

2018 Ιανουάριος Φεβρουάριος Μάρτιος

ΤΑ ΝΕΑ ΤΟΥ ΤΥΠΕΤ

Πολιτική τομών
με όραμα

τεύχος 171

www.typet.gr

ΠΕΡΙΟΔΙΚΗ ΕΚΔΟΣΗ ΤΟΥ ΤΑΜΕΙΟΥ ΥΓΕΙΑΣ ΠΡΟΣΩΠΙΚΟΥ ΕΘΝΙΚΗΣ ΤΡΑΠΕΖΑΣ

τα νέα του ΤΥΠΕΤ



σε αυτό το τεύχος

ΕΚΔΟΤΗΣ: Βασιλική Βογιατζοπούλου

ΣΥΝΤΑΚΤΙΚΗ ΕΠΙΜΕΛΕΙΑ / ΕΠΙΜΕΛΕΙΑ ΥΛΗΣ / ΔΙΕΘΝΗ:

Χρήστος Ασπιώτης, Δημήτρης Πλας,
Ελένη Αλεξανδρή, Φωτεινή Περδικάρη

ΣΥΜΒΟΥΛΟΣ ΕΚΔΟΣΗΣ: Δημήτρης Φωτόπουλος

ΕΚΤΥΠΩΣΗ / ΒΙΒΛΙΟΔΕΣΙΑ:

PAPERGRAPH - Γραφικές Τέχνες Α.Ε.
email: info@papergraph.gr
www.papergraph.gr

ΠΕΡΙΟΔΙΚΟ: τα νέα του ΤΥΠΕΤ

ΤΕΥΧΟΣ 171 / ΙΑΝΟΥΑΡΙΟΣ ΦΕΒΡΟΥΑΡΙΟΣ ΜΑΡΤΙΟΣ 2018
ΙΔΙΟΚΤΗΣΙΑ: Τ.Υ.Π.Ε.Τ / Σοφοκλέους 15 - 10552 Αθήνα
Τ: 210 3349500 (Διοίκηση) - 210 3349300 (Υπηρεσίες)

email: info@typet.gr - gds@typet.gr
www.typet.gr

- 3 Σημείωμα σύνταξης
- 4 Δέσμευση του κ. Λεωνίδα Φραγκιαδάκη στην κοπή πίτας του Τ.Υ.Π.Ε.Τ.
- 6 Πρόσληψη διευθυντικών στελεχών
- 7 Ενοποίηση Διευθύνσεων Τ.Υ.Π.Ε.Τ.
- 8 Έκθεση Εταιρικής Κοινωνικής Ευθύνης Ε.Τ.Ε. έτους 2017
- 12 4 Φεβρουαρίου - Παγκόσμια ημέρα καρκίνου
- 13 Νέα σύγχρονα χειρουργεία στο «Υγείας Μέλαθρον»
- 14 Απολογισμός Ο.Α.Τ.Υ.Ε.
- 15 Εγκαίνια Πολυιατρείου Ο.Α.Τ.Υ.Ε. Πάτρας
- 16 Υγειονομικό Συγκρότημα Θεσσαλονίκης
- 18 Μας ενδιαφέρει
- 20 Εργαστήριο Ιατρικών Απεικονίσεων
- 22 Ιατρείο Αθλητικής Καρδιολογίας
- 24 Διατροφή και άσκηση: αδιαμφισβήτητοι αντίπαλοι της χοληστερόλης
- 28 Αποφρακτήρας άνω γνάθου
- 29 Μουσείο Παιχνιδιού Αποκριάτικη γιορτή Τ.Υ.Π.Ε.Τ. - ΑμεΑ
- 30 Φροντιστής ατόμων με άνοια
- 31 8 Μαρτίου - Παγκόσμια Ημέρα Γυναίκας, Μήνυμα Προέδρου

Πολιτική τομών με όραμα

*"Το Τ.Υ.Π.Ε.Τ. τολμά,
καινοτομεί
και αναβαθμίζεται
σε όλα τα επίπεδα"*

Σημαντικές πολιτικές τομές, με νέες πρωτοβουλίες δράσεων και σε πολλά επίπεδα, βρίσκονται σε εξέλιξη μετά από αποφάσεις της Ολομέλειας της Διοίκησης του Τ.Υ.Π.Ε.Τ.

Σε μία εποχή που η υγεία, αν και το πολυτιμότερο αγαθό, αντιμετωπίζεται από την πολιτεία στο επίπεδο της δημόσιας περίθαλψης με υποβάθμιση, ενώ στο επίπεδο του ιδιωτικού τομέα με χαρακτηριστικά εμπορευματοποίησης, που την καθιστά ακριβή και δυσπρόσιτη στη μεγάλη κοινωνική πλειοψηφία, το Τ.Υ.Π.Ε.Τ. τολμά και καινοτομεί.

Αναβαθμίζεται σε όλα τα επίπεδα, διοικητικά, λειτουργικά, ιατρικά και νοσηλευτικά και εξασφαλίζει στα μέλη του και τις οικογένειές τους, ένα υψηλό επίπεδο υπηρεσιών υγείας χωρίς οικονομική επιβάρυνση.

Πρόκειται για ένα επίπεδο υπηρεσιών που δεν υπάρχει σε ανάλογη μορφή αυτόνομης λειτουργίας για ομάδα ασφαλισμένων στη χώρα μας, στο πλαίσιο του ιδιωτικού τομέα.

Ενδεικτικά αναφέρονται ορισμένες σημαντικές τομές (ενώ θα ακολουθήσουν και άλλες που βρίσκονται στο στάδιο της επεξεργασίας) οι οποίες αφορούν:

- Στην αξιοποίηση της σύγχρονης τεχνολογίας ειδικών επιστημόνων στον τομέα της Υγείας με την πρόσληψη α) Γενικού Διευθυντή Τ.Υ.Π.Ε.Τ. και β) Διευθυντή Δικτύου Δομών Υγείας Τ.Υ.Π.Ε.Τ., το κόστος των οποίων θα αναλάβει η Εθνική Τράπεζα.
- Στην ανάπτυξη του Τ.Υ.Π.Ε.Τ. και στη διεύρυνση των υπηρεσιών του στην Περιφέρεια και σε ευρύτερες περιοχές της Αττικής, πέραν αυτών που λειτουργούν ήδη.
- Στη διαμόρφωση νέας πολιτικής για τα φάρμακα με καλύτερο, πιο στοχευμένο και πιο οικονομικό αποτέλεσμα για τους ασφαλισμένους και το Τ.Υ.Π.Ε.Τ.
- Στην αναβάθμιση και τη βελτίωση της λειτουργίας των διοικητικών και των ιατρικών υπηρεσιών του Τ.Υ.Π.Ε.Τ., τόσο στο «Υγείας Μέλαθρον» και τα περιφερειακά ιατρεία, όσο και στην πρόσβαση των ασφαλισμένων σε όλες τις δομές υγείας.

Αυτή η πολιτική τομών και σημαντικών αλλαγών στη λειτουργία του Τ.Υ.Π.Ε.Τ., γυρίζει σελίδα και χαράζει με όραμα και προοπτική το μέλλον των παροχών υγείας στους ασφαλισμένους συναδέλφους μας και τις οικογένειές τους.

Δέσμευση του κ. Λεωνίδα Φραγκιαδακη στην κοπή πίτας του Τ.Υ.Π.Ε.Τ.

«Η Εθνική Τράπεζα θα συνεχίσει να στηρίζει το Τ.Υ.Π.Ε.Τ. κάτω από οποιεσδήποτε συνθήκες»

«Η οικονομική στήριξη της Εθνικής, θα διασφαλίσει τη βιωσιμότητα του Τ.Υ.Π.Ε.Τ. σήμερα και στο μέλλον.»

"Το 2018 είναι μια χρονιά καινοτόμων παρεμβάσεων της Διοίκησης του Τ.Υ.Π.Ε.Τ. που αφορούν σε σημαντικά θέματα της υγείας των ασφαλισμένων... Οι ευχές όλων γι' αυτή τη χρονιά είναι το Τ.Υ.Π.Ε.Τ. να συνεχίσει το έργο του, να παραμείνει στην πρωτοπορία παροχών και υπηρεσιών και να ξεπεράσει τα προβλήματα και τις οικονομικές δυσκολίες που θέτει η τρέχουσα συγκυρία".

Αυτά είναι όσα συμπυκνώνονται στην ομιλία της Προέδρου του Τ.Υ.Π.Ε.Τ., κ. Βασιλικής Βογιατζοπούλου, κατά τη διάρκεια της εκδήλωσης κοπής της πρωτοχρονιάτικης πίτας του Ταμείου Υγείας, που πραγματοποιήθηκε στις 25 Ιανουαρίου, στο Μέγαρο Μελά της Εθνικής Τράπεζας.

Το ενδιαφέρον και η αγωνία όλων για την πορεία του Τ.Υ.Π.Ε.Τ. σε ότι αφορά στη βιωσιμότητά του, πηγάζουν κυρίως από τις εξελίξεις που αφορούν στον Λ.Ε.Π.Ε.Τ.Ε., δεδομένου ότι επηρεάζεται καθοριστικά η χρηματοδότηση του Ταμείου Υγείας.

Όμως, η ομιλία του Δ/ντος Συμβούλου της Εθνικής Τράπεζας, κ. Λεωνίδα Φραγκιαδάκη ως απάντηση-δέσμευση, προς όλους όσοι παρευρέθηκαν στην εκδήλωση της πρωτοχρονιάτικης πίτας, ήταν καταλυτική και επιβεβαίωσε δημόσια τα αποτελέσματα των ενεργειών της Διοίκησης του Τ.Υ.Π.Ε.Τ. που προηγήθηκαν.

«Το ενδιαφέρον και η οικονομική στήριξη της Εθνικής Τράπεζας προς το Τ.Υ.Π.Ε.Τ. που θα διασφαλίσει τη βιωσιμότητά του, σήμερα αλλά και στο μέλλον, θα συνεχισθούν ανεξάρτητα από τις διαφορές απόψεων και τη θέση της Τράπεζας, που αφορά στην υπόθεση του Λ.Ε.Π.Ε.Τ.Ε.».



Τα λόγια του Διευθύνοντος Συμβούλου που δημιούργησαν αισθήματα ανακούφισης και έδωσαν τέλος στις φήμες και τις αγωνίες που κυριάρχησαν το τελευταίο χρονικό διάστημα, αποτελούν έναν ακόμα ιδιαίτερο λόγο αποφασιστικής σημασίας για τη Διοίκηση του Τ.Υ.Π.Ε.Τ. να συνεχίσει απερίσπαστη την υλοποίηση του στρατηγικού της σχεδιασμού σε όλα τα επίπεδα.

Στην εν λόγω εκδήλωση, εκτός του κ. Φραγκιαδάκη, παρευρέθηκαν οι Αναπληρωτές του κ. Δημήτριος Δημόπουλος και Παύλος Μυλωνάς, οι Γενικοί Διευθυντές κ. Παναγιώτης Δασμάνογλου, Γεώργιος Τριανταφυλλάκης, Πέτρος Φουρτούνης, Νικόλαος Χριστοδούλου και Γεώργιος Φράγκου, ο Πρόεδρος της διαρκούς Επιτροπής Στήριξης Τ.Υ.Π.Ε.Τ. και Διευθυντής Ανθρώπινου Δυναμικού της Τράπεζας και του Ομίλου, κ. Γεώργιος Αρμελινιός, στελέχη της Εθνικής Τράπεζας μέλη της διαρκούς Επιτροπής και διευθυντικά στελέχη της Ε.Τ.Ε.

Την Ο.Τ.Ο.Ε. εκπροσώπησαν ο Πρόεδρος κ. Σταύρος Κούκος, ο Αντιπρόεδρος κ. Σωτήρης Σαξώνης και ο Γεν. Γραμματέας κ. Αχιλλέας Μυλωνόπουλος. Εκ μέρους των Συλλόγων των εργαζομένων της Ε.Τ.Ε. παρευρέθηκαν το προεδρείο του Σ.Υ.Ε.Τ.Ε. με επικεφαλής τον Πρόεδρο κ. Γεώργιο Αρβανίτη, ο Γεν. Γραμματέας του Σ.Ε.Π.Ε.Τ.Ε. κ. Νικόλαος Λαβίδας και μέλη του προεδρείου του Συλλόγου, ο Πρόεδρος του Συλλόγου Προσωπικού πρ. Εθνοκάρτας κ. Ιωάννης Τύρος και μέλη του προεδρείου, καθώς και ο Πρόεδρος και η Γεν. Γραμματέας του Συλλόγου πρ. Ethnodata κ. Κων/νος Νικολάου και Παναγιώτα Λαζαροπούλου. Επίσης παρευρέθηκαν ο κ. Νικόλαος Καρούτζος, Πρόεδρος Ε.Δ.Ο.Ε.Α.Π./Γεν. Γραμματέας Ο.Α.Τ.Υ.Ε. και η κ. Αγγελική Σταθάτου, Γεν. Γραμματέας Ε.Δ.Ο.Ε.Α.Π.



Πρόσληψη Διευθυντικών Στελεχών στον Τομέα και την Οικονομία της Υγείας

"Η Διοίκηση του Τ.Υ.Π.Ε.Τ. τολμά να επενδύσει στη γνώση των ειδικών υγείας, με κριτήρια αξιοκρατίας."

Η διαχείριση των φορέων Υγείας, τόσο σε διοικητικό όσο και σε ιατρικό επίπεδο, είναι υπόθεση που αφορά στη χρησιμοποίηση της τεχνογνωσίας των επαγγελματιών της Υγείας και όχι φυσικά όσων αυτοαναγορεύονται (πολλές φορές με αυταρέσκεια) ως ειδικοί.

Η απόφαση της Διοίκησης να προχωρήσει στην προκήρυξη δύο θέσεων και στη συνέχεια στην πρόσληψη δύο διευθυντικών στελεχών του Τ.Υ.Π.Ε.Τ., που αφορούν στην πλήρωση της θέσης του Γενικού Διευθυντή και του Διευθυντή Δικτύου Δομών Υγείας του Οργανισμού, αποτελεί σημαντική τομή που θα αναβαθμίσει ποιοτικά, οικονομικά, διοικητικά και ιατρικά τη λειτουργία του Ταμείου Υγείας και θα διευρύνει τις δυνατότητες παροχής αποτελεσματικών υπηρεσιών.

Η δαπάνη της μισθοδοσίας των πιο πάνω διευθυντικών στελεχών Υγείας, θα βαρύνει εξ ολοκλήρου την Εθνική Τράπεζα και την αξιολόγηση-επιλογή τους ανέλαβε τριμελής επιτροπή αποτελούμενη:

- από ένα στέλεχος της Ε.Τ.Ε.
- από ένα μέλος της Διοίκησης του Τ.Υ.Π.Ε.Τ. και
- από έναν καθηγητή Πανεπιστημίου, κοινής αποδοχής καθώς οι δύο αυτές θέσεις απαιτούν εξειδίκευση στον τομέα και την οικονομία της Υγείας.

Η Διοίκηση του Τ.Υ.Π.Ε.Τ., έχοντας όραμα για την υλοποίηση ενός φιλόδοξου στρατηγικού σχεδιασμού, έχει αυτογνωσία που προϋποθέτει ωριμότητα και ρεαλισμό και τολμά και επενδύει στη γνώση των ειδικών της υγείας, διατηρώντας την ευθύνη του διοικητικού ελέγχου και απαιτώντας σε εύλογο χρονικό διάστημα συγκεκριμένα αποτελέσματα.

