

ΦΕΒΡΟΥΑΡΙΟΣ - ΤΕΥΧΟΣ 01

# ΓΡΑΜΜΗ ΖΩΗΣ



ΕΘΝΙΚΟ ΣΧΕΔΙΟ ΔΡΑΣΗΣ ΓΙΑ ΤΟΝ ΚΑΡΚΙΝΟ 2011 - 2015



**Καρκίνος:  
Η πρώτη  
διάγνωση  
σώζει ζωές**

**Α. Λοβέρδος:**  
Επιδιώκουμε αλλαγή  
στάσης των πολιτών

Η περιοδεία  
των Κινητών Μονάδων  
στην Ελλάδα

Πραγματικές ιστορίες  
από ανθρώπους  
που νίκησαν τη νόσο



## ΘΕΣΗ

## Επιδιώκουμε αλλαγή στάσης των πολιτών

Ανδρέας Λοβέρδος,  
Υπουργός Υγείας  
και Κοινωνικής  
Αλληλεγγύης

Το Εθνικό Σχέδιο Δράσης για τον Καρκίνο έκλεισε ήδη έναν χρόνο δίνοντας ιδιαίτερη βαρύτητα στην πρωτοβάθμια και τη δευτεροβάθμια πρόληψη του καρκίνου σε πληθυσμούς απομακρυσμένων περιοχών μέσω της ενημέρωσης για την απαιτούμενη αλλαγή της νοσοτροπίας μας απέναντι στη νόσο. Στο πλαίσιο του Σχεδίου Δράσης υλοποιείται το «Εθνικό πρόγραμμα προσημπτωματικού ελέγχου για τον καρκίνο του τραχήλου της μήτρας» που κατάρτισε το ΥΥΚΑ. Με τη συντονισμένη αυτή προσπάθεια, επιδιώκεται, από το 13% των γυναικών που εξετάζεται σήμερα στη χώρα μας, να φτάσουμε στο 50%. Ο προσημπτωματικός έλεγχος του καρκίνου του τραχήλου απευθύνεται σε όλες τις γυναίκες ηλικίας 25 έως 65 ετών που πρέπει να εξετάζονται κάθε τρία χρόνια, όταν έχουν φυσιολογικό τεστ ΠΑΠ. Για την υλοποίηση της δράσης, το Υπουργείο Υγείας κάλεσε τους Δήμους στα όρια των οποίων εντάσσονται τα επιλεγμένα Κέντρα Υγείας να απευθύνουν πρόσκληση στις γυναίκες, προκειμένου αυτές να κλείσουν ραντεβού και να κάνουν το τεστ ΠΑΠ. Πολλοί Δήμοι συμμετείχαν ενεργά υποστηρίζοντας εκδηλώσεις ενημέρωσης και ευαισθητοποίησης των δημοτών τους. Στην πρώτη φάση του προγράμματος συμμετείχαν και 6 νοσοκομεία, τα κυτταρολογικά εργαστήρια των οποίων εξέτασαν τα δείγματα. Στο πλαίσιο της καμπάνιας ενημέρωσης των γυναικών και ιδιαίτερα εκείνων με μειωμένη πρόσβαση λόγω γεωγραφικών, κοινωνικοοικονομικών και άλλων φραγμών, οργανώθηκε περιοδεία 3 «Κινητών Μονάδων Ενημέρωσης για την Πρόληψη του Καρκίνου» (10/10/2011 - 10/12/2011) σε όλη την επικράτεια, οι οποίες βρέθηκαν σε 140 Κέντρα Υγείας και νοσοκομεία. Εθελοντικές οργανώσεις κατά του καρκίνου κάθε πόλης υποστήριξαν έμπρακτα τις με-

νάδες - σε συνεργασία με τις μαιές ή/και το προσωπικό των Κέντρων Υγείας. Η ανταπόκριση των γυναικών ήταν μεγάλη: σε διάστημα 4 μηνών (από τον Αύγουστο του 2011) εξετάστηκαν περίπου 12.500 γυναίκες, από τις οποίες 92 βρέθηκαν να έχουν προκαρκινικές αλλοιώσεις, ενώ σε 109 χρειάστηκε να γίνει βιοψία. Οι γυναίκες αυτές θα έχουν την ευκαιρία να λάβουν την κατάλληλη ιατρική φροντίδα και πιθανότατα να προλάβουν τον καρκίνο. Στο πλαίσιο του προγράμματος, επίσης, πραγματοποιήθηκαν και επιστημονικές εκδηλώσεις με ομιλητές έγκριτους καθηγητές Γυναικολογίας, Κυτταρολογίας, Διατροφής, οι οποίοι και ανέλυσαν την παθολογία της νόσου, την αιτιολογία της, αλλά κυρίως τους παράγοντες κινδύνου και τρόπους παρέμβασης σε αυτούς. Στη δεύτερη φάση υλοποίησης οι γυναίκες από το επιστημονικά προβλεπόμενο ηλικιακό φάσμα θα εξετάζονται ανά τακτά χρονικά διαστήματα. Παρόλληλα με το πρόγραμμα, σημαντική βαρύτητα έχει και η αναβάθμιση της Πρωτοβάθμιας Φροντίδας Υγείας με τη λειτουργία του ΕΟΠΥΥ, ώστε τα Κέντρα Υγείας και τα Ιατρεία του ΙΚΑ να γίνουν πραγματικά κέντρα πρόληψης και όχι κέντρα συνταγογράφησης. Απώτερος σκοπός, η νέα, ενιαία ΠΦΥ, σε στενή διασύνδεση και συντονισμό με τη νοσοκομειακή περίθαλψη και την Πρόνοια, να προσφέρει ολοκληρωμένες και ποιοτικές υπηρεσίες υγείας και κοινωνικής φροντίδας στους πολίτες. Με αυτές τις παρεμβάσεις προσπαθούμε ως πολιτική ηγεσία του υπουργείου Υγείας να συμβάλουμε στη γενικότερη θετική αλλαγή στάσης και συμπεριφοράς των πολιτών σε σχέση με την υγεία τους και να βοηθήσουμε στην ανάπτυξη και την εμπέδωση της κουλτούρας της πρόληψης.

## ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΑ



**06** Μάθετε περισσότερα για τον καρκίνο του τραχήλου της μήτρας και την πρώιμη διάγνυσή του



**10** Ο ρόλος της μαιάς είναι κεντρικός στην πρόληψη - Συνέντευξη της Αρετής Τσερεμέ, μαιάς



**12-13** Οι αριθμοί μιλούν για τον καρκίνο - Στατιστικά στοιχεία



**22** Όλα τα Κέντρα Υγείας στα οποία μπορείτε να κάνετε το τεστ Παπανικολάου

## ΓΡΑΜΜΗ ΖΩΗΣ

«Εθνική Επικοινωνιακή Εκστρατεία Πρόληψης για τον Καρκίνο»  
Το έργο συγχρηματοδοτείται από το Ευρωπαϊκό Κοινωνικό Ταμείο

Διανέμεται Δωρεάν



## ΕΚΔΟΣΗ

Mindwork Business Solutions Ltd. & AGENDA S.A.

Τηλ.: 210 6231305,

Fax: 210 6233809

E-mail: info@mind-work.gr, info@anticancer.gov.gr

## ΜΕΛΕΤΗ ΕΚΔΟΣΗΣ - ΠΑΡΑΓΩΓΗ

JOEL BOOKS A.E.

Καφαντάρη 27,

Αθήνα, 11631

Τηλ.: 210 6898 448

## ΣΥΝΕΝΤΕΥΞΗ

## Στόχος του ΥΥΚΑ η πρόληψη της ασθένειας

Μιχάλης Τιμοσίδης,  
Υφυπουργός Υγείας

Ο Υφυπουργός Υγείας μιλάει για το Πρόγραμμα Προσημπτωματικού Ελέγχου του καρκίνου που σχετίζεται με την ανάδειξη της αξίας της πρόληψης και της πρώιμης, έγκαιρης διάγνωσης. Σε αυτό το πλαίσιο, τους πρώτους μήνες του 2012, ξεκινά οργανωμένα το νέο πρόγραμμα για τον καρκίνο του μαστού.

**Πείτε μας ποιος είναι ο στόχος του Προγράμματος για τον Προσημπτωματικό Έλεγχο του καρκίνου;**

Η μεγάλη στροφή που έχει κάνει το Υπουργείο Υγείας είναι η έμφαση στην έγκαιρη διάγνωση και στην πρόληψη της ασθένειας. Οι πολιτικές υγείας κρίνονται κατά το ήμισυ, ίσως και περισσότερο, από το πόσο αποτελεσματικά αποτρέπουν την ασθένεια από το να εκδηλωθεί. Το πρόγραμμα σχετίζεται με την ανάδειξη της αξίας της πρόληψης, της πρώιμης, έγκαιρης διάγνωσης.

Ο βασικός στόχος του Προγράμματος είναι να ελαχιστοποιηθεί η νοσηρότητα και η θνησιμότητα. Με πρόληψη και έγκαιρη διάγνωση μειώνουμε τον κίνδυνο να εκδηλωθεί η ασθένεια. Η πρώιμη διάγνωση μας επιτρέπει να αντιμετωπίσουμε τη νόσο αποτελεσματικότερα ή και να τη θεραπεύσουμε. Συνολικά, το κόστος σε ποιότητα ζωής αλλά και σε πόρους είναι πολύ μικρότερο από την περίπτωση που θα κινητοποιηθεί ο ασθενής μετά την εμφάνιση συμπτωμάτων.

**Μιλήστε μας για τον τρόπο με τον οποίο το Υπουργείο σκέφτεται να υλοποιήσει το Πρόγραμμα. Ποιοι είναι αυτήν τη στιγμή οι σημαντικότεροι άξονες εφαρμογής του;**

Το Εθνικό Σχέδιο Δράσης για την καταπολέμηση του καρκίνου είναι ένα ολοκληρωμένο πλάνο παρεμβάσεων σε όλα τα επίπεδα για το φάσμα των μορφών του καρκίνου για τον άνθρωπο.

Πολύ σημαντική πολιτική βάση που αφορά όλες τις μορφές του καρκίνου, η οποία δεν είναι άμεσα ορατή από το ευρύ κοινό, είναι το Εθνικό Αρχείο Νεοπλασιών. Ήταν κάτι που έλειπε από τη χώρα μας η οποία - μετά λύπη της ψυχής - δεν είχε αξιόπιστα στατιστικά επιδημιολογικά δεδομένα. Ήταν αδύνατον να σχεδιάσουμε εξειδικευμένη πολιτική υγείας χωρίς στοιχεία, δηλαδή ποιος είναι ο αριθμός των πασχόντων, ποιος είναι οι περιοχές όπου ο καρκίνος μιας μορφής ή ενός οργάνου έχει αυτήν τη συχνότητα, έχει αύξηση ή παρατηρείται μείωση.

Επίσης, τέθηκαν σε εφαρμογή οι πρώτες οδηγίες - τα πρωτόκολλα - συνταγογράφησης αλλά και διάγνωσης των νόσων (16 μέχρι στιγμής νοσολογικών οντοτήτων). Αυτά, σε συνδυασμό με την οργάνωση σε κάθε νοσοκομείο ογκολογικών επιτροπών και ογκολογικών συμβουλίων ανά περιφέρεια σε ένα οργανωμένο δίκτυο - ήδη λειτουργούν σε 58 νοσοκομεία -, θα μας επιτρέψουν τον έλεγχο της εικόνας και την καλύτερη αντιμετώπιση της νόσου.

Σήμερα, αιχμή του δόρατος είναι το πρόγραμμα προσημπτωματικού ελέγχου για τον καρκίνο του τραχήλου της μήτρας. Σε αυτό συμμετέχουν 140 Κέντρα Υγείας καθώς και Κυτταρολογικά, Παθολογοανατομικά και Γυναικολογικά Τμήματα και Κλινικές του ΕΣΥ για την ολοκληρωμένη διαχείριση των περιστατικών. Αναλαμβάνετε ότι μόνο η διάγνωση της νόσου δεν αρκεί. Το πρόγραμμα από την έναρξή του έχει ήδη επιφέρει αποτελέσματα. Μέχρι τώρα έχουμε δει ογδόντα χιλιάδες τέτοιες περιπτώσεις με οργανωμένο τρόπο. Η επίσημη καταγραφή τους γίνεται είτε από κέντρα του ΕΣΥ είτε από πανεπιστημιακά κέντρα, τα οποία είναι μέσα στο δίκτυο κι έχουν την επιβλέψη αυτού του προγράμματος.

Κάτι ανάλογο θα ξεκινήσει σύντομα και για τον καρκίνο του μαστού. Εκτιμάται ότι ο μαστογραφικός έλεγχος, όσο γίνεται μέχρι σήμερα, μπορεί να μειώσει τη θνησιμότητα κατά 35%. Δυστυχώς, βλέπουμε ότι μόλις το 40% με 50% των γυναικών κάνει κλινικό έλεγχο του μαστού. Αν εφαρμοστεί λοιπόν ένα οργανωμένο σχέδιο τακτικών και επιστημονικά σωστών ελέγχων για όλες τις γυναίκες, τα αποτελέσματα θα είναι

πολύ θετικά. Τους πρώτους μήνες του 2012 ξεκινά το νέο πρόγραμμα. Επρεπε να δημιουργήσουμε κέντρα μαστού σε όλη τη χώρα. Ήδη στο Νοσοκομείο «Ελένα Βενιζέλου», πρωτοποριακό στον καρκίνο του μαστού, θα ξεκινήσει με έκτακτη χρηματοδότηση το πρώτο ιατρείο μαστού και η κλινική μαστού. Στη Βόρεια Ελλάδα θα ενισχυθούν οι υπάρχουσες μονάδες. Και με τη συνεργασία της Τοπικής Αυτοδιοίκησης, του ίδιου του ΕΣΥ και των ασφαλιστικών ταμείων, θα ενημερώσουμε τις γυναίκες που μέσα στην καθημερινότητα ξεχνούν να ενδιαφερθούν για την υγεία τους και θα δώσουμε συγκροτημένες κατευθυντήριες οδηγίες προς τους επιστήμονες. Επιπλέον, είναι σε εξέλιξη ο διαγωνισμός για την προμήθεια των ψηφιακών μαστογράφων και υπερήχων, που θα σταθούν σε πολλά σημεία της χώρας, τα κέντρα αναφοράς, δηλαδή, όπου θα φτάνουν τα παρίσματα των εξετάσεων.

Εξάλλου, η ενημέρωση είναι το κλειδί της επιτυχίας του Προγράμματος. Έχουν γίνει μέχρι σήμερα πάνω από 20 κεντρικές ομιλίες, υπάρχει τηλεοπτική προβολή του Προγράμματος, ειδική ιστοσελίδα (anticancer.gov.gr), και συνεχίζουμε ώστε το μήνυμά μας να φτάσει μέχρι τα σύνορα της χώρας. Οι δράσεις επικοινωνίας θα συνεχιστούν με μεγαλύτερη ένταση το 2012 και το 2013.

**Ποιος είναι ο ρόλος της Τοπικής Αυτοδιοίκησης και των άλλων φορέων στην εφαρμογή του Προγράμματος Προσημπτωματικού Ελέγχου;**

Η πρόληψη των ασθενειών προϋποθέτει μια πολύ στενή συνεργασία με τους Δήμους και με όλους τους ενδιαφερούμενους τοπικούς φορείς. Οι Δήμαρχοι από κοινού με τους Διευθυντές των Κέντρων Υγείας έχουν αναλάβει την αποστολή προσωπικής επιστολής σε κάθε γυναίκα από 25 έως 65 ετών, με την οποία την καλούν να κλείσουν ραντεβού στο κοινό Κέντρο Υγείας για εξέταση. Επίσης, η Τοπική Αυτοδιοίκηση συμμετέχει ενεργά στη διοργάνωση εκδηλώσεων ενημέρωσης και ευαισθητοποίησης. Πρόσφατα ξεκινήσαμε με τον Δήμο Αθηναίων μια συνεργασία, που σκοπεύουμε να επεκτείνουμε, και αφορά τη συμμετοχή των δημοτικών ιατρείων στο πρόγραμμα. Εντός του 2012 θέλουμε να συμμετάσχουν όλα τα δημοτικά ιατρεία της χώρας, με την υποστήριξη του ΕΣΥ. Προϋπόθεση για την επιτυχία αυτής της μεγάλης προσπάθειας είναι η σύμπραξη όλων. Είναι απολύτως αναγκαίο να αξιοποιηθούν όλοι οι διαθέσιμοι ανθρωπίνι πόροι και ο τεχνολογικός εξοπλισμός. Είναι ο μόνος τρόπος για να κερδηθεί μια δύσκολη μάχη.





Πλάτεια Θέρμης, προσωπικό Κ.Υ.



Μαθητές του ΕΠΑΛ Άργους Ορεστικού



Διανομή ενημερωτικού υλικού στην Αλεξανδρούπολη



Ιτέα, έξω από το Κέντρο Υγείας

ΠΕΡΙΟΔΕΙΑ - ΕΛΛΑΔΑ

# Ο καρκίνος του τραχήλου προλαμβάνεται



Ήδη, πριν ολοκληρωθεί το πρόγραμμα, ο αριθμός των γυναικών που κλείνουν ραντεβού για τεστ ΠΑΠ στα Κέντρα Υγείας έχει αυξηθεί αισθητά



Από τις 10 Οκτωβρίου μέχρι τις 10 Δεκεμβρίου 2011 πραγματοποιήθηκε περιοδεία τριών «Κινητών Μονάδων Ενημέρωσης για την Πρόληψη του Καρκίνου», οι οποίες σε αυτό το διάστημα πέρασαν από περίπου 145 σημεία σε όλη την Ελλάδα. Ο στόχος ήταν ο καρκίνος του τραχήλου της μήτρας.

Στο πλαίσιο του Εθνικού Σχεδίου Δράσης για τον Καρκίνο 2011-2015, τα προγράμματα ενημέρωσης και προαγωγής της υγείας με προσυμπτωματικούς ελέγχους παίζουν καθοριστικό ρόλο. Ιδιαίτερη βαρύτητα δίνεται στην πρωτοβάθμια και δευτεροβάθμια πρόληψη του καρκίνου σε πληθυσμούς απομακρυσμένων περιοχών και στην ενημέρωση του κοινού με σκοπό την αλλαγή νοοτροπίας απέναντι στον καρκίνο.

Κατά τη δέμηνη περιοδεία τους οι τρεις «Κινητές Μονάδες Ενημέρωσης για την Πρόληψη του Καρκίνου» του Υπουργείου Υγείας πέρασαν από περίπου 145 σημεία σε όλη την Ελλάδα – Κέντρα Υγείας και κεντρικές πιλατείες ή άλλα σημεία στις μεγάλες πόλεις. Οι σταθμοί της περιοδείας επιλέχθηκαν έτσι ώστε να δοθεί έμφαση στις πιο απομακρυσμένες περιοχές και αυτές με τη δυσκολότερη πρόσβαση. Σε κάθε σημείο που στάθμευε η Μονάδα έκανε διανομή ενημερωτικών εντύπων για τον καρκίνο του τραχήλου της μήτρας, ενώ οι γυναίκες ηλικίας 25-65 ετών είχαν ήδη λάβει προκλήσεις από τους δήμους για να κάνουν δωρεάν τεστ Παπανικολάου στα αντίστοιχα Κέντρα Υγείας.

**Για την καλύτερη ενημέρωση** του κοινού προγραμματίστηκαν επιστημονικές εκδηλώσεις – προσπαθώντας να συμπίπτουν χρονικά με την παρουσίαση της Κινητής Μονάδας – , όπου παράγοντες των τοπικών μονάδων υγείας και ειδικοί (γυναικολόγοι,



Η Κινητή Μονάδα Ενημέρωσης στην Ομόνοια

κυντορολόγοι κ.ά.) ενημέρωσαν το κοινό για το τεστ Παπανικολάου, τη σημασία του στην ανίχνευση του ιού των ανθρώπινων θηλωμάτων, για τους τύπους του HPV και τα εμβόλια έναντι του ιού, τον έγκαιρο εντοπισμό των προκαρκινικών αλλοιώσεων και γενικότερα για την πρόληψη του καρκίνου του τραχήλου. Από ορισμένους ομιλήτες, εξάλλου, έγινε εκτενέστερη αναφορά στους παράγοντες κινδύνου και στον ρόλο της διατροφής στον καρκίνο.

**Πολύτιμη στήριξη** προσέφεραν στο πρόγραμμα οι εθελοντικές/μη κυβερνητικές οργανώσεις κατά του καρκίνου, που στήριξαν έμπρακτα την Κινητή Μονάδα

Ενημέρωσης συμπληρώνοντας το έργο των μαϊών και του υπόλοιπου προσωπικού των Κέντρων Υγείας. Οι εθελοντές/εθελόντριες ήταν που συζητήσαν με τις γυναίκες για να τις ευαισθητοποιήσουν στο θέμα της πρόληψης και της έγκαιρης διάγνωσης του καρκίνου του τραχήλου της μήτρας, τις ενημέρωσαν για τη δωρεάν εξέταση Παπανικολάου και μοίρασαν τα έντυπα.

**Συγκεκριμένα** τα τρία οχήματα του προγράμματος κάλυψαν τις υγειονομικές περιφέρειες της χώρας: η πρώτη Κινητή Μονάδα Ενημέρωσης ξεκίνησε από την Καβάλα και κάλυψε τη Βόρεια Ελλάδα (Ανατολική, Κεντρική Μακεδονία - Θεσσαλονίκη, Ανατολική Μακεδονία, Λάρισα). Η δεύτερη Κινητή Μονάδα ξεκινώντας από την Ακράτα και το Κιάτο κάλυψε την Πελοπόννησο, τη Δυτική Ελλάδα, τον Βόλο, την Εύβοια και την Αττική. Η τρίτη Κινητή Μονάδα ξεκίνησε αργότερα, στις 4 Νοεμβρίου, από την Κρήτη, γύρισε στον Πειραιά και από εκεί συνέχισε στα νησιά Ρόδο, Κω, Σάμο, Σύρο, Τήνο, κλείνοντας την περιοδεία σε μεγάλους δήμους της Αττικής.

