

Όλα είναι δρόμος!

Δουλείες από αυτές που μάθαμε ως "ταπεινές" και τα μικρά διδάγματα ζωής των πρωταγωνιστών τους.

Αντρέας Μαντόπουλος

—Ετών 46, συνιδιοκτήτης της εταιρείας Podilato

ΤΟΥ ΑΝΤΩΝΗ ΝΤΙΝΙΑΚΟΥ tdniaikos@gmail.com
ΦΩΤΟΓΡΑΦΙΑ: ΑΓΓΕΛΟΣ ΓΙΩΤΟΠΟΥΛΟΣ angelosgiotopoulos.com

«**ΤΟ ΠΡΩΤΟ ΜΟΥ** ποδήλατο —αν εξαιρέσεις το κλασικό τρίκυκλο που όλοι είχαμε πιτσιρικάδες— ήταν ένα καταπράσινο Velamos, δώρο του πατέρα μου όταν έγινα έξι ετών. Πάνω του έδρανα τη φοβία της ισορροπίας, αγάπια τις εξερευνησεις στην εξοχή της Βάρκιζας, δραπετεύα όπως πρέπει να κάνουν τα παιδιά. Το αναπόλω ακόμα, ήταν ο πρώτος πιστός φίλος μου».

«Από τα παιδικά μου χρόνια έως σήμερα, το ποδήλατο υπήρξε ανέκαθεν το βασικό μου μέσο μετακίνησης. Εχω επτά ποδήλατα. Το καθένα από αυτά έχει τη χρησιμότητά του. Για να απολαύσεις ένα ποδήλατο, πρέπει να το χρησιμοποιείς σωστά».

«**ΔΕΝ ΜΟΥ** αρέσει να χρησιμοποιώ τα μέσα μεταφοράς, προτιμώ να κινούμαι με τη δική μου ενέργεια. Ως στάση ζωής. Πιστεύω ότι κάθε άνθρωπος πρέπει να βασίζεται το αρέγονο φορτίο της κίνησης αποκλειστικά και μόνο στις δυνάμεις του. Μόνο έτσι θα απελευθερωθεί από τις άσκοπες ενασχολήσεις της ζωής».

“

Εχω τρία mountain bikes, ένα για την πόλη (vintage Raleigh του '73), ένα αγωνιστικό, ένα αναδιπλούμενο για μικρές διαδρομές και ένα ακόμα, δρόμου με ατσάλινο σκελετό.

”

«**ΑΣΧΟΛΗΘΗΚΑ** επαγγελματικά με το ποδήλατο κατά τύχη. Μια μέρα, κατεβαίνοντας στην καθιερωμένη ποδηλατοπορεία της ομάδας "Free Day", συνάντησα έναν παλιό, καλό φίλο, τον Τάκη Τσονόπουλο. Η κατάληξη εκείνης της συζήτησης πάνω στα ποδήλατά μας έμελλε να μετουσιωθεί στη δημιουργία της εταιρείας Podilato. Το αποφασίσαμε χωρίς δεύτερη σκέψη. Ίσως γιατί ξέραμε και οι δύο ότι σκοπός μας δεν ήταν αποκλειστικά το κέρδος, αλλά η ορθή εξυπηρέτηση του Έλληνα αναβάτη. Στο εμπόριο, αν δεν αγαπάς πραγματικά αυτό που πουλάς, θα αποτύχεις».

«Ζωή ποδήλατο, λένε ορισμένοι. Είναι ένας εύστοχος παραλληλισμός. Η ζωή μοιάζει με το ποδήλατο. Θέλει κόπο, ιδρώτα το πεντάλ. Μα όσο οι ρόδες κινούνται, δεν πέφτεις ποτέ...»



■ **Επιστήμων.**

Η Τατιάνα Σκούταρη είναι ειδική οπτομέτρης και ειδικεύεται, μεταξύ άλλων, στην εφαρμογή γυαλιών που αντιμετωπίζουν το πρόβλημα της ωχράς κηλίδας.



Με τα γυαλιά της NASA

ΤΟΥ ΓΙΑΝΝΗ ΚΡΗΤΙΚΟΥ jkrtikos@pegaus.gr
ΦΩΤΟΓΡΑΦΙΕΣ: ΛΕΝΑ ΚΩΝΣΤΑΝΤΑΚΟΥ
www.lenakonstantakou.com