Η θέση του Γενικού Διευθυντή καλύφθηκε ήδη και στο επόμενο τεύχος θα γίνει η παρουσίασή του, με τα στοιχεία του βιογραφικού του.

Ενοποίηση Διευθύνσεων Τ.Υ.Π.Ε.Τ. Ουσιαστική Διοικητική Τομή

*"Λειτουργία των υπηρεσιών
με ταχύτητα, ασφάλεια,
έλεγχο, διαφάνεια
και αποτελεσματικότητα."*

Με στόχο τον καλύτερο και ουσιαστικότερο έλεγχο των διαδικασιών που αφορούν στη λειτουργία σημαντικών Διευθύνσεων του Τ.Υ.Π.Ε.Τ., η Διοίκηση αποφάσισε να προχωρήσει στην ενοποίηση των Διευθύνσεων Οικονομικού, Προμηθειών, Συμβάσεων και Φαρμακείων.

Η απόφαση αυτή αναμένεται να λειτουργήσει θετικά και ταυτόχρονα αποδοτικά γιατί θα απλοποιήσει διαδικασίες γραφειοκρατικού τύπου, διευκολύνοντας τη λειτουργία αυτών των υπηρεσιών, οι οποίες λειτουργώντας ταχύτερα και με ασφάλεια θα συμβάλλουν στον καταληκτικό στόχο της καλύτερης και αμεσότερης εξυπηρέτησης των ασφαλισμένων.

Σε μία εποχή που η αποτελεσματικότητα και η ταχύτητα απονομής υπηρεσιών, ειδικότερα όταν αυτές έχουν κοινωνικό χαρακτήρα, και μάλιστα στον ευαίσθητο τομέα της Υγείας, είναι απαιτήσεις που επιβάλλονται από την ίδια τη ζωή και τις ανάγκες των ανθρώπων.

Για τον λόγο αυτό και προκειμένου το Τ.Υ.Π.Ε.Τ. να ανταποκριθεί με αξιόπιστο και αποτελεσματικό τρόπο σε αυτές τις απαιτήσεις και τις ανάγκες, η Διοίκηση αποφάσισε να παρέμβει και στο θέμα αυτό, με στόχο τον έλεγχο, τη διαφάνεια και τη λειτουργική αποτελεσματικότητα που απαιτείται να έχουν οι επιμέρους υπηρεσιακές δράσεις του Τ.Υ.Π.Ε.Τ.

Με αυτή την παρέμβαση, εκτός από τους λόγους που ήδη αναφέρθηκαν, η Διοίκηση του Τ.Υ.Π.Ε.Τ. διευκολύνεται και μπορεί να έχει άμεση κεντρική και συνολική ενημέρωση από την Ενιαία Διεύθυνση των συγκεκριμένων υπηρεσιών, προκειμένου να καθορίζει την πολιτική της, είτε στο σύνολο είτε επιμέρους και να παίρνει γρήγορες και ασφαλείς αποφάσεις.

Γιατί όλα αφορούν, από το επίπεδο των ιατρονοσηλευτικών υπηρεσιών, το επίπεδο των διοικητικών υπηρεσιών και το επίπεδο της Διοίκησης του Τ.Υ.Π.Ε.Τ., στην προστασία ενός πρωτοποριακού φορέα υγείας που διαθέτουμε και στις καλύτερες παροχές υγείας προς τους ασφαλισμένους μας που θέλουμε να διατηρήσουμε και να διευρύνουμε ακόμα περισσότερο.

Έκθεση

Εταιρικής Κοινωνικής Ευθύνης Ε.Τ.Ε.

έτους 2017

«Με τομές και έργα, άρχισε να υλοποιείται το τριετές στρατηγικό σχέδιο δράσης της Διοίκησης του Τ.Υ.Π.Ε.Τ.»

Η ετήσια Έκθεση Εταιρικής Κοινωνικής Ευθύνης της Εθνικής Τράπεζας για το έτος 2017, περιλαμβάνει, εκτός των άλλων, σημαντικές και καινοτόμες δράσεις του Τ.Υ.Π.Ε.Τ., σε όλα τα επίπεδα και κυρίως δράσεις που σηματοδοτούν μια νέα αφετηρία εκκίνησης του Ταμείου Υγείας, με στόχο τη μεγαλύτερη δυνατή βελτίωση και τη διεύρυνση των παρεχόμενων υπηρεσιών υγείας προς τους ασφαλισμένους.

Το γεγονός αυτό μας κάνει ιδιαίτέρως υπερήφανους, αφενός διότι οι δράσεις μας γίνονται αντικείμενο αναγνώρισης αφετέρου γιατί προβάλλονται ευρύτερα και ταυτόχρονα καταξιώνονται και πέρα από τα όρια της Εθνικής Τράπεζας.

Έρευνα γνώμης

- Η νέα Διοίκηση του Τ.Υ.Π.Ε.Τ. ξεκίνησε με την πραγματοποίηση - για πρώτη φορά - διαδικτυακής έρευνας γνώμης με στοχευμένο ερωτηματολόγιο προς τα μέλη του Ταμείου Υγείας και οι απαντήσεις τους οδήγησαν σε χρήσιμα συμπεράσματα και πρωτοβουλίες.

Στρατηγικό σχέδιο

- Για πρώτη φορά, με βάση τις διαπιστωμένες ανάγκες αλλά και επιλογές βελτιώσεων σε πολλούς τομείς, καταρτίστηκε στρατηγικό σχέδιο δράσης για την τριετία 2017-2020 το οποίο άρχισε ήδη να εφαρμόζεται και αφορά κατ' αρχάς στην οργάνωση και την αξιοποίηση του ανθρώπινου δυναμικού και στη συνέχεια στην ανασυγκρότηση των υποδομών και του συστήματος διακυβέρνησης, αξιοποιώντας τις τεχνολογικές δυνατότητες και το νέο μοντέλο επαγγελματικής διοίκησης.

Στη συνέχεια, το στρατηγικό σχέδιο φθάνει στις υπηρεσίες παροχών υγείας (πρωτοβάθμια και δευτεροβάθμια περίθαλψη), συμπληρώνεται με τα θέματα πρόνοιας και κοινωνικής επιχειρηματικότητας και καταλήγει στην καλύτερη δυνατή αξιοποίηση της περιουσίας του Τ.Υ.Π.Ε.Τ., με τεχνογνωσία και ευέλικτο τρόπο διοίκησης και διαχείρισης με στόχο τη διασφάλιση της βιωσιμότητάς του.

Διεθνής δράση

- Το Τ.Υ.Π.Ε.Τ., ως ιδρυτικό μέλος της Ομοσπονδίας Αυτοδιαχειριζόμενων Ταμείων Υγείας Ελλάδος (Ο.Α.Τ.Υ.Ε.), δραστηριοποιείται στο πλαίσιο της AIM, με στόχο τη διασφάλιση της βιωσιμότητας των φορέων υγείας και τη βελτίωση της ποιότητας των υπηρεσιών, στο πλαίσιο αξιοποίησης της διεθνούς εμπειρίας.

Θεσμός στήριξης του Τ.Υ.Π.Ε.Τ.

- Επανασυστάθηκε διαρκής Επιτροπή Στήριξης της Ε.Τ.Ε. που απαρτίζεται από στελέχη της Τράπεζας και την Πρόεδρο του Τ.Υ.Π.Ε.Τ., με στόχο τη συνδρομή στον εξορθολογισμό των οικονομικών μεγεθών, στη βελτίωση της λειτουργίας και στην αναβάθμιση των υπηρεσιών του, καθώς και στη μεσολάβηση στη Διοίκηση της Τράπεζας, για την αντιμετώπιση κρίσιμων θεμάτων για την πορεία του Ταμείου Υγείας.

Κατανομή αρμοδιοτήτων ευθύνης

- Καθορίστηκαν τομείς δράσεις του Διοικητικού Συμβουλίου του Τ.Υ.Π.Ε.Τ. και ανατέθηκαν τα αντίστοιχα καθήκοντα στα μέλη του.

Άλλες δράσεις

- Ανανεώθηκε η σύμβαση συνεργασίας του Τ.Υ.Π.Ε.Τ. με το «ΩΝΑΣΕΙΟ ΚΑΡΔΙΟΧΕΙΡΟΥΡΓΙΚΟ ΚΕΝΤΡΟ».
- Αποφασίστηκαν προγράμματα προληπτικής ιατρικής για άνδρες και γυναίκες, σε τακτά χρονικά διαστήματα.
- Ιδιαίτερη φροντίδα για το ΠΑΙΔΙ οργανώνεται στο Τ.Υ.Π.Ε.Τ. και μία ευρεία διεπιστημονική ομάδα βρίσκεται ήδη στη διάθεση των ασφαλισμένων μικρών παιδιών, προκειμένου να παρέχεται έγκαιρα διάγνωση και θεραπευτική αντιμετώπιση όλων των προβλημάτων της ηλικίας τους.

- Αναπτύχθηκαν διαδικασίες καλύτερου και αποδοτικότερου ελέγχου της φαρμακευτικής δαπάνης, χωρίς να υποβαθμίζεται η θεραπευτική αντιμετώπιση των ασθενών. Τέθηκε σε λειτουργία η διαδικασία ηλεκτρονικής θεώρησης των συνταγών των φαρμάκων.

Δράσεις στο «ΥΓΕΙΑΣ ΜΕΛΑΘΡΟΝ»

Το 2017 εγκρίθηκαν από το Διοικητικό Συμβούλιο οι ακόλουθες δράσεις στην κλινική «Υγείας Μέλαθρον»:

- Ανάπτυξη και αξιοποίηση ικανοτήτων του υπάρχοντος ανθρώπινου δυναμικού, καθώς και προσλήψεις νέου προσωπικού.
- Συγκρότηση νέου ολιγάριθμου Επιστημονικού Συμβουλίου, ευέλικτου σχήματος, με Πρόεδρο τον κ. Λάμπρο Τζιανούμη.
- Σε εξέλιξη είναι η ανακαίνιση του υγειονομικού συγκροτήματος «Υγείας Μέλαθρον».

Ολοκληρώθηκαν οι εργασίες ανακατασκευής του 5^{ου} ορόφου της Κλινικής και ενοποιήθηκαν τα δύο κτήρια (Θεριανού 4 & 4^ο). Το έργο περιλαμβάνει:

- Ανάπτυξη κλινών 5^{ου} ορόφου της Κλινικής (11 κλίνες)
- Ανάπλαση χώρων καρδιολογικών ιατρείων και Καρδιολογικού Τμήματος
- Εκσυγχρονισμό μηχανολογικού εξοπλισμού 5^{ου} ορόφου
- Στον 5^ο όροφο λειτουργεί πλέον ολοκληρωμένη καρδιολογική κλινική.

Παράλληλα, είναι **σε εξέλιξη η υλοποίηση των εργασιών ανακατασκευής του 3^{ου} ορόφου και προμήθειας του ιατροτεχνολογικού εξοπλισμού**, καθώς και η επέκταση των χειρουργείων της κλινικής «ΥΓΕΙΑΣ ΜΕΛΑΘΡΟΝ», με χρονικό ορίζοντα ολοκλήρωσης το φθινόπωρο του 2018. Το έργο υλοποιείται με την εξ ολοκλήρου χορηγία της Ε.Τ.Ε.

Ολοκληρώθηκε η ανακαίνιση του χώρου της Μονάδας Αυξημένης Φροντίδας (Μ.Α.Φ) και η προμήθεια νέου εξοπλισμού.

Αναδιαμορφώθηκε ο χώρος του 4^{ου} ορόφου για τη φιλοξενία του γραφείου Νοσοκομειακών Λοιμώξεων.

Νέες μη επεμβατικές τεχνικές

Εγκαινιάστηκαν στο «Υγείας Μέλαθρον» οι ελάχιστα επεμβατικές τεχνικές στην αντιμετώπιση του προστάτη, που εντάσσεται στην κατηγορία των βαριών ογκολογικών περιστατικών, προσφέροντας σύγχρονες ουρολογικές υπηρεσίες με άριστη αποτελεσματικότητα και μειωμένη νοσηρότητα (λαπαροσκοπική ριζική προστατεκτομή).

Νέα Ειδικά Ιατρεία

- **Ιατρείο Γυναικείας Καρδίας**
λειτουργεί από τον Ιούνιο του 2017 και είναι ιατρείο πρωτογενούς και δευτερογενούς πρόληψης των καρδιοπαθειών, με ειδική αναφορά στα καρδιολογικά προβλήματα των γυναικών.
- **Ειδικό Ιατρείο Άνοιας - Μνήμης**
λειτουργεί από τον Οκτώβριο του 2017 υπό την ευθύνη του Νευρολογικού Τμήματος και πραγματοποιεί νευρολογική κλινική εξέταση και πλήρη έλεγχο μνήμης με εξειδικευμένα σταθμισμένα τεστ, με στόχο την έγκαιρη διάγνωση και την καλύτερη δυνατή αντιμετώπιση.
- **Ιατρείο Ουρογυναικολογίας και Διαταραχών του Πυελικού Εδάφους**
με συνεργασία του κ. Κ. Μπλάνα. Αναμένεται να λειτουργήσει πιλοτικά μία φορά την εβδομάδα.

Εκπαίδευση προσωπικού

Διενεργήθηκαν κι εφέτος σεμινάρια στο πλαίσιο της συνεχιζόμενης ιατρικής εκπαίδευσης, σε πολλούς τομείς ιατρικών επεμβάσεων σε ιατρούς της Κλινικής.

Συστάθηκε Γραφείο Εκπαίδευσης Νοσηλευτικής Υπηρεσίας για τη συνεχή εκπαίδευση του νοσηλευτικού προσωπικού.

Πληρότητα Κλινικής

Κατά το έτος 2017 στην Κλινική νοσηλεύτηκαν 5.118 (2016: 4.900) ασθενείς. Η νοσηλεία αυτών αντιστοιχεί σε 18.492 ημέρες (2016:17.757) και η Μέση Διάρκεια Νοσηλείας του έτους ήταν 4,97 ημέρες, των νοσηλευομένων αυτού του έτους.

Κοινωνική Πρόνοια & Παράλληλες Δραστηριότητες

- **Κατασκηνώσεις - Ανταλλαγές**
Το Ταμείο Υγείας, στο πλαίσιο του κοινωνικού του χαρακτήρα, τη φετινή χρονιά είχε αύξηση του συνολικού αριθμού των φιλοξενούμενων παιδιών κατασκηνωτών σε ποσοστό 8,2% συγκριτικά με το 2016. Επίσης, στις κατασκηνώσεις Χαλκιδικής και Λούτσας Πρέβεζας πραγματοποιήθηκαν προγράμματα οικογενειακών διακοπών στα οποία συμμετείχαν συνολικά 933 άτομα, ασφαλισμένοι άμεσα και έμμεσα στο Τ.Υ.Π.Ε.Τ.
- **Αιμοδοσία**
Το Γραφείο Αιμοδοσίας της Τμήματος Κοινωνικής Μέριμνας Τ.Υ.Π.Ε.Τ. διοργάνωσε 19 προγράμματα εθελοντικής αιμοδοσίας στην Αθήνα, συγκεντρώνοντας 846 φιάλες αίματος. Το Υγειονομικό Συγκρότημα Τ.Υ.Π.Ε.Τ. στη Θεσσαλονίκη διοργάνωσε 2 προγράμματα εθελοντικής αιμοδοσίας, όπου συγκεντρώθηκαν 174 φιάλες αίματος. Κατά τη διάρκεια του έτους καλύφθηκαν ανάγκες αίματος σε δεκάδες περιπτώσεις που το χρειάστηκαν.
- **Ιατρείο Διακοπής Καπνίσματος**
Το 2016 επισκέφθηκαν το Ιατρείο Διακοπής Καπνίσματος 261 καπνιστές εκ των οποίων τα 190 άτομα (ποσοστό 73%) πέτυχαν παρατεταμένη αποχή.