**Κύριο μέλημα** του προγράμματος ήταν η αναδείξει την αξία της πρόληψης και της έγκαιρης διάγνωσης για την αντιμετώπιση του καρκίνου του τραχήλου της μήτρας. Ήδη καταγράφονται τα θετικά αποτελέσματα της εκστρατείας επιβεβαιώνοντας την ανάγκη του κοινού για ενημέρωση και ευαισθητοποίηση στο ζήτημα της πρόληψης.

Επίσης, μεγάλο ενδιαφέρον έδειξε το προσωπικό των Κέντρων Υγείας – ιδιαίτερα οι μαιές, οι οποίες, παρά τις ελλείψεις σε υλικοτεχνική υποδομή, είναι πολύ δραστήριες στην ενημέρωση των γυναικών και είναι πρόθυμες να οργανώσουν περισσότερες παρουσιάσεις όχι μόνο στα Κέντρα Υγείας αλλά και σε Περιφερειακά Ιατρεία ή σε σχολεία.

ΠΟΛΙΤΙΚΗ ΥΓΕΙΑΣ

# «Πάρτε την υγεία σας στα χέρια σας...»



Ο Αντώνης Δημόπουλος, Γενικός Γραμματέας Δημόσιας Υγείας, υποστηρίζει τον ενεργό τρόπο αντιμετώπισης της υγείας και την αλληλαγής της συμπεριφοράς

Παλαιότερα, η Δημόσια Υγεία ταυτιζόταν με τη διαρκή επιτήρηση για τα μεταδιδόμενα νοσήματα (π.χ. επιδημίες γρίπης, AIDS, ελονοσία, νέες αρρώστιες κ.τ.λ.) σε όλη τη χώρα, ανεξαρτήτως γεωγραφικής περιοχής, είτε ήταν στην περιοχή του Έβρου είτε στην Αθήνα... Αυτή, λοιπόν, η συνεχής επιτήρηση της Δημόσιας Υγείας γίνεται πιο μοντέρνα, με νέα εργαλεία, διεθνείς διασυνδέσεις, άμεση ενημέρωση από τα τοπικά και τα διεθνή παρατηρητήρια, και περιλαμβάνει πια την παρακολούθηση του συνόλου σχεδόν των νοσοκομικών καταστάσεων.

Έτσι, ο τομέας της Δημόσιας Υγείας ασχολείται βασικά με τρεις πυλώνες: την πρόληψη (πρωτοβάθμια φροντίδα), την αντιμετώπιση (δευτεροβάθμια φροντίδα) και την παρηγορητική φροντίδα. Τα τελευταία 10-15 χρόνια έγινε αντίληψη διεθνώς ότι η Υγεία δεν είναι «η μη ασθένεια», είναι κάτι περισσότερο, δηλαδή η Υγεία δεν μπορεί να εξαντλείται στη διαχείριση των ασθενών. Αναπτύχθηκε έτσι μία νέα Δημόσια Υγεία διεθνώς, όπως συζητήθηκε και στο 1ο Παγκόσμιο Συνέδριο του ΠΟΥ για τις μη μεταδιδόμενες ασθένειες και την ψυχική υγεία (Μόσχα, Απρίλιος 2011), στο οποίο τεκμηριώνεται η ανάγκη να μεταποστεί η ατζέντα της Δημόσιας Υγείας. Πιο συγκεκριμένα: 1) να συστηματοποιηθεί η οργάνωση της πρόληψης σε εθνικό επίπεδο και 2) να γίνει διαχείριση των χρόνιων νοσημάτων. Τα χρόνια νοσήματα – καρκίνος, τα καρδιαγγειακά νοσήματα, προβλήματα του αναπνευστικού συστήματος και ο διαβήτης – είναι οι τέσσερις μεγάλες κατηγορίες που καλύπτουν το 70-80% της νοσηρότητας

της χώρας. Αν τα οργανώσουμε, λοιπόν, μπορούμε να έχουμε πολύ καλά αποτελέσματα για τους ίδιους τους ασθενείς αλλά και για αυτούς που δεν θα ασθενήσουν. Έτσι, στον τομέα της πρόληψης και της διαχείρισης των χρόνιων νοσημάτων εφαρμόζεται ο εθνικός προσυμπτωματικός έλεγχος (το screening), ο οποίος τώρα γίνεται προσπάθεια να οργανωθεί μέσω του ΕΟΠΥΥ, του οργανισμού - ομπρέλα της πρωτοβάθμιας φροντίδας, με έμφαση στη μέριμνα για τους ανθρώπους πριν αρρωστήσουν. Ο ΕΟΠΥΥ, τα Κέντρα Υγείας, τα δημοτικά ιατρεία, ό,τι πιο προχωρημένο στη χώρα, εστιάζουν στην πρωτοβάθμια φροντίδα: δηλαδή οργανώνουμε την πρόληψη σε δήμους, σε κοινότητες, σε γειτονιές, έτσι ώστε οι άνθρωποι να μάθουν να έχουν μια ενεργή στάση απέναντι στην υγεία τους. Το αν θα πετύχει βέβαια αυτό, είναι και θέμα νοοτροπίας, γιατί το κοινό έχει μάθει να πηγαίνει στα ιατρεία για να του γράφουν τα φάρμακα...

Η πρόληψη, τώρα, ως κομμάτι της Δημόσιας Υγείας, οργανώνεται σε δύο άξονες: ο ένας αφορά τους παράγοντες κινδύνου, όπως το κάπνισμα, το αλκοόλ, η παχυσαρκία, η διατροφή, η μη άθληση, και πώς να τους αποφεύγει κανείς, αλλά και να είναι ενεργός απέναντι στη ζωή και πιο ευτυχής ο δεύτερος είναι οι προληπτικές εξετάσεις και πώς μπορεί κανείς να προλαβαίνει μια σειρά από νοσήματα κάνοντας εγκαίρως τους κατάλληλους ελέγχους. Επομένως, για να είναι ουσιαστική πρόληψη και όχι απλώς ένα ευχολόγιο, πρέπει να περιλαμβάνει έναν πολύ συγκεκριμένο μηχανισμό από 20-30.000 ιατρούς, εκείνους που δουλεύουν στην πρωτοβάθμια φροντίδα, να περιλαμβάνει την επικοινωνία, ενημέρωση και ευαισθητοποίηση του κοινού.

Συγκεκριμένα, όσον αφορά τον καρκίνο, προβλέπεται η οργάνωση σε κάθε νοσοκομείο ενός δικτύου, ώστε να έχουμε πανελλαδικά επτά ογκολογικά δίκτυα (και το αντίστοιχο για τα καρδιολογικά, την αναπνοή, τον διαβήτη). Έχουμε χωρίσει την Ελλάδα σε επτά υγειονομικές Περιφέρειες με τη λογική κάθε περιφέρεια να αποκτήσει αυτονομία. Πρώτον, για να μην μαζεύονται όλοι στην Αθήνα και, δεύτερον, για να μπορούν οι άνθρωποι να μένουν στην πε-

ριφέρεια – έτσι η πολιτική αυτή έχει και μια αναπτυξιακή διάσταση. Γιατί κάποιος που αισθάνεται ότι είναι ασφαλής στον τόπο του, που έχει το Περιφερειακό Νοσοκομείο, το Κ.Υ., αποφασίζει να καθίσει να δουλέψει και να ζήσει εκεί, αντί να έρθει στην Αθήνα. Είναι επίσης σημαντικό όταν έχει νοσήσει κανείς να υπάρχει παρακολούθηση. Η διαχείριση των χρόνιων νοσημάτων, αφορά τώρα το στάδιο από τη στιγμή που κάποιος νοσεί: να το μάθει γρηγορότερα, να έχει σωστή διαχείριση, να πάρει τα σωστά φάρμακα, την κατάλληλη θεραπεία γρήγορα και σωστά και να παρακολουθηθεί μετά. Μια ακόμη διάσταση της Δημόσιας Υγείας είναι η παρηγορητική θεραπεία για τους ασθενείς τελικού σταδίου: να ανακουφίσεις, να δώσεις έναν αξιοπρεπή θάνατο. Ξέρουμε ότι από τους 100.000 Έλληνες που θα πεθάνουν φέτος, οι 25.000 θα πεθάνουν από καρκίνο. Είναι πολύ σημαντικό αυτοί οι άνθρωποι να πεθάνουν με αξιοπρέπεια και χωρίς πόνο. Να παίρνουν τα φάρμακά τους με εύκολες διαδικασίες, γιατί οι ασθενείς αυτοί προέρχονται από χειρουργείο ή από ακτινοβολία...

Χαίρομαι που κάναμε αυτή την προσπάθεια για τον προσυμπτωματικό έλεγχο. Ο απολογισμός του Υπουργείου αναφέρει ότι από την πρώτη αυτή προσπάθεια προέκυψαν 100 άτομα με καρκίνο του τραχήλου της μήτρας ή σοβαρές προκαρκινικές αλλοιώσεις σκεφτείτε ότι αυτός ο αριθμός όσο περνάει ο καιρός θα αυξάνεται, θα γίνονται 200 και 500 άτομα. Σκεφτείτε να σώζονται 500 άνθρωποι, δεν είναι σημαντικό; Να πεις ότι έδωσα ζωή σε αυτούς τους ανθρώπους επειδή το εθνικό screening έγινε συστηματικά μέσα από τις υπηρεσίες των Κ.Υ. Αυτά τα προγράμματα επικοινωνίας έχουν στόχο να «ξεσηκωθούν» οι άνθρωποι, να κάνουν αυτό που έπρεπε να κάνουν και το έχουν αφήσει.

Σε αυτό το πλαίσιο γίνεται η εκστρατεία για τη στοματική υγεία σε όλα τα σχολεία και οι δράσεις του ΥΓΚΑ στο κέντρο της Αθήνας: πηγαίνουμε σχολείο - σχολείο, όπου το 80% είναι παιδιά μεταναστών που δεν έχουν ενημερωθεί ποτέ. Αυτή είναι ενεργή πρόληψη, να μάθουμε στον άνθρωπο μια πρακτική. Γιατί ένας από τους τομείς ενδιαφέροντος της δημόσιας υγείας είναι επίσης η συμπεριφορά των ανθρώπων, που είναι λανθασμένη στην υγεία.

Δουλειά μας είναι να υποστηρίξουμε έναν ενεργό τρόπο αντιμετώπισης της υγείας, να βγάλουμε την υγεία από τα νοσοκομεία, να δώσουμε ένα ενεργό πρόσημο, άρα να μάθουμε τον άνθρωπο με ποιον τρόπο θα ζει καλύτερα, αλλά και να προσέξει περισσότερο κάνοντας τους προσυμπτωματικούς ελέγχους – το screening.



**Ο καρκίνος του τραχήλου της μήτρας θεραπεύεται εάν διαγνωστεί έγκαιρα.**

**Ο συνδυασμός του τεστ ΠΑΠ με τον εμβολιασμό για τον HPV μπορεί να προστατεύσει έως και 95% από τον καρκίνο του τραχήλου.**

**Ο καρκίνος του τραχήλου της μήτρας στα αρχικά στάδια συχνά δεν έχει συμπτώματα. Γι' αυτό είναι σημαντικό να κάνεις τακτικά τεστ ΠΑΠ.**

**Το τεστ δεν ανιχνεύει τον καρκίνο του ενδομτρίου και των ωοθηκών: για αυτούς θα πρέπει να κάνεις πρόσθετες εξειδικευμένες εξετάσεις.**



## Καρκίνος του τραχήλου της μήτρας: Πάρε τη ζωή σου στα χέρια σου

**Τι είναι ο καρκίνος του τραχήλου της μήτρας;**  
Εμφανίζεται κυρίως σε γυναίκες ηλικίας 30-65 ετών. Ο καρκίνος του τραχήλου είναι ο δεύτερος σε συχνότητα καρκίνος στον γυναικείο πληθυσμό κάτω των 50 ετών. Μπορεί να προσβάλει γυναίκες κάθε ηλικίας, οι οποίες είναι ή έχουν υπάρξει σεξουαλικά ενεργές. Τα κύτταρα που καλύπτουν τον τράχηλο της μήτρας μπορεί να υποστούν αλλοιώσεις που οδηγούν σε προκαρκινικές βλάβες, οι οποίες, αν δεν αντιμετωπιστούν, μπορεί να εξελιχθούν σε καρκίνο. Αυτές οι αλλοιώσεις δεν παρουσιάζουν συμπτώματα, αλλά μπορούν να βρεθούν με το τεστ ΠΑΠ και να θεραπευτούν για να μην εξελιχθούν σε καρκίνο του τραχήλου.

**Τι προκαλεί τον καρκίνο του τραχήλου;**  
\* Ο πιο σημαντικός παράγοντας για τον καρκίνο του τραχήλου της μήτρας είναι ο ιός των ανθρώπινων θηλωμάτων (HPV), ο οποίος μεταδίδεται με τη σεξουαλική επαφή. Μπορεί να μεταδοθεί και με απλή επαφή στο δέρμα, π.χ. κολλητικός, πρωκτικός ή και στοματικός έρωτας με κάποιο άτομο που έχει αυτόν τον ιό.  
\* Πολλές γυναίκες μπορεί να έχουν τον ιό, αλλά μερικές από αυτές θα αναπτύξουν καρκίνο. Τις περισσότερες φορές το σώμα μας πολεμά τον ιό και η μόλυνση φεύγει από μόνη της. Σε μερικές γυναίκες όμως, ο ιός παραμένει και μπορεί να προκαλέσει καρκίνο.  
\* Τα προφυλακτικά μπορούν να προστατεύσουν από τον ιό HPV, αλλά όχι απόλυτα. Ο ιός μπορεί και πάλι να περάσει στο δέρμα από την περιοχή που δεν καλύπτεται με το προφυλακτικό. Είναι όμως σημαντι-

κό να χρησιμοποιείς προφυλακτικό από την αρχή της σεξουαλικής επαφής γιατί σε βοηθάει να προστατευτείς από άλλες σεξουαλικά μεταδιδόμενες ασθένειες.  
**Μπορώ να προλάβω τον καρκίνο του τραχήλου της μήτρας;**  
Ο καρκίνος του τραχήλου της μήτρας προλαμβάνεται με το τεστ ΠΑΠ/ΠΑΝΙΚΟΛΛΟΥ! Είναι μια απλή και ανώδυνη εξέταση, που δεν διαρκεί περισσότερο από 5 λεπτά. Εντοπίζει τις προκαρκινικές αλλοιώσεις και δυσπλασίες πολύ πριν εξελιχθούν σε καρκίνο, ώστε να χορηγηθεί έγκαιρα θεραπεία. Όλες οι γυναίκες θα πρέπει να κάνουν τακτικά το τεστ ΠΑΠ! Η τακτική εξέταση με το τεστ ΠΑΠ σε βοηθάει να εντοπίσεις τις αλλοιώσεις από τη μόλυνση και να τη θεραπεύσεις. Επίσης, το εμβόλιο εναντίον του HPV μπορεί να προλάβει τη μόλυνση από τον ιό. Το εμβόλιο χορηγείται δωρεάν από τα ασφαλιστικά ταμεία σε κορίτσια/γυναίκες 12-26 ετών. Ακόμα κι αν έχεις κάνει παιδιά, εάν είσαι για πολλά χρόνια σε μονογαμική σχέση ή έχεις σταματήσει τη σεξουαλική σου δραστηριότητα, πάλι θα πρέπει να κάνεις τακτικά το τεστ ΠΑΠ.

**Άλλοι σημαντικοί παράγοντες που ξέρουμε ότι επηρεάζουν:**  
\* **Το κάπνισμα.** Οι γυναίκες που καπνίζουν έχουν διπλάσιες πιθανότητες να αναπτύξουν καρκίνο του τραχήλου σε σχέση με αυτές που δεν καπνίζουν.  
\* **Η διατροφή.** Αν δεν τρως πολλά φρούτα και λαχανικά, αυξάνεται ο κίνδυνος. Τα φρούτα και τα λαχανικά έχουν βιταμίνες που δυναμώνουν το ανοσοποιητικό σου σύστημα. Επίσης περιέχουν πολυτιμες

ουσίες που προστατεύουν τα κύτταρά μας από τον καρκίνο.  
\* **Το αδύναμο ανοσοποιητικό σύστημα,** π.χ., όταν μια γυναίκα λαμβάνει ανοσοκατασταλτικά φάρμακα για κάποια άλλη ασθένεια.  
\* **Η ύπαρξη άλλων σεξουαλικά μεταδιδόμενων νοσημάτων** – π.χ. τα χλαμύδια – αυξάνει την πιθανότητα μόλυνσης από τον HPV.

**Υπάρχουν συμπτώματα που πρέπει να προσέξω; Ο καρκίνος του τραχήλου της μήτρας έχει συμπτώματα;**  
Ο καρκίνος του τραχήλου της μήτρας στα αρχικά στάδια συχνά δεν έχει συμπτώματα. Γι' αυτό είναι σημαντικό να κάνεις τακτικά το τεστ ΠΑΠ. Τα συμπτώματα συχνά δεν αρχίζουν πριν ο καρκίνος εξαπλωθεί στις γύρω περιοχές. Θα πρέπει να μιλήσεις αμέσως στον γιατρό σου αν παρατηρήσεις:  
• αιμορραγία μεταξύ των περιόδων (έμμηων ρύσεων)  
• σταγόνες αίματος μετά τη σεξουαλική επαφή ή μόνο κατά τη διάρκεια  
• δύσσομες κολλητικές εκκρίσεις  
• αιμορραγία μετά την εμμηνόπαυση.

**Τι είναι το Εθνικό Πρόγραμμα Πληθυσμιακού Ελέγχου για καρκίνο τραχήλου μήτρας στην Ελλάδα;**  
Εάν είσαι 25-65 ετών θα λάβεις αυτόματά μια πρόσκληση, η οποία θα σε καλεί να υποβληθείς σε τεστ Παπανικολάου. Μετά την πρώτη εξέταση τραχήλου θα λαμβάνεις πρόσκλησεις κάθε 3 χρόνια μέχρι την ηλικία των 55 ετών. Στη συνέχεια και μέχρι την ηλικία των 65 ετών θα προσκαλείσαι κάθε 5 χρόνια.

### ΣΥΝΕΝΤΕΥΞΕΙΣ

## Ευκολότερη πρόσβαση σε μειονεκτούντες



Αριστοτέλης Λουφόπουλος, Καθηγητής, Διευθυντής Β' Μαιευτικής-Γυναικολογικής Κλινικής ΑΠΘ

**Ποιος ο ρόλος του γυναικολόγου στην πρόληψη και αγωγή υγείας των γυναικών;**  
Ο γυναικολόγος βρίσκεται σε στενή επαφή με τις γυναίκες κατά την κύηση και τη λοχεία, επίσης, μια γυναίκα απευθύνεται σε γιατρό στην αναπαραγωγική ηλικία συνήθως για γυναικολογικά προβλήματα. Ο ρόλος του γυναικολόγου θα πρέπει επομένως να περιλαμβάνει τον βασικό προληπτικό έλεγχο της αναπαραγωγικής ηλικίας (Test Pap, υπερηχογράφημα έσω γεννητικών οργάνων και έλεγχος μαστού) και συμβουλευτική για αντισύλληψη και σεξουαλικά μεταδιδόμενα νοσήματα.

**Τα στοιχεία λένε ότι οι γυναίκες των πόλεων πάνε πιο συχνά στον γιατρό τους. Τι μπορεί να γίνει σε αυτή την κατεύθυνση;**  
Πράγματι αυτό ισχύει. Οι γυναίκες όμως με χαμηλό κοινωνικοοικονομικό επίπεδο, ασχέτως αν διαβιών σε αστικά κέντρα ή στην επαρχία, έχουν μικρότερη πρόσβαση στους φορείς υγείας. Είναι απαραίτητο να ενισχυθεί η ευκολότερη και συστηματικότερη δυνατότητα επίσκεψης των μειονεκτούντων ομάδων, κυρίως στους δημοσίους φορείς, μέσω μαζικού προληπτικού ελέγχου για γυναικολογικές και άλλες παθήσεις, μέσω του οικογενειακού ιατρού και της ευαισθητοποίησης των γυναικών.

### Η ΔΗΛΩΣΗ



Αριστομένης Συμεγιάκης, Υποδιοικητής της 1ης ΥΠΕ και υπεύθυνος του «Εθνικού Σχεδίου Δράσης για τον Καρκίνο 2011-2015»

«Ο καρκίνος όταν διαγνωστεί πρώιμα, θεραπεύεται. Το Πρόγραμμα Πληθυσμιακού Προσυμπτωματικού Ελέγχου του Καρκίνου του Τραχήλου της Μήτρας για πρώτη φορά πραγματοποιείται σε εθνική βάση στην Ελλάδα, η οποία αποκτά, επιτέλους, ένα συνεκτικό και ολοκληρωμένο σχέδιο δράσης, κάτι που διαθέτουν ελάχιστες χώρες, όπως οι σκανδιναβικές και το Ηνωμένο Βασίλειο. Για πρώτη φορά οι γυναίκες στη χώρα μας ελέγχονται συστηματικά για τον καρκίνο του τραχήλου της μήτρας. Στόχος μας είναι σε βάθος τριετίας η μεγάλη πλειοψηφία των γυναικών από 25 έως 65 ετών να κάνουν το τεστ ΠΑΠ. Με το Εθνικό Σχέδιο Δράσης κινητοποιούμε τις δυνάμεις της χώρας μας στον αγώνα κατά του καρκίνου. Δίνουμε βάρος στην πρόληψη και την έγκαιρη διάγνωση, οργανώνουμε τη θεραπεία, επενδύουμε στην έρευνα και την εκπαίδευση. Αγωνιζόμαστε και αισιοδοξούμε!»

