύστημα. Έτσι, όταν τα βαρέα μέταλλα απελευθερωθούν σε μεγάλες ποσότητες στο έδαφος, μπορούν να εκπλυθούν από τη βροχόπτωση και

να ρυπάνουν γειτονικά σώματα νερού όπως λίμνες και ποταμούς. Επίσης τα βαρέα μέταλλα δύναται να απορροφηθούν από το έδαφος με κίνδυνο να ρυπάνουν τον υπόγειο υδροφόρο.

Ως αποτέλεσμα της ρύπανσης του υπόγειου υδροφόρου, οι ουσίες αυτές δύναται να εισέλθουν στην τροφική αλυσίδα λόγω της χρήσης του υπόγειου νερού για αρδευτικές ανάγκες. Λόγω των φυσικοχημικών τους ιδιοτήτων, τα βαρέα μέταλλα έχουν την ικανότητα να εισέρχονται στο ανθρώπινο σώμα μέσω της βρώσης ρυπασμένων από αυτά καρπών. Η βρώση των καρπών αυτών μπορεί να προκαλέσει σοβαρές επιπτώσεις στην υγεία των εγκύων, των εμβρύων, καθώς και των παιδιών τους που θηλάζουν αφού η υγεία τους είναι πιο ευάλωτη. Επιπροσθέτως, η παρουσία των βαρέων μετάλλων στο έδαφος προκαλεί ρύπανση της τοπικής χλωρίδας και πανίδας με σοβαρές επιπτώσεις στην υγεία, και το προσδόκιμο ζωής τους καθώς και στις αναπαραγωγικές τους ικανότητες.

Λαμβάνοντας τα παραπάνω υπόψη, η Ευρωπαϊκή Ένωση έχει υιοθετήσει την Οδηγία Ηλεκτρικών και Ηλεκτρονικών αποβλήτων, κάτω από την ευρέως διαδεδομένη πολιτική της Ευθύνης του Παραγωγού. Η Οδηγία αυτή επιβάλλει μέτρα στους παραγωγούς ηλεκτρικού και ηλεκτρονικού εξοπλισμού συμπεριλαμβανομένων και των κινητών τηλεφώνων, έτσι ώστε να αναπτύξουν και να λειτουργήσουν ένα συλλογικό σύστημα συλλογής αυτού του τύπου αποβλήτων από τα νοικοκυριά, τις επιχειρήσεις ή από δημόσιους χώρους.

Αφού τα κινητά τηλέφωνα συλλεχθούν, οδηγούνται προς ανακύκλωση. Με αυτό τον τρόπο, τα βαρέα μέταλλα και άλλα παρελκόμενα δεν απελευθερώνονται στο περιβάλλον αλλά επαναχρησιμοποιούνται για άλλες συσκευές ή προϊόντα.

Παρόλο που η ανακύκλωση των κινητών τηλεφώνων είναι ευεργετική για την ανθρώπινη υγεία και την υγεία των οικοσυστημάτων, εντούτοις συμβάλλει και στην αντιμετώπιση της κλιματικής αλλαγής. Αυτό οφείλεται στο γεγονός ότι η ανάκτηση και επαναχρησιμοποίηση των υλικών κατασκευής τους απαιτεί πολύ λιγότερη ενέργεια συγκριτικά με την ενέργεια που απαιτείται για την μετάλλευσή τους. ■



# Εταιρική Κοινωνική Ευθύνη.

## Η Remedica νοιάζεται

1) Η Remedica επιλέχθηκε σαν μια από τις 50 πιο κοινωνικά ευαίσθητες εταιρείες της Κύπρου από το επιχειρηματικό περιοδικό In Business. (ΦΩΤΟ 1)

Οι διαχρονικές πρακτικές και δράσεις της εταιρείας τυγχάνουν αναγνώρισης σε μια πολύ δύσκολη περίοδο που περνάει η Κύπρος.

2) Επιστημονική διάλεξη. (ΦΩΤΟ 2)

Η Remedica ήταν χορηγός διάλεξης που διοργάνωσε το Σωματείο Ιατρικών Επισκεπτών Κύπρου-Τοπικός Λεμεσού σε συνεργασία με την Καρδιολογική Εταιρεία Κύπρου και την Διαβητολογική Εταιρεία Κύπρου με θέματα **1. Έμφραγμα Μυοκαρδίου και Παράγοντες Κινδύνου** (που παρουσίασε ο Δρ. Κωνσταντίνος Μακρίδης) και **2. Σακχαρώδης Διαβήτης και Επιπλοκές** (που παρουσίασε ο Δρ. Πόλυς Ευριπίδου). Η εκδήλωση ήταν ανοικτή για το κοινό και αρκετός κόσμος πήρε την ευκαιρία να ενημερωθεί για τα σημαντικά αυτά θέματα υγείας.