Η ΩΧΡΑ ΚΗΛΙΔΑ έχει διάμετρο μόλις 1,5 έως 2 mm και είναι το πιο ευαίσθητο σημείο του αμφιβλητροειδούς. Είναι υπεύθυνη για την κεντρική όραση και είναι αυτή που μας κάνει να βλέπουμε με ευκρίνεια, λεπτομέρειες και χρώματα. Ο υπόλοιπος αμφιβλητροειδής είναι υπεύθυνος για την περιφερική όραση, δηλαδή μας δίνει τη δυνατότητα να βλέπουμε μόνον σγκώδη αντικείμενα χωρίς λεπτομέρειες, τοπία και φιγούρες, όχι όμως χαρακτηριστικά. Για να γίνει καλύτερα αντιληπτό, η περιφερική όραση μας επιτρέπει να δούμε το λεωφορείο που έρχεται, ενώ η ωχρά κηλίδα τον αριθμό του λεωφορείου. Τέτοια είναι η σημασία της για την όραση! Η εκφύλιση της ωχράς κηλίδας, ως νόσος των ματιών, προκαλεί άλλοτε σταδιακή και άλλοτε ραγδαία απώλεια της κεντρικής όρασης. Μέχρι πρόσφατα, χαρακτηριζόταν ηλικιακή νόσος, γιατί σχετιζόταν με την τρίτη ηλικία, τώρα όμως προσβάλλει όλο και πιο συχνά ανθρώπους 45-50 ετών και άνω, και η συχνότητα εμφάνισής της όλο και αυξάνεται. Υπάρχουν δύο τύποι εκφύλισης της ωχράς κηλίδας: Η μεν ξηρή (ατροφική) περιορίζεται αργά και βαθμιαία την κεντρική όραση. Στο κέντρο του οπτικού πεδίου εμφανίζεται ένα θολό και σκοτεινό σημείο, που εμποδίζει κάποιον να βλέπει ευθεία. Η δε υγρή (παραγωγική) μειώνει ξαφνικά, αισθητά την όραση. Στην αντιμετώπιση αυτής της ασθένειας, η Τατιάνα Σκούταρη αποτελεί ένα από τα πολυσυζητημένα «ονόματα» της τελευταίας περιόδου. Ο λόγος είναι τα ειδικά γυαλιά, τα οποία επιτρέπουν στους ασθενείς να ξαναδοούν ικανοποιητικά, μια νέα τεχνολογία στην οποία η κ. Σκούταρη θεωρείται αυθεντία. Η ίδια είναι οπτομέτρης, ειδικευμένη στη χαμηλή

όραση, εισηγήτρια και εξετάστρια στην Ευρωπαϊκή Ένωση για το Ευρωπαϊκό Δίπλωμα Οπτομετρίας, καθώς και επίκουρη καθηγήτρια του Πανεπιστημίου της Μαδρίτης. Να τι μας λέει σχετικά: «Ανθρώποι που λόγω εκφύλισης της ωχράς κηλίδας θεωρούνταν σχεδόν τυφλοί έχουν πλέον τη δυνατότητα, με αυτά τα ειδικά γυαλιά, να διαβάζουν βιβλία, να βλέπουν τηλεόραση, να διακρίνουν καθαρά ανθρώπους και αντικείμενα γύρω τους». Η Ελληνίδα επιστήμων εξηγεί τον τρόπο, βάσει του οποίου —μετά και τις απαραίτητες οφθαλμολογικές εξετάσεις— επιλέγονται τα κατάλληλα γυαλιά, τα οποία αξιοποιούν «κρυμμένες δυνατότητες» του συστήματος του ματιού, επιτρέποντας στους ασθενείς να ξαναδοούν. «Με τη χρήση αυτών των γυαλιών αξιοποιείται η περιφερική όραση, αφού τα γυαλιά διαχέουν το φως σε όλο τον αμφιβλητροειδή. Έτσι, η περιφέρεια του αμφιβλητροειδούς "εκπαιδεύεται" και συμπεριφέρεται όπως η ωχρά κηλίδα. Η οπτική οξύτητα αυξάνεται και οι ασθενείς μπορούν να εργαστούν, να διαβάσουν ή να μετακινήθούν πολύ πιο εύκολα», σχολιάζει η ίδια. Η μέθοδος βασίζεται στη χρήση ειδικών φακών, που κατασκευάζονται στα εργαστήρια που προμηθεύουν στη NASA υπερευαίσθητα οπτικά όργανα και διαχέουν το φως σε όλον τον αμφιβλητροειδή. «Πράγματι, περίπου το 95% των ασθενών με εκφύλιση ωχράς κηλίδας, μπορεί με τη χρήση των ειδικά κατασκευασμένων γυαλιών να βελτιώσει αισθητά την όρασή του και να εκτελέσει καθημερινές δραστηριότητες με ευχέρεια», λέει η κ. Σκούταρη. Έτσι, με τα επαναστατικά αυτά γυαλιά, που συνοδεύονται από πιστοποιητικό γνησιότητας από το Εμπορικό Επιμελητήριο Αθηνών και χορηγούνται αποκλειστικά από εξειδικευμένο στη χαμηλή όραση οπτομέτρη —έπειτα από λεπτομερή ειδική εξέταση και αξιοποίηση της αναπομείνας όρασης—, υπάρχει πλέον η δυνατότητα ο ασθενής να βλέπει ξανά και να έχει ικανοποιητική οπτική επαφή με το περιβάλλον του. Μια εξέλιξη καθ' όλα επαναστατική! ■

» **Το 95% των ασθενών με εκφύλιση ωχράς κηλίδας μπορεί με τη χρήση των ειδικών γυαλιών να βελτιώσει αισθητά την όρασή του και να εκτελέσει καθημερινές δραστηριότητες με ευχέρεια».**