## Οι γυναίκες πρέπει να πιστέψουν στην πρόληψη



Εύα Βασιλάκη, Μαία, Πρόεδρος Επιστημόνων Μαιών-Μαιευτών Κρήτης

**Ποιος είναι ο ρόλος των μαιών στην αγωγή υγείας και στην πρόληψη και διάγνωση του καρκίνου του τραχήλου της μήτρας;**  
Η ενίσχυση της πίστης των γυναικών στην αξία του προληπτικού ελέγχου για τον καρκίνο αποτελεί καταλυτική στρατηγική. Η παθητικότητα της στάσης των γυναικών και η άρνησή τους να αποδεχτούν ότι υπάρχει πιθανότητα να έχουν παθολογικά ευρήματα, ενώ διόγουν ασυμπτωματική περίοδο, είναι λάμπρο πεδίο δράσης για τις Μαιές. Προϋποθέσεις για να επιτύχει ο ενδεδειγμένος προληπτικός έλεγχος είναι οι εξής: προσβασιμότητα, διευκόλυνση, παρακίνηση, περιοδική υπενθύμιση, πληροφόρηση και προσήλυση στην αξία της πρόληψης. Απαραίτητη είναι η εξατομικευμένη παρέμβαση απέναντι στις αντιλήψεις κάθε γυναίκας για την απειλή από τον καρκίνο, τη σοβαρότητα της νόσου και των επιπτώσεών της και τα οφέλη ή τα εμπόδια της εφαρμογής του προγράμματος.

**Πώς ανταποκρίνονται οι γυναίκες στην πρόσκληση για τεστ ΠΑΠ;**  
Οι πεποιθήσεις, οι γνώσεις, το περιβάλλον που ζει μια γυναίκα, τα κοινωνικο-δημογραφικά της χαρακτηριστικά, το σύστημα υγείας, τα βιώματα, οι εμπειρίες, τα χαρακτηριστικά της προσωπικότητάς της, αλλά και το αίσθημα ντροπής για τη γυναικολογική εξέταση, συντελούν στη διαμορφωμένη στάση απέναντι στον προληπτικό έλεγχο επηρεάζοντας τη συμμετοχή στο πρόγραμμα. Όλοι οι φορείς καλούμαστε να συνεργαστούμε για να διαχειριστούμε αυτόν τον πληθυσμό. Μέχρι στιγμής η ανταπόκριση των γυναικών είναι πολύ ικανοποιητική.

## Μπορούμε να προλάβουμε τη νόσο



Μαρία Νασιουτζίκη, Πρόεδρος Ελληνικής Εταιρείας Κλινικής Κυτταρολογίας

**Πώς βλέπετε να εξελίσσεται το πρόγραμμα προσυμπτωματικού ελέγχου του καρκίνου του τραχήλου της μήτρας και τι χρειάζεται για να το ενδυναμώσουμε;**  
Το Πρόγραμμα Προσυμπτωματικού Ελέγχου του καρκίνου του τραχήλου της μήτρας με το Τεστ Παπανικολάου, παρά τις δυσκολίες, παραμένει το σημαντικότερο εργαλείο της Πρόληψης και αποτελεσματικής αντιμετώπισης αυτής της μορφής καρκίνου. Η κυτταρολογία του τραχήλου της μήτρας εξακολουθεί να αποτελεί τον ακρογωνιαίο λίθο των προληπτικών προγραμμάτων στην Ευρώπη. Οι περισσότερες γυναίκες μπορούν να σωθούν, ειδικότερα εκείνες σε απομακρυσμένες περιοχές που δεν έχουν πρόσβαση σε υπηρεσίες υγείας, εάν συμμετέχουν τακτικά σε οργανωμένα προγράμματα πρόληψης με το Τεστ Παπανικολάου, το οποίο βοηθάει τους γιατρούς να εντοπίσουν έγκαιρα προκαρκινικές καταστάσεις που είναι 100% ίσως. Είναι γνωστό ότι στην Ευρώπη καταγράφονται 70.000 περιπτώσεις καρκίνου τραχήλου και 700.000 προκαρκινικές αλλοιώσεις ετησίως. Χάρη στον τακτικό έλεγχο, ο καρκίνος του τραχήλου είναι 10 φορές λιγότερο συχνός σε σχέση με τους προκαρκινικούς. Αναμφισβήτητα λοιπόν πρέπει με κάθε τρόπο το Πρόγραμμα να στηριχθεί και στη χώρα μας και να επεκταθεί σε όλο και μεγαλύτερο τμήμα του γυναικείου πληθυσμού μέχρι της πλήρους κάλυψής του, σε συγκεκριμένα χρονικά διαστήματα, περιορίζοντας τις ανισότητες της πρόσβασης. Μπορούμε να προλάβουμε τη νόσο: αυτό δεν ενοπείται στην τύχη, αλλά στην προσωπική μας ευθύνη.





**Πύργος** Ο έλεγχος πρέπει να ξεκινάει σε νεαρή ηλικία



**Γαϊτάς** Η Κινητή Μονάδα έξω από τον Δήμο στον Γαϊτάς

**ΠΕΡΙΟΔΕΙΑ - ΠΕΛΟΠΟΝΝΗΣΟΣ**

# Η πρόληψη είναι στάση ζωής

» Οι νεαρότερες κοπέλες είναι πιο διστακτικές στο να κάνουν το τεστ: το τελευταίο διάστημα πάντως παρατηρείται μικρή αύξηση

Βασικός επικοινωνιακός άξονας του Σχεδίου Δράσης είναι η περιοδεία ανά την Ελλάδα των Κινητών Μονάδων. Στόχος, όπως έχει επανειλημμένως επισημωθεί από το Υπουργείο Υγείας και Κοινωνικής Αλληλεγγύης, είναι η ευαισθητοποίηση του κοινού. Ακολουθώντας ωστόσο τα βήματα των τριών Μονάδων, ανακαλύψαμε πολλές πτυχές των ανθρώπων που υποστήριξαν το Πρόγραμμα. Για αυτόν τον λόγο αναφέρουμε συγκεκριμένες περιοχές και πρόσωπα, θέλοντας έτσι να αποδώσουμε όσο γίνεται καλύτερα το πώς υποδέχτηκε η τοπική κοινωνία αυτή την πρωτοβουλία του Υπουργείου Υγείας. Η δεύτερη Κινητή Μονάδα ξεκίνησε την περιοδεία της στις 10 Οκτωβρίου από την Ακρόατα της Πελοποννήσου. Παρά τον βροχερό καιρό, ο κόσμος έδειξε μεγάλο ενδιαφέρον και πολλές γυναίκες ενημερώθηκαν για το Πρόγραμμα. Η Υποδιευθύντρια του Κέντρου Υγείας και Πρόεδρος του Φιλανθρωπικού Συλλόγου Ακρόατας, κ. Αγγελική Τσιτάτα, σε συνεργασία με τον Πολιτιστικό Σύλλογο της Ακρόατας, πρόκειται σύντομα να οργανώσει εκδήλωση ενημέρωσης της κοινότητας για την πρόληψη. Επίσης, προτάθηκε να οργανωθεί ενημέρωση των μαθητών της περιοχής. Η δεύτερη στάση της Κινητής Μονάδας ήταν στο Κιάτο Κορινθίας. Εκεί, δεδομένου ότι δεν υπάρχει μόνιμα μαιεύς, το Νοσοκομείο Κορινθίου παραχώρησε τις υπηρεσίες μιας νοσηλεύτριας κάθε Τρίτη για τη λήψη τεστ ΠΑΠ. Την επομένη, η Κινητή Μονάδα πέρασε από τον Γαϊτάς του Δήμου Τροιζηνίας κάνοντας στάση στο Δημαρχείο, όπου την ενημέρωση έκανε η εθελόντρια κ. Τσιτσάκη. Το απόγευμα το όχημα πέρασε από τον Δήμο Ερμιονίδας και στάθηκε στην κεντρική πλα-

τεία του Κρανιδίου με τη συμμετοχή δύο εθελοντριών μαιών. **Δύο μέρες μετά**, η Κινητή Μονάδα βρέθηκε στο Ναύπλιο, στην Πλατεία Δημαρχείου, όπου η κ. Κική Κοιλιβάνη, εθελόντρια, μοίρασε έντυπα και ενημέρωσε τους πολίτες για τη δυνατότητα λήψης δωρεάν τεστ ΠΑΠ. Ενδιαφέρον έδειξαν οι μαθητές και οι καθηγητές του νυχτερινού Λυκείου, στους οποίους μοιράστηκε ενημερωτικό υλικό, με παράλληλη κάλυψη και συνεντεύξεις από τοπικό κανάλι. Τέλος, εθελόντες όλων των ηλικιών βοήθησαν στη διανομή του έντυπου υλικού σε καταστήματα, καφετέριες, στο κέντρο του Άργους και στο Δημαρχείο, ενώ τα κανάλια DRTV και SUPER κάλυψαν το γεγονός. Επίσης, δόθηκε στα τοπικά ΜΜΕ βίντεο ενημερωτικού τύπου. Στη συνέχεια, το Σάββατο 15 Οκτωβρίου, η Κινητή Μονάδα με τη βοήθεια των εθελοντών της «Νέας Κίνησης Γυναικών Σπάρτης» ενημέρωσε το κοινό στην κεντρική πλατεία της πόλης. Ο σύλλογος σχεδιάζει προσεχώς τη διοργάνωση ενημερωτικής εκδήλωσης για τους δύο γυναικείους καρκίνους: τον καρκίνο του τραχήλου της μήτρας και τον καρκίνο του μαστού. Το διήμερο 16 και 17 Οκτωβρίου η Κινητή Μονάδα, με αφετηρία την Αρεόπολη, πέρασε από περισσότερα από 40 χωριά της Μάνης μαζί με τον Διευθυντή του Κ.Υ. Αρεόπολης Ανάργυρο Μαρλιόλη. Ο ίδιος ο Διευθυντής του Κ.Υ. μοίρασε έντυπα, ενώ ενημέρωνε προσωπικά τους δημότες. Ο Δήμαρχος Αρεόπολης κ. Πέτρος Ανδρεάκος επίσης στήριξε την εκστρατεία με την παρουσία του. Κατά την εκτίμηση του Διευθυντή του Κ.Υ., η παρουσία της Μονάδας έδωσε μια ισχυρή ώθηση στο ενδιαφέρον των δημωτών, με αποτέλεσμα το Κέντρο Υγείας να έχει κλείσει μέχρι

στιγμής περίπου 40 νέα ραντεβού με γυναίκες όλων των ηλικιών. **Στο ΑΤΕΙ Καλαμάτας** βρέθηκε η Κινητή Μονάδα στις 18 Οκτωβρίου για ενημέρωση των φοιτητών. Η κ. Σταυρούλα Μπάμπαλη, υπεύθυνη του τμήματος Περιθαλψής και Κοινωνικής Μέριμνας του ΑΤΕΙ, προτίθεται να διοργανώσει εκδήλωση με σκοπό την ενημέρωση των φοιτητών και των νέων της πόλης για τον καρκίνο του τραχήλου. Έντυπο υλικό παραδόθηκε στους υπεύθυνους του ΤΕΙ από τα στελέχη της Κινητής Μονάδας για την ενίσχυση της πρωτοβουλίας. Την επομένη έγινε ενημέρωση των δημωτών στην κεντρική πλατεία της Καλαμάτας. **Στη Μεσσήνη** ήταν η επόμενη στάση της Κινητής Μονάδας, όπου βοήθησε μεγάλος αριθμός εθελοντών αλλά και μαιεύς από το Κέντρο Υγείας. Η κ. Αντωνιάκου, Πρόεδρος του «Σωματίου Εθελοντών Μεσσήνης», πρότεινε να διοργανωθεί και νέα ενημέρωση του κοινού σε συνεργασία με το Κ.Υ. Εξάλληλο, θα σταθεί πιο εξειδικευμένο επιστημονικό υλικό στις μαιεύς του Κ.Υ. που εκδήλωσαν μεγάλο ενδιαφέρον, ώστε να είναι σε θέση να προσφέρουν ακόμα πληρύτερες υπηρεσίες. **Στις 21 Οκτωβρίου** η Κινητή Μονάδα στάθηκε στην Κεντρική Πλατεία της Πύλου, όπου με τη βοήθεια του Αντιδημάρχου κ. Βασιλόπουλου και της μαιεύς του Κέντρου Υγείας κ. Ραφτοπούλου ενημερώθηκαν οι δημότες. Στο Νοσοκομείο/Κέντρο Υγείας Κυπαρισσίας τώρα, η προσέλευση του κόσμου ήταν σημαντική, ιδιαίτερα των γυναικών. Μεγάλη υποστήριξη προσέφεραν ο κ. Χρήστος Σίνης εκ μέρους του Συλλόγου «Φλόγα» και η Πρόεδρος του Συλλόγου Γυναικών κ. Χαρά

**ΠΡΟΣΕΧΕΙΣ ΕΚΔΗΛΩΣΕΙΣ**



## 50 χρόνια από τον θάνατο του Γ. Παπανικολάου

Με αφορμή τη συμπλήρωση 50 χρόνων από τον θάνατο του Γεώργιου Παπανικολάου, έχουν προγραμματιστεί δύο επιστημονικές εκδηλώσεις: στις **19 Φεβρουαρίου στο Κοινοβουλευτικό Πολιτιστικό Κέντρο Γαστούνης και στις 4 Μαρτίου σε αίθουσα του Δήμου στην Κύμη**, γενέτειρα του κορυφαίου Έλληνα επιστήμονα. Οι εκδηλώσεις πραγματοποιούνται σε συνεργασία με τους Δήμους Πηνειού και Κύμης αντίστοιχα και σε αυτές έχουν δηλώσει ενδιαφέρον να συμμετέχουν ως ομιλητές διακεκριμένοι επιστήμονες στον τομέα τους. Στις εκδηλώσεις θα παρουσιαστούν οι στόχοι του Εθνικού Σχεδίου Δράσης και πώς αυτό εφαρμόζεται σε κάθε Δήμο. Επίσης, εφόσον υπάρχουν στατιστικά στοιχεία για τη μέχρι τότε πορεία του Προγράμματος θα αναφερθούν, ούτως ώστε οι άμεσα εμπλεκόμενοι να μπορέσουν να κάνουν μία πρώτη αποτίμηση της πορείας του. Τέλος, το ανακείμενο της ενημέρωσης θα περιλαμβάνει θεματικές ενότητες που αφορούν στον Προσυμπτωματικό Έλεγχο, στο τεστ ΠΑΠ αλλά και σε όλα τα δεδομένα και στις νεότερες εξελίξεις για τον καρκίνο του τραχήλου της μήτρας.



**Ναύπλιο** Τοπικό κανάλι κάλυψε την παραμονή της Μονάδας στο Ναύπλιο



**Πάτρα** Ο Όμιλος «Αγκαλιάζω» υποστήριξε θερμά τις δράσεις



**Αργος** Η εθελόντρια κ. Κική Κοιλιβάνη επί του έργου



## ΣΥΝΕΝΤΕΥΞΗ

# Ο ρόλος της μαιίας είναι κεντρικός στην πρόληψη

Συναντήσαμε τη μαιία του Κέντρου Υγείας Γαστούνης, κυρία Αρετή Τσερεμέ, κατά την περιοδεία της Κινητής Μονάδας Ενημέρωσης για τον καρκίνο του τραχήλου το διήμερο 27-28 Οκτωβρίου. Με πρωτοβουλία της μαιίας, η Μονάδα εκμεταλλεύτηκε την ευκαιρία και επισκέφθηκε μία σειρά από χωριά γύρω από τη Δημοτική Κοινότητα για να ενημερώσει από κοντά τις γυναίκες. Την επομένη, στη γιορτή της 28ης Οκτωβρίου, η Μονάδα επισκέφθηκε και το Βαρθολομιάδι, όπου ήταν συγκεντρωμένος κόσμος και από τις γύρω περιοχές, για να ενημερώσει για τον προσυμπτωματικό έλεγχο.

## Ποιος είναι ο ρόλος της μαιίας και του μαιευτή στην πρόληψη και έγκαιρη διάγνωση του καρκίνου του τραχήλου της μήτρας;

Αναμφισβήτητο, η πρόληψη των νοσημάτων και ειδικότερα του καρκίνου τραχήλου της μήτρας συνδέεται άμεσα με την πρωτοβάθμια φροντίδα υγείας. Με αφορμή το Εθνικό Σχέδιο Δράσης για τον προσυμπτωματικό έλεγχο, πραγματοποιείται εδώ και τέσσερις μήνες δωρεάν τεστ Παπανικολάου στο Κ.Υ. Γαστούνης, με υπεύθυνη του προγράμματος τη μαιία του Κέντρου Υγείας.

Από παλιά, η θέση της μαιίας στην κοινωνία ήταν στενά συνδεδεμένη με την ενημέρωση, την άμεση και ζεστή επικοινωνία με τον γυ-

ναίκοι πληθυσμό, όχι μόνο κατά τη διάρκεια της κύησης, του τοκετού και της λοχείας. Επίσης οι μαιίες κατέχουν σημαντική θέση στη σωστή ενημέρωση για τη νοσηρότητα της γυναικείας φύσης. Μέσα από τη διαπροσωπική επαφή μαιίας - γυναίκας και τις ενημερωτικές ομιλίες, έχει τη δυνατότητα να προάγει την πρόληψη και κατ'επέκταση την έγκαιρη διάγνωση.

## Πώς συμμετέχουν η μαιία και ο μαιευτής γενικά στην πρόληψη και την αγωγή υγείας;

Η μαιία κατέχει περίοπτη θέση στην πρόληψη και αγωγή υγείας. Όσον αφορά την πρόληψη, κάνει λήψη κοιλιακού και τραχηλικού επιχρίσματος (τεστ Pap και thin prep), γυναικολογική εξέταση και ψηλάφηση μαστού. Τέλος, δύναται να ενημερώσει για τις τελευταίες εξελίξεις πάνω στην επιστημονική έρευνα, λόγου χάρι τα νεότερα δεδομένα για το εμβόλιο εναντίον του ιού των ανθρώπινων θηλωμάτων, HPV.

Στον τομέα της αγωγής υγείας, απευθύνεται ενεργά στην κοινωνία και ιδιαίτερα στις ευαίσθητες ομάδες του πληθυσμού με προγράμματα ενημέρωσης σε σχολεία παιδιών προεφηβικής και εφηβικής ηλικίας, καθώς και ενηλίκων σχετικά με τη σεξουαλική διαπαιδαγώγηση, την υγιεινή, την αντισύλληψη και τα σεξουαλικά μεταδιδόμενα νοσήματα.

Στο πλαίσιο αυτής της προσπάθειας, προγραμματίζεται ανοικτή εκδήλωση ενημέρωσης στην πόλη της Γαστούνης.

## Πώς ανταποκρίνονται οι γυναίκες στην πρόσκληση για τεστ ΠΑΠ;

Οι γυναίκες αγάπησαν από την πρώτη στιγμή αυτή την πρωτοβουλία, παρακάμπτοντας τα συνήθη αρνητικά σχόλια που συνοδεύουν τον εργαστηριακό έλεγχο και την παροχή υπηρεσιών σε ένα δημόσιο νοσηλευτικό ίδρυμα χωρίς την παρουσία γυναικολόγου. Ειδικότερα, με την ανάθεση του εθνικού προγράμματος προσυμπτωματικού ελέγχου, η ανταπόκριση αυξήθηκε με τη μαζική προβολή του προγράμματος μέσω διαφημιστικής καμπάνιας ακόμα και σε απομακρυσμένα χωριά της περιοχής ευθύνης του Κέντρου Υγείας Γαστούνης. Μέχρι σήμερα διαθέτουμε αρχείο που αριθμεί 1.300 γυναίκες οι οποίες έκαναν την εξέταση, και αυτό αποτελεί για εμάς επιβράβευση της προσπάθειάς μας.

## Ποια είναι η μεγαλύτερη δυσκολία που αντιμετωπίζετε στην καθημερινότητά σας και τι είδους βοήθεια χρειάζεστε;

Όπως προαναφέρθηκε, το πρόγραμμα προχωρά με μεγάλη επιτυχία, παρόλο που αντιμετωπίζουμε λειτουργικά και ηθικά προβλήματα.

Συγκεκριμένα, η δυσπιστία ορισμένων ιατρών σχετικά με τη σωστή κατάρτιση της μαιίας (ένα απλό επιχείρημά τους είναι η μη σωστή λήψη τεστ ΠΑΠ) αποτελεί ανασταλτικό παράγοντα της προσέλευσης των γυναικών. Ευτυχώς, ο παράγοντας αυτός δεν έχει αποτελέσει τροχοπέδη στην προσπάθειά μας. Αντίθετα, με την έγκυρη παροχή υπηρεσιών υγείας και τη συνεργασία της γυναικολογικής κλινικής του Γενικού Νοσοκομείου Πύργου «Ανδρέας Παπανδρέου» και των κυτταρολογικών εργαστηρίων του Π.Γ.Ν. «Αλεξάνδρα» και του Γ.Ν. Πατρών «Άγιος Ανδρέας», καταφέραμε να κερδίσουμε την εμπιστοσύνη των γυναικών.

Λόγω της πληθώρας ζήτησης ραντεβού για τεστ ΠΑΠ και για την καλύτερη εξυπηρέτηση των γυναικών, θα ήταν καταλυτικής σημασίας να προβλεφθεί η δυνατότητα καθημερινών επισκέψεων των γυναικών καθ'όλη τη διάρκεια της εβδομάδας και όχι μόνο δύο εργάσιμες ημέρες, που ισχύει μέχρι σήμερα. Τέλος, θα ήταν φρόνιμο να υπάρχει η δυνατότητα λήψης τεστ ΠΑΠ με thin prep σε περιπτώσεις γυναικών με βεβαρημένο ιστορικό, καθώς είναι γνωστό ότι αποτελεί μια αξιόπιστη νέα μέθοδο.