3) Παγκόσμια Μέρα Περιβάλλοντος. (ΦΩΤΟ 3)

Στα πλαίσια της παγκόσμιας μέρας περιβάλλοντος πραγματοποιήθηκε εσωτερική ενημερωτική εκστρατεία υπό την ευθύνη του υπεύθυνου Ασφάλειας, Υγείας & Περιβάλλοντος της Remedica κ. Σοφιανού Κυριακίδη. Μεταξύ άλλων οι συνάδελφοι είχαν την ευκαιρία να ενημερωθούν για τα περιβαλλοντικά προβλήματα που μαστίζουν την σύγχρονη κοινωνία που ζούμε αλλά και για τις διάφορες πρακτικές που εφαρμόζει η εταιρεία μας για τη μείωση αυτών των προβλημάτων.

4) Παγκόσμια Ημέρα κατά της Παιδικής Εργασίας. (ΦΩΤΟ 4)

Με την ευκαιρία της παγκόσμιας μέρας κατά της παιδικής εργασίας η εταιρεία μας πραγματοποίησε εσωτερική ενημερωτική εκστρατεία παραθέτοντας συγκλονιστικά στοιχεία σύμφωνα με τη Διεθνή Οργάνωση Εργασίας:

- 215 εκατομμύρια παιδιά κάτω των 18 εργάζονται.

- Ένα στα έξι παιδιά του πλανήτη εργάζεται σε κάποιο περιβάλλον που βλάπτει την ψυχική και σωματική του υγεία.

- 73 εκατομμύρια από τα εργαζόμενα παιδιά είναι ηλικίας κάτω των δέκα ετών και κάθε χρόνο τουλάχιστον 22 χιλιάδες από αυτά σκοτώνονται σε εργατικά ατυχήματα.

Η Remedica στηρίζει τη Σύμβαση για τα Δικαιώματα του Παιδιού ενώ αναγνωρίζει το δικαίωμα του παιδιού να προστατεύεται από την οικονομική εκμετάλλευση και από την εκτέλεση οποιασδήποτε εργασίας οπότε δεν εργοδοτεί παιδιά.

5) Τελετή αποφοίτησης του KES COLLEGE. (ΦΩΤΟ 5)

Κατά την τελετή αποφοίτησης του KES COLLEGE για την ακαδημαϊκή χρονιά 2012 - 2013, ο απόφοιτος με την ψηλότερη βαθμολογία του Κλάδου Ιατρικών Επισκεπτών τιμήθηκε από τον Διευθυντή Marketing της εταιρείας κ. Ανδρέα Χατζηπαναγή με την απονομή χρηματικού βραβείου και επάργυρης χειροποίητης ελίας. Μέσα στα πλαίσια της κοινωνικής της προσφοράς και προσπαθειών για την προώθηση της παιδείας και της υγείας στην Κύπρο, η εταιρεία δίνει βραβείο και χρηματικό ποσό στον απόφοιτο/η με την ψηλότερη βαθμολογία του Κλάδου Ιατρικών Επισκεπτών.

6) Αιμοδοσία.

Πραγματοποιήθηκε με μεγάλη επιτυχία η καθιερωμένη καλοκαιρινή αιμοδοσία της Remedica προς μεγάλη ικανοποίηση του Γενικού Νοσοκομείου Λεμεσού το οποίο είχε άμεση ανάγκη από όλους τους τύπους αίματος. Στο τέλος της αιμοδοσίας, η υπεύθυνη ευχαρίστησε τη Remedica για την πολυετή και σταθερή στήριξη που προσφέρει με τις καθιερωμένες αιμοδοσίες και ευχήθηκε σε όλους καλές και ασφαλείς διακοπές. ■



