



Social Media Report

World AS Day 2025



Banner

Ελληνική Εταιρεία Αντιρευματικού Αγώνα ΕΛ Ε ΑΝ Α
Published by Άρτεμις Μαργαρίτη
28 April

Edit

4

Comment as Ελληνική Εταιρεία Αντιρ...

SAVE THE DATE

#WorldASDay2025
#LaceUpForAxSpA
#EverydayChallenges

World AS Day
3 May 2025

Lace Up For axSpA





23 April



Ελληνική Εταιρεία Αντιρευματικού Αγώνα ΕΛ Ε ΑΝ Α
Published by Άρτεμις Μαργαρίτη
· 23 April ·

Δένουμε τα κορδόνια μας με... νόημα!

3 Μαΐου 2025

- Παγκόσμια Ημέρα Αξονικής Σπονδυλαρθρίτιδας
- Μαζί υψώνουμε φωνή για τις καθημερινές προκλήσεις των ανθρώπων που ζουν με ΑxSpA.

#WorldASDay2025
#LaceUpForAxSpA
#EverydayChallenges

Μάθετε περισσότερα: asif.info/worldasday

Σημειώστε την ημερομηνία και γίνετε κι εσείς μέρος της αλλαγής!

#WorldASDay2025
#LaceUpForAxSpA
#EverydayChallenges

Σημειώστε την Ημερομηνία !

asif.info/worldasday

Boost

18 likes, 13 shares

Instagram

eleana_rheumatism

#WorldASDay2025
#LaceUpForAxSpA
#EverydayChallenges

Σημειώστε την Ημερομηνία !

asif.info/worldasday

likes, comments, shares icons

eleana_rheumatism · Δένουμε τα κορδόνια μας με... νόημα!... more

View Post on Instagram



Overview			
Views	Reach	Interactions	Link clicks
3,584	2,491	32	18



Overview		
Views	Reach	Interactions
172	53	4



24 April



Ελληνική Εταιρεία Αντιρευματικού Αγώνα ΕΛ Ε ΑΝ Α
Published by Άρτεμις Μαργαρίτη
· 24 April ·

Δέσε τα κορδόνια σου για την axSpA!
Η Παγκόσμια Ημέρα Αξονικής Σπονδυλαρθρίτιδας (World AS Day) πλησιάζει και το φετινό μήνυμα είναι πιο δυνατό από ποτέ!... See more

#WorldASDay2025
#LaceUpForAxSpA
#EverydayChallenges

Το επίσημο θέμα είναι:
Δέσε τα κορδόνια σου για την Παγκόσμια Ημέρα Αξονικής Σπονδυλαρθρίτιδας (axSpA)

asif.info/worldasday

Boost

10 likes, 7 shares

Like Comment Share

Instagram

eleana_rheumatism

#WorldASDay2025
#LaceUpForAxSpA
#EverydayChallenges

Το επίσημο θέμα είναι:
Δέσε τα κορδόνια σου για την Παγκόσμια Ημέρα Αξονικής Σπονδυλαρθρίτιδας (axSpA)

asif.info/worldasday

Like Comment Share

eleana_rheumatism Δέσε τα κορδόνια σου για την axSpA!... more

View Post on Instagram



Overview			
Views	Reach	Interactions	Link clicks
2,178	1,558	17	2



Overview		
Views	Reach	Interactions
155	55	2



25 April



Ελληνική Εταιρεία Αντιρευματικού Αγώνα ΕΛ Ε ΑΝ Α
Published by [Αρτεμς Μαργαρίτη](#)
· 25 April ·

World AS Day – 3 Μαΐου 2025
#EverydayChallenges #LaceUpForAxSpA #WorldASDay2025... See more

World AS Day
3 May 2025

Γνωρίζετε ότι ακόμη και οι πιο απλές εργασίες μπορεί να αποτελούν καθημερινό αγώνα για τα άτομα με Αξονική Σπονδυλαρίτιδα;