Η Αρετή Τσερεμέ, μαιία στο Κέντρο Υγείας Γαστούνης, Δήμου Πνιευίου, επισημαίνει πόσο σημαντική είναι η άμεση επικοινωνία της μαιίας με τις γυναίκες για τη νοσηρότητά τους

## ΣΥΝΕΝΤΕΥΞΗ

# Να ενισχυθεί η Πρωτοβάθμια Φροντίδα Υγείας



Ο διευθυντής του Κέντρου Υγείας Αρεόπολης Ανάργυρος Μαριόλης μιλάει για το έργο του Γενικού Γιατρού και για την ανάγκη αλληλαγής νοσοτροπίας

## Ποιος είναι ο ρόλος του Κέντρου Υγείας στην Πρωτοβάθμια Φροντίδα Υγείας, κυρίως για τις πλέον απομακρυσμένες περιοχές;

Είναι γεγονός ότι στις εποχές μας βιώνουμε καταστάσεις που καθετί χρειάζεται επαναπροσδιορισμό. Η πολυνομία, σε συνδυασμό με τους κανόνες που ρύθμισαν την ανάπτυξη των κατά τόπους κοινωνιών, συνέβαλε στη σημερινή διάσπαση μεταξύ πραγματικότητας και ιδεατού. Δυστυχώς, η Υγεία στην Ελλάδα δεν εξαιρείται του κανόνα. Κυρίαρχη στρατηγική προαγωγής Υγείας, τόσο με οικονομιοτεχνικά κριτήρια όσο και με ανθρωποκεντρικά, αποτελεί η έμφαση στην Πρωτοβάθμια Φροντίδα Υγείας, με θεμελιώδη δομή της διεθνώς το Κέντρο Υγείας. Πρώτος βασικός παράγοντας που το διαφοροποιεί από άλλες δομές υπηρεσιών Υγείας, είναι το γεγονός ότι οφείλει να εκπληρώνει στόχους αναφερόμενο στην κοινότητα καθολικά και όχι στον υποπληθυσμό που νοσεί. Με γνώμονα τις γεωγραφικές, δημογραφικές, κοινωνικές, οικονομικές και άλλου είδους ιδιαιτερότητες της τοπικής κοινωνίας, σαν ένας ζωντανός οργανισμός, κάθε Κέντρο Υγείας οφείλει να παρέχει υπηρεσίες προαγωγής Υγείας που μπορούν να συνοψιστούν στους παρακάτω άξονες:

α. αγωγή Υγείας, β. δράσεις προληπτικής Ιατρικής - προαγωγής Υγείας, γ. πρωτοβάθμια περίθαλψη, δ. παροχή υπηρεσιών Υγείας κατ'οίκον, ε. επιδημιολογική έρευνα και στ. συνεχιζόμενη ιατρική εκπαίδευση. Δυστυχώς, το Κέντρο Υγείας, ακρογωνιαίος λίθος της Υγείας, στη χώρα μας παραμένει ένας φορέας ξεχασμένος, όπως και άγνωστη σε πολλούς η έννοια της Πρωτοβάθμιας Φροντίδας Υγείας εν γένει. Η χρονική συγκυρία δεν

ενοεί, και μόνη απάντηση στη στρεβλωμένη αντίληψη που το καθιστά κέντρο ανταγογράφησης και διακομιδής αποτελεί η ανθρώπινη βούληση. Παρ'όλη τη συνοδική κατάσταση, χαιρόμαι που εργάζομαι στο Κέντρο Υγείας Αρεόπολης, καθώς τον τελευταίο χρόνο με καθημερινή προσωπική εργασία, την υποστήριξη των συνεργατών μου αλληλά και την αρωγή της τοπικής κοινωνίας, το ήμω να πω ότι αποτελεί έναν αναπτυσσόμενο φορέα στα πρότυπα του ιδεατού. Η ανάπτυξη ενός πρότυπου φορέα Πρωτοβάθμιας Φροντίδας Υγείας σε απομακρυσμένη περιοχή ιδιαίτερα αποτέλεσε προσωπική πρόσκληση.

## Με ποιο τρόπο γίνεται η αγωγή Υγείας;

Η αγωγή Υγείας, αδρά, περιγράφεται ως διαδικασία εκμάθησης συμπεριφορών, δεξιοτήτων και απόκτησης γνώσεων που στοχεύουν στην ολόκληρη και μεγαλύτερη βελτίωση του βιοτικού επιπέδου των πολιτών μιας κοινωνίας με κύριο γνώμονα την Υγεία. Συνεπώς, οι δράσεις αγωγής Υγείας περιλαμβάνουν από την εμπέδωση της υγιεινής διατροφής και τη χρήση ζώνης ασφαλείας κατά την οδήγηση μέχρι την απόκτηση ειδικών δεξιοτήτων για την αντιμετώπιση απλών και πιο σύνθετων προβλημάτων Υγείας. Απευθύνεται σε όλο τον πληθυσμό, ωστόσο διαφοροποιείται σε τεχνικές ανάλογα με την ηλικιακή ομάδα και τον στόχο. Αναλυτικότερα, περιλαμβάνει τη διεξαγωγή σεμιναρίων και εκπαιδευτικών ημερίδων, τόσο εντός του Κέντρου Υγείας, αλλά κυρίως στο περιορισμένο περιβάλλον της ομάδας στόχου, όπως σε σχολεία, συλλόγους, υπηρεσίες και άλλες υπο-ομάδες του πληθυσμού. Εξάλλου, απευθύνει μηνύματα με έντυπα, διαδικτυακά, ραδιοφωνικά και τηλεοπτικά μέσα. Ο σχεδιασμός προγραμμάτων αγωγής Υγείας στη Μέντη είναι υπό εξέλιξη, ενώ σημαντικές δράσεις, όπως εκπαιδευτικά σεμινάρια παροχής της βασικής υποστήριξης της ζωής, αντικαταστατική καμπάνια, ημερίδες αφιερωμένες στη διατροφή και την πρόληψη, έχουν ήδη αποδώσει καρπούς.

## Ποιοι παράγοντες - κοινωνικοί, ανθρωπίνι - μπορούν να κινητοποιήσουν στην επαρχία για να βοηθήσουν στην προαγωγή της Υγείας και στην πρόληψη; Τι θα προτείνατε εσείς;

Η πρόληψη εν γένει και οι εξειδικευμένες στρατηγικές προαγωγής Υγείας αναφέρονται κυρίως στο ειδικό βάρος της ευθύνης των

δομών της Πρωτοβάθμιας Φροντίδας Υγείας, αφού είναι ο μοναδικός σχηματισμός που μπορεί να απευθύνεται στο ευρύ κοινό συστηματικά. Ο σημαντικότερος παράγοντας που καθορίζει την αποτελεσματικότητα στην εφαρμογή αυτών των στρατηγικών είναι η γνωσιακή επάρκεια και ενημέρωση του προσωπικού, λαμβάνοντας υπ'όψιν τη ραγδαία εξέλιξη στην ιατρική μεθοδολογία και γνώση. Με δεδομένη μια άρτια καταρτισμένη ομάδα Υγείας, όπως αντιλαμβάνεστε, εκείνο που συνήθως απουσιάζει είναι η οικονομική ή υλιτικοτεχνική υποστήριξη για την επίτευξη των επιμέρους στόχων. Στο σημείο αυτό καταλυτικό ρόλο μπορούν να διαδραματίσουν φορείς τόσο από την κεντρική Πολιτεία όσο και από την τοπική κοινωνία.

## Διαφέρει η εργασία του γενικού ιατρού στο κέντρο και στην περιφέρεια;

Εξ ορισμού, ο γενικός / οικογενειακός ιατρός οφείλει να στοχεύει όπου και η Πρωτοβάθμια Φροντίδα Υγείας: στην κοινότητα καθολικά. Οι διαφορές μεταξύ μιας αστικής και άλλης αγροτικής κοινωνίας ασφαλών επιπέδου σημαντική διαφοροποίηση στο έργο του. Ξέρετε, επιμέρους ορισμό της ειδικότητας της Γενικής / Οικογενειακής Ιατρικής στην Ελλάδα. Ο γενικός / οικογενειακός ιατρός οφείλει, σε όποιο περιβάλλον εργάζεται, να προσαρμόζεται στις ανάγκες των πολιτών και με την κατάλληλη υποδομή να παράγει έργο. Πλέον, η κρατική υποστήριξη στις υγειονομικές μονάδες είναι περιορισμένη. Σε αστικό περιβάλλον αποτυπώνεται στις σημαντικές ελλείψεις σε ανθρώπινο δυναμικό και υλιτικοτεχνικό εξοπλισμό, ελλείψεις που στην επαρχία προκαλούν σημαντική δυσπεριέργεια και κάνουν το έργο του πραγματικά πιο δύσκολο. Εξάλλου, η προσβασιμότητα σε φορείς παροχής υπηρεσιών Υγείας σε άγονες περιοχές είναι προβληματική εξαιτίας γεωγραφικών και οικονομικών παραμέτρων, και για τον οικογενειακό γιατρό. Η προσωπική εμπειρία δεν ωφελούν. Με όσες δυνάμεις διαθέτω και με όσους μπορούν να ακολουθήσουν σ' αυτό το ταξίδι εργάζομαι για την ανάδειξη της Πρωτοβάθμιας Φροντίδας Υγείας.

## Ποια είναι η μεγαλύτερη δυσκολία που αντιμετωπίζετε στο έργο σας;

Δεν θέλω να μείνω σε κοινοτοπίες περί οικονομικών και κρατικής δαπάνης. Άλλωστε, αν εξοκολουθούσα να θεωρώ την πληθμελή επικορήνηση μείζονα ανακατασκευαστικό μηχανισμό της προσέλευσής μου, ίσως να την είχα εγκαταλείψει. Αναφέρω όμως στη νοσοτροπία, και είναι εκείνη που προσπαθώ να αλληλάξω.



## Θεσσαλονίκη

Από το πρόγραμμα των εκδηλώσεων ενημέρωσης για την «Έγκαιρη Διάγνωση του Καρκίνου του Τραχήλου της Μήτρας» δεν μπορούσε να λείπει η Θεσσαλονίκη. Την Τετάρτη 23 Νοεμβρίου πραγματοποιήθηκε επιστημονική εκδήλωση στην Κεντρική Δημοτική Βιβλιοθήκη της πόλης σε συνεργασία με τον Δήμο, ενώ την υποστήριξη της προσέφερε η Ομοσπονδία Καρκινοπαθών Ελλάδος. Συντονιστής και ένας εκ των ομιλητών ήταν ο κ. Αριστοτέλης Λουφόπουλος, Καθηγητής Μαιευτικής - Γυναικολογίας του Αριστοτελείου Πανεπιστημίου Θεσσαλονίκης, ΓΠΝΘ Ιπποκράτειο. Ο κ. Λουφόπουλος έδωσε πληροφορίες για τον καρκίνο του τραχήλου και τα μέτρα πρόληψης. Ειδικότερα, για το τεστ Παπανικολάου μίλησε η ιατρός κυρία Χαρά Δεστούνη, Διευθύντρια Κυτταρολογικού Τμήματος του Αντικαρκινικού Νοσοκομείου «Θεαγένειο». Στην εκδήλωση συμμετείχαν μεταξύ άλλων και οι Διοικητές και Υποδιοικητές της 3ης και 4ης Υγειονομικής Περιφέρειας κ. Νάνος και κ. Δημητριάδου και η Αντιδήμαρχος Κοινωνικής Αλληλεγγύης και Προστασίας του Πολίτη, Καλλιώς Γούλα.



### ΕΠΙΣΤΗΜΟΝΙΚΕΣ ΕΚΔΗΛΩΣΕΙΣ

Οι εκδηλώσεις οργανώθηκαν σε μεγάλες πόλεις της Ελλάδας για υποστήριξη του Προγράμματος για τον Προσυμπτωματικό Έλεγχο του Καρκίνου. Προσκλήθηκαν να μιλήσουν στο κοινό επιστήμονες από όλες τις σχετικές ιατρικές ειδικότητες με στόχο την ενημέρωση και ευαισθητοποίηση του κοινού σχετικά με την πρόληψη του καρκίνου, τους παράγοντες κινδύνου που μπορούν να αποφευχθούν αλλά και για το ίδιο το Σχέδιο Δράσης και την εφαρμογή του μέσω των δομών της Πρωτοβάθμιας Φροντίδας Υγείας.



## Ηράκλειο

Στις 21 Νοεμβρίου 2011 οργανώθηκε εκδήλωση ενημέρωσης από τον Δήμο Ηρακλείου, σε συνεργασία με τη Γενική Γραμματεία Δημόσιας Υγείας και την 7η Υ.Πε. Όπως τόνισε η Αντιδήμαρχος Δέσποινα Συγγελάκη, ο Δήμος συμμετέχει ενεργά στο πρόγραμμα και αναλαμβάνει γενικότερες δράσεις για την Πρόληψη, την Προαγωγή της Υγείας, την Πρωτοβάθμια Φροντίδα Υγείας και την Κοινωνική Φροντίδα. Παρέμβαση έκανε και ο κ. Αριστομένης Συγγελάκης, υπεύθυνος του «Εθνικού Σχεδίου Δράσης για τον Καρκίνο 2011-2015» και Υποδιοικητής της 1ης Υ.Πε., ο οποίος αναφέρθηκε στην απήχηση του Σχεδίου, ιδιαίτερα στην περιφέρεια της Κρήτης, που κατέχει την πανελλαδική πρωτιά στην αύξηση των γυναικών για να κάνουν τεστ ΠΑΠ. Ο Αν. Καθηγητής Κυτταρολογίας

του Πανεπιστημίου Αθηνών, Πέτρος Καρακίτσος τόνισε τη σημασία της συμμετοχής των γυναικών σε οργανωμένο πρόγραμμα πληθυσμιακού ελέγχου, που αναμένεται να οδηγήσει σε μείωση των νέων κρουσμάτων καρκίνου κατά 50%-60%. Ο Κώστας Ρεϊλάκης, Επίκουρος Καθηγητής Γυναικολογίας του Πανεπιστημίου Κρήτης, τόνισε την αξία της πρόληψης του καρκίνου του τραχήλου διότι αυτός είναι από τους λίγους καρκίνους με προκαρκινικές καταστάσεις που μπορούν να διαγνωσθούν πλήρως. Η κ. Εύα Βασιλάκη, Πρόεδρος του Συλλόγου Επιστημόνων Μαιών - Μαιευτών Κρήτης, μίλησε για τον ρόλο των μαϊών, ενώ ο Καθηγητής Γενικής Ιατρικής και Πρωτοβάθμιας Υγείας της Ιατρικής Σχολής Κρήτης κ. Χρήστος Λιονής, ως συντονιστής, υπογράμμισε την αναγκαιότητα μιας πολύπλευρης διεπιστημονικής συνεργασίας με τη συμμετοχή της Τοπικής Αυτοδιοίκησης.

### ΟΙ ΑΡΙΘΜΟΙ ΜΙΛΟΥΝ ΓΙΑ ΤΟΝ ΚΑΡΚΙΝΟ

**Η έγκαιρη διάγνωση**, σε συνδυασμό με την άμεση και αποτελεσματική θεραπεία, οδηγούν σε ίαση ή παρατείνουν την επιβίωση σε πολλούς τύπους καρκίνου, καθιστώντας έτσι τον καρκίνο μια χρόνια πάθηση.

**Στο ένα τρίτο** των περιστατικών καρκίνου μπορεί να επιτευχθεί ίαση αν υπάρξει έγκαιρη διάγνωση και θεραπεία.

**Η πολιτική για τον καρκίνο** περιλαμβάνει πρόληψη, έγκαιρη διάγνωση, πρόσβαση σε αποτελεσματικές θεραπείες και παρηγορητική φροντίδα.

**Κάθε χρόνο**, ο καρκίνος αφαιρεί περισσότερες ζωές απ' ό,τι το AIDS, η φυματίωση και η ελονοσία μαζί, ενώ αναμένεται ότι στα επόμενα πέντε έτη θα πάρει τη θέση των καρδιαγγειακών παθήσεων ως το κύριο αίτιο θανάτου.

**Οι πιο συνηθισμένοι τύποι καρκίνου στους άνδρες** είναι ο καρκίνος του προστάτη, του πνεύμονα, του παχέος εντέρου και του ορθού, της ουροδόχου κύστης και του στόματος - φάρυγγα.

**Οι πιο συνηθισμένοι τύποι καρκίνου στις γυναίκες** είναι του μαστού, του παχέος εντέρου και ορθού, του πνεύμονα, του ενδομητρίου και των ωοθηκών.

**Περισσότερα από 24 εκατομμύρια άτομα** πάσχουν σήμερα από καρκίνο. Κάθε χρόνο προστίθενται 11 εκατομμύρια νέες διαγνώσεις. Το 2020 οι νέες διαγνώσεις αναμένεται να υπερβούν τα 16 εκατομμύρια.

**Οι σύγχρονες στοχευμένες θεραπείες** κατευθύνονται σε ειδικούς στόχους στα καρκινικά κύτταρα, αφήνοντας ανεπηρέαστα τα φυσιολογικά κύτταρα του οργανισμού.

Το συνολικό κόστος ογκολογικών φαρμάκων εκτιμάται ότι είναι μόλις **16 ευρώ** ανά Ευρωπαϊκό πολίτη.

Οι δαπάνες για ογκολογικά προϊόντα αντιστοιχούν μόλις στο **3,5% των συνολικών δαπανών** για συνταγογραφούμενα φάρμακα.

## Πάτρα

Η επιστημονική εκδήλωση της Πάτρας έγινε με την υποστήριξη του ΟΕΚΚ «Αγκαλιάζω», την Τετάρτη 7 Δεκεμβρίου στο Εμπορικό Επιμελητήριο Αχαΐας. Παρέμβαση έκανε ο κ. Ιωάννης Λαουδιάς, Υποδιοικητής της 3ης Υ.Πε., Υπεύθυνος για την Πρωτοβάθμια Φροντίδα Υγείας, σχετικά με τα αποτελέσματα από την εφαρμογή του προγράμματος προσυμπτωματικού ελέγχου. Από τον ΟΕΚΚ «Αγκαλιάζω» της Πάτρας, η Πρόεδρος Λαμπρινή Παπαχρυσανθή αναφέρθηκε στο έργο των εθελοντών. Η Πρόεδρος του Συλλόγου Επιστημόνων Μαιών - Μαιευτών Πάτρας, Μαρία Κιούρτη μίλησε για τον ρόλο των μαϊών και επισήμανε ότι τα νέα παιδιά, λόγω της αυξημένης σεξουαλικής δραστηριότητας, είναι ευκολότερο να νοσήσουν από ΣΜΝ

και τον HPV, άρα ο προσυμπτωματικός έλεγχος πρέπει να γίνει αναπόσπαστο κομμάτι της ενήλικης ζωής τους. Ο Γεώργιος Μιχαήλ, Λέκτορας της Γυναικολογικής Κλινικής Πανεπιστημίου Πατρών, αναφέρθηκε στην πρωτογενή πρόληψη, τα χαμηλά ποσοστά της στη χώρα μας κατά την εφαρμογή του προγράμματος και την επιτακτική ανάγκη να αυξηθούν. Επίσης, αναγκαίος είναι και ο εμβολιασμός για τον καρκίνο του τραχήλου, που όμως πρέπει να συνδυάζεται με τακτικό τεστ ΠΑΠ για να έχει αποτελεσματικότητα 95%. Η κ. Μαριάννα Σταματιάδου, Παθολόγος - Λιπιδιολόγος - Διατροφολόγος, Αντιπρόεδρος του Ιατρικού Συλλόγου Πάτρας, ανέλυσε τον ρόλο της διατροφής στην πρόληψη του καρκίνου, την προστασία που μπορεί να προσφέρει, και τις καταστρεπτικές συνέπειες του καπνίσματος και της παχυσαρκίας για την υγεία.



## Λάρισα

Ο Σύλλογος Καρκινοπαθών Λάρισας υποστήριξε την εκδήλωση του Υπουργείου Υγείας, στις 9 Δεκεμβρίου στο Χατζηγιάννιο Πνευματικό Κέντρο. Η πρόεδρος του Συλλόγου Μαρία Γκιτέρσου παρουσίασε τις δραστηριότητες του Συλλόγου. Την παρουσίαση του Προγράμματος Προσυμπτωματικού Ελέγχου στο κοινό έκανε ο συντονιστής Ιωάννης Μεσσίνης, Καθηγητής Μαιευτικής - Γυναικολογίας στο Πανεπιστήμιο Θεσσαλίας. Ο Επίκουρος Καθηγητής Μαιευτικής - Γυναικολογίας στο Πανεπιστήμιο Θεσσαλίας Αλέξανδρος Δαπόντε ανέλυσε τα οφέλη από τον εμβολιασμό των γυναικών αλλά και των ανδρών για τον HPV. «Το εμβόλιο είναι ασφαλές, γεγονός που αποδεικνύεται από μελέτες και παρακολούθηση γυναικών που έχουν εμβολιαστεί σε διάστημα 7 χρόνων», τόνισε και πρόσθεσε ότι η διάθεση του εμβολίου γίνεται δωρεάν από όλα τα ασφαλιστικά ταμεία σε άτομα μέχρι 26 ετών. Η Διευθύντρια Κυτταρολογικού Τμήματος του Πανεπιστημιακού Νοσοκομείου Λάρισας Μαίρη Καραντάνα εξήγησε τι είναι το τεστ Παπανικολάου, πώς μπορεί να προλάβει τον καρκίνο και την ανάγκη να μπει στη ζωή κάθε γυναίκας ως βασική ετήσια εξέταση. Ο Δημήτριος Κουρέτας, Καθηγητής του Τμήματος Βιοχημείας και Βιοτεχνολογίας του Πανεπιστημίου Θεσσαλίας, αναφέρθηκε στη διατροφή, και συγκεκριμένα στις αντιοξειδωτικές ιδιότητες των τροφών και την εφαρμογή τους στην πρόληψη του καρκίνου. Ειδικότερα η μέθοδος της χημειοπροφύλαξης, όπως είπε, μπορεί να εφαρμοστεί σε όλες τις πληθυσμιακές ομάδες, και κυρίως στις ομάδες υψηλού κινδύνου για εμφάνιση καρκίνου.