- **Ιατρείο Παχυσαρκίας**

Την ίδια χρονική περίοδο επισκέφθηκαν το Ιατρείο Παχυσαρκίας 148 άτομα και πέτυχαν απώλεια βάρους μεγαλύτερη του 10% στην επαναξιολόγησή τους, μετά από διάστημα 6 μηνών.

- **Ιατρείο Υπέρτασης**

Το Ιατρείο Υπέρτασης, Δυσλιπιδαιμίας και Διαβήτη επισκέφθηκαν 2.115 ασφαλισμένοι, εκ των οποίων στα 1.730 άτομα (ποσοστό 82%) επετεύχθησαν οι θεραπευτικοί στόχοι.

- **Ψυχολογική Στήριξη Εργαζομένων**

Πραγματοποιήθηκαν 1.260 ατομικές συνεδρίες στο Γραφείο Ψυχολογικής Υποστήριξης, από τις ψυχολόγους του Ταμείου Υγείας. Στο «ΥΓΕΙΑΣ ΜΕΛΑΘΡΟΝ» πραγματοποιήθηκαν 551 συνεδρίες. Διοργανώθηκαν επίσης ενημερωτικά σεμινάρια με θέμα τη ΔΙΑΧΕΙΡΙΣΗ ΤΟΥ ΕΡΓΑΣΙΑΚΟΥ ΑΓΧΟΥΣ, απευθυνόμενα στους εργαζόμενους της Εθνικής Τράπεζας. Ένα (1) στην Αθήνα και ένα (1) στη Θεσσαλονίκη. Αναφορικά με το πρόγραμμα οικογενειακής συμβουλευτικής, πραγματοποιήθηκαν πενήντα πέντε (55) συνεδρίες.

Όλα τα παραπάνω αφορούν στις κυριότερες μόνο δράσεις του Τ.Υ.Π.Ε.Τ. του έτους 2017, τις οποίες επιλέξαμε να παρουσιάσουμε και δεν αποτελούν φυσικά τον απολογισμό του έργου στο σύνολό του, για τον χρόνο που πέρασε.

Η Διοίκηση του Τ.Υ.Π.Ε.Τ. υλοποιεί ένα συνολικό αλλά παράλληλα και στοχευμένο πρόγραμμα αναδιοργάνωσης όλων των υπηρεσιών, με σκοπό να εξασφαλίσει, λειτουργικά αλλά και ουσιαστικά, σύγχρονες και αποτελεσματικές παροχές και υπηρεσίες υγείας σε όλους τους ασφαλισμένους και τις οικογένειές τους.

Η προσπάθεια αυτή θα συνεχιστεί και θα ενταθεί ακόμη περισσότερο και εντός του τρέχοντος έτους, γιατί η φιλοσοφία που πρέπει να διαπνέει όλους όσοι ενεργούν, όχι μόνο ως επαγγελματίες αλλά και ως λειτουργοί ενός φορέα υγείας, πρέπει να είναι ο συνεχής εκσυγχρονισμός και η βελτίωση των παρεχόμενων υπηρεσιών σε όλα τα επίπεδα.

Με αυτή την πεποίθηση αρχής αλλά και με διαφάνεια, έλεγχο και ενημέρωση των ασφαλισμένων του Τ.Υ.Π.Ε.Τ., η Διοίκηση του Ταμείου Υγείας φιλοδοξεί και θα επιδιώξει να καταξιώσει στην πράξη, μία νέα εποχή παροχών υγείας στους ασφαλισμένους, η οποία θα εγγυάται επάρκεια και αποτελεσματικότητα στην αντιμετώπιση όλων των ιατροφαρμακευτικών τους αναγκών.

4 Φεβρουαρίου Παγκόσμια Ημέρα κατά του καρκίνου

«Η έγκαιρη διάγνωση αυξάνει τις πιθανότητες ίασης της νόσου.»



Της κ. Μαρίας Κιαγιά
Ιατρού-Παθολόγου
Ογκολογικού Τμήματος
«ΥΓΕΙΑΣ ΜΕΛΑΘΡΟΝ»

Παγκόσμια Ημέρα κατά του Καρκίνου έχει ορισθεί η 4η Φεβρουαρίου με πρωτοβουλία της Διεθνούς Ένωσης κατά του Καρκίνου (UICC – Union for International Cancer Control), που εκπροσωπεί πάνω από 1.000 οργανώσεις σε 160 χώρες του κόσμου. Την ημέρα αυτή, παγκοσμίως δίνεται έμφαση στην ενημέρωση και την ευαισθητοποίηση του κόσμου. Η ενημέρωση είναι εξαιρετικά σημαντική καθώς, σύμφωνα με τον Παγκόσμιο Οργανισμό Υγείας, το 30-50% όλων των περιπτώσεων καρκίνου μπορούν να προληφθούν. Επιπροσθέτως, η έγκαιρη διάγνωση αυξάνει τις πιθανότητες για πλήρη ίαση της καρκινικής νόσου.

Στρατηγικές πρόληψης που σχετίζονται με τον τρόπο ζωής:

- Αποφυγή/διακοπή καπνίσματος (επιβαρυντικό για τη υγεία είναι και το παθητικό κάπνισμα). Το κάπνισμα ενοχοποιείται για τις 9 από τις 10 περιπτώσεις καρκίνου του πνεύμονα που διαγιγνώσκονται στη χώρα μας. Επιπλέον, αποτελεί ενοχοποιητικό παράγοντα για το 1/3 όλων των μορφών καρκίνου, και κυρίως του στόματος, του φάρυγγα, του παγκρέατος, της ουροδόχου κύστης και του μαστού.
- Αποφυγή υπερβολικής κατανάλωσης οινοπνευματωδών ποτών.
- Διατήρηση φυσιολογικού σωματικού βάρους. Ισορροπημένη διατροφή (υψηλή κατανάλωση φρούτων, λαχανικών, προϊόντων ολικής άλεσης, οσπρίων, ξηρών καρπών και προτίμηση προϊόντων με χαμηλά λιπαρά καθώς και μειωμένη κατανάλωση κόκκινου και επεξεργασμένου κρέατος, βρέθηκαν να έχουν προστατευτική επίδραση).
- Πληροφόρηση, εμβολιασμός με εμβόλια που προλαμβάνουν μορφές καρκίνου (ηπατίτιδα Β-HBV και ιός των ανθρώπινων θηλωμάτων-HPV).
- Αποφυγή υπερβολικής έκθεσης στον ήλιο, ιδιαίτερα τις μεσημεριανές ώρες, χρήση αντηλιακών, καπέλων.
- Φυσική δραστηριότητα. Ακόμα και 30 λεπτά άσκησης, όπως το γρήγορο περπάτημα, η κολύμβηση, 3-4 φορές την εβδομάδα, μπορούν να αποδειχθούν εξαιρετικά ωφέλιμα.

Ακολουθώντας έναν υγιεινό και ισορροπημένο τρόπο ζωής, μειώνουμε τις πιθανότητες εμφάνισης καρκίνου και αποτελούμε καλό παράδειγμα για τα νεότερα μέλη της κοινωνίας μας όπως τα μικρά παιδιά και τους εφήβους.

Νέα σύγχρονα χειρουργεία στο «ΥΓΕΙΑΣ ΜΕΛΑΘΡΟΝ»

«Ο εκσυγχρονισμός των εγκαταστάσεων και του εξοπλισμού των χειρουργείων της Κλινικής, προχωρά με εντατικούς ρυθμούς.»

Μετά την ολοκλήρωση των εργασιών στον 5^ο όροφο της κλινικής «ΥΓΕΙΑΣ ΜΕΛΑΘΡΟΝ» και την ενοποίηση των δύο κτηρίων, με αποτέλεσμα την άριστη εξυπηρέτηση των ασφαλισμένων, των ιατρών αλλά και του νοσηλευτικού προσωπικού της Κλινικής, προχωρούν με γοργούς ρυθμούς και οι εργασίες στον 3^ο όροφο που αφορούν στην ολοκληρωτική ανακαίνιση των χώρων και στον εκσυγχρονισμό των χειρουργείων.

Οι εργασίες στον 3^ο όροφο της Κλινικής που ξεκίνησαν ήδη, αναμένεται να ολοκληρωθούν - σύμφωνα με το χρονοδιάγραμμα που έχει προβλεφθεί - τον Οκτώβριο του τρέχοντος έτους και εντάσσονται στον στρατηγικό σχεδιασμό της Διοίκησης, ο οποίος υλοποιείται χωρίς καθυστερήσεις με στόχο καλύτερες, ουσιαστικότερες και ποιοτικότερες παροχές περίθαλψης και υγείας στους ασφαλισμένους συναδέλφους μας.

Οι εργασίες στους χώρους των χειρουργείων της Κλινικής αφορούν σε οικοδομικές και ηλεκτροτεχνολογικές παρεμβάσεις που θα αναμορφώσουν συνολικά τις εγκαταστάσεις, καθώς και στην προμήθεια νέου ιατροτεχνολογικού εξοπλισμού που θα εκσυγχρονίσει πλήρως τα χειρουργεία της Κλινικής, τα οποία θα είναι σε θέση να ανταποκριθούν καλύτερα και αποτελεσματικότερα στις τρέχουσες αλλά και σε άλλες νέες επεμβατικές ανάγκες.

Το κόστος των έργων στα χειρουργεία της Κλινικής έχει αναλάβει εξ ολοκλήρου η Εθνική Τράπεζα, με μία ευγενική χορηγία γι' αυτό τον σκοπό που έρχεται από το παρελθόν και υλοποιείται σήμερα με απόφαση της σημερινής Διοίκησής της, η οποία έχει αναλάβει την οικονομική στήριξη του έργου με ό,τι επιπλέον χρειαστεί μέχρι την ολοκλήρωσή του.

Την εποπτεία και την παρακολούθηση των έργων έχει αναλάβει η Διοίκηση του Τ.Υ.Π.Ε.Τ., η οποία, δια της Προέδρου της κ. Βασιλικής Βογιατζοπούλου ευχαρίστησε τη Διοίκηση της Εθνικής για την ανταπόκριση και την ουσιαστική συμβολή της σε ένα τόσο σημαντικό έργο για τα άμεσα και έμμεσα μέλη του Ταμείου Υγείας. Σημειώνεται ότι στο χρονικό διάστημα κατά το οποίο θα πραγματοποιούνται τα έργα, έχει ληφθεί μέριμνα να μην διαταραχθεί η ομαλή διεξαγωγή των χειρουργικών επεμβάσεων.

Η Διοίκηση του Τ.Υ.Π.Ε.Τ. είναι ιδιαίτερα υπερήφανη για το έργο αυτό, που σημαίνει νέα σύγχρονα χειρουργεία της κλινικής «ΥΓΕΙΑΣ ΜΕΛΑΘΡΟΝ», δεδομένου ότι η περίθαλψη στο πεδίο των χειρουργικών επεμβάσεων με κάθε σύγχρονο μέσο είναι θέμα προτεραιότητάς της.



Διοικητικός Απολογισμός Ο.Α.Τ.Υ.Ε. έτους 2017

Σε ένα ρευστό εθνικό περιβάλλον όπου οι τομείς ασφάλισης υγείας και κοινωνικής προστασίας εξακολουθούν να υφίστανται αλλαγές, η Ομοσπονδία ενέτεινε τις προσπάθειες προάσπισης της θεσμικής της φυσιογνωμίας αλλά και του συνδεδετικού και συντονιστικού της ρόλου για την ενίσχυση των δεσμών και τη σύναψη συνεργειών μεταξύ των Ταμείων-μελών της. Επικεντρώθηκε, μεταξύ άλλων, σε δράσεις που είχαν ως στόχο:

α) την ενεργοποίηση μηχανισμών ετοιμότητας για την έγκαιρη αντίδραση και υπεράσπιση της οντότητας των Ταμείων-μελών της, τόσο σε εθνικό, όσο και σε διεθνές επίπεδο, β) την κατοχύρωση της δυνατότητας ανταλλαγής υπηρεσιών μεταξύ των Ταμείων-μελών της, γ) την υλοποίηση ίδρυσης Ομοσπονδιακού Φαρμακείου, δ) τη διερεύνηση της προοπτικής ένταξης και άλλων ασφαλιστικών Ταμείων, ως εν δυνάμει νέων μελών της, ε) την ανταλλαγή πληροφοριών και καλών πρακτικών.

Δράσεις σε εθνικό και διεθνές επίπεδο

(Απρίλιος)

- Αίτημα προς το Υπουργείο Υγείας για λήψη άδειας ίδρυσης και λειτουργίας Ομοσπονδιακού Φαρμακείου για τη διάθεση ΦΥΚ σε καλύτερες τιμές στους ασφαλισμένους των Ταμείων-μελών. Συνεχείς επαφές καθόλη τη διάρκεια του έτους με το Υπουργείο αλλά και τον Ε.Ο.Π.Υ.Υ. σχετικά με την πορεία της διαδικασίας έγκρισης.

(Σεπτέμβριος)

- Ομοσπονδιακή παραγγελία και προμήθεια 4.600 δόσεων του εποχικού αντιγριπικού εμβολίου για τις ανάγκες των ασφαλισμένων των Ταμείων-μελών.

(Οκτώβριος)

- Σύνταξη και υποβολή ομοσπονδιακής επιστολής προς την AIM, με αίτημα την έγγραφη δήλωση στήριξης από την πλευρά της Διεθνούς Ένωσης υπέρ των ελληνικών Α.Τ.Υ., για τη διατήρηση της ύπαρξης και της πρότυπης λειτουργίας τους.

(Νοέμβριος)

- Συμμετοχή αντιπροσωπείας στις καταστατικές εργασίες της 37ης Τακτικής Γενικής Συνέλευσης της AIM στη Ρώμη (15-17/11). Κατά τη διάρκεια των συνεδριάσεων συζητήθηκαν θέματα αμοιβαίου για όλες τις οργανώσεις-μέλη ενδιαφέροντος, όπως η εξασφάλιση της συμμετοχής της νεολαίας στο μουτσαλιστικό κίνημα, ο αγώνας ενάντια στην απάτη στον τομέα υγείας, ο μουτσαλισμός ως όπλο ενάντια στη φτώχεια και τις κοινωνικές ανισότητες, επαναθεώρηση της φαρμακευτικής πολιτικής και η συμβολή στα συστήματα φροντίδας υγείας τα οποία δεν μπορούν να είναι βιώσιμα, χωρίς την ύπαρξη των αυτοδιαχειριζόμενων φορέων ασφάλισης υγείας.

- Σύνταξη κοινής επιστολής από την Ο.Α.Τ.Υ.Ε. και την AIM, απευθυνόμενη προς την Ελληνική Κυβέρνηση και τους Θεσμούς, με εκτενή ενημέρωση αναφορικά με τον ρόλο και τη λειτουργία της Ομοσπονδίας και των Ταμείων-μελών της. Επισημαίνονται ιδιαίτερα ο ανεξάρτητος και αυτοδιοικούμενος χαρακτήρας τους,

το γεγονός ότι δεν λαμβάνουν κοινωνικούς πόρους και δεν επιβαρύνουν τον κρατικό προϋπολογισμό, η υποδειγματική ποιότητα των υπηρεσιών που παρέχουν, η αδιαμφισβήτητη διαφάνεια στις τηρούμενες διαδικασίες.