#WorldASDay2025

Boost

17 likes, 11 shares

Like Comment Share

Instagram
eleana_rheumatism

World AS Day
3 May 2025

Γνωρίζετε ότι ακόμη και οι πιο απλές εργασίες μπορεί να αποτελούν καθημερινό αγώνα για τα άτομα με Αξονική Σπονδυλαρίτιδα;

#WorldASDay2025
#LaceUpForAxSpA
#EverydayChallenges

asif.info/worldasday

eleana_rheumatism ❤️ World AS Day – 3 Μαΐου 2025
#EverydayChallenges #LaceUpForAxSpA ... more



Overview			
Views 📊	Reach 📊	Interactions 📊	Link clicks 📊
2,089	1,266	27	1



Overview		
Views 📊	Reach 📊	Interactions 📊
214	67	6

27 April



Ελληνική Εταιρεία Αντιρευματικού Αγώνα ΕΛ Ε ΑΝ Α
Published by [Αρτεμης Μαργαρίτη](#)
- 27 April · 🌐

⚠️ Σημάδια που δεν πρέπει να αγνοήσεις
Η Αξονική Σπονδυλαρθρίτιδα (axSpA) δεν αφορά μόνο τον πόνο στη μέση. Τα συμπτώματα είναι πολλές φορές παραγνωρισμένα, αλλά η έγκαιρη... See more

Επίμονος Πόνος στην πλάτη

Η έγκαιρη διάγνωση μπορεί να σου αλλάξει τη ζωή

Ακαμψία που είναι χειρότερη το πρωί αλλά βελτιώνεται με την κίνηση

Κούραση που δεν υποχωρεί

Αναγνώρισε τα Σημάδια, Μεταμόρφωσε ζωές

World AS Day 3 May 2025

Boost

👍❤️ 26 5 💬 16 ➦

👍 Like 💬 Comment ➦ Share

Instagram

eleana_rheumatism

Η έγκαιρη διάγνωση μπορεί να σου < αλλάξει τη ζωή >

World AS Day 3 May 2025

#WorldASDay2025
#LaceUpForAxSpA
#EverydayChallenges

asif.info/worldasday

👍💬📍🔗🔖

eleana_rheumatism ⚠️ Σημάδια που δεν πρέπει να αγνοήσεις... more



Overview			
Views 📊	Reach 📊	Interactions 📊	Link clicks 📊
2,736	1,556	46	1



Overview		
Views 📊	Reach 📊	Interactions 📊
282	89	10



28 April



Ελληνική Εταιρεία Αντιρευματικού Αγώνα ΕΛ Ε ΑΝ Α
Published by Άρτεμις Μαργαρίτη
- 28 April · 🌐

👉 Δύναμη στις ιστορίες. Δύναμη στη σύνδεση.
Η Παγκόσμια Ημέρα Αξονικής Σπονδυλαρθρίτιδας (αxSpA) δεν είναι μόνο ενημέρωση. Είναι μοίρασμα, ενότητα και φωνή.... See more

Δύναμη στις ιστορίες
Δύναμη στη σύνδεση

#WorldASDay2025
#LaceUpForAxSpA
#EverydayChallenges

asif.info/worldasday

Boost

👍❤️ 23 14 🗨️

Overview			
Views 📊	Reach 📍	Interactions 📈	Link clicks 🔗
2,193	1,454	36	1

Instagram

eleana_rheumatism

Δύναμη στις ιστορίες
Δύναμη στη σύνδεση

#WorldASDay2025
#LaceUpForAxSpA
#EverydayChallenges

asif.info/worldasday

📍🗨️📌

eleana_rheumatism 📍 Δύναμη στις ιστορίες. Δύναμη στη σύνδεση.... more

Overview		
Views 📊	Reach 📍	Interactions 📈
188	61	4





30 April



Ελληνική Εταιρεία Αντιρευματικού Αγώνα ΕΛ Ε ΑΝ Α
Published by Αρτεμις Μαργαρίτη
· 30 April ·

♥ Ένα Κίνημα Ελπίδας. Ένα βήμα τη φορά.
Το να δέσεις ένα κορδόνι μπορεί να είναι μικρό για κάποιους..... See more