**27/10 Ροδοίλιος** Στον Δήμο Ροδοίλιους η Μονάδα στηρίχθηκε από τη μαία του Κ.Υ. και τον Δήμαρχο



**26-27/10 Δράμα** Στην κεντρική πλατεία της Δράμας η ανταπόκριση του κόσμου ήταν μεγάλη



**28-30/10 Σέρρες** Το τρίήμερο παραμονής της Μονάδας στις Σέρρες διοργανώθηκαν πολιτιστικές και επιστημονικές εκδηλώσεις



**10/10** Η εκδήλωση σηματοδότησε την εκκίνηση μιας περιόδου τριών «Κινητών Μονάδων Ενημέρωσης για την Πρόληψη του Καρκίνου»



**27/11** Με την πομπή υποστήριξη του Συλλόγου Καρκινοπαθών Εορδαίας έγινε η εκδήλωση ενημέρωσης, στην οποία υπήρξε μεγάλη προσέλευση



**7/12** Στη Βέροια η επιστημονική ενημέρωση των γυναικών έγινε την Τετάρτη 7 Δεκεμβρίου, στην Αίθουσα του Δημοτικού Συμβουλίου

**ΠΕΡΙΟΔΕΙΑ - ΜΑΚΕΔΟΝΙΑ, ΘΡΑΚΗ**

# Η προσέλευση για τεστ ΠΑΠ αυξήθηκε κατά 30%

» Σε Μακεδονία και Θράκη εξετάστηκαν περισσότερες από 5.300 γυναίκες και βρέθηκαν 42 παθολογικά περιστατικά. Ποια θα ήταν η εξέλιξη των περιστατικών αυτών αν διαγιγνώσκονταν αργά;



Η Κινητή Μονάδα Ενημέρωσης πέρασε από συνολικά 52 πόλεις και χωριά στη Μακεδονία και Θράκη. Ενημερώθηκαν προσωπικά περισσότερες από 15.000 γυναίκες. Η εκστρατεία ενημέρωσης με την παρουσία της μονάδας ακόμη και σε απομακρυσμένα χωριά σηματοδότησε τη σημασία που αποδίδει το Υπουργείο Υγείας στις απομονωμένες περιοχές. Η ανταπόκριση από τους Δήμους, τα Κέντρα Υγείας και τις εθελοντικές οργανώσεις για την ενημέρωση για τον καρκίνο ήταν εντυπωσιακή. Με το πρόγραμμα «Δωρεάν Τεστ ΠΑΠ» σε όλες τις γυναίκες είχαν την ευκαιρία να εξεταστούν γυναίκες που ποτέ δεν είχαν εξεταστεί στο παρελθόν. Το τεστ έκαναν περισσότερες από 5.300 γυναίκες και βρέθηκαν 42 παθολογικά περιστατικά. Ποια θα ήταν η εξέλιξη των περιστατικών αυτών αν διαγιγνώσκονταν αργά; **Τα επίσημα εγκαινία** της περιόδου των Κινητών Μονάδων έγιναν στο Δημοτικό της Καβάλας στις 10 Οκτωβρίου, παρουσία του Υφυπουργού Υγείας Μιχάλη Τιμοσίδη. Την περιόδου κλήθηκε με συνεντεύξεις από το κοινό και τους συντελεστές της εκστρατείας η τοπική τηλεόραση, από όπου κι αν πέρασε. Μοιράστηκαν πολλή ένταση ακόμη και στα Γυμνάσια και τα Λύκεια. Επιστρατεύθηκαν πολλές από τις δυνάμεις της τοπικής κοινωνίας. Οι μαίες των Κ.Υ. οργανώνουν εξορμήσεις ενημέρωσης

στα χωριά της περιοχής τους, χωρίς να διαθέτουν ιδιαίτερα μέσα, και συναντήσεις γυναικών και τις ενημερώνουν για τον καρκίνο του τραχήλου και τον καρκίνο του μαστού. Αρκετές γυναίκες τηλεφώνησαν στο Κ.Υ. την επόμενη μέρα των συναντήσεων για να κλείσουν ραντεβού για τεστ ΠΑΠ. Οι περισσότεροι δήμοι έχουν ήδη αποστείλει επιστολές - προσκλήσεις προς τις γυναίκες για να πάρουν μέρος στον προσημπτωματικό έλεγχο κατά του καρκίνου του τραχήλου και να κάνουν το τεστ ΠΑΠ. **Η ανταπόκριση** δεν είναι παντού η ίδια. Εν τούτοις οι Δήμαρχοι είναι ευρηματικοί. Στον Δήμο Αβδηρών του Νομού Ξάνθης, ο Πρόεδρος της τοπικής κοινότητας Αβδηρών κ. Παναγιώτης Μορφιδής υποστήριξε την ενημέρωση με εργαζόμενες από το πρόγραμμα «Βοήθεια στο Σπίτι». Άλλοι πάλη έχουν χρησιμοποιήσει άλλους τρόπους για να προσεγγίσουν τις γυναίκες: έστειλαν τα γραμμάτια μαζί με τον λογαριασμό του νερού του Δήμου ή μέσω των μαθητών των σχολείων. Οι ενημερώσεις στα σχολεία είχαν επίσης πολύ καλή αποδοχή. Μαθητές και καθηγητές ζήτησαν να γίνουν κι άλλες ενημερώσεις για θέματα αγωγής υγείας και πρόληψης. **Εντυπωσιακή** ήταν η συμμετοχή των Συλλόγων Καρκινοπαθών στην ενημέρωση του κοινού και την υποστήριξη των μονάδων ενημέρωσης. Συμμε-

τείχαν έντεκα σύλλογοι με πολλούς εθελοντές: Σύλλογος Καρκινοπαθών Μακεδονίας - Θράκης, Σύλλογος Καρκινοπαθών Έδεσσας και Περικώρων, Σύλλογος Καρκινοπαθών Κοζάνης, Σύλλογος Καρκινοπαθών Εορδαίας, «Άγιος Παρθένιος» - Σύλλογος Καρκινοπαθών Βέροιας - Ημαθίας, «Αγία Αικατερίνη» - Σύλλογος Καρκινοπαθών Κατερίνης - Πιερίας, Σύλλογος Καρκινοπαθών Δράμας, Σύλλογος Καρκινοπαθών Σερρών, «Παναγία Φανερωμένη» - Σύλλογος Καρκινοπαθών Ν. Μπχανιώνας, Σύλλογος Καρκινοπαθών και Φίλων Ν. Έβρου «Συνεχίζω», Σύλλογος Καρκινοπαθών Ν. Ροδόπης «Δύναμη ψυχής».

**Σύλλογος εθελοντών** συνδίδευσε την Κινητή Μονάδα και στα μικρά χωριά των Σαπών. Στην περιοχή αυτή οι τουρκόφωνοι δημότες είναι πολλοί και ο γιατρός του Κ.Υ. Σαπών ενημέρωσε τους κατοίκους της Φιλήρας και των Αρριανών με τη βοήθεια μεταφραστή. **Στην Αλεξανδρούπολη**, η παρουσία της Κινητής Μονάδας συνέπεσε με την «1η Συνάντηση Χειρουργών και Ογκολόγων - Παθολόγων. Σύγχρονα Θέματα Πεπτικού» και την εκδήλωση που οργανώσε ο Σύλλογος Καρκινοπαθών και Φίλων Ν. Έβρου «Συνεχίζω» για τον καρκίνο του παχέος εντέρου σε κεντρικό ξενοδοχείο της πόλης. Η εκστρατεία συνεχίστηκε με τη βοήθεια μελών του Συλλόγου Καρκινοπαθών και Φίλων

Νομού Έβρου «Συνεχίζω» και στο Σουφλί, παρά τις κακές καιρικές συνθήκες εκείνων των ημερών. **Οι υπεύθυνοι** των Κέντρων Υγείας επισήμαναν πάντως ότι τα ραντεβού για τεστ ΠΑΠ έχουν αυξηθεί μετά την έναρξη του προγράμματος. Σύμφωνα με μία πρώτη εκτίμηση, η ζήτηση του τεστ ΠΑΠ έχει αυξηθεί στην περιοχή έως και 30%. Η παρουσία της Κινητής Μονάδας έδωσε την ευκαιρία για την οργάνωση εκδηλώσεων με πρωτοβουλία των ιατρών και μαζών των μονάδων υγείας και το προσωπικό των Κέντρων Υγείας είχε την ευκαιρία να επικοινωνήσει συντονισμένα με τους υγιείς δημότες και να τους ενημερώσει για τη σημασία της πρόληψης. **Σημεία** από όπου πέρασε η Κινητή Μονάδα Ενημέρωσης στη Μακεδονία και Θράκη: Καβάλα, Ελευθερούπολη, Χρυσούπολη, Άβδηρα, Ιασμος, Κομοτηνή, Σάπες, Αλεξανδρούπολη, Σουφλί, Φέρες, Εξίνος, Σταυρούπολη, Αρριανά, Φιλήρα, Προσοτσάνη, Κάτω Νευροκόπι, Δράμα, Ροδοίλιος, Σέρρες, Σιδιρόκαστρο, Νέα Μόδους, Παλαϊοχώρι, Ζαγκλίβεριο, Άγιος Νικόλαος, Μουδανιά, Μπχανιώνα, Θέρμη, Θεσσαλονίκη, Εύοσμος, Διαβατά, Λαγκαδάς, Κουφάτια, Πολύκαστρο, Γουμένισσα, Αριδαία, Έδεσσα, Αμύνταιο, Κοστοριά, Άργος Ορεστικό, Τοσύβη, Σιάστια, Πτολεμαΐδα, Κοζάνη, Βέροια, Αλεξάνδρεια, Κατερίνη, Λιτόχωρο.

**Η ΔΗΛΩΣΗ**



Άρης Μουσιώνης, Διοικητής 1ης και 3ης Υ.Πε. (Αττικής και Μακεδονίας)  
*Το πρόγραμμα πληθυσμιακού προσημπτωματικού ελέγχου του καρκίνου του τραχήλου της μήτρας σηματοδότη την αναγκαία στροφή του Ε.Σ.Υ., από τη διαχείριση της νόσου στην προαγωγή της υγείας. Τα μέχρι τώρα αποτελέσματα δικαιώνουν τη μεγάλη προσπάθεια των εργαζόμενων στα Κ.Υ. και τα Νοσοκομεία του Ε.Σ.Υ. αλλά και στους Δήμους. Η οργανωμένη εξέταση κατά Παπανικολάου και η έγκαιρη διάγνωση του καρκίνου και των σοβαρών προκαρκινικών αλλοιώσεων, σε συνδυασμό με την αποτελεσματική θεραπεία από τους γιατρούς του Ε.Σ.Υ., δίνουν ήδη σημαντικούς καρπούς χαρίζοντας ζωή σε πολλές συμπολίτισσές μας. Αν παράλληλα υπάρξει και μία θετική αλλαγή στους περιβαλλοντικούς και κοινωνικούς προδεδειγμένους της νόσου, τα αποτελέσματα μπορούν να είναι θεαματικά. Με την ιδιότητά μου, ως Ιατρού και Διοικητή, ας μου επιτραπεί να ζητήσω από τις γυναίκες της χώρας μας να προσέχουν τον εαυτό τους και να εξετάζονται τακτικά με τεστ Παπανικολάου και μαστογραφία. Οι εξετάσεις αυτές καλύπτονται από το ταμείο τους και μπορούν να διενεργηθούν στο πλαίσιο του Ε.Σ.Υ. Πολλές από αυτές θα σώσουν τη ζωή τους!*

**ΕΠΙΣΤΗΜΟΝΙΚΕΣ ΕΚΔΗΛΩΣΕΙΣ**

## Στόχος η αλλαγή νοοτροπίας απέναντι στον καρκίνο

Σε βάθος τριετίας προβλέπεται να κάνουν εξέταση Παπανικολάου, τεστ ΠΑΠ, πάνω από 1,5 εκατομμύρια γυναίκες, ηλικίας 25-65 ετών, είπε στην ομιλία του ο Υφυπουργός Υγείας κ. Μιχάλης Τιμοσίδης για το Εθνικό Πρόγραμμα Προσημπτωματικού Ελέγχου για τον Καρκίνο του Τραχήλου της Μήτρας, στην εκδήλωση που έγινε στις 10 Οκτωβρίου, στην Παλιά Αίθουσα του Δημοτικού Συμβουλίου, στο Δημαρχείο της Καβάλας. Η εκδήλωση σηματοδότησε την εκκίνηση της περιόδου των τριών «Κινητών Μονάδων Ενημέρωσης για την Πρόληψη του Καρκίνου», που πραγματοποιήθηκε από τις 10 Οκτωβρίου μέχρι τις 10 Δεκεμβρίου 2011 σε όλη την Ελλάδα. Για πρώτη φορά επιχειρείται ένα οργανωμένο πρόγραμμα προληπτικού ελέγχου των γυναικών για τον καρκίνο του τραχήλου της μήτρας με εθνική εμβέλεια. Σύμφωνα με τον Παγκόσμιο Οργανισμό Υγείας, ο καρκίνος μπορεί να προληφθεί σε ποσοστό 30%. Το στοιχείο αυτό είναι συγκλονιστικό και δείχνει τη σημασία του εγχειρήματος. Ιδιαίτερα βαρύτητα δίνεται στην πρόληψη και την έγκαιρη διάγνωση των συνθετοτερων μορφών καρκίνου. Με βάση την αρχή της ισότητας στην πρόσβαση στις υπηρεσίες υγείας, το πρόγραμμα πληθυσμιακού ελέγχου για τον καρκίνο του τραχήλου της μήτρας ξεκινά από τις πιο απομακρυσμένες περιοχές της χώρας. **Στις 30 Οκτωβρίου** πραγματοποιήθηκε επιστημονική εκδήλωση για την πρώιμη διάγνωση του καρκίνου του τραχήλου της μήτρας στο Επιμελητήριο Σερρών, με τη συνεργασία του Νοσοκομείου Σερρών και του Συλλόγου Καρκινοπαθών Σερρών. Στην εκδήλωση ο ομιλητής κ. Κώστας Χατζηγεωργίου, Μαιευτράς-Γυναικολόγος, τόνισε τη σημασία του τεστ Παπανικολάου για την έγκαιρη διάγνωση της νόσου και

από τον ιό των ανθρώπινων θηλωμάτων (HPV), αφού η χρόνια λοίμωξη από HPV μπορεί να οδηγήσει σε καρκίνο. Στην ενημέρωση επιστημονική ομιλήτρια ήταν η κ. Μικαήλη Ζηκόπουλος, Μαιευτράς-Γυναικολόγος. Την εκδήλωση προλόγισαν η Πρόεδρος του Συλλόγου Καρκινοπαθών Κοζάνης κ. Φανή Διανοπούλου και ο Πρόεδρος του Ιατρικού Συλλόγου Κοζάνης κ. Βασιλείος Βασιλακόπουλος. **Στη Βέροια στις 7 Δεκεμβρίου**, στην Αίθουσα του Δημοτικού Συμβουλίου, ο Δήμος Βέροιας οργάνωσε εκδήλωση με θέμα για τον καρκίνο του τραχήλου της μήτρας με την υποστήριξη του Συλλόγου Καρκινοπαθών Βέροιας - Ημαθίας «Άγιος Παρθένιος». Η κ. Βαρβάρα Σταυροπούλου, Αντιδήμαρχος, παρουσίασε τα προγράμματα υγείας του Δήμου. Ο κ. Ευάγγελος Αθανασίου, Μαιευτράς-Γυναικολόγος, Διευθυντής της Γυναικολογικής Κλινικής του Νοσοκομείου Νάουσας, εξήγησε τι είναι το τεστ ΠΑΠ και πώς ερμηνεύονται τα αποτελέσματά του. Ετησίως διεξάγονται περίπου 370 τεστ ΠΑΠ στο Νοσοκομείο Νάουσας, που αντιστοιχούν μόνο στο 3,8% του πληθυσμού της περιοχής. Κατά την εβδομάδα πρόληψης, όταν δηλαδή ενημερώθηκαν οι γυναίκες για την αναγκαιότητα του τεστ, πραγματοποιήθηκαν γύρω στα 80, δηλαδή περίπου το 1/4 του ετήσιου αριθμού. Αυτό αποδεικνύει το πόσο σημαντικό ρόλο παίζει η ενημέρωση. Ο κ. Κωνσταντίνος Χατζηγεωργίου, Μαιευτράς-Γυναικολόγος, στην ομιλία του επικεντρώθηκε στην πρωτογενή πρόληψη, δηλαδή στον εμβολιασμό κατά του ιού HPV. Τόνισε επίσης ότι, σύμφωνα με το Εθνικό Πρόγραμμα Εμβολιασμού, το εμβόλιο χορηγείται δωρεάν από όλα τα ταμεία στις γυναίκες μέχρι την ηλικία των 26 ετών και υπογράμμισε πόσο σημαντικό είναι η ενημέρωση να ξεκινάει από νωρίς στα κορίτσια.

από τον ιό των ανθρώπινων θηλωμάτων (HPV), αφού η χρόνια λοίμωξη από HPV μπορεί να οδηγήσει σε καρκίνο. Στην ενημέρωση επιστημονική ομιλήτρια ήταν η κ. Μικαήλη Ζηκόπουλος, Μαιευτράς-Γυναικολόγος. Την εκδήλωση προλόγισαν η Πρόεδρος του Συλλόγου Καρκινοπαθών Κοζάνης κ. Φανή Διανοπούλου και ο Πρόεδρος του Ιατρικού Συλλόγου Κοζάνης κ. Βασιλείος Βασιλακόπουλος. **Στη Βέροια στις 7 Δεκεμβρίου**, στην Αίθουσα του Δημοτικού Συμβουλίου, ο Δήμος Βέροιας οργάνωσε εκδήλωση με θέμα για τον καρκίνο του τραχήλου της μήτρας με την υποστήριξη του Συλλόγου Καρκινοπαθών Βέροιας - Ημαθίας «Άγιος Παρθένιος». Η κ. Βαρβάρα Σταυροπούλου, Αντιδήμαρχος, παρουσίασε τα προγράμματα υγείας του Δήμου. Ο κ. Ευάγγελος Αθανασίου, Μαιευτράς-Γυναικολόγος, Διευθυντής της Γυναικολογικής Κλινικής του Νοσοκομείου Νάουσας, εξήγησε τι είναι το τεστ ΠΑΠ και πώς ερμηνεύονται τα αποτελέσματά του. Ετησίως διεξάγονται περίπου 370 τεστ ΠΑΠ στο Νοσοκομείο Νάουσας, που αντιστοιχούν μόνο στο 3,8% του πληθυσμού της περιοχής. Κατά την εβδομάδα πρόληψης, όταν δηλαδή ενημερώθηκαν οι γυναίκες για την αναγκαιότητα του τεστ, πραγματοποιήθηκαν γύρω στα 80, δηλαδή περίπου το 1/4 του ετήσιου αριθμού. Αυτό αποδεικνύει το πόσο σημαντικό ρόλο παίζει η ενημέρωση. Ο κ. Κωνσταντίνος Χατζηγεωργίου, Μαιευτράς-Γυναικολόγος, στην ομιλία του επικεντρώθηκε στην πρωτογενή πρόληψη, δηλαδή στον εμβολιασμό κατά του ιού HPV. Τόνισε επίσης ότι, σύμφωνα με το Εθνικό Πρόγραμμα Εμβολιασμού, το εμβόλιο χορηγείται δωρεάν από όλα τα ταμεία στις γυναίκες μέχρι την ηλικία των 26 ετών και υπογράμμισε πόσο σημαντικό είναι η ενημέρωση να ξεκινάει από νωρίς στα κορίτσια.





Η κ. Γεωργιάδη ενημερώνει τις γυναίκες στον Άγιο Μάρκο στην Κέρκυρα



Το προσωπικό του Κ.Υ. στην Αργαλαστή του Πηλίου

ΠΕΡΙΟΔΕΙΑ - ΔΥΤΙΚΗ ΕΛΛΑΔΑ - ΘΕΣΣΑΛΙΑ - ΑΤΤΙΚΗ

# Η γνώση σώζει ζωές



12.400 γυναίκες εξετάστηκαν, και από αυτές 92 είχαν σοβαρό βαθμό αθηροσκλήρωσης. Το τεστ ΠΑΠ τους έσωσε τη ζωή...



Οι γυναίκες των πόλεων είναι καλύτερα ενημερωμένες από τις γυναίκες της περιφέρειας. Η κινητές μονάδες ενημέρωσης έδωσαν την ευκαιρία σε πολλές γυναίκες να ακούσουν για πρώτη φορά για το τεστ ΠΑΠ.

Η δεύτερη Κινητή Μονάδα Ενημέρωσης κάλυψε τη Δυτική και Στερεά Ελλάδα, τη Θεσσαλία και τμήμα της Αττικής.

Την 1η Νοεμβρίου βρέθηκε στην περιοχή του Αιτωλικού και στα χωριά Ευπνοχώρι, Νεοχώρι και Κατοχή καθώς και στην παραλία του Αστακού. Ας σημειωθεί ότι για τις γυναίκες που δεν μπορούν να εξυπηρετηθούν από το Κ.Υ. Αστακού είναι διαθέσιμο το γειτονικό Κ.Υ. Αιτωλικού.