1

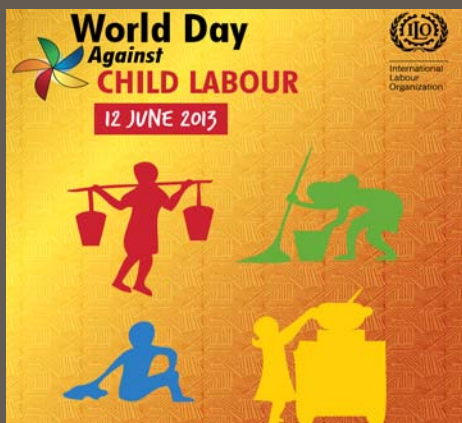


2

Παγκόσμια μέρα Περιβάλλοντος 05.06.2013



3



4

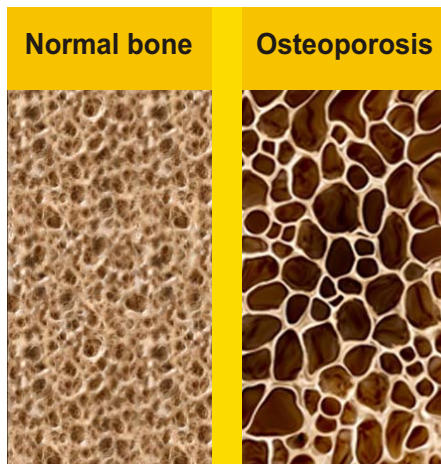


5



# Θέματα υγείας

## Οστεοπόρωση



Η οστεοπόρωση είναι μια κατάσταση κατά την οποία τα οστά γίνονται αδύναμα και εύθραυστα. Η οστεοπόρωση επηρεάζει τόσο τους άνδρες όσο και τις γυναίκες, αλλά οι λευκές γυναίκες διατρέχουν μεγαλύτερο κίνδυνο. Στα πρώιμα στάδια της νόσου δεν σημειώνονται συμπτώματα, αλλά όταν τα οστά γίνουν αδύναμα, διάφορα συμπτώματα εμφανίζονται όπως πόνος στην πλάτη και απώλεια ύψους με την πάροδο του χρόνου. Η πιο σοβαρή επιπλοκή της οστεοπόρωσης είναι τα κατάγματα της σπονδυλικής στήλης ή του ισχίου. Μερικές φορές μπορεί να συμβούν κατάγματα της σπονδυλικής στήλης και χωρίς πτώση.

Οι πιο σημαντικοί παράγοντες κινδύνου για την οστεοπόρωση είναι:

-Το φύλο. Οι γυναίκες είναι πολύ πιο πιθανό να αναπτύξουν οστεοπόρωση σε σύγκριση με τους άνδρες.

-Η ηλικία. Οι ηλικιωμένοι έχουν μεγαλύτερο κίνδυνο οστεοπόρωσης. Σε νεαρά άτομα, ο οργανισμός σχηματίζει ένα νέο οστό πιο γρήγορα από ότι διασπά το παλαιό οστό, με αποτέλεσμα να αυξάνεται η οστική μάζα. Καθώς οι άνθρωποι μεγαλώνουν, η οστική μάζα χάνεται πιο γρήγορα από ό,τι όταν σχηματίζεται.

-Το οικογενειακό ιστορικό. Άτομα με κάποιον γονέα στον οποίο έχει διαγνωστεί οστεοπόρωση έχουν μεγαλύτερο κίνδυνο εκδήλωσης της ασθένειας συγκριτικά με κάποιον χωρίς οικογενειακό ιστορικό οστεοπόρωσης.

-Τα επίπεδα των ορμονών. Ο ισχυρότερος παράγοντας κινδύνου για την οστεοπόρωση είναι η μείωση των οιστρογόνων κατά την εμμηνόπαυση. Στους άνδρες, η μείωση της τεστοστερόνης

μπορεί να οδηγήσει σε οστεοπόρωση. Επίσης τα αυξημένα επίπεδα θυροξίνης, η υπερλειτουργία των επινεφριδίων και των παραθυρεοειδών αδένων μπορεί να οδηγήσουν σε οστεοπόρωση.

-Οι διατροφικοί παράγοντες, όπως η χαμηλή πρόσληψη ασβεστίου, διατροφικές διαταραχές όπως η ανορεξία, η γαστρεντερική χειρουργική επέμβαση (π.χ. γαστρεκτομή ή γαστρική παράκαμψη, η αφαίρεση εντέρου).