- Τον ίδιο μήνα, η Ο.Α.Τ.Υ.Ε. και η AIM λαμβάνουν απάντηση εκ μέρους των Θεσμών, από τον Επικεφαλής της Γενικής Διεύθυνσης Δημοσίων Οικονομικών της Ευρωπαϊκής Επιτροπής, κ. Τζουζέπε Καρόνε, ο οποίος δηλώνει πως εκτιμά τις προσπάθειες για ανάκαμψη του Εθνικού Συστήματος Υγείας στην Ελλάδα και αναγνωρίζει τη σημασία και τον ρόλο των ελληνικών Αυτοδιαχειριζόμενων Ταμείων Υγείας. Εκφράζει, επίσης, την πρόθεση για συνάντηση με εκπροσώπους των ελληνικών Ταμείων με σκοπό την αναλυτικότερη συζήτηση σχετικά με το πλαίσιο λειτουργίας τους.

Δραστηριότητες Πολυιατρείου Πάτρας

- Ο συνολικός αριθμός των επισκέψεων στις παρεχόμενες ιατρικές ειδικότητες ανήλθε στις 6.576 (ανά ειδικότητα: Καρδιολόγος: 671 / Οδοντίατρος: 381 / Ορθοπαιδικός: 933 / Οφθαλμίατρος: 846 / Παθολόγος: 3.542 / Ορθοδοντικός - έναρξη νέων περιστατικών: 7, ΩΡΛ: 196).

- Κατά τη διάρκεια του έτους διεξήχθησαν 2 αιμοδοσίες, η 65η (24, 25 & 26/01), κατά την οποία προσήλθαν 83 εθελοντές αιμοδότες και η 66η (21 & 22/06), κατά την οποία προσήλθαν 80 εθελοντές αιμοδότες.

- Διοργανώθηκε το καθιερωμένο Πρόγραμμα Προληπτικής Ιατρικής Ενάντια στον Καρκίνο του Μαστού στις 5, 6 & 7 Απριλίου. 85 ασφαλισμένες επισκέφθηκαν τα ιατρεία της Πάτρας και εξετάστηκαν από τον συνεργάτη Μαστολόγο κ. Δημήτρη Κορωνάρχη.

- Διενεργήθηκε ο καθιερωμένος εποχικός αντιγριπικός εμβολιασμός σε 100 ασφαλισμένους, εκ των οποίων οι 77 προερχόμενοι από το Τ.Υ.Π.Ε.Τ.

Νέο ξεκίνημα για τα ιατρεία της Ο.Α.Τ.Υ.Ε. στην Πάτρα με καθοριστική συμβολή του Τ.Υ.Π.Ε.Τ. & της Εθνικής Τράπεζας

*"Στο πλευρό
των ασφαλισμένων
με αίσθημα ευθύνης
και ευαισθησίας.
Τα νέα ιατρεία
στην Πάτρα."*

Σε μία λιτή και όμορφη εκδήλωση, με αθρόα προσέλευση εργαζόμενων και συνταξιούχων της Εθνικής Τράπεζας και της Τράπεζας της Ελλάδος, τελέστηκαν τα εγκαίνια των νέων ιατρείων της Ομοσπονδίας Αυτοδιαχειριζόμενων Ταμείων Υγείας στην πόλη της Πάτρας, το απόγευμα της Τρίτης 6 Μαρτίου.

Οι νέοι, σύγχρονα εξοπλισμένοι και διαμορφωμένοι χώροι που παραχωρήθηκαν στην Ομοσπονδία από την Εθνική Τράπεζα της Ελλάδος για την εγκατάσταση του Πολυιατρείου της Ο.Α.Τ.Υ.Ε., βρίσκονται στον 2^ο και τον 3^ο όροφο του κτηρίου επί της οδού Κανακάρη 193 και ήδη λειτουργούν για τους ασφαλισμένους του Τ.Υ.Π.Ε.Τ. και του Α.Τ.Π.Σ.Υ.Τ.Ε., προσφέροντας υψηλής ποιότητας υπηρεσίες πρωτοβάθμιας φροντίδας υγείας.

Τα εγκαίνια τίμησαν με την παρουσία τους ο Περιφερειάρχης Δυτικής Ελλάδας, κ. Απόστολος Κατσιφάρας, ο Πρόεδρος της Ο.Τ.Ο.Ε., κ. Σταύρος Κούκος, ο πρώην Πρόεδρος της Ο.Α.Τ.Υ.Ε. και του Τ.Υ.Π.Ε.Τ, κ. Νίκος Κήπος, ο κ. Στέλιος Ορφανός, Δ/ντής Κατ/τος Τραπεζής Ελλάδος Πάτρας, οι κ. Γιώργος Ντίνος και Χαρίλαος Γρανίτσας, Περιφερειακοί Δ/ντές Ε.Τ.Ε., ο κ. Γιώργος Αρβανίτης, Πρόεδρος Σ.Υ.Ε.Τ.Ε., η κ. Πηνελόπη Παναγοπούλου, Υπ/ντρια Κατ/τος Τραπεζής Ελλάδος Πάτρας και η κ. Μαρία Ζακυνθινού, Υπ/ντρια Ε.Τ.Ε.

Παρόντες στη διοργάνωση ήταν, επίσης, ο Γεν. Γραμματέας Τ.Υ.Π.Ε.Τ. και Αντιπρόεδρος Ο.Α.Τ.Υ.Ε., κ. Χρήστος Ασπιώτης, καθώς και ο Αντιπρόεδρος Β' Τ.Υ.Π.Ε.Τ. και Αναπλ. Γεν. Γραμματέας Ο.Α.Τ.Υ.Ε., κ. Δημήτρης Πλας.

Την εκδήλωση άνοιξε ο Περιφερειακός Σύμβουλος Τ.Υ.Π.Ε.Τ., κ. Ιωάννης Τσατσάς, ενώ χαιρετισμό απηύθυναν ο Πρόεδρος Ο.Α.Τ.Υ.Ε. και Α.Τ.Π.Σ.Υ.Τ.Ε., κ. Γεώργιος Καρπέτας και η Πρόεδρος Τ.Υ.Π.Ε.Τ., κ. Βασιλική Βογιατζοπούλου, οι οποίοι ευχαρίστησαν όλους όσοι με έμπρακτη συμμετοχή κι ευαισθησία στήριξαν τις προσπάθειες του υποδειγματικού αυτού ομοσπονδιακού έργου, με ειδική αναφορά στη συμβολή της Εθνικής Τράπεζας, ενώ στην εκδήλωση απηύθυνε χαιρετισμό και ο Περιφερειάρχης Δυτικής Ελλάδας.

Από την πλευρά της, η κ. Βογιατζοπούλου αναφέρθηκε ιδιαίτερώς στην επιτυχημένη 16χρονη λειτουργία του Πολυιατρείου και στη σημαντική παροχή υπηρεσιών στους ασφαλισμένους όλα αυτά τα χρόνια. Ιδιαίτερη αναφορά έκανε στην πολύτιμη στήριξη εκ μέρους της Εθνικής Τράπεζας και των στελεχών της στο έργο της Ομοσπονδίας και των Ταμείων, η οποία εστιάζεται κυρίως στον παραχωρηθέντα χώρο για τη μεταστέγαση του Πολυιατρείου. Υπογράμμισε ότι θα υπάρξει εμπλουτισμός των υφιστάμενων υπηρεσιών και με νέες ιατρικές ειδικότητες και τόνισε ότι οι Διοικήσεις, τόσο της Ομοσπονδίας, όσο και των Ταμείων-μελών, θα συνεχίσουν να στέκονται στο πλευρό των ασφαλισμένων με αίσθημα ευθύνης κι ευαισθησίας, όχι με λόγια αλλά με έργα.

Αυτή άλλωστε είναι και η φιλοσοφία της Διοίκησης του Τ.Υ.Π.Ε.Τ. που αμέσως, από την πρώτη ημέρα ανάληψης των καθηκόντων της, άρχισε με σχέδιο και όραμα να κάνει πράξη.



Το Τ.Υ.Π.Ε.Τ. στην Περιφέρεια Υγειονομικό Συγκρότημα Θεσσαλονίκης

*"Απλώνουμε την αγκαλιά
της περίθαλψης
των ασφαλισμένων
και στην Περιφέρεια."*

Το Τ.Υ.Π.Ε.Τ. δεν είναι μόνο στην Αθήνα. Απλώνει την αγκαλιά της υγειονομικής περίθαλψης των ασφαλισμένων στην Περιφέρεια, με πρώτη τη Θεσσαλονίκη αλλά και την Πάτρα, όπου μέσω της Ο.Α.Τ.Υ.Ε. παρέχει στα μέλη του ιατρικές υπηρεσίες πρωτοβάθμιας περίθαλψης, και συνεχίζει τη φιλόδοξη προσπάθειά του και σε άλλες πόλεις της Ελλάδας.

Στη Θεσσαλονίκη το Τ.Υ.Π.Ε.Τ. απασχολεί 65 μόνιμους, πλήρους και μερικού ωραρίου εργαζόμενους (ιατρικό, νοσηλευτικό και διοικητικό προσωπικό), παρέχοντας ολοκληρωμένη εξυπηρέτηση σε θέματα περίθαλψης, ασφάλισης, αποζημιώσεων, πρόνοιας και ψυχοκοινωνικής υποστήριξης.

Στεγάζεται σε διατηρητέο - νεοκλασικό κτήριο επί της οδού Ερμού 28 & Αριστοτέλους και εξυπηρετεί 10.500 άμεσα και έμμεσα ασφαλισμένα μέλη των Περιφερειών Θράκης, Μακεδονίας, Θεσσαλίας, Ηπείρου και του Νομού Κερκύρας.

Στα εξωτερικά Ιατρεία του Υγειονομικού Συγκροτήματος καταγράφονται ετησίως περίπου 27.000 επισκέψεις μελών σε όλες σχεδόν τις ιατρικές ειδικότητες (παθολόγου, παιδίατρου, οφθαλμιάτρου, ορθοπαιδικού, δερματολόγου, ψυχίατρου, καρδιολόγου, πνευμονολόγου, ενδοκρινολόγου, γυναικολόγου, ωρλ και ουρολόγου).

Τα ιατρεία στελεχώνονται επίσης από έμπειρες νοσηλεύτριες, για τη διενέργεια εμβολίων, ενέσεων και την περιποίηση τραυμάτων, για τα οποία δεν χρειάζεται ραντεβού.

Στο Μικροβιολογικό Εργαστήριο, εφοδιασμένο με μηχανήματα προηγμένης τεχνολογίας, (πρόσφατη εγκατάσταση νέων σύγχρονων αναλυτών) διενεργούνται περίπου 100.000 πάσης φύσεως εξειδικευμένες μικροβιολογικές εξετάσεις (αιματολογικές, βιοχημικές, ορμονολογικές, ανοσολογικές, ούρων, καλλιέργειες, καθώς και εξειδικευμένες εξετάσεις). Επείγουσες εξετάσεις ρουτίνας διενεργούνται και εκτός του Ταμείου Υγείας, κατόπιν έγκρισης.

Στο Πολυοδοντιατρείο παρέχεται ολοκληρωμένη και εξειδικευμένη πρωτοβάθμια οδοντιατρική φροντίδα, ταυτόχρονα με την αντιμετώπιση έκτακτων - επειγόντων



περιστατικών και παράλληλα με κλινικές εξειδικεύσεις της Οδοντιατρικής (Ορθοδοντική, Περιοδοντολογία, Προσθετολογία, τοποθετήσεις οστεοενσωματωμένων εμφυτευμάτων και οστικών μοσχευμάτων).

Οι ασφαλισμένοι απολαμβάνουν ολοκληρωμένες, εξειδικευμένες και υψηλού επιπέδου υπηρεσίες δευτεροβάθμιας φροντίδας υγείας από συμβεβλημένους πάροχους υγείας, όπως διαγνωστικά εργαστήρια, φυσικοθεραπευτές και ιατρούς.

Οι ανάγκες των μελών σε νοσοκομειακή περίθαλψη, καλύπτονται τόσο από τα δημόσια νοσοκομεία όσο και από τις μεγάλες ιδιωτικές κλινικές, με τις οποίες το Ταμείο Υγείας έχει συνάψει κατά περίπτωση συμβάσεις για νοσηλεία και χειρουργικές επεμβάσεις.

Κάθε εξάμηνο, διοργανώνονται στον χώρο του Τ.Υ.Π.Ε.Τ. εθελοντικές αιμοδοσίες, όπου μπορούν να συμμετέχουν όλα τα ασφαλισμένα μέλη ηλικίας από 18 έως 65 ετών, φίλοι και συγγενείς τους.

Οι εθελοντές αιμοδότες εγγράφονται ως μέλη της Τράπεζας Αίματος που τηρεί το Τ.Υ.Π.Ε.Τ. στο "Ιπποκράτειο" Νοσοκομείο Θεσσαλονίκης και απολαμβάνουν τα οφέλη του εθελοντή αιμοδότη. Η Τράπεζα Αίματος του Ταμείου Υγείας ενισχύθηκε το 2017 με 230 φιάλες από τις οποίες 191 χορηγήθηκαν για τις ανάγκες αιμοδοτών - μελών του Τ.Υ.Π.Ε.Τ.

Το Γραφείο Πρόνοιας υποστηρίζει συνεργασίες με Ιδιωτικούς Βρεφονηπιακούς Σταθμούς και τη λειτουργία της κατασκήνωσης στη ΣΑΝΗ Χαλκιδικής.

Η Κοινωνική Υπηρεσία του Ταμείου Υγείας, στελεχωμένη με κοινωνική λειτουργό και εξειδικευμένους συνεργάτες (λογοθεραπεύτρια και ειδική παιδαγωγό), σε συνεργασία με τον Ψυχίατρο του Τ.Υ.Π.Ε.Τ., υποστηρίζει όσα περιστατικά ασφαλισμένων χρειάζονται ψυχοκοινωνική υποστήριξη και κατευθυντήριες οδηγίες.

ΕΠΙΚΟΙΝΩΝΙΑ

Διεύθυνση: Ερμού 28 (κέντρο), 54624
Θεσσαλονίκη

Πληροφορίες-Ραντεβού-Εξυπηρέτηση κοινού

Τηλεφωνικό Κέντρο: 2310 281927, 928, 929,
936 (λειτουργεί 07:30 - 20:00),
fax: 2315 508201, 2310 277629

Διοικητικές Υπηρεσίες

Ωράριο Λειτουργίας : 07:45 - 15:30

Διευθυντής Υγειονομικού Συγκροτήματος

Δεμερτζίδης Παύλος τ: 2310 281927

e: demertzidis.pavlos@typet.groupnbg.com

Επικεφαλής Συμβουλίου Βορείου Ελλάδος:

Γκοντονίδης Στέφανος τ: 2310 295469

e: Gkontonidhs.S@nbg.gr



μας ενδιαφέρει

Εργαστήριο Ιατρικών Απεικονίσεων Επεμβατική Ακτινολογία

Στο Εργαστήριο Ιατρικών Απεικονίσεων της κλινικής «Υγείας Μέλαθρον», διενεργούνται πλέον οι περισσότερες επεμβατικές πράξεις οι οποίες γίνονται με απεικονιστική καθοδήγηση, όπως διαδερμικές βιοψίες όλων των οργάνων του σώματος - τραχήλου - θώρακος - κοιλίας - μυοσκελετικού, κλπ. Πραγματοποιούνται επίσης διαδερμικές νεφροστομίες και παροχετεύσεις συλλογών στον θώρακα, την κοιλία και το μυοσκελετικό σύστημα.