Στις αρχές Νοεμβρίου η Κινητή Μονάδα ήταν στα νησιά του Ιονίου: στη Λευκάδα, με την ενεργό συμμετοχή των μαϊών του Κ.Υ., μοιράστηκαν ενημερωτικά φυλλάδια στην κεντρική πλατεία, σε φαρμακεία, στο ΚΤΕΛ, αθλήματα και σε

στεκία της νεολαίας. Στη Λευκίμμη, στο νότιο άκρο της Κέρκυρας, η προσέλευση του κοινού για πληροφόρηση για τον Προσυμπτωματικό Έλεγχο ήταν μεγάλη, τόσο στο Κέντρο Υγείας όσο και στην πλατεία Αγίων Θεοδώρων, με αποτέλεσμα να κλείσουν και πολλή ραντεβού για τεστ ΠΑΠ. Η δεύτερη στάση ήταν το Κ.Υ. Αγίου Μάρκου, όπου η μαία κ. Χρυσάνθη Γεωργιάδη ανέλαβε σημαντική πρωτοβουλία για την ενημέρωση του κοινού. Η κ. Γεωργιάδη είχε από καιρό καλέσει τις γυναίκες από τις γύρω περιοχές και στο Πολυδύναμο Περιφερειακό Ιατρείο Αχαράβης με σκοπό να γίνουν λήψεις κατά την παραμονή της Μονάδας στο χωριό. Το αποτέλεσμα ξεπέρασε κάθε προσδοκία αφού και τη βοήθεια του Δήμου κλείστηκαν γύρω στα 80 ραντεβού. Γενικά στην περιοχή, από την αρχή του προγράμματος παρατηρήθηκε αύξηση της ζήτησης για τεστ ΠΑΠ και ιδιαίτερα σε νεαρότερες ηλικίες.

Στη Στερεά Ελλάδα, η Κινητή Μονάδα Ενημέρωσης πέρασε από το Νοσοκομείο Καρπενησίου στις 17 Νοεμβρίου, όπου γίνονται καθημερινές λήψεις και μάλιστα χωρίς ραντεβού. Στη Μακρakovίμη, με την υποστήριξη της Επισκέπτριας Υγείας κ. Ελένης Τσίρου, σχεδιάστηκε ενημερωτική εξόρμηση σε περιοχές γύρω από την πόλη, με σκοπό την κινητοποίηση των δημοτών: ξεκινώντας από την κεντρική πλατεία, με την υποστήριξη του Δημάρχου, έγινε ενημέρωση σε παιδιά του σχολείου από τις περιοχές Αγίου Γεωργίου και Τυμφορτσίου. Κατόπιν η Μονάδα βρέθηκε στη Σπερχειάδα και στην Υπάτι, όπου η Πρόεδρος του Συλλόγου Γυναίκων κ. Βασιλική Παπανάγγου ενημέρωσε τις γυναίκες που συγκεντρώθηκαν στο σημείο. Στις 24 Νοεμβρίου ακολούθησε η διαδρομή Λαμία, Ιτέα - όπου έγινε ενημέρωση με την υποστήριξη και παρουσία τοπικών φορέων - και Δίστομο. Εκεί η μαία κ. Πολυμέρου, έχοντας δημιουργήσει τη δική της λίστα με τον πληθυσμό που

εμπήγεται στα κριτήρια του Προγράμματος, είχε κλείσει αρκετά ραντεβού για τεστ ΠΑΠ. Στην Αράχωβα, τη Μονάδα υποστήριξε ο Γενικός Ιατρός και Επιμελητής του Κέντρου Υγείας Χαράλαμπος Ληξουριώτης. Στην Εύβοια, η Μονάδα πέρασε από Ψαχνά και Κύμη, όπου η κ. Χονδρονικόλη, μαία του Κ.Υ., παρατήρησε ότι τα ραντεβού για το τεστ που στο πρόσφατο παρελθόν προγραμματίζονταν για δύο φορές τον μήνα, μετά την ενημέρωση για το Πρόγραμμα Προσυμπτωματικού Ελέγχου, πραγματοποιούνται δύο φορές την εβδομάδα. Η περιδεία στην Εύβοια ολοκληρώθηκε στις Κονίστερες, όπου με πρωτοβουλία της μαίας του Περιφερειακού Ιατρείου έγινε επιστημονική ενημέρωση στο σχολείο.

Από τις 19 Νοεμβρίου έως τις 10 Δεκεμβρίου η Κινητή Μονάδα έκανε περιδεία σε 11 πόλεις της Θεσσαλίας: Δομοκό, Αημιόρο, Βελιστίνο, Αργαλαστή, Βόλο, Ελασσόνα, Καλαμπάκα, Πύλη, Μουζακι, Καρδίτσα,

Η ΔΗΛΩΣΗ



## Πέτρος Τομάρας, Διοικητής της 5ης Υγειονομικής Περιφέρειας Θεσσαλίας & Στερεάς Ελλάδας

Η 5η Υγειονομική Περιφέρεια συμμετέχει στο πρόγραμμα πληθυσμιακού ελέγχου για τον καρκίνο του τραχήλου της μήτρας, με δύο Νοσοκομεία (Γ.Ν. Καρπενησίου και Γ.Ν.-Κ.Υ. Κύμης) και δεκαπέντε Κέντρα Υγείας. Έτσι, από τον Αύγουστο έως και τον Δεκέμβριο 2011 εξετάστηκαν 1.576 γυναίκες. Το 2010, έτος που δεν εφαρμόζονταν το ανωτέρω πρόγραμμα, είχαν εξεταστεί 995 γυναίκες. Το πρόγραμμα υποστηρίχθηκε και με αφορμή την επίσκεψη της «Κινητής Μονάδας Ενημέρωσης για την Πρόληψη του Καρκίνου» στη Λάρισα, στις 9 και 10 Δεκεμβρίου, όπου σε συνεργασία με τον Δήμο και τους εθελοντές του Συλλόγου Καρκίνοπαθών Λάρισας ενημερώθηκε το κοινό, σε συνδυασμό με σχετική επιστημονική εκδήλωση. Επίσης η υπηρεσία μας, σε συνεργασία με το Τμήμα Πρόληψης και Προαγωγής της Υγείας, της Διεύθυνσης Δημόσιας Υγείας της Περιφερειακής Ενότητας Λάρισας, στο πλαίσιο των Προληπτικών Προγραμμάτων, διοργάνωσε και ημερίδα με θέμα «Πρόληψη Γυναικολογικού Καρκίνου» στην Ελασσόνα, στις 13.12.2011.

Λάρισα. Η προετοιμασία των Δήμων ήταν εξαιρετική. Είχαν κάνει ανακοινώσεις, είχαν ενημερώσει από τους ραδιοφωνικούς σταθμούς και από τις ιστοσελίδες των Δήμων, είχαν επιστρατεύσει εθελοντές για να βοηθήσουν τη στελέχωση της μονάδας. Στην κεντρική πλατεία του Δομοκού μοίρασαν έντυπο υλικό, ακόμη και στα αυτοκίνητα που τα σταματούσαν. Στην κεντρική πλατεία του Αημιόρου διανεμήθηκε έντυπο υλικό και στη «Χριστιανική Αγωγή», ενώ διοργανώθηκε και μία «μίνι» Επιστημονική Ενημέρωση. Στην Αργαλαστή ενημερώθηκαν οι μητέρες που είχαν συγκεντρωθεί για να παραλάβουν τα παιδιά τους έξω από το Νηπιαγωγείο και το Δημοτικό Σχολείο και ορίστηκε επιτόπου μεγάλος αριθμός ραντεβού για τεστ ΠΑΠ. Στον Βόλο, στην κεντρική πλατεία, προβλήθηκε το βίντεο του Προγράμματος και ενημερώθηκαν περίπου 300 γυναίκες από όλο το ηλικιακό φάσμα. Στην Πύλη, ο Διευθυντής του Κέντρου Υγείας και υπεύθυνος του προγράμματος για την 5η Υ.Πε. Μιχάλης Βενιζέλος ενημέρωσε εξόρμηση ενημέρωσης για το τεστ ΠΑΠ στα γύρω χωριά με τη βοήθεια των μαϊών. Το απόγευμα

της ίδιας μέρας η Μονάδα μετακινήθηκε στα Τρίκαλα. Στην Καρδίτσα και τη Λάρισα παρέμεινε από δύο ραδιοφωνικούς σταθμούς και προορισμός για την Κινητή Μονάδα στη Θεσσαλία. Αρωγός στην προσπάθεια ήταν ο Σύλλογος Καρκίνοπαθών Λάρισας, μέλη του οποίου βοήθησαν στη διανομή του έντυπου υλικού.

Οι δύο Κινητές Μονάδες ενημέρωσης έκλεισαν τις περιδείες τους στην Αττική. Για τέσσερις μέρες, 25-26 Νοεμβρίου και 6-7 Δεκεμβρίου, η Κινητή Μονάδα που περιόδευε στα νησιά παρέμεινε στην πλατεία Κοραή στον Πειραιά. Περισσότερες από 1.000 γυναίκες έλαβαν το ενημερωτικό φυλλάδιο για τον καρκίνο του τραχήλου και τη βοήθεια των κλινικών ραντεβού για το τεστ ΠΑΠ. Στις 8 & 9/12 η Μονάδα στάθηκε στην πλατεία του Αγίου Αντωνίου στο Πειραιά, με πολύ μεγάλη προσέλευση του κόσμου, και κατέληξε στον Δήμο Ιλίου στις 10/12. Η δεύτερη Κινητή Μονάδα περιηγήθηκε στον νομό ξεκινώντας από την κεντρική πλατεία στις Αχαρνές (30/11/2011). Κάθε ημέρα

κάλυπτε ακόμη έναν προορισμό: Καπανδριτί (1/12), Νέα Μάκρη (2/12), Δήμο Κρωπίας (3/12), Μαρκόπουλο Μεσογαίας (4/12), Λαύριο (5/12), Βάρη (6/12). Στις 7/12/2011 στάθμευσε στην κεντρική πλατεία της Γλυφάδας, ενώ την επομένη βρέθηκε στην κεντρική πλατεία του Φιλοσόφου. Τελευταίος προορισμός της διαδρομής της Κινητής Μονάδας που διήρκεσε δύο μήνες, ήταν ο πεζόδρομος Δάφνου στην πλατεία Ομοιοίας στις 9 και 10/12. Μόνο στην Ομοιοία ενημερώθηκαν περίπου 400 άτομα, ενώ παρουσιάστηκε και το βίντεο για τον προσυμπτωματικό έλεγχο του καρκίνου του τραχήλου. Πολλές ήταν οι γυναίκες που στο άκουσμα του δωρεάν τεστ ΠΑΠ στα Περιφερειακά Ιατρεία της Αθήνας ανταποκρίθηκαν θετικά.

Μετά την ολοκλήρωση της περιόδου, πρόκειται να γίνει ένα ενημερωτικό ντοκιμαντέρ ειδικά για τα παιδιά των σχολείων, που θα αφορά την πρόληψη του καρκίνου και τον τρόπο ζωής - με άσκηση και σωστή διατροφή - που θωρακίζει την οργανισμό και συντελεί στην ευεξία.



Έδεσσα: Τεστ ΠΑΠ για όλες τις γυναίκες



Οι κ.κ. Θεοδώρου και Φίτσου στον Δήμο Βάρης



Σημαντικότερος ο ρόλος των εθελοντών στην Άρτα



Η Κινητή Μονάδα στο Καπανδριτί

Η ΔΗΛΩΣΗ



## Δημήτριος Κασικόπουλος, Διοικητής 5ης Υ.Πε. Πελοποννήσου - Ιονίων Νήσων - Ηπείρου & Δυτικής Ελλάδας

Στο πλαίσιο υλοποίησης του Εθνικού Σχεδίου Δράσης για τον Καρκίνο 2011-2015, μέχρι σήμερα 26 Κέντρα Υγείας και τρία Γενικά Νοσοκομεία συμμετέχουν στο Πρόγραμμα Ελέγχου για τον καρκίνο του τραχήλου της μήτρας κάτω από την εποπτεία της 5ης Υ.Πε. Από τις 10 Οκτωβρίου έως τις 15 Νοεμβρίου, Κινητές Μονάδες Ενημέρωσης επισκέφθηκαν τα Κέντρα Υγείας που συμμετέχουν στο πρόγραμμα για ενημέρωση και τα πρώτα στοιχεία δείχνουν σχετική αύξηση του τεστ ΠΑΠ. Για την ευαισθητοποίηση και ενημέρωση του πληθυσμού πραγματοποιήθηκαν στην περιφέρειά μας επιστημονικές ημερίδες στις 23 Νοεμβρίου 2011 στα Γιάννενα, στις 7 Δεκεμβρίου 2011 στην Πάτρα και στις 4 Ιανουαρίου 2012 στη Λευκάδα. Σημαντική ήταν η ανταπόκριση και η συμμετοχή του κοινού στις ημερίδες, γεγονός που φανερώνει την ανάγκη για ενεργή και συνεχόμενη δράση, όπως και η συμμετοχή των συλλόγων εθελοντών του καρκίνου που στήριξαν τις εκδηλώσεις. Ο Υποδιοικητής 5ης Υ.Πε., Ι. Λαουδιάς, τόνισε τη σπουδαιότητα και την αναγκαιότητα τέτοιων δράσεων στην περιφέρειά μας.





4-5/11 Ηράκλειο Δυναμική ήταν η παρουσία του Ομίλου «Αγκαλιάζω»



27-28/11 Ρόδος Η νησιωτική Ελλάδα υποδέχτηκε με χαρά την ευκαιρία για ενημέρωση



17/11 Πηλατινός Στόχος του Προγράμματος η ενημέρωση όλου του ηλικιακού φάσματος



21/11 Βάμος Μαθητές του Λυκείου Βάμου ενημερώνονται για το Πρόγραμμα

ΠΕΡΙΟΔΕΙΑ - ΚΡΗΤΗ

## Η έμφραση στην ενημέρωση των νέων

Στο Ηράκλειο η Μονάδα στάθμευσε στην Πλατεία Ελευθερίου Βενιζέλου και με την πολύτιμη υποστήριξη του Ομίλου «Αγκαλιάζω» και ιδιαίτερα της κυρίας Τσιτλάκιδου, μοιράστηκε έντονο ενημερωτικό υλικό και δόθηκαν πληθοπορφίες στον κόσμο. Η Μονάδα επισκέφθηκε επίσης την περιοχή Γάζι. Την τρίτη μέρα της περιοδείας στην Κρήτη, η Κινητή Μονάδα έφτασε στο Καστέλλι Πεδιάδος, όπου οι γυναίκες ενημερώθηκαν από τη μαία κ. Μπαρμπαντωνάκη. Το Κέντρο Υγείας Τζερμιάδου ήταν η επόμενη στάση. Σύμφωνα με την εκτίμηση της μαίας κ. Κατερίνας Αϊθαμάκη, στην περιοχή οι μεγαλύτερες σε ηλικία γυναίκες είναι αυτές που ενδιαφέρονται να κάνουν το τεστ, γεγονός που οφείλεται πιθανότατα στο ότι οι μόνιμο κάτοικοι είναι ηλικιωμένοι και μεγαλύτεροι σε ηλικία.

**Στις 8 Νοεμβρίου**, στη Νεάπολη Λασιθίου οι δημότες ενημερώθηκαν για τον προσυμπτωμιακό έλεγχο και παρακολούθησαν σχετικό βίντεο. Την επόμενη μέρα, η Κινητή Μονάδα βρέθηκε στον Άγιο Νικόλαο Λασιθίου, όπου οι γυναίκες υποδέχτηκαν με ενθουσιασμό το γεγονός ότι μπορούν να κάνουν το τεστ ΠΑΠ δωρεάν. Οι μικρότερες κοπέλες διαπιστώθηκε ότι γνώριζαν για το εμπόδιο κατά του ιού των ανθρώπινων θηλωμάτων (HPV) και οι περισσότερες

το είχαν ήδη κάνει. Επόμενος σταθμός η Σπεία, όπου με την υποστήριξη του «Αγκαλιάζω» και τη βοήθεια της μαίας κ. Δέσποινας Κύρπα μοιράστηκαν ενημερωτικά φυλλάδια. Επόμενη στάση η Ιεράπετρα, όπου πάνω από 150 άτομα πήραν έντυπο υλικό από τη μαία κυρία Κουλιουμουτζάκη.

**Στις 13 Νοεμβρίου**, πρώτη στάση ήταν η Άρβη, όπου μοιράστηκαν ενημερωτικά φυλλάδια σε όλους τους δημόσιους χώρους, συμπεριλαμβανομένης και της τοπικής εκκλησίας. Δεύτερη στάση, το δημοτικό διαμέρισμα Αμρών και τρίτη στάση ο Βιάννος, όπου όμως ο καιρός δεν βοήθησε για μεγαλύτερη περιοδεία της Μονάδας στην περιοχή. Την ίδια μέρα στο Μεσοχώρι, ο ιατρός κ. Γεώργιος Μαθιουδάκης, Διευθυντής Κ.Υ. Χάρακα και Πρόεδρος της Επιτροπής Πρωτοβάθμιας Φροντίδας Διοίκησης 7ης Υ.Πε., είχε καλέσει τις γυναίκες για επανομιονική ενημέρωση στην κοινότητα. Επίσης, η Πρόεδρος του ΣΕΜΜ κ. Ευαγγελία Βασιλάκη μίλησε για τον προσυμπτωμιακό έλεγχο και το τεστ ΠΑΠ. Υποστήριξη παρέιχε και η μαία του Κ.Υ. κ. Μαρία Σταυρακάκη.

**Στον Χάρακα και Μοίρες** βρήκε την Κινητή Μονάδα η επόμενη μέρα. Στις Μοίρες η μαία κ. Ελένη Λιοντάκη διένειμε ενημερωτικό υλικό στον κόσμο,

ενώ στην Αγία Βαρβάρα την ενημέρωση έκανε η μαία κ. Μαρίνα Κρίτσουτάκη. Η Κοινωνική Λειτουργός κ. Ευγενία Αναστασία στο χωριό Γέργγερη ενημέρωσε τους δημότες πηγαίνοντας από σπίτι σε σπίτι και παράλληλα δημιούργησε λίστες με τα στοιχεία του πληθυσμού, τις οποίες πρόκειται να χρησιμοποιήσει για να στείλει επιστολές για τον προσυμπτωμιακό έλεγχο. Σημαντικότερη ήταν η υποστήριξη και από τη νοσηλεύτρια κ. Μαρία Σπάρη και τις εθελόντριες του «Βοήθεια στο Σπίτι» κ. Ειρήνη Καρδαμάκη και κ. Μαρία Δεσδεβάνη.

**Στα Ανόγεια** το κοινό δεν γνώριζε για το Πρόγραμμα, ενώ αντίθετα στο Πέραμα οι δημότες ήταν ενημερωμένοι λόγω της κινητικότητας της μαίας του Κ.Υ. κ. Μαριάννας Κυριακοπούλου. Με πρωτοβουλία της, αλλά και με την υποστήριξη του Κ.Υ., αναλαμβάνει να κάνει εξορμήσεις στα γύρω χωριά για ενημέρωση αλλά και λήψεις τεστ ΠΑΠ. Στις 17 Νοεμβρίου η Κινητή Μονάδα βρέθηκε στο χωριό Πηλατινός, όπου τα στέλεχη της μοίραςαν έντυπο υλικό σε περίπου πενήντα γυναίκες. Στις 18 και 19 Νοεμβρίου οι δημότες του Ρεθύμνου, πολλοί εξ αυτών άνδρες, ενδιαφέρθηκαν και πήραν ενημερωτικό υλικό για τις γυναίκες και τις κόρες τους. Την επομένη στο Σπήλι, η υποστήριξη από τις κυρίες

Δήμητρα Βογιατζή, μαία, Λαμπρινή Καρακοιλίδου, κοινωνική λειτουργό, και Χαρίκλεια Κατσαρού, ειδικήτρια υγείας, ήταν καθοριστική. Στο Κέντρο Υγείας Αγίας Φωτεινής με την κινητοποίηση που είχε ήδη κάνει ο Δήμος αρκετές γυναίκες συγκεντρώθηκαν για να ενημερωθούν. Σύμφωνα με την κ. Βογιατζή, ο αριθμός των τεστ ΠΑΠ έχει αυξηθεί κατά πολύ το τελευταίο 20ήμερο.

**Στα χωριά του Νομού Χανίων** Βάμο, Βρύσες και Κάνδανο, προσκλήθηκαν από τα σχολεία οι μαθητές και μαθήτριες Λυκείου για ενημέρωση και τους διανεμήθηκε υλικό σε συνεργασία με τις μαίες των κέντρων υγείας. Ειδικότερα στον Κάνδανο, με τη βοήθεια της μαίας κ. Κοταφράκη, οργανώθηκε Επιστημονική Ομιλία στο Κέντρο Υγείας κυρίως για τους μαθητές του Λυκείου. Στον Κίσσαμο αμέριστη ήταν η βοήθεια της κ. Ανθής Καταρίκου, μέλους του Ομίλου «Αγκαλιάζω», ενώ το απόγευμα της ίδιας μέρας τελευταίος προορισμός της Μονάδας στην Κρήτη ήταν τα Χανιά, όπου μοιράστηκε έντυπο υλικό και απαντήθηκαν ερωτήσεις του κόσμου στην Κεντρική Δημοτική Αγορά. Πρόσφορο έδαφος για ενημέρωση βρήκε η Μονάδα και στη σύντομη περιοδεία της στα νησιά της Ρόδου, της Κω, της Σάμου και της Σύρου.