-Τα στεροειδή. Η μακροχρόνια χρήση κορτικοστεροειδών παρεμβαίνει στην διαδικασία της ανοικοδόμησης των οστών.

-Οι καθημερινές συνήθειες. Τα μη αθλούμενα άτομα βρίσκονται σε μεγαλύτερο κίνδυνο να αναπτύξουν οστεοπόρωση, όπως επίσης και η υπερβολική κατανάλωση αλκοόλ και το κάπνισμα.

Η διάγνωση της οστεοπόρωσης μπορεί να γίνει με μέτρηση της πυκνότητας των οστών, μέσω

μιας ιατρικής συσκευής που χρησιμοποιεί χαμηλά επίπεδα ακτίνων-X για τον προσδιορισμό της αναλογίας των μετάλλων που περιέχονται στα οστά.

Τα πιο ευρέως συνταγογραφούμενα φάρμακα για τη θεραπεία της οστεοπόρωσης είναι τα διφωσφονικά (π.χ. Αλενδρονάτη). Άλλα φάρμακα για την οστεοπόρωση είναι η θεραπεία ορμονικής υποκατάστασης, η Τερίπαρατίδη (παρόμοιο φάρμακο με την παραθορμόνη) και η Δενοσουμάμπη (για την αναδιαμόρφωση των οστών, όπως τα διφωσφονικά).

Δραστικές αλλαγές στον τρόπο ζωής, μπορεί να οδηγήσουν σε πρόληψη της οστεοπόρωσης όπως επίσης μπορούν πολλές φορές να επιφέρουν αναστροφή των δυνητικά τροποποιησίμων παραγόντων κινδύνου.

Δεδομένου ότι το κάπνισμα και η χρόνια κατάχρηση αλκοόλ έχουν συνδεθεί με την οστεοπόρωση, συνήθως συστήνεται η διακοπή

του καπνίσματος και ο μετριασμός της πρόσληψης αλκοόλ. Η συχνή άσκηση ή / και ασκήσεις για την ενδυνάμωση των μυών βελτιώνει την αντοχή των οστών σε άτομα με οστεοπόρωση. Η αεροβική γυμναστική, το σωστό βάρος, και οι ασκήσεις αντίστασης διατηρούν ή αυξάνουν την οστική μεταλλική πυκνότητα σε εμμηνοπαυσιακές γυναίκες. Η πρόληψη των πτώσεων μπορεί να βοηθήσει στην πρόληψη των επιπλοκών της οστεοπόρωσης.

Τέλος επαρκείς ποσότητες ασβεστίου και βιταμίνης D μπορεί να είναι πολύ χρήσιμες για την πρόληψη της οστεοπόρωσης.■

# Τα νέα μας

**1. Το νέο προϊόν με την ονομασία Imarem® που λάνσαρε η Remedica τον περασμένο Μάρτιο, είναι υποψήφιο στα βραβεία IN BUSINESS Awards 2013 στην κατηγορία Νέο Προϊόν/Υπηρεσία στην Κύπρο.** (ΦΩΤΟ 1)

Η εταιρεία ανέπτυξε το Imarem®, ένα νέο γενόσημο προϊόν για την λευχαιμία, χωρίς να παραβιάζει τα διάφορα διπλώματα ευρεσιτεχνίας και παρακάμπτοντας πολλά τεχνικά εμπόδια. Το προϊόν έχει λανσαριστεί με επιτυχία σε αγορές της Ανατολικής Ευρώπης ενώ στο μέλλον θα είναι διαθέσιμο στην παγκόσμια αγορά συμπεριλαμβανομένης και της Ευρώπης. Η ανταγωνιστική του τιμή σε συνδυασμό με την ποιότητα και την αποτελεσματικότητα αποτελεί όφελος για τα εθνικά συστήματα υγείας με αποτέλεσμα περισσότεροι ασθενείς να μπορούν να ωφελούνται από αυτή τη θεραπεία. Η ανάπτυξη του Imarem® επιβεβαιώνει για ακόμη μια φορά την τεχνογνωσία της εταιρείας σε θεραπείες για τον καρκίνο. Η τεχνογνωσία του Imarem® έχει παρασχεθεί με συμβόλαιο και σε άλλες Ευρωπαϊκές εταιρείες και αναμένονται περισσότερες συμφωνίες.