Ένα Κίνημα ελπίδας,
Ένα βήμα τη Φορά

World AS Day
3 May 2025

#WorldASDay2025
#LaceUpForAxSpA
#EverydayChallenges

asif.info/worldasday

Boost

9 2

Like Comment Share

Overview			
Views	Reach	Interactions	Link clicks
1,022	720	13	--

Instagram

eleana_rheumatism

Ένα Κίνημα ελπίδας,
Ένα βήμα τη Φορά

World AS Day
3 May 2025

#WorldASDay2025
#LaceUpForAxSpA
#EverydayChallenges

asif.info/worldasday

♡ Comment Share

eleana_rheumatism ♥ Ένα Κίνημα Ελπίδας. Ένα βήμα τη φορά... more

Overview		
Views	Reach	Interactions
221	70	7





02 May



Ελληνική Εταιρεία Αντιρευματικού Αγώνα ΕΛ Ε ΑΝ Α
Published by Άρτεμις Μαργαρίτη
· 2 May ·

Μαζί, Δημιουργούμε την Αλλαγή... See more

Μαζί,
Δημιουργούμε
την Αλλαγή

#WorldASDay2025
#LaceUpForAxSpA
#EverydayChallenges asif.info/worldasday

Boost

11 1

Like Comment Share

Comment as Ελληνική Εταιρεία Αντιρευ...



Overview

Views	Reach	Interactions	Link clicks
926	654	14	--

Instagram

eleana_rheumatism

Μαζί,
Δημιουργούμε
την Αλλαγή

#WorldASDay2025
#LaceUpForAxSpA
#EverydayChallenges asif.info/worldasday

Like Comment Share

eleana_rheumatism Μαζί, Δημιουργούμε την Αλλαγή ... more



Overview

Views	Reach	Interactions
154	58	4

Ελληνική Εταιρεία Αντιρευματικού Αγώνα ΕΛ Ε ΑΝ Α
Published by [Αρτεμис Μαργαρίτη](#)
· 3 May ·

📍 ΣΗΜΕΡΑ είναι η μέρα!
3 Μαΐου 2025 – Παγκόσμια Ημέρα Αγκυλοποιητικής Σπονδυλαρθρίτιδας
World AS Day... See more

➔ ΣΗΜΕΡΑ ΕΙΝΑΙ

#WorldASDay2025
#LaceUpForAxSpA
#EverydayChallenges

asif.info/worldasday

Boost

👍 36 📌 12



03 May



Instagram

[eleana_rheumatism](#)

➔ ΣΗΜΕΡΑ ΕΙΝΑΙ

#WorldASDay2025
#LaceUpForAxSpA
#EverydayChallenges

asif.info/worldasday

📌

[eleana_rheumatism](#) ❤️ ΣΗΜΕΡΑ είναι η μέρα!
3 Μαΐου 2025 – Παγκόσμια Ημέρα Αγκυλοποιητικ... more



Overview			
Views	Reach	Interactions	Link clicks
3,091	2,231	51	4

Overview		
Views	Reach	Interactions
223	107	10



Total Views: 17.819

Total Reach: 11,930

Total Interactions:

236



Total Views: 1.609

Total Reach: 560

Total Interactions:

47





**Continuation of the Greek Social Media Campaign
with a Seperated - Autonomus Sponsor (UCB)**

October - November 2025

Facebook & Instagram Posts

Ελληνική Εταιρεία Αντιρευματικού Αγώνα ΕΛ Ε ΑΝ Α
Favourite · 2h · 🌐

Η Παγκόσμια Ημέρα Αξονικής Σπονδυλαρθρίτιδας μπορεί να πέρασε, αλλά η φωνή των ασθενών παραμένει δυνατή κάθε μέρα. Μέσα από την κοινότητα, την ενημέρωση και την κατανόηση μπορούμε να μειώσουμε τις καθυστερήσεις στη διάγνωση και να βελτιώσουμε τη ζωή των ανθρώπων με ΑξΣρα. Μοιράσου το μήνυμά μας για τη νόσο. Διαβάστε περισσότερα εδώ: <https://www.arthritis.org.gr/its-all-connected-2025/> #WorldASDay #ELEANA #AnkylosingSpondylitis #RheumaticDiseases #AwarenessMatters Με την ευγενική υποστήριξη της UCB