ΕΠΙΣΤΗΜΟΝΙΚΕΣ ΕΚΔΗΛΩΣΕΙΣ

## Κύκλος ενημέρωσης στην Κρήτη

Την Πέμπτη 24 Νοεμβρίου από τον Δήμο Ρεθύμνου, σε συνεργασία με τη Γενική Γραμματεία Δημόσιας Υγείας και την 7η Υ.Πε., οργανώθηκε εκδήλωση για την έγκαιρη διάγνωση του καρκίνου του τραχήλου της μήτρας. Στην εκδήλωση, η οποία πραγματοποιήθηκε στο Σπίτι Πολιτισμού του Δήμου, μίλησε στο κοινό ο ιατρός κ. Κωνσταντίνος Ρελάκης, Επίκουρος Καθηγητής Γυναικολογίας στο Τμήμα Ιατρικής του Πανεπιστημίου Κρήτης, ενώ συντονιστής ήταν ο κ. Βασίλειος Βασιλάκης, Ψυχολόγος, μέλος της Ομάδας Προώθησης του Προγράμματος. Χαιρετισμό εκ μέρους του Δήμου απύθνησε ο κ. Γρηγόριος Τσιμπικας, Φαρμακοποιός, εντεταλμένος σύμβουλος σε θέματα Υγείας και Κοινωνικής Μέριμνας. Την εκδήλωση προλόγισαν, εκ μέρους της Περιφερειακής Ενότητας Ρεθύμνης, η κ. Πόπη Κηλάδου, ο Πρόεδρος του Φαρμακευτικού Συλλόγου Ρεθύμνου κ. Σήφης Σπανιδάκης και εκ μέρους της 7ης Υ.Πε. ο Αναπληρωτής Διοικητής κ. Γεώργιος Φραγκιαδάκης. Ο κ. Βασιλάκης στην ολιγόλεπτη ομιλία του ανέπτυξε τους στόχους του Προγράμματος και αναφέρθηκε στην αναγκαιότητα της έγκαιρης διάγνωσης. Ο κ. Ρελάκης αναφέρθηκε μεταξύ άλλων στο μεγάλο ποσοστό γυναικών που μπορούν να προλάβουν τον καρκίνο του τραχήλου της μήτρας αν υποβληθούν έγκαιρα στο τεστ ΠΑΠ. Το σημαντικότερο μήνυμα που αναδύθηκε από την ομιλία του κ. Ρελάκη είναι το γεγονός ότι μια γυναίκα, αν κάνει μέρος της ζωής της το συχνό ραντεβού με τον γυναικολόγο ή τη μαία, έχει πιθανότητες έως και 100% να προλάβει τυχόν καρκινικές αλλοιώσεις και κατ'επέκταση τον καρκίνο του τραχήλου της μήτρας. Στο τελευταίο μέρος της εκδήλωσης, το κοινό έκανε ερωτήσεις και ακολούθησε συζήτηση. Στο ίδιο μήκος κύματος, την **Κυριακή 4 Δεκεμβρίου** οργανώθηκε από τον **Δήμο Σπείας**, σε συνεργασία με τη Γενική Γραμματεία Δημόσιας Υγείας και την 7η Υ.Πε., εκδήλωση ενημέρωσης και ευαισθητοποίησης. Στην εκδήλωση, που απευθυνόταν στις γυναίκες της πόλης και η οποία πραγματοποιήθηκε στην Αίθουσα Δημοτικού Συμβουλίου, μίλησε ο ιατρός κ. Κωνσταντίνος Ρελάκης. Τον ομιλητή προλόγισε ο Διευθυντής της Παιδιατρικής Κλινικής του Νοσοκομείου Σπείας κ. Ιωάννης Κατσαράκης. Επίσης, με την παρουσία του τίμησε την εκδήλωση ο Διοικητής του Νοσοκομείου Σπείας κ. Μανώλης Μακρονικολάκης. Τον Δήμο εκπροσώπησε ο Αντιδήμαρχος κ. Μιχάλης Αντωνιάδης, ενώ παρευρέθη και ο Πρόεδρος του Δημοτικού Συμβουλίου κ. Νίκος Κοζυράκης. Η εκδήλωση έκλεισε με συζήτηση κατά την οποία το κοινό είχε την ευκαιρία να κάνει ερωτήσεις σε σχέση με τη νόσο και την έγκαιρη αντιμετώπισή της. Τα μηνύματα από τις εκδηλώσεις είναι ενθαρρυντικά, λαμβάνοντας υπ'όψιν το ενδιαφέρον του κοινού για ενημέρωση, με την προϋπόθεση ότι ο προσυμπτωμιακός έλεγχος θα γίνει μέρος του ετήσιου τσεκ απ των γυναικών.

«» Παράλληλα με την Περιφέρειά της Κινητής Μονάδας στην Κρήτη, οργανώθηκαν δύο μεγάλες εκδηλώσεις σε συνεργασία με τους τοπικούς φορείς «»



## Ο ρόλος του Γενικού Ιατρού στην πρόληψη

Χρήστος Λιονής, Καθηγητής Γενικής Ιατρικής και Πρωτοβάθμιας Φροντίδας Υγείας Πανεπιστημίου Κρήτης και μέλος της επιστημονικής ομάδας του προγράμματος

**Κύριε Λιονή, ποιος ο ρόλος του Γενικού Ιατρού στην πρόληψη και προαγωγή της υγείας;**  
Θα έλεγα ότι είναι καθοριστικός στην επιτυχία της πρόληψης και στην προαγωγή της υγείας υπό προϋποθέσεις: ο Γενικός Ιατρός να έχει εκπαιδευτεί σε τεχνικές αλλαγής της συμπεριφοράς και να έχει εργαστεί σε ένα ολοκληρωμένο σύστημα πρωτοβάθμιας φροντίδας υγείας που θα του δίνει τη δυνατότητα συνεργασίας με εκπαιδευμένους επαγγελματίες υγείας. Η συμμετοχή του Γενικού Ιατρού διασφαλίζει τη συμμόρφωση των ατόμων στα προγράμματα αγωγής και προαγωγής της υγείας.

**Η ενίσχυση της πρωτοβάθμιας φροντίδας υγείας αποτελεί στόχο της ηγεσίας του Υπουργείου Υγείας. Με ποιο τρόπο θα θέλατε να τη δείτε να πραγματοποιείται;**  
Ουσιαστικά μέσα από αποφάσεις που απευθύνονται στην ολοκλήρωσή της, δηλαδή καθιέρωση του προσωπικού/οικογενειακού ιατρού μέσω συμβάσεων που δηλώνουν τις υπηρεσίες που θα προσφέρει και του/της νοσηλεύτη/τριας της κοινότητας, την αξιολόγηση των υπηρεσιών που θα προσφέρουν οι επαγγελματίες στην ΠΦΥ με συμμετοχή του ίδιου του ασθενούς, τη διασύνδεση και απαρίθμηση των υπηρεσιών ΠΦΥ με αυτές της κοινωνικής φροντίδας και ψυχικής υγείας.

**Αυτή η διαδικασία είναι χρονοβόρα. Τι συνεργασίες θα θέλατε να γίνουν προς αυτή την κατεύθυνση στον επόμενο χρόνο;**

Νομίζω ότι τα παραπάνω δεν απαιτούν ανάληψη σημαντικού χρόνου. Είναι θέματα περισσότερο πολιτικών αποφάσεων που θα πρέπει να βρουν τις περιφερειακές διοικήσεις υγείας έτοιμες να τις δεχτούν και να τις προωθήσουν. Η δυσκολία έγκειται κυρίως στην αλλαγή της υφιστάμενης αντίληψης από τους υγειονομικούς.

**Πώς κρίνετε ότι προχωρά η εφαρμογή του Προγράμματος Προσυμπτωμιακού Ελέγχου για τον Καρκίνο;**  
Έγινε η αρχή με τον καρκίνο του τραχήλου της μήτρας και τα πρώτα αποτελέσματα είναι ιδιαίτερα ενθαρρυντικά. Απαιτούνται ακόμα σοβαρές προσπάθειες συντονισμού, διεπιστημονικής συνεργασίας βάσει των κατευθυντήριων οδηγιών, περαιτέρω εκπαίδευσης του ανθρώπινου δυναμικού, ιδιαίτερα της ΠΦΥ, και οριζόντιας διασύνδεσης με την τοπική αυτοδιοίκηση. Απαραίτητη είναι η καθιέρωση κι άλλων προγραμμάτων προσυμπτωμιακού ελέγχου, όπως για τον καρκίνο του παχέος εντέρου.

**Ποιο είναι το σημαντικότερο σημείο για την επιτυχία του Προγράμματος;**  
Η καθολική εφαρμογή του, ιδιαίτερα σε ομάδες του πληθυσμού με δυσκολίες πρόσβασης στις υπηρεσίες υγείας, όπως αυτών με χαμηλά εισοδήματα και όσων διαβιούν σε απομονωμένες περιοχές. Η συμβολή της τοπικής και περιφερειακής αυτοδιοίκησης και των επαγγελματιών υγείας είναι σημαντική στην επιτυχία αυτού του στόχου.



Σπεία τη μέρα που βρέθηκε εκεί η Κινητή Μονάδα

«» Η Κρήτη κατέχει την πανελλαδική πρωτιά στην αύξηση των γυναικών που προσέρχονται για την πραγματοποίηση του τεστ Παπανικολάου «»





Κατά το διάστημα των δυόμισι μηνών που διήρκεσε η περιοδεία της Κινητής Μονάδας, αλλιά και σε πολλές από τις επιστημονικές εκδηλώσεις που πραγματοποιήθηκαν, Σύλλογοι, Εθελοντές και Σωματεία από όλη τη χώρα στάθηκαν αρωγοί στην πρωτοβουλία αυτή και υποστήριξαν σθεναρά τις δράσεις που έλαβαν χώρα. Θεωρούμε καθήκον μας να αναφέρουμε ξεχωριστά σε κάθε τεύχος της εφημερίδας τούς ανθρώπους και τις ομάδες εκείνες που βοήθησαν. Αρχίζοντας από το πρώτο τεύχος, παρουσιάζουμε τον Σύλλογο Καρκινοπαθών Εορδαίας μέσα από μία συνομιλία με τον Πρόεδρο του Συλλόγου κ. Βασίλειο Καραπίντσιο.

## Η δύναμη της θέλησης

Ο Σύλλογος Καρκινοπαθών πήρε σάρκα και οστά έπειτα από πρωτοβουλία του πρώην Προέδρου Γιάννη Μήτρου. Παρ' όλη τα προβλήματα υγείας που αντιμετώπιζε, κατάφερε να οργανώσει τα μέλη και πλέον σήμερα ο Σύλλογος αριθμεί πάνω από 240 άτομα. Βασικός στόχος ίδρυσης του Συλλόγου είναι η ψυχολογική στήριξη. Πολλές φορές η οικογένεια του ασθενούς δεν μπορεί να βοηθήσει όσο θα έπρεπε ή όσο θα ήθελε. Για αυτόν τον λόγο οι πάσχοντες επικοινωνούν με τον Σύλλογο, όπου με πολλή συζήτηση αλλιά και βλέποντας περιστατικά ατόμων που έχουν περάσει από αυτό το στάδιο και έχουν επιβιώσει, επιτυγχάνεται το επιθυμητό αποτέλεσμα. Επίσης διοργανώνονται ειδικά μαθήματα από Ψυχολόγους και Γιατρούς με απώτερο σκοπό τη στήριξη του ασθενούς. Ακόμα ένας στόχος του Συλλόγου είναι η καλύτερη υγειονομική περίθαλψη στην περιοχή και η προστασία των δικαιωμάτων των καρκινοπαθών. Για παράδειγμα, στην περιοχή της Πτολιμαϊδας τα ποσοστά των κατοίκων που νοσούν από διάφορες μορφές καρκίνου είναι ιδιαίτερα υψηλά. Όμως για πολλά χρόνια δεν υπήρχε Ογκολογική Κλινική στο Μποδοσάκειο Νοσοκομείο. Ο Σύλλογος ενεργοποιήθηκε προς αυτή την κατεύθυνση και έτσι σήμερα έχει δημιουργηθεί μια άρτια οργανωμένη Ογκολογική Κλινική, που εξυπηρετεί μεγάλο αριθμό δημοτών ούτως ώστε να μην χρειάζεται να μετακινούνται εκτός νομού. Επίσης, ο Σύλλογος εργάζεται αυτή τη στιγμή για τη στελέχωση της Παθολογοανατομικής Κλινικής, ώστε να υπάρχει καλύτερη ασφάλεια στη διάγνωση και θεραπεία του καρκίνου. Επιπλέον φροντίζει για τα φάρμακα που πρέπει να παίρνει ένας άνθρωπος μετά τις θεραπείες όταν δημιουργούνται παράλληλες ασθένειες, όπως διαβήτη ή θυρεοειδής ή ακόμα και βλάβη στο σκώτι. Αυτού του είδους τα φάρμακα, όπως και τα αντικαρκινικά, κατά τον κ. Καραπίντσιο, πρέπει να δίδονται δωρεάν. Ο Σύλλογος κάνει μεγάλη προσπάθεια σε αυτή την κατεύθυνση με αρωγούς την Ομοσπονδία Καρκινοπαθών Ελλάδος, τη Συνομοσπονδία αλλιά και ατομικές πρωτοβουλίες.



## Πραγματικές ιστορίες

Μέλη του Συλλόγου Καρκινοπαθών Εορδαίας είχαν την καλοσύνη και την ευαισθησία να μοιραστούν μαζί μας την εμπειρία τους ως άτομα που έχουν νοσήσει σε κάποια περίοδο της ζωής τους από διάφορες μορφές καρκίνου και να περάσουν τα δικά τους μηνύματα στον κόσμο. Τα ηγεμόνά τους αλλιά και οι καταστάσεις που βίωσαν κατά τη διάρκεια της ασθένειάς τους

λειτουργούν ως παράγοντες παρακίνησης και αισιοδοξίας, τόσο για την αντιμετώπιση της ασθένειας όσο και για την αλλαγή του τρόπου με τον οποίο αντιμετωπίζουμε όλοι μας την πρόληψη της νόσου του καρκίνου. Οι μαρτυρίες τους είναι διδακτικές και συμβάλλουν καθοριστικά στην κατανόηση της αναγκαιότητας του προσυμπτωματικού ελέγχου.

### Κορνηλία Χ.

Η κυρία Κορνηλία Χ. νόσησε από καρκίνο του μαστού πριν από 20 χρόνια. Δεν κατάλαβε τι είχε από την αρχή, αλλιά κάποια στιγμή, όταν τα συμπτώματα άρχισαν να γίνονται πιο έντονα, αποφάσισε ότι χρειαζόταν τη γνώμη ενός ειδικού. Ουσιαστικά πήγε στον γιατρό την τελευταία στιγμή με τη βοήθεια της κόρης της. Πρώτη επίσκεψη που έκαναν ήταν στο ΙΚΑ. Οι γιατροί εκεί μόλις αντίκρισαν το πρόβλημα την παρέπεμψαν στο «Θεαγένειο». Εκεί την παρέπεμψαν εκ νέου σε άλλο γιατρό, ο οποίος μόλις συνειδητοποίησε περί τίνος πρόκειται, την έστειλε αμέσως για εξετάσεις και μετά στο χειρουργείο. Όπως έμαθε τυχαία λίγο μετά την χειρουργική, ο γιατρός της είχε δώσει περιθώριο να ζήσει το πολύ τρία χρόνια. Η κατάστασή της ήταν πάρα πολύ σοβαρή. Όμως η ίδια αγνόησε τον κίνδυνο και συνέχισε τη θεραπεία της σαν μη συμβαίνει τίποτα. Τώρα πια είναι χαρούμενη και μας λέει πως «βγήκα παλιόκορι, είμαι σιδερένια και γερή».

### Δημήτριος Κ.

Ο κύριος Δημήτριος Κ. νόσησε από καρκίνο του παχέος εντέρου πριν από 10 χρόνια. Στην αρχή ένιωσε ελαφρούς πόνους αριστερά κάτω στην περιοχή της κοιλιάς. Θορυβήθηκε γιατί ήταν κάτι που δεν του είχε συμβεί ποτέ κι έτσι με το πρώτο σύμπτωμα αποφάσισε αμέσως να επισκεφθεί τον γιατρό του, παρόλο που η σύζυγός του θεωρούσε ότι ήταν μια «γρίπη που θα πενούσε». Αφού βγήκαν οι πρώτες αιματολογικές εξετάσεις, οι γιατροί του είπαν ότι χρειάζεται να κάνει και έναν υπέρηχο, αλλιά το ραντεβού έπρεπε να το κλείσει έπειτα από έναν μήνα. Ακούγοντας αυτή την απάντηση, ο κύριος Δημήτριος αποφάσισε ότι δεν μπορεί να περμένει τόσο και ζήτησε από τους γιατρούς να του δώσουν παραπεμπτικό για Νοσοκομείο της Θεσσαλονίκης. Αυτή η κίνηση ήταν και η καθοριστική για την πορεία της αρρώστιας. Μέσα σε λίγο χρονικό διάστημα έκανε το χειρουργείο με απόλυτη επιτυχία. Λόγω της εμπειρίας αυτής έχει πολλή να πει στους νεότερους. Ένα από αυτά είναι να μην αμελούμε τυχόν συμπτώματα και να πηγαίνουμε αμέσως στον γιατρό μας. Είναι αισιόδοξος. «Δεν πρέπει να ακούμε καρκίνο και να φοβόμαστε», λέει, «μια αρρώστια είναι κι αυτή».

### Μαρία Χ.

Η κυρία Μαρία Χ. νόσησε από καρκίνο του μαστού πριν από 11 χρόνια. Τον γιατρό τον επισκέφθηκε όταν πλῆον τα πράγματα είχαν φτάσει στο απροχώρητο. Ενώ είχε πολλά και ανησυχιακά συμπτώματα, δεν το έλεγε στην οικογένειά της. Κάποια στιγμή, όμως, κατάλαβε και η ίδια πως κάτι συμβαίνει κι έτσι αποφάσισε να επισκεφθεί το Υγειονομικό. Αμέσως το ιατρικό προσωπικό εκεί την πρόετρεψε, για ένα τόσο σοβαρό γεγονός, να επισκεφθεί τον γιατρό της. Όταν ο γιατρός εξέτασε την κυρία Μαρία της εξήγησε πως τα πράγματα είναι πολύ σοβαρά και πρέπει άμεσα να χειρουργηθεί. Μέχρι εκείνη τη στιγμή δεν είχε αντιληφθεί τι ακριβώς της συμβαίνει. Τώρα, ύστερα από χρόνια που συνειδητοποίησε πόσο κοντά έφτασε στον θάνατο από δική της πρωτίστως αμέλεια, συμβουλεύει τους νεότερους να πηγαίνουν στον γιατρό τους άμεσα και χωρίς καθυστέρηση. Να μην κάνουν τα λάθη που έκανε εκείνη. Όταν τη ρωτήσαμε γιατί άργησε τόσο πολύ να πάει, μας είπε πως «δεν ήξερα ότι υπάρχει αυτή η αρρώστια». Τώρα, έπειτα από όλη αυτή τη δοκιμασία, μας λέει: «Συνιστώ στα κορίτσια, στις γυναίκες να μην φροβούνται τίποτα, να πάνε κατευθείαν στον γιατρό».

### Βασίλης Κ.

Ο κύριος Βασίλης Κ. νόσησε από αδενοκαρκίνωμα της επιδιδυμίδας του όρχεως πριν από 21 χρόνια. Τον όγκο τον ψηλάφησε ο ίδιος και απευθύνθηκε αμέσως σε παθολόγο. Ο γιατρός δυστυχώς επιβεβαίωσε τους φόβους του, ότι δηλαδή ο όγκος αυτός είναι καρκίνος. Ο κύριος Βασίλης θέλησε να πάει και μια δεύτερη γνώμη, οπότε αποφάσισε να πάει στην Αγγλία. Εκεί, σύμφωνα με τις στατιστικές που διέθετε το νοσοκομείο για την περίπτωση του, του έδιναν περιθώριο να ζήσει από έξι μήνες έως τρία χρόνια. Όταν έμαθε για αυτό δεν το δέχτηκε ψυχραιμία, έπαθε σοκ και εμφάνισε ψυχολογικά προβλήματα. Βέβαια, όπως μας εξηγεί, αυτή την αντίδραση μπορούσε να την έχει ο καθένας που θα μάθαινε ένα τέτοιο νέο. Ακόμα περισσότερο ένας νέος πατέρας ανήλικων παιδιών. Αυτό που μας λέει ύστερα από τη δοκιμασία που πέρασε είναι ότι «σήμερα, έπειτα από 21 χρόνια, γελάω με τη συμπεριφορά μου και τους φόβους μου».

### Βασιλική Κ.

Η κυρία Βασιλική Κ. νόσησε από κακόηθες μελάνωμα πριν από 10 χρόνια. Στην περίπτωση της ο παράγοντας τύχη ήταν αυτός που καθόρισε την εξέλιξη της αρρώστιας. Αν και η κυρία Βασιλική επισκέφθηκε τον δερματολόγο της εντελώς τυχαία, η ανακάλυψη της ασθένειας δεν την έκανε να χάσει την ελπίδα της. Χωρίς καμία αρνητική σκέψη, ακολούθησε κατά γράμμα τις οδηγίες του αλλιά και τη θεραπεία που της συνέστησε. Παρόλο που ήξερε τι είναι το κακόηθες μελάνωμα, δεν πέρασε από το μυαλό της αμέσως πως μπορεί και η ίδια να πάσχει από αυτό. Μάλιστα, όπως μας είπε, το είχε από τότε που ήταν νεαρή κοπέλα, αλλιά δεν του έδινε σημασία. Αυτό που έμαθε από αυτή την εμπειρία της είναι πως δεν πρέπει να αφήνουμε τίποτα στην τύχη. Μπορεί να το ξεπεράσει, αλλιά έφτασε πολύ κοντά στο να χάσει τη ζωή της. Με μεγάλη αισιοδοξία μας λέει: «Σας συμβουλεύω να μην αφήνετε τον χρόνο να περνάει, είναι πολύτιμος».