Τα μέλη του Ταμείου Υγείας τα οποία πρέπει να υποβληθούν σε μία από τις πιο πάνω επεμβατικές πράξεις, σύμφωνα με τις οδηγίες του θεράποντος ιατρού τους, απευθύνονται στο Εργαστήριο Ιατρικών Απεικονίσεων και μόνο εάν η συγκεκριμένη πράξη δεν μπορεί να πραγματοποιηθεί για οποιονδήποτε λόγο, τότε παραπέμπονται σε άλλο νοσηλευτικό ίδρυμα.

Για τη διενέργεια επεμβατικών πράξεων τα μέλη μπορούν να επικοινωνούν καθημερινά με το Εργαστήριο Ιατρικών Απεικονίσεων στα τηλέφωνα 210 3349136 (δ:19136) & 210 3349143 (δ:19143).

Ιατρείο Αθλητικής Καρδιολογίας & Κληρονομικών Παθήσεων Καρδιάς

Το Ιατρείο Αθλητικής Καρδιολογίας & Κληρονομικών παθήσεων Καρδιάς της κλινικής «Υγείας Μέλαθρον», λειτουργεί κάθε Τετάρτη απόγευμα, 14:00 - 16:00, υπό τον κ. Γεώργιο Σταουrolάκη, Επιμελητή Καρδιολογικού Τμήματος του «ΥΓΕΙΑΣ ΜΕΛΑΘΡΟΝ», με αντικείμενο τον προαθλητικό έλεγχο σε άτομα κάθε ηλικίας, τη συμβουλευτική στην καρδιακή αποκατάσταση καρδιοπαθών και τη μελέτη των μυοκαρδιοπαθειών (υπερτροφική, διατατική κλπ.) που σχετίζονται με τον αιφνίδιο καρδιακό θάνατο των νέων.

Οι επισκέψεις στο Ιατρείο γίνονται κατόπιν ραντεβού μέσω του τηλεφωνικού κέντρου διαχείρισης ραντεβού 210 3349200 (δ:19200).

Βεβαιώσεις Ιατροφαρμακευτικών Δαπανών έτους 2017

Τα μέλη του Τ.Υ.Π.Ε.Τ. τα οποία είναι χρήστες των ηλεκτρονικών υπηρεσιών της Εθνικής Τράπεζας, θα έχουν τη δυνατότητα να αντλήσουν τις βεβαιώσεις ιατροφαρμακευτικής δαπάνης για το έτος 2017 από το Internet Banking (i-bank) της Εθνικής Τράπεζας.

Μέλη τα οποία δεν διαθέτουν κωδικούς i-bank θα απευθύνονται στο Τ.Υ.Π.Ε.Τ. για τη χορήγηση της εν λόγω βεβαίωσης ή την αποστολή της μέσω email.

Αποστολές στο Μαρόκο & νέα συμφωνία για νέους 18-25 ετών

Η Διοίκηση του Ταμείου Υγείας, στο πλαίσιο των ανταλλαγών, ανανέωσε τη συμφωνία με το Υπουργείο Νέας Γενιάς του Μαρόκου.

Ειδικότερα, οι κ. Νικίας Ντινόπουλος, Α΄ Αντιπρόεδρος Τ.Υ.Π.Ε.Τ., και Λουκάς Τσάκλας, Αν. Γενικός Γραμματέας Τ.Υ.Π.Ε.Τ., λαμβάνοντας υπόψη ότι το εν λόγω Υπουργείο διαθέτει μακρά εμπειρία καθώς και ένα ευρύ δίκτυο σύγχρονων εγκαταστάσεων φιλοξενίας νέων από τη Γαλλία, τη Δανία, τη Σουηδία τη Γερμανία, την Κορέα..., συμφώνησαν εφέτος η μία εκ των δύο αποστολών στο Μαρόκο



να αποτελείται από ασφαλισμένους 18 - 25 ετών.

Οι νέοι του Τ.Υ.Π.Ε.Τ., 18 - 25 ετών, με ορμητηριά τους τα κέντρα φιλοξενίας του Υπουργείου στην πόλη Βουζνικα και το κοσμοπολίτικο Marrakech, θα ανακαλύψουν τον πιο δυτικό πολιτισμό του Αραβικού κόσμου.

Ομοίως και το μικτό γκρουπ ηλικιών, με κοινό σημείο αναφοράς το Τ.Υ.Π.Ε.Τ., θα ταξιδέψει κι εφέτος στο βορειοδυτικότερο άκρο της Αφρικής και θα γνωρίσει τις πολιτισμικές αποχρώσεις Αράβων και Βερβέρων με τις ευρωπαϊκές, στο πέρασμα των χρόνων, επιρροές τους.

Δεύτερη Νοσηλευτική Ημερίδα «ΥΓΕΙΑΣ ΜΕΛΑΘΡΟΝ»

Με στόχο τη συνεχή εκπαίδευση και επιμόρφωση του νοσηλευτικού προσωπικού του «Υγείας Μέλαθρον», το Γραφείο Εκπαίδευσης της Νοσηλευτικής Υπηρεσίας διοργάνωσε στις 16 Φεβρουαρίου 2018, τη δεύτερη κατά σειρά επιστημονική εκδήλωση με τίτλο «Νοσηλευτική ευθύνη στην πρόληψη νοσοκομειακών λοιμώξεων». Συντονίστρια της εκδήλωσης ήταν η κ. Χρυσούλα Λεμονίδου, Καθηγήτρια και Πρόεδρος του Τμήματος Νοσηλευτικής του ΕΚΠΑ.

Την ημερίδα παρακολούθησαν η Υποδιεύθυνση Νοσηλευτικής Υπηρεσίας, οι υπεύθυνοι Εκπαίδευσης

και Λοιμώξεων, προϊστάμενοι, νοσηλευτές, τραυματιοφορείς, στελέχη του Φαρμακείου της Κλινικής και οι εργαζόμενοι του Μικροβιολογικού Εργαστηρίου.

Στην εκδήλωση παρευρέθηκαν επίσης, από πλευράς Διοίκησης Τ.Υ.Π.Ε.Τ. ο Αντιπρόεδρος κ. Δημήτρης Πλας η Αν. Γεν. Διευθύντρια κ. Ευαγγελία Ζορμπαλά και ο Επιστημ. Διευθυντής κ. Λάμπρος Τζιανούμης.

Τα θέματα της ημερίδας κέρδισαν το ενδιαφέρον των συμμετεχόντων καθώς ήταν μείζονος κλινικής σημασίας με μεγάλη πρακτική εφαρμογή στην καθημερινότητα.

Η κ. Λεμονίδου, καταξιωμένη προσωπικότητα στη νοσηλευτική κοινότητα, ενθουσιασμένη με την οργάνωση και τη λειτουργία της Κλινικής, υποσχέθηκε να επαναφέρει το θέμα στο εγγύς μέλλον, απευθυνόμενη στο ιατρικό προσωπικό.



Ασθενοφόρο «ΥΓΕΙΑΣ ΜΕΛΑΘΡΟΝ»

Σύμφωνα με τον Κανονισμό Λειτουργίας Ασθενοφόρου, ο οποίος αναθεωρήθηκε τον Φεβρουάριο τρέχοντος έτους, το ασθενοφόρο του «Υγείας Μέλαθρον» εξυπηρετεί διακομιδές μελών του Τ.Υ.Π.Ε.Τ. από και προς την Κλινική αυστηρά εντός του λεκανοπεδίου Αττικής.

Η διακομιδή περιστατικών εκτός λεκανοπεδίου πραγματοποιείται μόνο σε ειδικές περιπτώσεις και μόνο κατόπιν συνεννόησης με επιστημονικό και διοικητικό διευθυντή.

Το ασθενοφόρο εξυπηρετεί κυρίως:

- Περιστατικά τα οποία χαρακτηρίζονται από τις αντίστοιχες ιατρικές ειδικότητες ως επείγοντα και δεν δύνανται να μετακινηθούν με ίδιο μέσο στην Κλινική.
- Διακομιδές ασθενών νοσηλεύομενων στο «Υγείας Μέλαθρον» προς διαγνωστικά ή επεμβατικά κέντρα για τη διενέργεια εξετάσεων ή επεμβάσεων, που δεν διενεργούνται στην Κλινική.
- Διακομιδή περιστατικών που βρίσκονται στον Χώρο Υποδοχής Ασθενών ή σε ιατρικό τμήμα της Κλινικής και χρήζουν αντιμετώπισης από ειδικότητα που δεν καλύπτει το «Υγείας Μέλαθρον».

Φυσικοθεραπευτήριο Τ.Υ.Π.Ε.Τ. Καθορισμός ραντεβού

Η διαδικασία καθορισμού ραντεβού για τη διενέργεια φυσικοθεραπευτικών συνεδριών είναι η εξής:

Το μέλος υποβάλλει το παραπεμπτικό του θεράποντος ιατρού στη Γραμματεία του Φυσικοθεραπευτηρίου (Σοφοκλέους 15, 7ος όροφος), είτε μέσω ηλεκτρονικού ταχυδρομείου (fisio@typet.gr) είτε μέσω fax στον αριθμό 210 3349576 (δ:19576) ή με φυσική του παρουσία, αναγράφοντας τα τηλέφωνα επικοινωνίας του (κινητό, σταθερό, εργασίας).

Στη συνέχεια η Γραμματεία του Φυσικοθεραπευτηρίου επικοινωνεί με το μέλος προκειμένου να του δοθούν περισσότερες πληροφορίες για την ολοκλήρωση της διαδικασίας και τον προγραμματισμό των φυσικοθεραπευτικών συνεδριών.

Το τηλέφωνο επικοινωνίας με τη Γραμματεία Φυσικοθεραπευτηρίου Τ.Υ.Π.Ε.Τ. είναι το 210 3349566 (δ:19566).



Εργαστήριο Ιατρικών Απεικονίσεων στο «Υγείας Μέλαθρον» υπό νέα Ιατρική Διεύθυνση

Τη θέση του Διευθυντή Εργαστηρίου Ιατρικών Απεικονίσεων του «Υγείας Μέλαθρον» ανέλαβε πρόσφατα ο Δρ Γρηγόριος Κωτούλας, Ιατρός Ακτινοδιαγνώστης - Επεμβατικός Ακτινολόγος. Ως Διδάκτωρ του Πανεπιστημίου Αθηνών από το 1990, στο βιογραφικό του σημειώματα αναφέρονται περισσότερες από 100 επιστημονικές δημοσιεύσεις σε διεθνή και ελληνικά περιοδικά και σε συνέδρια, ως προσκεκλημένος ομιλητής. Ο κ. Κωτούλας συστήνεται και παρουσιάζει σύντομα και περιεκτικά τη μακρά ιατρική του εμπειρία:

«... Εργάστηκα στο τμήμα Ακτινολογίας του Πανεπιστημίου Αθηνών, από το 1990 έως το 1996, και ειδικότερα στο τμήμα αξονικής και μαγνητικής τομογραφίας του Νοσοκομείου «Αρεταίειο» ως επιστημονικός συνεργάτης με καθήκοντα Επίκουρου Καθηγητή.

Στη συνέχεια, ανέλαβα το ίδιο τμήμα του Διαγνωστικού & Θεραπευτικού Κέντρου «Υγεία» μέχρι το 2000 και από το 2000 έως το 2005 εργάστηκα ως υπεύθυνος στο τμήμα Μαγνητικής Τομογραφίας του «7ου Θεραπευτηρίου» του ΙΚΑ. Από το 2003 έως και το 2016, διετέλεσα Διευθυντής του τμήματος Διαγνωστικής και Επεμβατικής Ακτινογραφίας της «Ευρωκλινικής Αθηνών» και το 2017 υπεύθυνος του τμήματος Αξονικής και Μαγνητικής Τομογραφίας στην Βιοϊατρική. Από εφέτος, συγκαταλέγομαι στο αξιόλογο ιατρικό δυναμικό του Τ.Υ.Π.Ε.Τ., προκειμένου να προσφέρω τις ακτινο-διαγνωστικές μου υπηρεσίες στους ασφαλισμένους του».

"Τα «νέα του ΤΥΠΕΤ»
καλωσορίζουν τον νέο
Διευθυντή του Εργαστηρίου
Ιατρικών Απεικονίσεων
και εύχονται καλή επιτυχία
στο έργο του."



Επεμβατική Ακτινολογία

Το Εργαστήριο Ιατρικών Απεικονίσεων είναι εξοπλισμένο με σύγχρονα μηχανήματα υψηλής τεχνολογίας και στελεχώνεται από ιατρούς, τεχνολόγους ακτινολόγους, νοσηλευτικό προσωπικό και γραμματείς, με άριστη γνώση του αντικειμένου και εμπειρία, με αποτέλεσμα να παρέχονται υψηλής ποιότητας ιατρικές υπηρεσίες.

Το 2018, προστέθηκε η εφαρμογή νέων επεμβατικών διαγνωστικών και θεραπευτικών τεχνικών. Με τη βοήθεια των ακτινολογικών μηχανημάτων, είναι δυνατόν με επεμβατική τεχνική να παρακεντούνται μορφώματα τα οποία ανακαλύπτονται σε διάφορα όργανα του σώματος και τα οποία δεν γνωρίζουμε τι είναι. Ας υποθέσουμε ότι κάποιος υποβάλλεται σε αξονική τομογραφία πνευμόνων και παρατηρείται ότι σε κάποια περιοχή του πνεύμονος υπάρχει ένας όγκος - μάζα,

Του Δρα Γρηγορίου Κωτούλα,
Ιατρού Ακτινοδιαγνώστη -
Επεμβατικού Ακτινολόγου.
Διευθυντή Εργαστηρίου
Ιατρικών Απεικονίσεων
«ΥΓΕΙΑΣ ΜΕΛΑΘΡΟΝ»



που δεν μπορούμε μετά βεβαιότητας να γνωρίζουμε τη φύση του. Με τη βοήθεια του αξονικού τομογράφου, ο ειδικός ιατρός (επεμβατικός ακτινολόγος) μπορεί να προσεγγίσει την παθολογική περιοχή με ειδική βελόνα και να πάρει υλικό για να εξετασθεί ιστολογικά το εύρημα και έτσι να τεθεί η διάγνωση.

Η επεμβατική τεχνική αυτή είναι σχετικά απλή, ανώδυνη και χωρίς ουσιαστικούς κινδύνους για τον ασθενή, ο οποίος εναλλακτικά θα έπρεπε να υποβληθεί σε επέμβαση για τη λήψη υλικού βιοψίας. Επιπροσθέτως, με παρόμοια τεχνική, με τη βοήθεια του αξονικού τομογράφου αλλά και των άλλων ακτινολογικών μηχανημάτων, γίνονται παρακεντήσεις για λήψη υλικού για ιστολογική εξέταση, από διάφορα όργανα του σώματος (π.χ. θυρεοειδή, ήπαρ, μαστούς κλπ.).