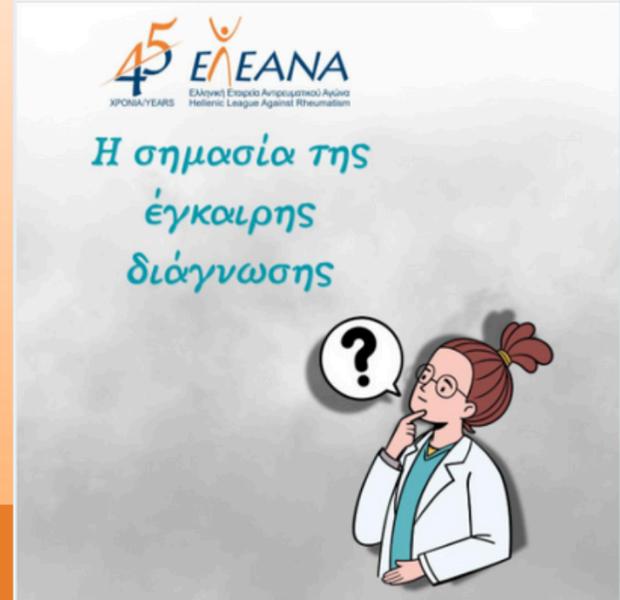
Boost this post to get more reach for Ελληνική Εταιρεία Αντιρευματικού Αγώνα ΕΛ Ε ΑΝ Α. [Boost post](#)

Amalia Ioannidi, Machi Salamaliki and 12 others · 7 shares

Like Comment Share

Ελληνική Εταιρεία Αντιρευματικού Αγώνα ΕΛ Ε ΑΝ Α
Just now · 🌐

Κατά μέσο όρο, οι ασθενείς με αξονική σπονδυλαρθρίτιδα χρειάζονται έως και 7 χρόνια για να λάβουν τη σωστή διάγνωση. Η καθυστέρηση αυτή σημαίνει πόνο, ανασφάλεια και απώλεια πολύτιμου χρόνου. Η ενημέρωση των επαγγελματιών υγείας και η έγκαιρη παραπομπή είναι το κλειδί. [https://www.arthritis.org.gr/its-all-connected-2025/...](https://www.arthritis.org.gr/its-all-connected-2025/) See more



Like Comment Share

Ελληνική Εταιρεία Αντιρευματικού Αγώνα ΕΛ Ε ΑΝ Α
Just now · 🌐

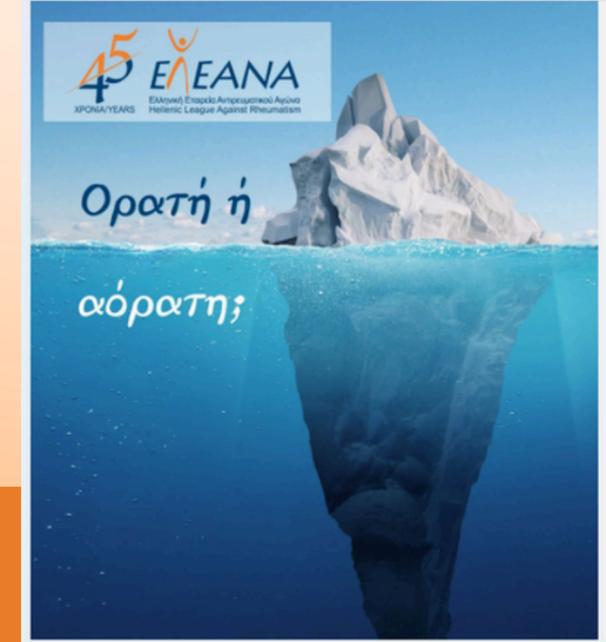
Η άσκηση είναι σύμμαχος για τα ανθρώπους με ΑξΣρα. Η τακτική φυσική δραστηριότητα βοηθά στη διατήρηση της ευλυγισίας, της στάσης του σώματος και της ψυχικής ισορροπίας. Δεν χρειάζεται να είναι έντονη — αρκεί να είναι τακτική και προσαρμοσμένη. #LiveWellWithAS #WorldASDay #ELEANA #PhysicalActivity #physicalactivity... See more