**2. Συμβουλές για επανεκκίνηση της Κυπριακής οικονομίας από τον κ. Σαββίδη.** (ΦΩΤΟ2)

Ο Διευθύνων Σύμβουλος της Remedica κ. Σαββίδης επιλέχθηκε από το έγκυρο επιχειρηματικό περιοδικό In Business ως ένας από τους 15 ηγέτες της Κυπριακής οικονομίας να δώσει πρακτικές εισηγήσεις και έμπνευση για να πάει ξανά μπροστά η Κύπρος. Στην συνέντευξη του αναφέρει την ενέργεια ως πρώτη επιλογή λέγοντας ότι «Μέσα από τη σωστή διαχείριση του φυσικού μας πλούτου θα μπορεί να αποδώσει αρκετά οφέλη και για τους υπόλοιπους κλάδους, όπως έμμεση και άμεση μείωση του ηλεκτρικού ρεύματος». Προσέθεσε ότι θα πρέπει ο τουρισμός, ως ο άλλος δυνατός μας τομέας, «να γίνει πιο ανταγωνιστικός από πλευράς ποιότητας, τιμής και προσφερόμενου προϊόντος», ενώ αναφέρθηκε και στη ναυτιλία λέγοντας ότι θα πρέπει να διατηρηθεί και να αναπτυχθεί περαιτέρω. Τόνισε επίσης το όφελος από την ανάπτυξη του μεταποιητικού τομέα και κυρίως των φαρμάκων, που «αποτελούν σήμερα το 1% του ΑΕΠ της Κύπρου και το 40% των εξαγωγών» και ξεχώρισε η αναφορά ότι η φαρμακοβιομηχανία «είναι ο μόνος τομέας που παρά τις δύσκολες ώρες που πέραν η Κύπρος, συνεχίζει να αναπτύσσεται και να δημιουργεί θέσεις εργασίας» και ότι «το πρώτο τρίμηνο του 2013 οι κυπριακές εξαγωγές ήταν αυξημένες». Ο κ. Σαββίδης αναφέρθηκε και στην ανάγκη μεγάλων αλλαγών «στα συστήματα και τον τρόπο που λειτουργούν οι κρατικοί και ημι-κρατικοί οργανισμοί, ώστε να μειωθεί η γραφειοκρατία με πιο σύντομες και αποτελεσματικές διαδικασίες». Τέλος έκανε έκκληση για έμπνευση από τους απόγονους μας και τους νέου τύπου καταναλωτές που «έχουν άμεση και συνεχή πρόσβαση στην πληροφόρηση όλο το εικοσιτετράωρο» και τόνισε την ανάγκη «να αναπτύξουμε καινοτόμα προϊόντα και υπηρεσίες που τους ικανοποιούν, λαμβάνοντας υπόψη το ηλεκτρονικό εμπόριο και αυξάνοντας τους πιθανούς αγοραστές».

**3. Η Remedica είναι στα τελικά στάδια για την εγγραφή του πρώτου αποστειρωμένου προϊόντος της με την ονομασία Zoledronic Remedica.**

Το Zoledronic Remedica είναι ένα πυκνό διάλυμα για παρασκευή διαλύματος προς έγχυση και περιέχει το ενεργό συστατικό ζολεδρονικό οξύ το οποίο ανήκει στην κατηγορία διφωσφονικών ουσιών και δρα κατά κύριο λόγο στα οστά (για περισσότερες πληροφορίες διαβάστε τα «Προϊόντα μας» σε αυτό το τεύχος).



## Οι Άνθρωποι μας

**Σ' αυτό το τεύχος σας παρουσιάζουμε τη Βοηθό Διευθύντρια Διασφάλισης Ποιότητας, Δρ. Γεωργία Χρίστου**

Η Δρ. Γεωργία Χρίστου γεννήθηκε στη Λεμεσό αλλά στην ηλικία των 9 χρονών μετανάστευσε με τους γονείς της στην Αυστραλία, όπου τελείωσε το σχολείο και αποφοίτησε από το πανεπιστήμιο της Μελβούρνης με πτυχίο στη Χημεία και διδακτορικό στη Φυσική Χημεία / θερμοδυναμική.

Ενώ έκανε το διδακτορικό της, άρχισε την καριέρα της ως Χημικός Αναλυτής στο Κυβερνητικό Εργαστήριο της Αυστραλίας (AGAL) ασχολούμενη με την ανάπτυξη φυτοφαρμάκων σε τρόφιμα που προορίζονταν για τις αγορές της Αμερικής και Ιαπωνίας, μετά πήρε τη θέση Ερευνητικού Χημικού στο (AGAL) αναπτύσσοντας μεθόδους ανίχνευσης καρκινογόνων ουσιών σε τρόφιμα ως αποτέλεσμα χρήσης growth regulators.