Οι τεχνικές αυτές εφαρμόζονται διεθνώς, έχουν μεγάλη αποτελεσματικότητα όσον αφορά στη διάγνωση και είναι ασφαλείς όσον αφορά στους ασθενείς. Εκτός της διαγνωστικής χρησιμότητάς τους, μπορούν να χρησιμοποιηθούν και θεραπευτικά σε συγκεκριμένες περιπτώσεις. Είναι δυνατή η αφαίρεση πλευριτικού υγρού από τους πνεύμονες ή ασκίτικου υγρού από την κοιλιακή χώρα, καθώς επίσης και η παροχέτευση αποστημάτων για τα οποία θα έπρεπε ο ασθενής να υποβληθεί σε χειρουργική επέμβαση.

Επιπροσθέτως, σε ασθενείς που για συγκεκριμένες αιτίες δεν μπορούν να ουρήσουν, είναι δυνατή η τοποθέτηση καθετήρα-σωλήνα διαδερμικά στους νεφρούς, ώστε να δοθεί διέξοδος στα ούρα που παράγει ο οργανισμός και δεν μπορούν να αποβληθούν δια της φυσιολογικής οδού.

Με την εφαρμογή των Διαδερμικών Επεμβατικών Διαγνωστικών και Θεραπευτικών τεχνικών, το Εργαστήριο Ιατρικών Απεικονίσεων γίνεται πιο ολοκληρωμένο επιστημονικά, προσφέροντας στους ασθενείς καινούργιες δυνατότητες στις περιπτώσεις που ενδείκνυνται, σύμφωνα με τα διεθνή δεδομένα, για την επίλυση των διαγνωστικών τους προβλημάτων, καθώς

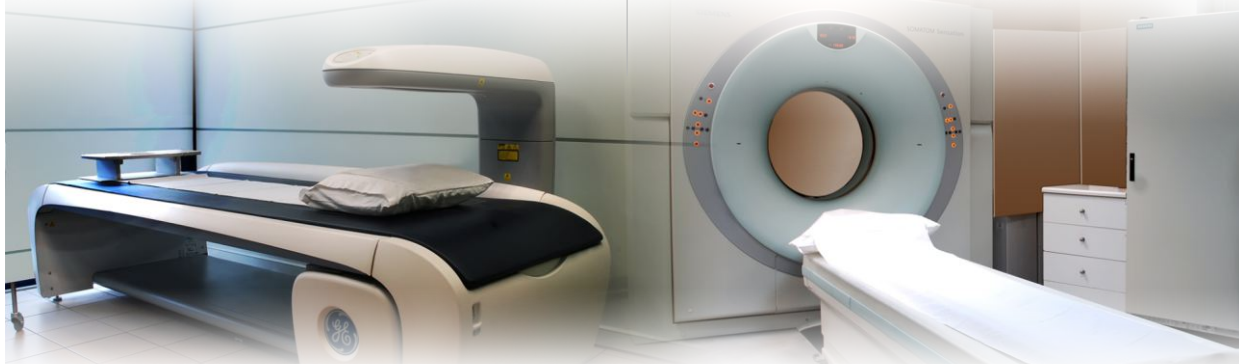
επίσης και για τη θεραπευτική αντιμετώπιση μερικών εξ αυτών.

Σήμερα στο Εργαστήριο Ιατρικών Απεικονίσεων, εκτός των επεμβατικών τεχνικών που προαναφέρθηκαν, διενεργούνται όλες οι ακτινολογικές εξετάσεις (ακτινογραφίες, ακτινοσκοπήσεις, μελέτη του γαστρεντερικού συστήματος όλων των ειδών, υπερηχογραφήματα όλων των οργάνων και των αγγείων του σώματος, όπως απλά υπερηχογραφήματα, έγχρωμα triplex, μαστών, διακολπικά κλπ., ψηφιακή μαστογραφία υψηλής ανάλυσης με χαμηλή δόση ακτινοβολίας, μέτρηση οστικής μάζας, καθώς και μέτρηση σύστασης σώματος (μυϊκού και λιπώδους ιστού). Επιπλέον διενεργούνται αξονικές τομογραφίες ολόκληρου του σώματος, του εγκεφάλου και των αγγείων, καθώς και εξειδικευμένες εξετάσεις των αγγείων της καρδιάς (αξονική στεφανιογραφία) και του εντέρου (αξονική κολονοσκόπηση), με σύγχρονο μηχάνημα 64 τομών.

Η ανάλυση και η αρχειοθέτηση των απεικονιστικών εξετάσεων γίνεται σε υψηλής ανάλυσης διαγνωστικές οθόνες και σε σύστημα αρχειοθέτησης, παρέχοντας ακριβέστερη προσέγγιση των απεικονιστικών ευρημάτων και άμεση σύγκριση με προηγούμενες εξετάσεις, εάν υπάρχουν, καθώς και αρχειοθέτηση των νέων εξετάσεων, με δυνατότητα άμεσης ανάκλησης αυτών στο μέλλον, εάν χρειασθεί.

Το Εργαστήριο Ιατρικών Απεικονίσεων, με τον υλικοτεχνικό εξοπλισμό του, τις εφαρμογές των επεμβατικών τεχνικών αλλά κυρίως με το ανθρώπινο δυναμικό του, είναι ανάμεσα στα εργαστήρια εκείνα που ο εξεταζόμενος πρέπει να αισθάνεται ασφαλής για την ποιότητα των παρεχόμενων υπηρεσιών.

Οι υπηρεσίες αυτές θα αναβαθμιστούν και θα ολοκληρωθούν, εάν οι οικονομικές συγκυρίες επιτρέψουν, με την εγκατάσταση Μαγνητικού Τομογράφου, ώστε τόσο οι ασθενείς όσο και οι ιατροί, να μπορούν να εξυπηρετούνται ολοκληρωμένα, άμεσα και με υψηλή ποιότητα όσον αφορά στις απεικονιστικές εξετάσεις.



Ιατρείο Αθλητικής Καρδιολογίας & κληρονομικών παθήσεων καρδιάς

*"Τα άτομα που αθλούνται
πρέπει να υποβάλλονται σε
προληπτικό ιατρικό έλεγχο
για λόγους ασφαλείας."*

Ενα σημαντικό ρεύμα μαζικοποίησης του αθλητισμού καταγράφεται στις μέρες μας παγκοσμίως. Το ρεύμα αυτό δεν αφορά μόνο στην ένταξη νέων παιδιών στον αθλητισμό, αλλά και στη συστηματική ή και ανταγωνιστική άθληση ατόμων που άφησαν την εφηβεία αρκετά χρόνια πριν. Είναι γνωστή πια η εικόνα της συμμετοχής χιλιάδων ανθρώπων σε Μαραθωνίους που διοργανώνονται σε κάθε γωνιά της γης, αλλά και οι στρατιές των ποδηλατών και δρομέων που αποτελούν μια συνηθισμένη εικόνα στους δρόμους των περισσότερων πόλεων του κόσμου. Η εντατική άθληση και οι επιδόσεις δεν είναι πια αποκλειστικό προνόμιο των εικοσάρηδων, αλλά ζητούμενο για κάθε ηλικία. Υπό αυτό το πρίσμα η δημοσιοποίηση περιστατικών αιφνίδιου καρδιακού θανάτου σε αθλητές ή νέους ανθρώπους γενικότερα, προκαλεί συνήθως έντονο ενδιαφέρον και ανησυχία καθώς τα άτομα αυτά θεωρούνται συνήθως απόλυτα υγιή. Οι ευνοϊκές επιδράσεις του αθλητισμού στην υγεία είναι απόλυτα τεκμηριωμένες και ευρύτερα γνωστές. Παρόλα αυτά οι αθλητές μπορεί να παρουσιάζουν καρδιακές παθήσεις ή συγγενείς ανωμαλίες οι οποίες μπορεί να προδιαθέτουν σε καρδιακά προβλήματα. Επιπροσθέτως, η έντονη αθλητική δραστηριότητα θεωρητικά μπορεί να πυροδοτήσει επικίνδυνους μηχανισμούς (αρρυθμίες κλπ.) σε ευαίσθητα άτομα. Εικοσιπέντε στους χίλιους μαραθωνοδρόμους ζητούν ιατρική βοήθεια μετά την ολοκλήρωση του αγώνα τους. Τα τελευταία έτη άλλωστε έχουν δημοσιευθεί στοιχεία που υποστηρίζουν ότι η υπερεντατική άθληση (π.χ. μαραθώνιος) μπορεί να προκαλέσει κάποιας μορφής «τραύμα» στο μυοκάρδιο.

Τα άτομα που αθλούνται πρέπει να υποβάλλονται σε κάποιας μορφής ιατρικό έλεγχο, με σκοπό να εξακριβωθεί αν κάποια καρδιακή ή άλλη πάθηση αυξάνει τον κίνδυνο καρδιακής βλάβης και, κατά συνέπεια, επηρεάζει τη δυνατότητα συμμετοχής με ασφάλεια στην αθλητική δραστηριότητα. Πρέπει να σημειωθεί ότι η δυνατότητα άσκησης δεν επηρεάζεται μόνο από καρδιακές παθήσεις, αλλά και από σειρά άλλων παθήσεων, η σημασία των οποίων στη συγκεκριμένη περίπτωση προσδιορίζεται, όχι μόνο από τη βαρύτητα της πάθησης, αλλά και από το είδος της άσκησης. Είναι πιθανό κάποιο νόσημα να αποτελεί αντένδειξη για συμμετοχή



Του Δρα Γεώργιου Σταυρουλάκη
Επιμελητή Καρδιολογικού
Τμήματος "Υγείας Μέλαθρον"

σε συγκεκριμένο είδος άθλησης, ενώ δεν επηρεάζει τη συμμετοχή σε κάποια άλλα. Ο προαθλητικός έλεγχος δεν είναι μία απλή εξέταση ρουτίνας, αλλά αποτελεί σύμπλοκη διαδικασία και σημαντική πρόκληση για τον κλινικό ιατρό.

Με αυτά τα δεδομένα είναι σκόπιμη η λειτουργία ιατρείου αθλητικής καρδιολογίας στην κλινική «Υγείας Μέλαθρον», με αντικείμενο τον προαθλητικό έλεγχο αθλουμένων κάθε ηλικίας, τη συμβουλευτική στην καρδιακή αποκατάσταση καρδιοπαθών και τη μελέτη των μυοκαρδιοπαθειών (υπερτροφική, διατακτική κλπ.) που σχετίζονται με τον αιφνίδιο καρδιακό θάνατο των νέων. Στόχος ο εμπειριστατωμένος και αξιόπιστος προαθλητικός έλεγχος στηριγμένος στα ακόλουθα:

- Εφαρμογή ελέγχου βασισμένου στην πλήρη αξιοποίηση των στοιχείων που προκύπτουν από το λεπτομερές ατομικό και οικογενειακό ιστορικό και το ηλεκτροκαρδιογράφημα. Ορθολογική αξιοποίηση όλων των υπόλοιπων διαγνωστικών μέσων (υπερηχοκαρδιογράφημα, καταγραφές ρυθμού και πίεσης κλπ.), έτσι ώστε η ενδελεχής ανίχνευση όλων των παθήσεων να γίνεται στοχευμένα, χωρίς άσκοπη διενέργεια ιατρικών εξετάσεων.

- Δημιουργία βάσης δεδομένων για τους εξεταζομένους με δυνατότητα ψηφιακής καταχώρισης του κλινικού και παρακλινικού ελέγχου, παρέχοντας δυνατότητα αξιόπιστης διαχρονικής παρακολούθησης, ιδιαίτερα χρήσιμη σε όσους παρουσιάζουν ήπια προβλήματα που δεν απαγορεύουν την άσκηση, αλλά χρήζουν επανεκτίμησης.
- Παροχή εξειδικευμένων οδηγιών προσαρμοσμένων όχι μόνο στα καρδιολογικά χαρακτηριστικά των αθλουμένων, αλλά και στα διάφορα είδη άθλησης. Στο πλαίσιο αυτό εντάσσεται και η συμβουλευτική καρδιακής αποκατάστασης, σχετιζόμενη με το είδος αλλά και την ένταση της άθλησης σε άτομα με προϋπάρχοντα καρδιολογικά προβλήματα.

Η λειτουργία του Ιατρείου μπορεί να χρησιμεύσει στους αθλούμενους του Τ.Υ.Π.Ε.Τ., αλλά και σε όλους όσοι σκέφτονται να γυμνασθούν με ασφάλεια.

Το Ιατρείο λειτουργεί υπό τον κ. Γ. Σταυρουλάκη, FESC, Δρα Πανεπιστημίου Αθηνών, Sports Cardiology Specialist, St George's University Hospital, London, UK, Υπεύθυνο καρδιολόγο προγράμματος Sports Excellence / Αναγέννηση & Πρόοδος (Ίδρυμα Στ. Νιάρχος).



Διατροφή και άσκηση: αδιαμφισβήτητοι αντίπαλοι της χοληστερόλης

"... ακόμα κι όταν
χρειάζονται φάρμακα,
τα μη φαρμακευτικά
μέτρα (διατροφή, άσκηση)
είναι πολύτιμα."

Τα καρδιακά και εγκεφαλικά επεισόδια εξακολουθούν να αποτελούν την πρώτη αιτία θανάτου στις αναπτυγμένες χώρες, παρά το ότι γνωρίζουμε τους κύριους παράγοντες που τα προκαλούν: το κάπνισμα, η υπέρταση και η αυξημένη χοληστερόλη του αίματος.

Εν αντιθέσει όμως με το κάπνισμα και την υπέρταση, η αυξημένη χοληστερόλη (υπερχοληστερολαιμία) παραμένει μια κατάσταση που υποδιαγιγνώσκεται και κυρίως υποθεραπεύεται από ασθενείς αλλά και ιατρούς.

Στις ΗΠΑ, σχεδόν ένας στους τρεις ενήλικες χρειάζονται φάρμακα για την χοληστερόλη τους, αλλά μόλις οι μισοί τα παίρνουν. Υπερχοληστερολαιμία εμφανίζουν άλλωστε το 7% των παιδιών και το 20% των εφήβων.

Μορφές χοληστερόλης και η σημασία τους

Το σώμα μας συνθέτει όση χοληστερόλη χρειάζεται και τη στέλνει προς τα διάφορα όργανα μέσω του αίματος. Η χοληστερόλη κυκλοφορεί στο αίμα μας συνδεδεμένη με πρωτεΐνες, τις λιποπρωτεΐνες.

Τα δύο κύρια είδη λιποπρωτεϊνών είναι:

1. Η χαμηλής πυκνότητας λιποπρωτεΐνη (low density lipoprotein, LDL), που συχνά αναφέρεται ως «κακή χοληστερίνη», επειδή μεταφέρει την χοληστερόλη προς τους ιστούς και τις αρτηρίες. Δεν είναι όμως η ίδια η LDL «κακή», αφού η χοληστερόλη που μεταφέρει είναι απαραίτητη ως δομικό συστατικό των κυτταρικών μεμβρανών όλων των οργάνων του σώματος, ενώ χρησιμεύει και για την σύνθεση ορμονών, χολικών οξέων και βιταμίνης D. Κακή είναι η περίσσειά της.