Like Comment Share

Ελληνική Εταιρεία Αντιρευματικού Αγώνα ΕΛ Ε ΑΝ Α
Just now · 🌐

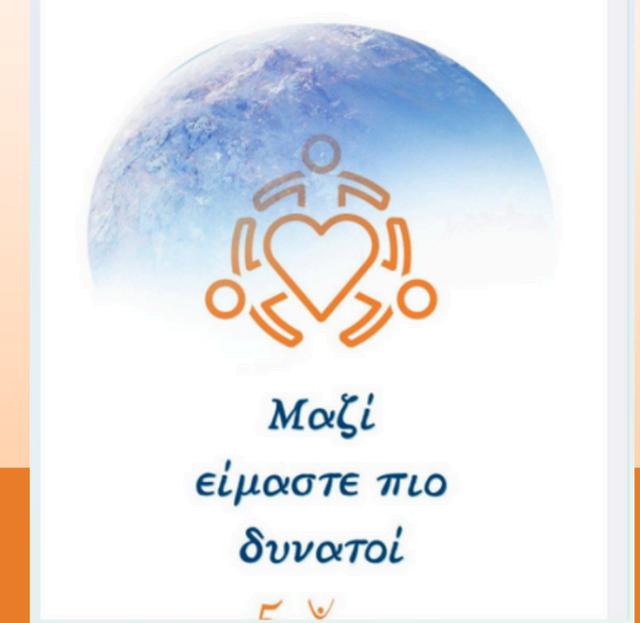
Ο χρόνιος πόνος, η κόπωση και η δυσκαμψία δεν είναι «στο μυαλό» — είναι πραγματικά συμπτώματα και χρειάζονται κατανόηση, όχι αμφισβήτηση. Ας θυμόμαστε ότι η ΑξΣρα δεν είναι «αόρατη» για εκείνους που τη ζουν καθημερινά. Η κατανόηση είναι η αρχή της αποδοχής. #InvisibleIllness #AnkylosingSpondylitis #WorldASDay #ELEANA... See more



Like Comment Share

Ελληνική Εταιρεία Αντιρευματικού Αγώνα ΕΛ Ε ΑΝ Α
Just now · 🌐

Κάθε ιστορία με αξονική σπονδυλαρθρίτιδα είναι μοναδική — όμως κανείς δεν χρειάζεται να τη ζήσει μόνος. Η ΕΛ.Ε.ΑΝ.Α. βρίσκεται δίπλα στους ασθενείς και τις οικογένειές τους, προσφέροντας ενημέρωση, υποστήριξη και μια κοινότητα που καταλαβαίνει. Αντιμετωπίζουμε τη νόσο μαζί, με γνώση, δύναμη και ελπίδα. #TogetherWeAreStronger #ELEANA #WorldASDay #SupportCommunity M... See more



Like Comment Share

Campaign Video with Greek Subtitles on Youtube



[Watch video on YouTube](#)

Error 153

Video player configuration error



Press Release Report



ΔΕΛΤΙΟ ΤΥΠΟΥ

Κάθε Κίνηση Μετρά: Ζώντας με Αξονική Σπονδυλοαρθρίτιδα

Αυτό είναι το βασικό μήνυμα της φετινής Παγκόσμιας Ημέρας για την Αξονική Σπονδυλοαρθρίτιδα, η οποία τιμάται κάθε χρόνο το πρώτο Σάββατο του Μαΐου από τη Διεθνή Ομοσπονδία ASIF (Axial Spondyloarthritis International Federation) και την Ελληνική Εταιρεία Αντιρευματικού Αγώνα (ΕΛ.Ε.ΑΝ.Α.), που αποτελεί αποκλειστικό μέλος της ASIF στην Ελλάδα.