Με τη συμπλήρωση του διδακτορικού, της προσφέρθηκε ερευνητικό πόστο χρηματοδοτούμενο από την εταιρεία British Petroleum (BP) στο Τμήμα Φυσικής Χημείας του πανεπιστημίου, για την ανάπτυξη προσομοίωσης με ηλεκτρονικό υπολογιστή της συμπεριφοράς των υγρών φρένων κάτω από θερμές και υγρές συνθήκες. Αυτό οδήγησε στη θέση Καθηγήτριας Χημείας στο Ινστιτούτο Εκπαίδευσης του πανεπιστημίου της Μελβούρνης όπου δίδαξε θέματα χημείας πρώτου και τρίτου έτους για το πτυχίο διδασκαλίας και στο συντονισμό των

εργαστηριακών μαθημάτων του προγράμματος.

Λόγω του ενδιαφέροντος της για τις επιπτώσεις στο περιβάλλον της χημικής μόλυνσης όπως αυτή από μόλυβδο εξ' αιτίας της αχρήστευσης μπαταριών και της χρήσης μολυβδόχας βενζίνης, της προσφέρθηκε επίσης θέση στο Latrobe University να διδάσκει περιβαλλοντική χημεία σε πρωτοετείς φοιτητές και να επιβλέπει εργαστηριακά μαθήματα του προγράμματος.

Στις αρχές της δεκαετίας του 90 πάρθηκε η απόφαση για επιστροφή στην Κύπρο μαζί με το σύζυγο της και την κόρη της, όπου εγγράφηκε στο Υπουργείο Παιδείας ως καθηγήτρια δευτεροβάθμιας εκπαίδευσης και, ως Εξωτερική Ντόπια Εξετάστρια του Edexcel, δίδασκε Χημεία σε επίπεδο O-level, AS και A-level, καθώς επίσης και IGCSE Επιστήμη σε ιδιωτικά σχολεία δευτεροβάθμιας εκπαίδευσης.

Επιστρέφοντας στην τριτοβάθμια εκπαίδευση, αποδέχθηκε τη θέση Βοηθού Διευθυντή / Προϊστάμενη Ακαδημαϊκής Διοίκησης σε κολλέγιο στη Λευκωσία, όπου έδειξε ενδιαφέρον για Total Quality Management και ταυτόχρονα εγγράφηκε ως Εγκεκριμένη Tutor σε Εκπαίδευση για την Ασφάλεια Τροφίμων και Περιβαλλοντική Ενημέρωση του Chartered Institute of Environmental Health (CIEH) του Λονδίνου και ταυτόχρονα δίδασκε Αρχές και

Τεχνικές του HACCP.

Το 2004 γύρισε το ενδιαφέρον της προς τη φαρμακοβιομηχανία ερχόμενη στη Remedica ως Επιστήμονας στο Τμήμα Διασφάλισης Ποιότητας. Το 2007 προάχθηκε σε Λειτουργό Διασφάλισης Ποιότητας και το 2009 σε Βοηθό Διευθύντρια Διασφάλισης Ποιότητας, μια θέση που κατέχει μέχρι σήμερα.

Μέσω εκτενούς εξωτερικής και εσωτερικής εκπαίδευσης και την εμπειρία που απέκτησε στη Remedica, εγγράφηκε και ως Εκπαιδευμένο Πρόσωπο που της επιτρέπει διά νόμου να εγκρίνει παρτίδες φαρμακευτικών προϊόντων για πώληση στην αγορά.