### Απόστολος Ψ.

Ο κύριος Απόστολος Ψ. νόσησε από καρκίνο του προστάτη πριν από τρία χρόνια. Κινήθηκε γρήγορα και απευθύνθηκε αμέσως στον γιατρό του. Αυτό που τον έκανε να ανησυχήσει ήταν η αυξημένη τιμή στην εξέταση PSA στην οποία υποβλήθηκε. Αμέσως αποφάσισε να συμβουλευτεί τον ουρολόγο του νοσοκομείου. Ο γιατρός του, μετά και τις πρώτες εξετάσεις, διαπίστωσε πως πρόκειται για καρκίνο, αλλιά στο πρώτο στάδιο. Έπειτα από αυτό, ο κύριος Απόστολος θέλησε να συμβουλευτεί και άλλους επιστήμονες με σχετική ειδικότητα έτσι έφτασε στον τωρινό γιατρό του, ο οποίος του έκανε και την επέμβαση, τη βραχυθεραπεία, όπως ονομάζεται, την πρώτη στη Βόρεια Ελλάδα. Ύστερα από δύο διαδοχικές χειρήσεις, αυτή τη στιγμή ο κύριος Απόστολος είναι καλά. Αυτό που σημειώνει ως σημαντικότερο παράγοντα για τη θετική κατάληξη στην περιπέτριά του προς τους νεότερους είναι η προσοχή σε θέματα υγείας και προτείνει «να συμβουλευτούν έγκαιρα τον θεράποντα ιατρό τους και αυτό θα έχει θετικά αποτελέσματα».



1η Υγειονομική Περιφέρεια	Τηλέφωνο
<b>ΔΗΜΟΤΙΚΑ ΙΑΤΡΕΙΑ ΔΗΜΟΥ ΑΘΗΝΑΙΩΝ (Ν. Αττικής)</b>	
1ο Δ.Ι. - Καίφροπούλειο Υγ. Κέντρο	210 3626478, 210
2ο Δ.Ι. (Νέος Κόσμος)	210 9237646, 9239865
2Α Δ.Ι. (Παγκράτι)	210 7011948, 7011949
3ο Δ.Ι. (Πετράλωνα)	210 3427513, 3427516, 3455558
4ο Δ.Ι. (Κοζάνες)	210 5121921, 5120519
Κ.Υ. ΑΧΑΡΝΩΝ (ΠΟΛΥΚΛΙΝΙΚΗ ΟΛΥΜΠΙΑΚΟΥ ΧΩΡΙΟΥ) (Αν. Αττικής)	210 2420000
Κ.Υ. ΒΥΡΩΝΑ (Ν. Αττικής)	210 7608051, 7608052
Κ.Υ. ΚΑΛΥΒΙΩΝ (Αν. Αττικής)	22990 48590, 48750, 49990, 49999
Κ.Υ. ΚΑΠΑΝΔΡΙΤΙΟΥ (Αν. Αττικής)	22950 52222, 52885
Κ.Υ. ΚΟΡΩΠΙΟΥ (Αν. Αττικής)	21320 30800
Κ.Υ. ΛΑΥΡΙΟΥ (Αν. Αττικής)	22923 20300
Κ.Υ. ΜΑΡΚΟΠΟΥΛΟΥ (Αν. Αττικής)	22993 20500
Κ.Υ. ΝΕΑΣ ΜΑΚΡΗΣ (Αν. Αττικής)	22943 21100
Κ.Υ. ΣΠΑΤΩΝ (Αν. Αττικής)	210 663450
2η Υγειονομική Περιφέρεια	Τηλέφωνο
Γ.Ν. ΑΓ. ΚΗΡΥΚΟΥ (Ν. Σάμου)	22753 50200, -1, -2
Γ.Ν. ΡΟΔΟΥ (Ν. Δωδεκανήσου)	22410 80000
Γ.Ν. ΧΙΟΥ (Ν. Χίου)	22713 50100
Γ.Ν.-Κ.Υ. ΚΑΛΥΜΝΟΥ (Ν. Δωδεκανήσου)	22430 23025
Γ.Ν.-Κ.Υ. ΚΥΘΗΡΩΝ (Ν. Αττικής - Πειραιάς)	27360 33190, -33203
Γ.Ν.-Κ.Υ. ΛΗΜΝΟΥ (Ν. Λέσβου)	22543 50400
Γ.Ν.-Κ.Υ. ΝΑΣΟΥ (Ν. Κυκλάδων)	22853 60500
Κ.Υ. ΑΙΓΙΝΑΣ (Ν. Αττικής - Νήσων)	22970 22222, 22886
Κ.Υ. ΒΑΡΗΣ (Αν. Αττικής)	213 2030300
Κ.Υ. ΓΑΛΑΤΑ (Ν. Αττικής - Πειραιάς)	22983 20300, 20320
Κ.Υ. ΕΛΕΥΣΙΝΑΣ (Ν. Αττικής)	213 2006900, 2006946
Κ.Υ. ΕΥΔΗΛΟΥ (Ν. Σάμου)	22750 33030, -32922
Κ.Υ. ΙΟΥ (Ν. Κυκλάδων)	22863 60000
Κ.Υ. ΚΑΛΛΟΝΗΣ (Ν. Λέσβου)	22533 50300
Κ.Υ. ΚΑΡΠΑΘΟΥ (Ν. Δωδεκανήσου)	22450 22228, -23858
Κ.Υ. ΚΩ (Ν. Δωδεκανήσου)	22420 22300
Κ.Υ. ΜΗΛΟΥ (Ν. Κυκλάδων)	22870 22700, -22701, -22613, 22873 60000
Κ.Υ. ΣΑΛΑΜΙΝΑΣ (Ν. Αττικής - Νήσων)	213 2008500, -10, -11
Κ.Υ. ΣΑΜΟΥ (Ν. Σάμου)	22730 83100
Κ.Υ. ΤΗΝΟΥ (Ν. Κυκλάδων)	22830 23784
Κ.Θ.-Κ.Υ. ΛΕΡΟΥ (Ν. Δωδεκανήσου)	22470 22286, 23300
Π.Π.Ι. ΤΗΛΟΥ (Ν. Δωδεκανήσου)	22460 44219
3η Υγειονομική Περιφέρεια	Τηλέφωνο
Κ.Υ. ΑΛΕΞΑΝΔΡΕΙΑΣ (Ν. Ημαθίας)	23333 50011, -30, -36, -40
Κ.Υ. ΑΜΥΝΤΑΙΟΥ (Ν. Φθιώτιδας)	23863 50000
Κ.Υ. ΑΡΓΟΥΣ ΟΡΕΣΤΙΚΟΥ (Ν. Καστοριάς)	24673 51013, -51016
Κ.Υ. ΑΡΙΔΑΙΑΣ (Ν. Πέλλας)	23843 50000
Κ.Υ. ΔΙΑΒΑΤΩΝ (Ν. ΙΩΝΙΑΣ) (Ν. Θεσσαλονίκης)	2310 781840
Κ.Υ. ΕΥΟΣΜΟΥ (Ν. Θεσσαλονίκης)	2310 387772, -3, -4, -6
Κ.Υ. ΚΟΥΦΑΛΙΩΝ (Ν. Θεσσαλονίκης)	23913 30332
Κ.Υ. ΛΑΓΚΑΔΑ (Ν. Θεσσαλονίκης)	23943 30700
Κ.Υ. ΛΙΤΟΧΩΡΟΥ (Ν. Πιερίας)	23523 50000
Κ.Υ. ΣΙΑΤΙΣΤΑΣ (Ν. Κοζάνης)	24650 22222
Κ.Υ. ΤΣΟΥΤΥΛΙΟΥ (Ν. Κοζάνης)	24683 50000

4η Υγειονομική Περιφέρεια	Τηλέφωνο
Γ.Ν. ΔΡΑΜΑΣ (Ν. Δράμας)	25210 23351, -5
Γ.Ν. ΚΑΒΑΛΑΣ (Ν. Καβάλας)	25135 01100
Γ.Ν. ΣΕΡΡΩΝ (Ν. Σερρών)	23210 94500
Γ.Ν.-Κ.Υ. ΓΟΥΜΕΝΙΣΣΑΣ (Ν. Κιλίκης)	23433 50300
Κ.Υ. ΑΒΔΗΡΩΝ (Ν. Ξάνθης)	25413 55400
Κ.Υ. ΑΓ. ΝΙΚΟΛΑΟΥ (Ν. Χαλκιδικής)	23753 50000
Κ.Υ. ΔΙΚΑΙΩΝ (Ν. Έβρου)	25560 31320, 25560
Κ.Υ. ΕΛΕΥΘΕΡΟΥΠΟΛΗΣ (Ν. Καβάλας)	25920 22222
Κ.Υ. ΕΧΙΝΟΥ (Ν. Ξάνθης)	25443 50000
Κ.Υ. ΖΑΓΚΛΙΒΕΡΙΟΥ (Ν. Θεσσαλονίκης)	23930 31313
Κ.Υ. ΘΕΡΜΗΣ (Ν. Θεσσαλονίκης)	2130 310830
Κ.Υ. ΙΑΣΜΟΥ (Ν. Ροδόπης)	25343 50000
Κ.Υ. ΚΑΤΩ ΝΕΥΡΟΚΟΠΙΟΥ (Ν. Δράμας)	25230 22222
Κ.Υ. ΜΗΧΑΛΙΩΝΑΣ (Ν. Θεσσαλονίκης)	23920 32500
Κ.Υ. ΜΟΥΔΑΝΙΩΝ (Ν. Χαλκιδικής)	23733 50000
Κ.Υ. Ν. ΜΑΔΥΤΟΥ (Ν. Θεσσαλονίκης)	23970 41300
Κ.Υ. ΠΑΛΛΙΟΧΩΡΙΟΥ (Ν. Χαλκιδικής)	23723 50000
Κ.Υ. ΠΟΛΥΚΑΣΤΡΟΥ (Ν. Κιλίκης)	23430 22222, 23430 22051
Κ.Υ. ΠΡΙΝΟΥ (Ν. Καβάλας)	25930 71101
Κ.Υ. ΠΡΟΣΤΑΣΗΣ (Ν. Δράμας)	25223 50000
Κ.Υ. ΡΟΔΟΛΙΒΟΥΣ (Ν. Σερρών)	23243 50000
Κ.Υ. ΣΑΜΟΘΡΑΚΗΣ (Ν. Έβρου)	25513 50700
Κ.Υ. ΣΑΠΩΝ (Ν. Ροδόπης)	25323 50000
Κ.Υ. ΣΙΔΗΡΟΚΑΣΤΡΟΥ (Ν. Σερρών)	23233 50034
Κ.Υ. ΣΟΥΦΛΙΟΥ (Ν. Έβρου)	25543 50011, -13
Κ.Υ. ΣΤΑΥΡΟΥΠΟΛΗΣ (Ν. Ξάνθης)	25423 50000
Κ.Υ. ΧΡΥΣΟΥΠΟΛΗΣ (Ν. Καβάλας)	25910 22222
5η Υγειονομική Περιφέρεια	Τηλέφωνο
Γ.Ν. ΚΑΡΠΕΝΗΣΙΟΥ (Ν. Ευρυτανίας)	22373 50100
Γ.Ν.-Κ.Υ. ΚΥΜΗΣ (Ν. Ευβοίας)	22223 50103
Κ.Υ. ΜΑΚΡΑΚΟΜΗΣ (Ν. Φθιώτιδας)	22363 50000
Κ.Υ. ΑΛΙΑΡΤΟΥ (Ν. Βοιωτίας)	22680 22222
Κ.Υ. ΑΛΜΥΡΟΥ (Ν. Μαγνησίας)	24220 22222
Κ.Υ. ΑΡΓΑΛΑΣΤΗΣ (Ν. Μαγνησίας)	24230 54611
Κ.Υ. ΒΕΛΕΣΤΙΝΟΥ (Ν. Μαγνησίας)	24250 22222
Κ.Υ. ΔΙΣΤΟΜΟΥ (Ν. Βοιωτίας)	22670 22790
Κ.Υ. ΔΟΜΟΚΟΥ (Ν. Φθιώτιδας)	22320 22888
Κ.Υ. ΔΥΤΙΚΗΣ ΦΡΑΓΚΙΣΤΑΣ (Ν. Ευρυτανίας)	22370 95381
Κ.Υ. ΕΛΑΣΣΟΝΑΣ (Ν. Λαρίσης)	24933 50000
Κ.Υ. ΠΕΑΣ (Ν. Φωκίδας)	22650 32224
Κ.Υ. ΚΑΛΑΜΠΑΚΑΣ (Ν. Τρικάλων)	24320 22222
Κ.Υ. ΜΟΥΖΑΚΙΟΥ (Ν. Καρδίτσας)	24453 50000
Κ.Υ. ΠΥΛΗΣ (Ν. Τρικάλων)	24340 22870
Κ.Υ. ΣΚΟΠΕΛΟΥ (Ν. Μαγνησίας)	24240 22222
Κ.Υ. ΣΧΗΜΑΤΑΡΙΟΥ (Ν. Βοιωτίας)	22623 51017
Κ.Υ. ΨΑΧΝΩΝ (Ν. Ευβοίας)	22283 50000

**Υπόμνημα**

Γ.Ν. .... Γενικό Νοσοκομείο  
Γ.Ν.-Κ.Υ. .... Γενικό Νοσοκομείο - Κέντρο Υγείας  
Δ.Ι. .... Δημοτικό Ιατρείο  
Κ.Υ. .... Κέντρο Υγείας  
Κ.Θ.-Κ.Υ. .... Κρατικό Θεραπευτήριο - Κέντρο Υγείας  
Π.Π.Ι. .... Πολυδύναμο Περιφερειακό Ιατρείο

6η Υγειονομική Περιφέρεια	Τηλέφωνο
Γ.Ν. ΛΕΥΚΑΔΑΣ (Ν. Λευκάδας)	26453 60216, 60226, 26450 21031
Γ.Ν.-Κ.Υ. ΚΑΛΑΒΡΥΤΩΝ (Ν. Αχαΐας)	26923 60100, 60154
Κ.Υ. ΑΓ. ΜΑΡΚΟΥ (Ν. Κέρκυρας)	26610 93815, -7, -8, 26613 61420
Κ.Υ. ΑΙΓΝΑΝΤΩΝ (Ν. Άρτας)	26853 60500
Κ.Υ. ΑΙΤΩΛΙΚΟΥ (Ν. Αιτωλοακαρνανίας)	26323 60315
Κ.Υ. ΑΚΡΑΤΑΣ (Ν. Αχαΐας)	26963 60000, 60025, 26960 22222
Κ.Υ. ΑΝΩ ΚΑΛΕΝΤΙΝΗΣ (Ν. Άρτας)	26810 68212
Κ.Υ. ΑΡΕΟΠΟΛΗΣ (Ν. Λακωνίας)	27330 51259, 51242
Κ.Υ. ΑΣΤΑΚΟΥ (Ν. Αιτωλοακαρνανίας)	26460 41101, -41468, -41398, 26463 60400
Κ.Υ. ΑΣΤΡΟΥΣ (Ν. Αρκαδίας)	27550 22688, 27550 22222
Κ.Υ. ΒΑΣΙΛΙΚΗΣ (Ν. Λευκάδας)	26450 31065, 26453 60226
Κ.Υ. ΒΟΥΡΓΑΡΕΛΙΟΥ (Ν. Άρτας)	26853 60010, 26850 22584
Κ.Υ. ΓΑΣΤΟΥΝΗΣ (Ν. Ηλείας)	26233 60301
Κ.Υ. ΔΕΛΒΙΝΑΚΙΟΥ (Ν. Ιωαννίνων)	26573 60100, 26570 22222,
Κ.Υ. ΔΗΜΗΤΣΑΝΑΣ (Ν. Αρκαδίας)	27950 31402
Κ.Υ. ΙΘΑΚΗΣ (Ν. Κεφαλληνίας)	26740 32222, 33175
Κ.Υ. ΚΑΤΑΣΤΑΡΙΟΥ (Ν. Ζακύνθου)	26953 60000
Κ.Υ. ΚΙΑΤΟΥ (Ν. Κορινθίας)	27423 60000, 27420 22222
Κ.Υ. ΚΟΝΙΤΣΑΣ (Ν. Ιωαννίνων)	26550 23111, 22022, 60218,
Κ.Υ. ΚΡΑΝΙΔΙΟΥ (Ν. Αργολίδας)	27543 60131, 60110, 27540 22222
Κ.Υ. ΛΕΥΚΙΜΜΗΣ (Ν. Κέρκυρας)	26620 23100, 23333
Κ.Υ. ΜΕΓΑΛΟΠΟΛΗΣ (Ν. Αρκαδίας)	27913 60101, -60133, -60100
Κ.Υ. ΜΕΣΣΗΝΗΣ (Ν. Μεσσηνίας)	27220 24751
Κ.Υ. ΝΑΥΠΑΚΤΟΥ (Ν. Αιτωλοακαρνανίας)	26343 60000, 60038, 60037
Κ.Υ. ΠΑΡΑΜΥΘΙΑΣ (Ν. Θεσπρωτίας)	26663 60017, 60012, 60000
Κ.Υ. ΠΥΛΟΥ (Ν. Μεσσηνίας)	27230 23333
Κ.Υ. ΣΑΜΗΣ (Ν. Κεφαλληνίας)	26740 23720, 22222
Κ.Υ. ΦΙΛΙΠΠΙΑΔΑΣ (Ν. Πρεβέζης)	26833 60100, 60114
7η Υγειονομική Περιφέρεια	Τηλέφωνο
Γ.Ν.-Κ.Υ. ΙΕΡΑΠΕΤΡΑΣ (Ν. Λασιθίου)	28423 40122
Γ.Ν.-Κ.Υ. ΝΕΑΠΟΛΗΣ (Ν. Λασιθίου)	28413 40801
Γ.Ν.-Κ.Υ. ΣΗΤΕΙΑΣ (Ν. Λασιθίου)	28430 25931
Δ.Ι. ΗΡΑΚΛΕΙΟΥ (Ν. Ηρακλείου)	28103 44721, -344722
ΔΟΜΕΣ ΔΗΜΟΥ ΡΕΘΥΜΝΟΥ	69324 94940
Κ.Υ. ΑΓ. ΒΑΡΒΑΡΑΣ (Ν. Ηρακλείου)	28943 40100, -7
Κ.Υ. ΑΓ. ΦΩΤΕΙΝΗΣ (Ν. Ρεθύμνης)	28333 40000
Κ.Υ. ΑΝΩΓΕΙΩΝ (Ν. Ρεθύμνης)	28340 31208
Κ.Υ. ΑΡΚΑΛΟΧΩΡΙΟΥ (Ν. Ηρακλείου)	28910 23057
Κ.Υ. ΒΑΜΟΥ (Ν. Χανίων)	28253 40401, -3
Κ.Υ. ΒΙΑΝΝΟΥ (Ν. Ηρακλείου)	28953 40000
Κ.Υ. ΚΑΝΤΑΝΟΥ (Ν. Χανίων)	28233 40000
Κ.Υ. ΚΑΣΤΕΛΛΙΟΥ (Ν. Ηρακλείου)	28913 40000
Κ.Υ. ΚΙΣΣΑΜΟΥ (Ν. Χανίων)	28223 40100
Κ.Υ. ΜΟΙΡΩΝ (Ν. Ηρακλείου)	28923 40100
Κ.Υ. ΠΕΡΑΜΑΤΟΣ (Ν. Ρεθύμνης)	28343 40000
Κ.Υ. ΣΠΗΛΙΟΥ (Ν. Ρεθύμνης)	28320 22222
Κ.Υ. ΤΖΕΡΜΙΑΔΩΝ (Ν. Λασιθίου)	28440 22602
Κ.Υ. ΧΑΡΑΚΑ (Ν. Ηρακλείου)	28933 40000
Π.Π.Ι. ΧΩΡΑΣ ΣΦΑΚΙΩΝ (Ν. Χανίων)	28250 91540, -1

## ΕΘΝΙΚΟ ΣΧΕΔΙΟ ΔΡΑΣΗΣ ΓΙΑ ΤΟΝ ΚΑΡΚΙΝΟ 2011-2015

### ΕΘΝΙΚΟ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΠΡΟΣΥΜΠΤΩΜΑΤΙΚΟΥ ΕΛΕΓΧΟΥ ΓΙΑ ΤΟΝ ΚΑΡΚΙΝΟ ΤΟΥ ΤΡΑΧΗΛΟΥ ΤΗΣ ΜΗΤΡΑΣ

Ο χάρτης περιλαμβάνει τα Κέντρα Υγείας από τις 7 Υγειονομικές Περιφέρειες της χώρας που έχουν ενταχθεί στο Εθνικό Πρόγραμμα Προσυμπτωματικού Ελέγχου για τον Καρκίνο του Τραχήλου της Μήτρας στο πλαίσιο του Εθνικού Σχεδίου Δράσης για τον Καρκίνο 2011- 2015. Μπορείτε να επικοινωνήσετε τηλεφωνικά με αυτά τα Κέντρα Υγείας και να κλείσετε ραντεβού για τεστ ΠΑΠ.





# ΓΙΑΤΙ ;

**ΓΙΑΤΙ** ενώ ξέρουμε τι πρέπει να κάνουμε σε σχέση με τον καρκίνο, μένουμε στα λόγια;  
**ΓΙΑΤΙ** κλείνουμε τα μάτια σε κάτι τόσο σημαντικό για εμάς και για αυτούς που αγαπάμε;  
**ΓΙΑΤΙ** θεωρούμε ότι δεν θα συμβεί σε εμάς, ενώ συμβαίνει σε τόσους ανθρώπους γύρω μας;  
**ΓΙΑΤΙ** αδιαφορούμε όταν πλέον με τις προληπτικές εξετάσεις:  
4 στα 10 περιστατικά καρκίνου μπορούν να προληφθούν και 1 στους 3 καρκίνους  
θεραπεύεται πλήρως αν γίνει έγκαιρα η διάγνωση και θεραπεία;  
**Η ζωή μας είναι πολύτιμη για να την αφήνουμε στην τύχη.  
Κάνοντας προληπτικούς ελέγχους...**

**ΠΑΙΡΝΟΥΜΕ ΤΗ ΖΩΗ ΜΑΣ ΣΤΑ ΧΕΡΙΑ ΜΑΣ!**