2. Η υψηλής πυκνότητας λιποπρωτεΐνη (high density lipoprotein, HDL), που καλείται συχνά και «καλή χοληστερίνη» γιατί μεταφέρει αντίστροφα την χοληστερίνη από τους ιστούς προς το συκώτι, που την αποβάλλει εν συνεχεία από το σώμα. Σε περίπτωση που η χοληστερόλη στο αίμα είναι υπερβολική, ένα μέρος της εισέρχεται και επικάθεται στο τοίχωμα των αρτηριών, οδηγώντας σταδιακά (σε διάστημα ετών) στον σχηματισμό της «αθηρωματικής πλάκας», που στενεύει τον αυλό των αρτηριών. Η διεργασία αυτή μπορεί να συμβεί σε οποιαδήποτε



Σεραφεΐμ Σαράφογλου,
Ειδικός Παθολόγος -
Εντατικολόγος
Εξωτερικά Ιατρεία Τ.Υ.Π.Ε.Τ.

αρτηρία του σώματος, συνήθως όμως παρατηρείται στις αρτηρίες της καρδιάς, του τραχήλου (τις καρωτίδες) και των κάτω άκρων. Έτσι, προκύπτουν διάφορες νόσοι που συνολικά καλούνται καρδιαγγειακές νόσοι, όπως η στεφανιαία νόσος, το ισχαιμικό εγκεφαλικό επεισόδιο, η διαλείπουσα χωλότητα (πόνος στο κάτω άκρο κατά την βόδιση) και άλλες.

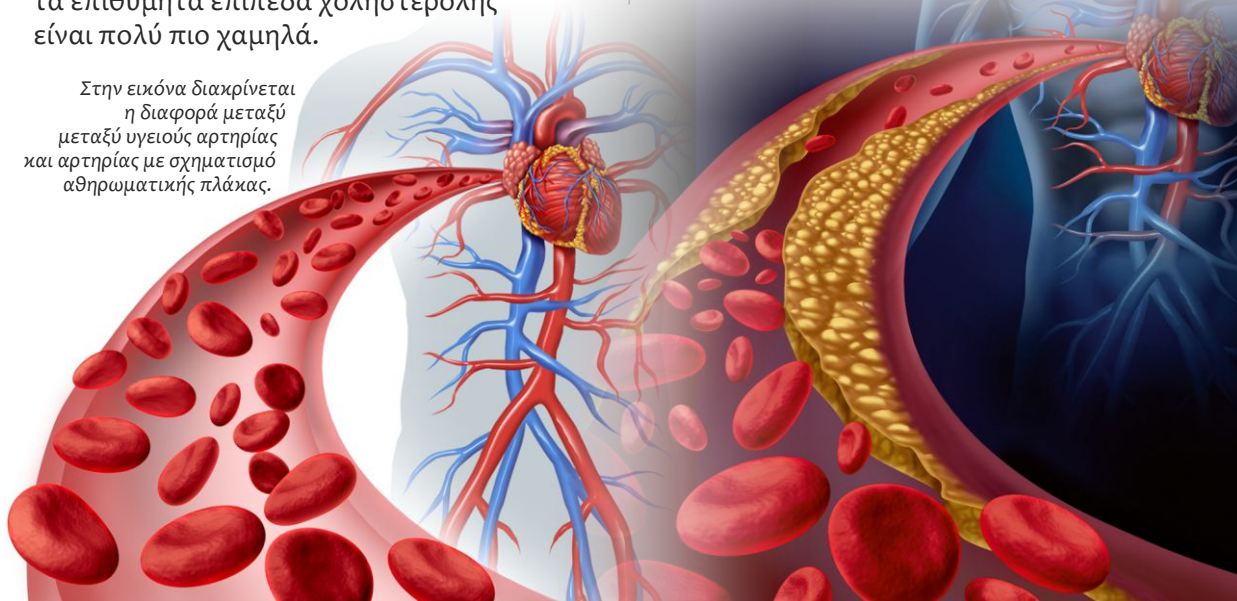
Όσο πιο υψηλή η LDL («κακή») και χαμηλή η HDL («καλή χοληστερόλη»), τόσο μεγαλύτερος ο καρδιαγγειακός κίνδυνος. Η αθηρογένεση προχωράει με ρυθμό ανάλογο με τα επίπεδα της LDL. Μόνο όταν η LDL είναι σταθερά κάτω από 100 mg/dl σχεδόν εξαλείφεται ο κίνδυνος στεφανιαίας νόσου.

Δεδομένου ότι η υπερχοληστερολαιμία είναι μια κατάσταση ασυμπτωματική, συνιστάται η εξέταση της χοληστερόλης του αίματος κάθε ένα έως τρία χρόνια.

Ποια είναι τα επιθυμητά επίπεδα της χοληστερόλης του αίματος;

Τα επιθυμητά επίπεδα χοληστερόλης δεν είναι τα ίδια για όλους τους ανθρώπους. Έτσι, σε άτομα «χαμηλού καρδιαγγειακού κινδύνου» μπορεί κανείς να «ανεχθεί» πιο υψηλά επίπεδα χοληστερόλης αίματος. Αντίθετα, στα άτομα «υψηλού κινδύνου» (όπως οι καπνιστές, άτομα με υπέρταση ή νεφροπάθεια) και «πολύ υψηλού κινδύνου» (π.χ. που έχουν ήδη υποστεί έμφραγμα ή εγκεφαλικό και οι διαβητικοί), τα επιθυμητά επίπεδα χοληστερόλης είναι πολύ πιο χαμηλά.

Στην εικόνα διακρίνεται η διαφορά μεταξύ υγιούς αρτηρίας και αρτηρίας με σχηματισμό αθηρωματικής πλάκας.



Οι οδηγίες των επιστημονικών εταιρειών προτείνουν σήμερα να έχουμε:

- LDL χοληστερόλη κάτω από **115 mg/dl** για ασθενείς χαμηλού κινδύνου
- LDL χοληστερόλη κάτω από **100 mg/dl** για ασθενείς υψηλού κινδύνου
- LDL χοληστερόλη κάτω από **70 mg/dl** για ασθενείς πολύ υψηλού κινδύνου

Οι κύριοι παράγοντες που επηρεάζουν τα επίπεδα της χοληστερόλης στο αίμα είναι:

1. **Κληρονομικότητα:** Τα επίπεδα της LDL εξαρτώνται εν μέρει από τα γονίδια. Έτσι, άτομα με «οικογενή» (γενετική) υπερχοληστερολαιμία έχουν πολύ υψηλά επίπεδα χοληστερόλης στο αίμα τους (ακόμα και με πολύ προσεγμένη διατροφή) και - αν μείνουν χωρίς θεραπεία - εμφανίζουν καρδιαγγειακές παθήσεις σε πολύ νεαρή ηλικία. Ευτυχώς, πολύ λίγοι ασθενείς ανήκουν σε αυτή την κατηγορία.
2. **Φύλο και ηλικία:** Η χοληστερόλη αυξάνεται σταδιακά μετά την ηλικία των 20 ετών. Πριν τα 50, οι άντρες έχουν υψηλότερη χοληστερόλη σε σχέση με τις γυναίκες, ενώ το αντίθετο συμβαίνει μετά τα 50 έτη (λόγω της ορμονικών μεταβολών της εμμηνόπαυσης).
3. **Παχυσαρκία:** Το αυξημένο βάρος - ιδίως η κοιλιακή παχυσαρκία - αυξάνει την LDL και τα τριγλυκερίδια και μειώνει την HDL.

4. Διατροφή: Τα συστατικά της δίαιτας που αυξάνουν περισσότερο την LDL είναι τα κορεσμένα λίπη (π.χ. το κρέας και τα γαλακτοκομικά προϊόντα) και τα trans λιπαρά οξέα (από επεξεργασμένα ακόρεστα λίπη, όπως μαργαρίνες, τηγανιτό λάδι, dressings).
5. Κάπνισμα: Το κάπνισμα - ακόμα και το παθητικό - ελαττώνει την HDL, ενώ τραυματίζει και το τοίχωμα των αρτηριών, επιταχύνοντας της αθηροσκλήρωση και τα οξέα καρδιαγγειακά επεισόδια.

Από τους πιο πάνω παράγοντες, το κύριο αίτιο υπερχοληστερολαιμίας είναι η κακή διατροφή.

Θεραπεία της υπερχοληστερολαιμίας

Ο πρώτος και πιο βασικός στόχος της θεραπείας είναι η ελάττωση της «κακής» (LDL) χοληστερόλης. Ελαττώνοντας την LDL, μειώνεται αποδεδειγμένα ο κίνδυνος καρδιακών και εγκεφαλικών επεισοδίων. Η θεραπεία περιλαμβάνει τα μη φαρμακευτικά, και, όταν είναι απαραίτητο, τα φαρμακευτικά μέτρα.

Ο ακρογωνιαίος λίθος της θεραπείας είναι τα μη φαρμακευτικά μέτρα, η διατροφή δηλαδή και η άσκηση.

Ειδικότερα, συνιστάται να:

1. Αποφεύγουμε προϊόντα που περιέχουν βούτυρο ή τηγανισμένο λάδι (γλυκά, βουτήματα, κέικ, κρουασάν, σφολιάτες κλπ.). Προτιμάμε γλυκά του κουταλιού και το ωμό ελαιόλαδο, λαμβάνοντας πάντα υπόψη τις θερμίδες τους.
2. Περιορίζουμε την κατανάλωση κόκκινου κρέατος σε μία φορά την εβδομάδα. Αποφεύγουμε εντόσθια, αλλαντικά, μαλάκια και οστρακόδερμα (γαρίδες κλπ.) που είναι πλούσια σε χοληστερόλη. Προτιμάμε τα άπαχα κομμάτια κρέατος, ιδίως το «λευκό» κρέας (κοτόπουλο, γαλοπούλα) - αφαιρώντας όμως τα ορατά λίπη και την πέτσα - και τα ψάρια που περιέχουν ωφέλιμα ω3 λιπαρά οξέα (όπως ο τόνος και ο σολομός).

3. Τρώμε γαλακτοκομικά προϊόντα με χαμηλά λιπαρά. Έτσι, παίρνουμε γάλα light (1,5%) και γιαούρτι 2%. Προσοχή μεγάλη χρειάζεται στο τυρί, όπου ακόμα και τα κίτρινα τυριά με «χαμηλά» λιπαρά περιέχουν 11-17% λιπαρά, με αποτέλεσμα να είναι χειρότερα από απόψευς χοληστερόλης από ό,τι το πλήρες γάλα (3%) και γιαούρτι (10%)! Βέβαια είναι καλύτερα από ό,τι η φέτα, η γραβιέρα, το κεφαλοτύρι και το κασέρι που περιέχουν από 40% λιπαρά και πάνω! Αντίθετα, επιτρέπεται το κατίκι, το τυρί τύπου cottage (4% λιπαρά), ή και το ανθότυρο (10%).
4. Καταναλώνουμε άφθονα φρούτα και λαχανικά, που αποτελούν σημαντική πηγή φυτικών ινών και βιταμινών, ενώ δεν περιέχουν χοληστερόλη.
5. Προτιμάμε δημητριακά, σιτηρά και ζυμαρικά ολικής αλέσεως.
6. Μειώνουμε τις θερμίδες που καταναλώνουμε έτσι ώστε να φτάσουμε στο σωστό - για το ύψος μας - βάρος. Πρέπει να θυμόμαστε ότι ακόμα και αν αυτά που τρώμε δεν έχουν χοληστερόλη, ο οργανισμός αποθηκεύει την περίσσεια θερμίδων ως λίπος και συνεπώς επηρεάζονται αρνητικά τα λιπίδια του αίματός μας.

7. Η αερόβια άσκηση επηρεάζει θετικά τα λιπίδια του αίματος, αυξάνοντας την καλή (HDL) χοληστερόλη, ενώ μας βοηθά να χάσουμε και βάρος. Συνιστάται μια μέτριας έντασης άσκηση, όπως το ζωηρό περπάτημα, για τουλάχιστον μισή ώρα την ημέρα καθημερινά.



8. Τέλος, η διακοπή του καπνίσματος είναι από τα λίγα μέτρα που μπορούν να αυξήσουν την καλή (HDL) χοληστερόλη, και μάλιστα μέσα σε τρεις μόνο εβδομάδες.

Τα μέτρα αυτά είναι αρκετά αποτελεσματικά, δεδομένου ότι μπορούν να ελαττώσουν την LDL μέχρι και κατά 30%! Βέβαια, αν κάποιος έχει LDL πολύ υψηλή σε σχέση με την επιθυμητή, πιθανόν τα μη φαρμακευτικά μέτρα να μην επαρκούν.

Όσοι δεν επιτυγχάνουν την τιμή-στόχο για την LDL τους μετά από ένα εύλογο χρονικό διάστημα από την έναρξη των μη φαρμακευτικών μέτρων (συνήθως 3-6 μήνες), είναι υποψήφιοι για φαρμακευτική αγωγή. Συγκριτικά αναφέρουμε ότι κάποια φάρμακα μπορούν να επιτύχουν μείωση της LDL μέχρι και 60%! Η έναρξη της φαρμακευτικής θεραπείας αποτελεί ακόμα ένα αμφιλεγόμενο θέμα, τόσο όσον αφορά στα επίπεδα της LDL πάνω από τα οποία θα ξεκινά, όσο και στον χρόνο έναρξης και στην ένταση της χορηγούμενης αγωγής.

Όμως, ακόμα και όταν χρειάζονται φάρμακα, τα μη φαρμακευτικά μέτρα εξακολουθούν να είναι πολύτιμα, καθώς μας επιτρέπουν να παίρνουμε την χαμηλότερη δυνατή δόση φαρμάκου. Άλλωστε, επιτυγχάνουν κάτι που τα φάρμακα δεν μπορούν: βοηθούν στον έλεγχο πολλών άλλων νοσημάτων, όπως ο διαβήτης, η υπέρταση, η παχυσαρκία, η οστεοπόρωση και η τάση για σχηματισμό θρόμβων.

Συνεπώς, δεν πρέπει να επαναπαυόμαστε στη χρήση φαρμάκων, αλλά να προσπαθούμε συνεχώς με σωστή διατροφή και άσκηση, με τελικό στόχο τη μείωση των καρδιαγγειακών επεισοδίων.



Αποφρακτήρας άνω γνάθου (obturator)

«Η θεραπεία με σχέδιο κατά περίπτωση, οδηγεί σε λειτουργική και αισθητική αποκατάσταση.»



Του κ. Κων/νου Στεφόπουλου
Οδοντιάτρου Τ.Υ.Π.Ε.Τ.

Η Γναθοπροσωπική Προσθετική είναι ο κλάδος της Προσθετικής που ασχολείται με την αποκατάσταση των ελλειμμάτων των ιστών του Στοματογναθικού Συστήματος και του προσώπου. Οι ιστοί αυτοί μπορεί να ελλείπουν ή να είναι ελαττωματικοί, λόγω συγγενών ανωμαλιών, χειρουργικών επεμβάσεων ή εκτεταμένου τραυματισμού.

Ο Προσθετολόγος αναλαμβάνει να αποκαταστήσει τα ελλείποντα μαλακά και σκληρά μόρια με σκοπό να επαναφέρει στο φυσιολογικό τη μάσηση και κατάποση της τροφής, την καθαρότητα της ομιλίας και την αισθητική του προσώπου. Έτσι καταφέρνει τη λειτουργική, ψυχολογική και κυρίως κοινωνική (αποκατάσταση) επανένταξη του ασθενούς.

Τα τελευταία χρόνια οι εξελίξεις και τα επιτεύγματα στον χώρο των υλικών, της βιο - μηχανικής και βιοτεχνολογίας (3D/CT & CAD/CAM), διέυρυναν τους ορίζοντες, προσφέροντας νέες τεχνικές και προοπτικές στην αποκατάσταση των ελλειμμάτων.