Η Αξονική Σπονδυλοαρθρίτιδα είναι μια χρόνια, επώδυνη φλεγμονώδης πάθηση που επηρεάζει κυρίως τη σπονδυλική στήλη. Εκδηλώνεται με δυσκαμψία και περιορισμό στην κινητικότητα, ενώ συχνά επηρεάζει και άλλες αρθρώσεις, τένοντες και συνδέσμους, ιδιαίτερα σε ισχία, γόνατα και ώμους, δυσχεραίνοντας σημαντικά την καθημερινότητα των ασθενών.

Η νόσος εμφανίζεται συνήθως σε άτομα κάτω των 45 ετών, με μέση ηλικία διάγνωσης μεταξύ 25 και 45. Για τον λόγο αυτό, επίμονος πόνος στη μέση και πρωινή δυσκαμψία που διαρκεί για μεγάλο χρονικό διάστημα θα πρέπει να μας οδηγήσουν σε επίσκεψη σε ρευματολόγο.

Ακόμη και βασικές καθημερινές δραστηριότητες – όπως το να δέσεις τα κορδόνια σου ή να σηκωθείς από το κρεβάτι – μπορούν να γίνουν προκλήσεις. Ο χρόνιος πόνος, η δυσκαμψία και η κόπωση καθιστούν πολλές απλές κινήσεις δύσκολες.

Παραδείγματα δυσκολιών που αντιμετωπίζουν οι ασθενείς με Αξονική Σπονδυλοαρθρίτιδα:

- Ξύπνημα: Η πρωινή δυσκαμψία καθιστά δύσκολες τις πρώτες κινήσεις της ημέρας.
 - Ντύσιμο και προετοιμασία: Μπάνιο, λούσιμο, κόψιμο νυχιών, ακόμη και το φόρεμα ρούχων γίνονται κουραστικά.
 - Οδήγηση / ποδηλασία: Η στροφή του κεφαλιού για έλεγχο τυφλών σημείων συχνά απαιτεί ειδικούς καθρέφτες.
 - Χρήση ψηλών σημείων: Η τοποθέτηση ή ανάκτηση αντικειμένων από ψηλά απαιτεί επιπλέον προσπάθεια.
 - Διέλευση δρόμου: Ο περιορισμός της αυχενικής κινητικότητας μειώνει την ικανότητα γρήγορης αντίδρασης.
 - Φροντίδα άλλων: Το σήκωμα παιδιού ή παιχίδι στο πάτωμα μπορεί να οδηγήσει σε κόπωση.
 - Οικιακές εργασίες: Το σκούπισμα, το σφουγγάρισμα ή ο καθαρισμός παραθύρων επηρεάζουν αρνητικά πλάτη, λαιμό και ώμους.
- Αν δεν αντιμετωπιστεί θεραπευτικά, η πάθηση μπορεί να οδηγήσει σε σχηματισμό νέου οστίτη ιστού και σύνδεση σπονδύλων, προκαλώντας κύρτωση της σπονδυλικής στήλης (κύφωση). Επίσης, μπορούν να επηρεαστούν και άλλες περιφερικές αρθρώσεις.



Για περισσότερες πληροφορίες, μπορείτε να επικοινωνήσετε με την ΕΛ.Ε.ΑΝ.Α. στη Γραμμή Ψυχολογικής Υποστήριξης: 210 8237302, στο τηλέφωνο 211 1828572, στο www.arthritis.org.gr και μέσω των κοινωνικών δικτύων της ΕΛ.Ε.ΑΝ.Α.

###

Σχετικά με την Ελληνική Εταιρεία Αντιρευματικού Αγώνα (ΕΛ.Ε.ΑΝ.Α.)