# Ματιά στην Κύπρο: Χερσόνησος του Ακάμα: Απαράμιλλη φυσική ομορφιά.

Η χερσόνησος του Ακάμα βρίσκεται στη δυτική άκρη της Κύπρου κι επεκτείνεται για περίπου 7.000 εκτάρια. Σύμφωνα με τον Ευρωπαϊκό Οργανισμό Περιβάλλοντος αποτελεί μια από τις 22 περιοχές ενδημισμού στην Ευρώπη, ενώ είναι επίσης ενταγμένη στο οικολογικό δίκτυο Natura 2000 της Ευρωπαϊκής Ένωσης, το οποίο προωθεί την προστασία σοβαρά απειλούμενων οικοσυστημάτων. Μια περιοχή αναλλοίωτης φυσικής ομορφιάς με μοναδικά γεωλογικά χαρακτηριστικά, πλούσια βλάστηση και πανίδα, ο Ακάμας είναι πόλος έλξης τόσο για επιστήμονες και φυσιολάτρες, όσο για τουρίστες. Σύμφωνα με πολλούς, ο Ακάμας θεωρείται ίσως η πιο όμορφη τοποθεσία του νησιού.

Το φυσικό περιβάλλον της χερσονήσου παρουσιάζει ποικίλα γεωμορφολογικά χαρακτηριστικά όπως οροπέδια, μικρές πεδιάδες και βαθιές κοιλάδες, εντυπωσιακά σπήλαια και χείμαρρους, αμμώδεις παραλίες και βραχώδεις ακτές, θαλάσσια σπήλαια και νησίδες. Στην περιοχή βρίσκονται επίσης τα φαράγγια του Ανδrolούκου και του Πετράτη, καθώς και το φαράγγι του Άβακα, το οποίο αποτελεί δημοφιλή προορισμό, ιδανικό για πεζοπόρους. Το συγκεκριμένο φαράγγι επεκτείνεται για πάνω από 2.000 μέτρα κι έχει δημιουργηθεί από ασβεστολιθικά πετρώματα. Σε ένα σημείο, το μονοπάτι που το διασχίζει στενεύει δραματικά σε μόλις 3 μέτρα πλάτος, ενώ προσφέρει εκπληκτική θέα απόκρημνων γκρεμών και τοπίων. Στην χερσόνησο του Ακάμα βρίσκονται επίσης τρία κρατικά δάση. Το δάσος του Ακάμα, το δάσος της Πέγειας και το δάσος Μελέτη καλύπτουν μια έκταση 7.000 εκταρίων, στην οποία ευδοκίμούν ενδημικά είδη φυτών και ζώα τα οποία απειλούνται με εξαφάνιση.

Στην περιοχή του Ακάμα έχουν μέχρι τώρα εντοπιστεί 540 διαφορετικά είδη φυτών, από τα οποία τα 36 είναι ενδημικά, ενώ 23 είδη

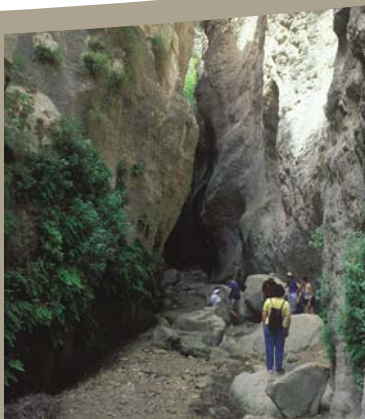
χαρακτηρίζονται ως σπάνια ή πολύ σπάνια. Φυτά όπως η *Tulipa Cypria*, το *Bosea Cypria* και μια μεγάλη ποικιλία από orchids, αλλά και το *Centaurea Akamantis*, το οποίο απειλείται με εξαφάνιση κι ανθίζει κάθε άνοιξη στο φαράγγι του Άβακα, καθιστούν τη χερσόνησο του Ακάμα ένα μοναδικό βιότοπο εξαιρετικής οικολογικής κι επιστημονικής σημασίας. Επίσης, ο Ακάμας χαρακτηρίζεται από μια πλούσια πανίδα, η οποία περιλαμβάνει αλεπούδες, λαγούς, γεράκια, κοράκια και κουκουβάγιες, ενώ σύμφωνα με διάφορες πηγές στην περιοχή κατοικούν 168 διαφορετικά είδη πουλιών, 12 είδη θηλαστικών, 20 είδη ερπετών και 16 είδη υμενοπτερών και κολεοπτερών. Ιδιαίτερης σημασίας είναι η ενδημική πεταλούδα *Glaucopsyche Paphos*, ενώ από τα πιο σημαντικά είδη ζώων που βρίσκονται στον Ακάμα είναι η πράσινη χελώνα (*Chelonia Mydas*) κι η χελώνα Καρέτα Καρέτα, οι οποίες απειλούνται με εξαφάνιση κι αναπαράγονται στην παραλία της Λάρας. Η μεσογειακή φώκια *Monachus Monachus* αναπαράγεται στις απόμερες σπηλιές της χερσονήσου μέχρι πρότινος.