Τα επίκτητα ελλείμματα άνω γνάθου δημιουργούν αυξημένα προβλήματα στην προσθετική αποκατάσταση και αποτελούν μία πρόκληση για τον οδοντίατρο. Απαιτούν ιδιαίτερη σχεδίαση ώστε να αποδώσουν λειτουργικά και αισθητικά.

Σχετικό περιστατικό αντιμετωπίστηκε στο Οδοντιατρικό Κέντρο του Τ.Υ.Π.Ε.Τ., όπου προσήλθε ασθενής 50 ετών, για την λειτουργική αποκατάσταση επίκτητου ελλείμματος στην άνω γνάθο, σε συνδυασμό με ολική νωδότητα άνω και κάτω γνάθου.

Μετά τη λήψη του ιστορικού, προέκυψε ότι η κατάσταση της ασθενούς ήταν αποτέλεσμα εκτεταμένης νέκρωσης της υπερώας, μετά από προσπάθεια αποκατάστασης οστικού ελλείμματος, λόγω σακχαρώδους διαβήτη.

Το σχέδιο θεραπείας περιλάμβανε την κατασκευή μίας ολικής οδοντοστοιχίας με αποφρακτήρα στην άνω γνάθο και μία επένθετη επιεμφυτευματική ολική οδοντοστοιχία με δοκό στην κάτω γνάθο.

Η θεραπεία οδήγησε σε λειτουργική και αισθητική αποκατάσταση της ασθενούς με βελτίωση της μάσησης, της κατάποσης και της φώνησης.

Τα ελλείμματα άνω γνάθου, ανεξάρτητα από την αιτιολογία τους, δημιουργούν μια σειρά προβλημάτων λειτουργικών κυρίως, με αρκετές ψυχολογικές προεκτάσεις.

Η τακτική επανεξέταση και η παρακολούθηση των ασθενών βελτιώνουν την πρόγνωση των αποκαταστάσεων και την ικανοποίηση του ασθενούς.

Το πιο πάνω περιστατικό παρουσίασα στο 37^ο Πανελλήνιο Οδοντιατρικό Συνέδριο το οποίο πραγματοποιήθηκε τον περασμένο Οκτώβριο στη Θεσσαλονίκη.

Επίσκεψη με τα ΑμεΑ στον «Πύργο των Παιχνιδιών» του μουσείου Μπενάκη

Με πρωτοβουλία της Διοίκησης, υπό την επιμέλεια της Διεύθυνσης Κοινωνικής Πρόνοιας του Τ.Υ.Π.Ε.Τ., το πρώτο ανοιξιάτικο κυριακάτικο πρωινό, οι ασφαλισμένοι ΑμεΑ επισκέφθηκαν το Μουσείο Παιχνιδιών στον Φλοίσβο.

Το νοσταλγικό θέμα σε έναν χώρο πραγματικά παραμυθένιο ενθουσίασε τα παιδιά στη διάρκεια της ξενάγησής τους. Το κτήριο του 19ου αιώνα με τους πύργους και τις επάλξεις, είναι κληροδότημα του Αθανασίου και της Βέρας Κουλούρα στο Μουσείο Μπενάκη, και σήμερα στεγάζεται σε αυτό η πλούσια συλλογή παιχνιδιών, δωρεά της κ. Μαρίας Αργυριάδη.

Η κ. Αργυριάδη επιφύλαξε με την ομάδα της όχι μόνο θερμή υποδοχή στα ΑμεΑ του Τ.Υ.Π.Ε.Τ. αλλά τα οδήγησε σε ένα μαγευτικό ταξίδι στον χρόνο και το παιχνίδι.

Με κουίζ και δραστηριότητες, οι επισκέπτες του Τ.Υ.Π.Ε.Τ. κλήθηκαν να λάβουν μέρος σε μία διαδραστική ξενάγηση σε παιχνίδια, βιβλία, έντυπα, ρουχισμό και άλλα αντικείμενα της παιδικής ηλικίας τα οποία τους ξεδίπλωσαν μία βεντάλια γνώσης από την αρχαιότητα έως και τον 20^ο αιώνα.

Στο τέλος της περιήγησης, τα παιδιά εντυπωσιασμένα από την όμορφη συλλογή ιστορικής και λαογραφικής αξίας (από τις δέκα καλύτερες παγκοσμίως), περιτριγύρισαν τη συλλέκτρια και η κ. Αργυριάδη εξήγησε στα παιδιά για τον τρόπο συγκέντρωσης των όσων θαύμασαν και απάντησε σε απορίες τους.

Η Άνοιξη είναι η εποχή της αισιοδοξίας και με τα ΑμεΑ την υποδεχθήκαμε κυριολεκτικά παραμυθένια!



Αποκριάτικη γιορτή για τα ΑμεΑ του Τ.Υ.Π.Ε.Τ.



Για τα ΑμεΑ του Τ.Υ.Π.Ε.Τ. η χριστουγεννιάτικη εορτή αποτελεί παράδοση. Εφέτος όμως και για πρώτη φορά, η Διοίκηση του Ταμείου Υγείας και ο Σύλλογος ΑμεΑ Ε.Τ.Ε. συνδιοργάνωσαν, υπό την επιμέλεια της Διεύθυνσης Κοινωνικής Πρόνοιας & Μέριμνας, αποκριάτικη εκδήλωση για τα μέλη του Συλλόγου, γονείς και παιδιά, παραμονή Τσικνοπέμπτης στο Θησείο.

Ζωντανή ελληνική μουσική, σερπαντίνες, καραμούζες, σφουρίχτρες, μάσκες, καπέλα και προπάντων τα γέλια, το κέφι, η ζωντάνια των παιδιών μετέτρεψαν την εκδήλωση σε ένα αξέχαστο αποκριάτικο γλέντι, σε ένα αξέχαστο... ξεφάντωμα Αποκριάς.

Τους χορούς και τα τραγούδια των εν λόγω πρωταγωνιστών χάρηκαν αλλά και καμάρωσαν με τη σειρά τους όχι μόνο οι γονείς αλλά και οι καλεσμένοι οι οποίοι έδωσαν το «παρών» στην αποκριάτικη γιορτή.

Την εκδήλωση αυτή χαράς αλλά και κοινωνικής ευαισθησίας τίμησε με την παρουσία του ο κ. Γεώργιος Αρμελινιός, Διευθυντής Ανθρώπινου Δυναμικού και Πρόεδρος της Επιτροπής Στήριξης Τ.Υ.Π.Ε.Τ. Επίσης, τιμητική ήταν η παρουσία διευθυντικών στελεχών από την Εθνική Τράπεζα, των προεδρείων της Ο.Τ.Ο.Ε., του Σ.Υ.Ε.Τ.Ε., του Σ.Ε.Π.Ε.Τ.Ε. Τον Σύλλογο ΑμεΑ Ε.Τ.Ε. εκπροσώπησε η Πρόεδρος, κ. Πόπη Ματθαίου.

Όπως δήλωσε χαρακτηριστικά η Πρόεδρος του Τ.Υ.Π.Ε.Τ., κ. Βογιατζοπούλου κατά την ομιλία της στην εκδήλωση, «το Διοικητικό Συμβούλιο με υψηλό αίσθημα ευθύνης στηρίζει έμπρακτα τους ασφαλισμένους ΑμεΑ και θα συνεχίσει με ιδιαίτερο ενδιαφέρον να ανταποκρίνεται στις ιδιαίτερες ανάγκες τους».

Ημέρα αναγνώρισης της προσφοράς του Φροντιστή ατόμων με Άνοια ή Alzheimer

18

Μαρτίου

*"Η ιδιότητα του φροντιστή
ατόμων με άνοια ή Alzheimer
δείχνει ευαισθησία, πολιτισμό
και ανθρώπινο πρόσωπο."*

Τα άτομα που πάσχουν από άνοια ή Alzheimer ζουν σε έναν «δικό τους» κόσμο που βρίσκεται σε απόσταση από την οικογενειακή και την κοινωνική πραγματικότητα. Είναι οι δικοί μας άνθρωποι, ο πατέρας, η μητέρα, ο αδελφός που μπορεί ξαφνικά να βρεθούν σε έναν ιδιαίτερο κόσμο, να ζουν και όμως να μην υπάρχουν, γιατί δεν είναι σε θέση να επικοινωνήσουν, να μας αναγνωρίσουν ή να συμπεριφερθούν κατά το κοινώς λεγόμενο «φυσιολογικά».

Και τότε ... ο κόσμος καταρρέει γύρω μας.

Χρειαζόμαστε βοήθεια, στήριξη, ενημέρωση για τον τρόπο αντιμετώπισης αυτών των ανθρώπων.

Πώς θα κάνουμε τη ζωή τους καλύτερη; Πώς θα καταλάβουμε τις επιθυμίες τους και πώς θα επικοινωνήσουμε μαζί τους για να καταλάβουν τις δικές μας; Πώς θα τους μιλήσουμε για το σωστό και το λάθος των καθημερινών τους αναγκών; Πώς θα προστατέψουμε τη ζωή τους;

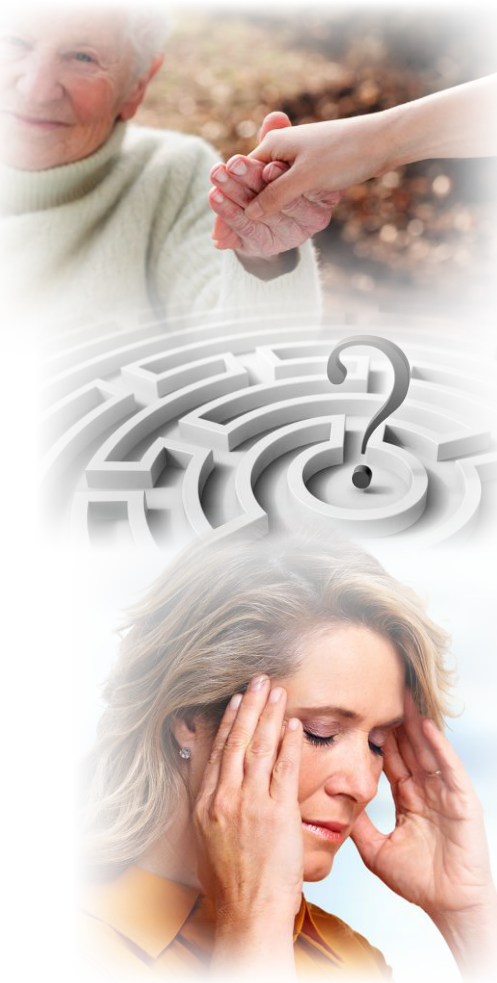
Ερωτήματα και αγωνίες που μόλις τα τελευταία 10 χρόνια βρήκαν απαντήσεις μέσα από την αναγνώριση της ιδιότητας των ατόμων με άνοια ή Alzheimer.

Είναι μία ιδιότητα που τιμά την ανθρώπινη αξιοπρέπεια και την αλληλεγγύη στους πάσχοντες και ταυτόχρονα αναδεικνύει - μαζί με πολλά άλλα - το επίπεδο του πολιτισμού μιας κοινωνίας.

Οι φροντιστές αυτών των ατόμων είτε πρόκειται για μέλη της οικογένειας είτε πρόκειται για επαγγελματίες, επιτελούν ένα ιδιαίτερος σημαντικό έργο για το οποίο πρέπει να τους αποδοθεί η οφειλόμενη αναγνώριση.

Το Τ.Υ.Π.Ε.Τ., ως φορέας υγείας, έχοντας ιδιαίτερη ευαισθησία στο έργο αυτών των ανθρώπων, θεωρεί ότι η αναφορά στην ημέρα του φροντιστή ατόμων με άνοια ή Alzheimer μία φορά τον χρόνο, με την έννοια της υπενθύμισης της προσφοράς τους, είναι το ελάχιστο που μπορεί να κάνει μέσα από το περιοδικό του «τα νέα του ΤΥΠΕΤ».

Ελπίζουμε η πολιτεία και οι κοινωνικοί φορείς δημόσιου και ιδιωτικού τομέα, να κάνουν περισσότερα βήματα με οργανωμένες δράσεις φροντίδας και ενημέρωσης για τον ρόλο και τη συμβολή του φροντιστή αυτών των ατόμων, που αξίζει τον σεβασμό της προσφοράς του από όλους μας.





Μαρτίου

παγκόσμια ημέρα γυναίκας

ΓΥΝΑΙΚΑ:

Φορέας ζωής, Μάνα, Σύντροφος, σκληρά εργαζόμενη, πηγή αγάπης & έμπνευσης, θεμέλιο στήριξης της οικογένειας, του άνδρα, του παιδιού, του μέλλοντος όλων μας.

Υποκλινόμαστε στον ιερό ρόλο του φύλου της και ανταποδίδουμε με σεβασμό την τιμή που της αξίζει, την ημέρα της γιορτής της κάθε χρόνο, για ΟΛΕΣ τις ημέρες της ζωής μας!

Μήνυμα της Προέδρου του Τ.Υ.Π.Ε.Τ.

κ. Βασιλικής Βογιατζοπούλου για την Ημέρα της Γυναίκας

"Η γιορτή της Γυναίκας δεν αρκεί να είναι μόνο ημέρα ευχών.

Είναι ημέρα μνήμης της προσφοράς των Γυναικών στη ζωή, την κοινωνία και τον άνθρωπο.

Είναι ημέρα εκκίνησης με αποφασιστικότητα και τόλμη για δημιουργικότητα, για αναγνώριση, για διεκδίκηση της ισότιμης μεταχείρισης που αξίζουν οι Γυναίκες όλου του κόσμου.

Η ευθύνη, η μεθοδικότητα, η οργανωμένη σκέψη, η διαχειριστική ικανότητα, το θάρρος στις αποφάσεις και η αποτελεσματικότητα στην καθημερινή δράση, στη δουλειά και στο σπίτι, καταξιώνουν στην πράξη τον ρόλο της Γυναίκας, κόντρα στα πατριαρχικά στερεότυπα μιας κοινωνίας αδικιών και ανισοτήτων.

Οι Γυναίκες πρέπει να τολμήσουν περισσότερο, να διεκδικήσουν το αυτονόητο του Είναι τους και να αναδείξουν την πολύτιμη προσφορά τους, γιατί ίσως έτσι μπορεί αυτός ο κόσμος να γίνει καλύτερος».





μπορούμε!

Η Παγκόσμια Ημέρα κατά του Καρκίνου είναι μια ημερομηνία η οποία καθιερώθηκε από την UICC (Παγκόσμια Ένωση κατά του Καρκίνου) το 2000 και στοχεύει με ένα σύνθημα κάθε φορά (κάθε χρόνο) να κεντρίσει το ενδιαφέρον του κοινού σε Παγκόσμιο, Ευρωπαϊκό και Εθνικό επίπεδο με την ανάληψη συγκεκριμένων δραστηριοτήτων, κατά του καρκίνου.



4 Φεβρουαρίου

παγκόσμια ημέρα κατά του καρκίνου

Κυρίαρχες δράσεις είναι η ενημέρωση του κοινού σε θέματα πρόληψης και έγκαιρης διάγνωσης και των Λειτουργιών Υγείας να συντονίσουν ανάλογα τους σχεδιασμούς με τη συνεργασία επιστημονικών και ιατροκοινωνικών φορέων, προκειμένου όλοι μαζί, με ένα κοινό όραμα να νικήσουμε τον καρκίνο γιατί μπορούμε.

Ενημέρωση: Ελληνική Αντικαρκινική Εταιρεία
<http://www.cancer-society.gr/>