Η Ελληνική Εταιρεία Αντιρευματικού Αγώνα (ΕΛ.Ε.ΑΝ.Α.) είναι ένας κοινωφελής, μη κερδοσκοπικός οργανισμός, αναγνωρισμένος από το κράτος. Ιδρύθηκε το 1978 στην Αθήνα και αριθμεί περισσότερα από 10.000 μέλη, μεταξύ των οποίων άτομα που ζουν με ρευματικά και αυτοάνοσα νοσήματα, ρευματολόγοι, επαγγελματίες υγείας και υποστηρικτές.

Όλα τα μέλη της ΕΛ.Ε.ΑΝ.Α. εργάζονται εθελοντικά. Στην Επιστημονική της Επιτροπή συμμετέχουν καθηγητές Ρευματολογίας από όλα σχεδόν τα πανεπιστήμια της χώρας, καθώς και επιστήμονες άλλων συναφών ειδικοτήτων.

Η ΕΛ.Ε.ΑΝ.Α. διατηρεί 11 παραρτήματα σε μεγάλες πόλεις της Ελλάδας και έχει αναπτύξει στρατηγικές συνεργασίες με συλλόγους ασθενών όπως οι: ΙΑΣΙΣ, ΘΑΛΕΙΑ, ΚΑΛΥΨΩ και ΕΟΣ-ΣΠΑΝΟΠΑ.

Εκπροσωπεί την Ελλάδα στην ευρωπαϊκή οργάνωση EULAR / EULAR PARE και έχει βραβευθεί τέσσερις συνεχόμενες χρονιές στο Ευρωπαϊκό Συνέδριο Ασθενών της EULAR για τις δράσεις της, μεταξύ των οποίων:

- το παραμύθι «Η φίλη μου η ΝΙΑ.ΡΑ»,
 - η έρευνα «Η επαγγελματική ζωή και τα προβλήματα των ατόμων με ρευματικά νοσήματα»,
 - η καμπάνια «Δικαιώματα των ατόμων με ρευματικά νοσήματα»,
 - και η μελέτη «Σεξουαλική ζωή νεαρών ατόμων με ρευματικά νοσήματα».
- Τον Ιούλιο του 2020, έλαβε το 1ο βραβείο από την Pain Alliance Europe (PAE) για τη δημιουργία της εφαρμογής StigmApp, σε συνεργασία με το Τμήμα Δημόσιας και Κοινωνικής Υγείας του Πανεπιστημίου Δυτικής Αττικής και τον Αντιρευματικό Σύνδεσμο Κύπρου (CYPLER).

Η ΕΛ.Ε.ΑΝ.Α. είναι ιδρυτικό μέλος του Sjogren Europe και της AGORA Federation of Associations for Patients with RMDs of Southern Europe, καθώς και αποκλειστικός εκπρόσωπος της Ελλάδας σε σημαντικούς διεθνείς φορείς όπως:

- Pain Alliance Europe
- World Patient Alliance
- World Lupus Federation
- Lupus Europe
- Vasculitis International
- ASIF
- EURORDIS

Είναι καταγεγραμμένη στο Μητρώο Συλλόγων με Διαφάνεια της Ευρωπαϊκής Ένωσης και συμμετέχει σε πληθώρα έργων δημόσιας υγείας και ψηφιακής καινοτομίας, σε συνεργασία με πανεπιστήμια όπως το ΑΠΘ και το ΠΑΔΑ.

Τα γραφεία της βρίσκονται στην οδό Σταδίου 51, Ομόνοια και λειτουργεί καθημερινά, 10:00 – 16:00.

Για πληροφορίες ή υποστήριξη:
☎ Τηλεφωνική Γραμμή: 210 8237302



www.arthritis.org.gr
Facebook | Instagram | LinkedIn | X

746/2/30.04.2025

Για περισσότερες πληροφορίες παρακαλούμε επικοινωνήστε με την Alpha Public Relations τηλ. 210 3645 629, κα Ρούλα Μητά r.mita@apr.com.gr ή/και κα Καίτη Αντωνοπούλου k.antonopoulou@apr.com.gr

Clippings resulted: 25
View them here
password: asif2025