Η περιοχή του Ακάμα είναι στενά συνδεδεμένη με την Ελληνική μυθολογία, σύμφωνα με την οποία η περιοχή οφείλει το όνομά της στο μυθολογικό ήρωα Ακάμα, γιο του Θησέα και της Φαίδρας, ο οποίος ταξίδεψε στην Κύπρο μετά το τέλος του Τρωικού πολέμου κι ίδρυσε την αρχαία πόλη Ακαμαντίς. Ωστόσο, ο Ακάμας σχετίζεται περισσότερο με τον μύθο της Αφροδίτης και του Άδωνη. Κρυμμένα μεταξύ της Πόλης Χρυσόχους και του ακρωτηρίου Αρναούτη υπάρχουν τα Λουτρά της Αφροδίτης και τα Λουτρά του Άδωνη, ενώ οι Σμυγίες αποτελούν τον τόπο στον οποίο η θεά της ομορφιάς συναντούσε τον Άδωνη. Επιπλέον, ο πανοραμικός κόλπος Φοντάνα Αμορόζα αποτελεί, σύμφωνα με τον μύθο, την πηγή της αγάπης.

Ο Ακάμας φημίζεται επίσης για την πλούσια ιστορική και πολιτιστική κληρονομιά του. Αρχαιολογικές ανασκαφές στην περιοχή έχουν φέρει στο φως ένα σημαντικό νεολιθικό οικισμό κοντά στο χωριό Ανδrolούκου, όπως και δυο μικρότερους νεολιθικούς / χαλκολιθικούς οικισμούς στην ευρύτερη περιοχή. Η περιοχή του Ακάμα ήταν σημαντικά πυκνοκατοικημένη κατά την Ελληνιστική και τη Ρωμαϊκή περίοδο, όπως και κατά τη Βυζαντινή περίοδο, στην διάρκεια της οποίας χτίστηκαν αρκετές εκκλησίες όπως η εκκλησία του Αγίου Μηνά, η εκκλησία του Αγίου Γεωργίου κι η εκκλησία του Αγίου Σεργίου, καθώς και το λαξευτό παρεκκλήσι στο Ακρωτήριο Αρναούτη. Τα ερείπια ενός μεγάλου αρχοντικού ή αββαείου στην περιοχή του Πύργου αποτελούν απομεινάρια της Φραγκοκρατίας και μεταγενέστερων περιόδων.

Μια από τις λίγες ανέγγιχτες περιοχές του νησιού, η χερσόνησος του Ακάμα αποτελεί ιδανικό προορισμό για όσους επιθυμούν να ανακαλύψουν τη μαγεία της φύσης. Οι επισκέπτες μπορούν να εξερευνήσουν τις ακτές της χερσονήσου με μια κρουαζιέρα, να κολυμπήσουν στα κρυστάλλινα νερά ανάμεσα σε έναν πλούσιο υποθαλάσσιο κόσμο, να ξεφύγουν σε εκδρομικούς χώρους και να γνωρίσουν τη μοναδική χλωρίδα και πανίδα της περιοχής διασχίζοντας ένα από τα πέντε μονοπάτια της φύσης που συστήνονται από το Τμήμα Δασών και τον Κυπριακό Οργανισμό Τουρισμού. Με τα πυκνά του δάση, τις μαγευτικές παραλίες και τα εντυπωσιακά τοπία του, ο Ακάμας παρουσιάζει την ομορφιά της φύσης στην πιο αγνή της μορφή. ■

**Πηγές:**  
- Wikipedia  
- Cyprus Tourism Organisation  
- [www.moa.gov.cy](http://www.moa.gov.cy)  
- [www.natureofcyprus.org](http://www.natureofcyprus.org)



Η εκτύπωση έγινε  
σε ανακυκλωμένο χαρτί

**Remedica**  
FOR A HEALTHIER WORLD

Remedica Ltd - Manufacturers of Pharmaceuticals,  
Βιομηχ. Περιοχή Λεμεσού, Ταχ. Κιβ. 51706, CY - 3508 Λεμεσός, Κύπρος, EU  
Τηλ. + 357 25553000, Φαξ. +357 25390192  
e-mail: [info@remedica.com.cy](mailto:info@remedica.com.cy) <http://www.remedica.eu>