

Η καμπάνια προκαλεί εγκεφαλικά!

► Του **ΔΗΜΗΤΡΗ ΤΕΡΖΗ**

Η είδηση γράφτηκε σε ισπανικά ΜΜΕ χθες. «Άνδρας, μη καπνιστής, μίλησε νοσοκομείο που έβγαλε φωτογραφία του μετά από επέμβαση, η οποία χρησιμοποιήθηκε στην αντικαπνιστική καμπάνια της Ε.Ε.». Η επίμαχη φωτογραφία είναι γνωστή και στην Ελλάδα, καθώς αποτελεί μέρος της καμπάνιας που είναι ίδια σε όλη την Ευρώπη και εκπορεύεται από την τελευταία οδηγία της Ε.Ε., η οποία προβλέπει πως η επιφάνεια των προϊόντων καπνού θα είναι καλυμμένη σε ποσοστό 65% με φωτογραφίες και μηνύματα κατά του καπνίσματος.

Το μήνυμα στη συγκεκριμένη διαφήμιση ήταν «Fumar provoca embolias e invalidez», δηλαδή «το κάπνισμα προκαλεί εμβολές και αναπηρία». Στα ελληνικά προϊόντα, βέβαια, το μήνυμα είναι ελαφρώς διαφορετικό: «Το κάπνισμα προκαλεί εγκεφαλικά επεισόδια και αναπηρία».

Τον εαυτό του διασωληνωμένο σε κρεβάτι νοσοκομείου είδε να ποζάρει σε πακέτο τσιγάρων ένας 54χρονος μη καπνιστής Ισπανός χωρίς ο ίδιος να το ξέρει. Η φωτογραφία του κυκλοφορεί σε όλη την Ευρώπη, καθώς εντάσσεται στην αντικαπνιστική καμπάνια της Ε.Ε.

Το περιστατικό συνέβη στη Γαλικία της Ισπανίας και ειδικότερα στο Νοσοκομείο του Σαντιάγο ντε Κομποστέλα. Ο 54χρονος, όπως αναφέρουν ισπανικά ΜΜΕ, ενημερώθηκε από φίλους του καπνίζοντας ότι το πρόσωπό του απεικονίζεται στη διαφήμιση. Ο ίδιος εξεπλάγη, καθώς είχε μπει μεν στο νοσοκομείο, αλλά μόνο για να κάνει μια επέμβαση στη μέση του. Ας σημειωθεί ότι δεν έχει καπνίσει ποτέ του. Πλέον, τον λόγο έχει η Δικαιοσύνη στην οποία κατέφυγε ο 54χρονος άνδρας, ενώ απ' το νοσοκομείο έγινε γνωστό ότι διεξάγεται έρευνα για το περιστατικό.

Πέρα όμως από το τραγελαφικό στοιχείο του πράγματος, είναι απορίας άξιον αν η συγκεκριμένη καμπάνια κατά του καπνίσματος όντως αποδίδει και αποτρέπει τους καπνιστές από το να αγοράζουν τσιγάρα ή καπνό. Σύμφωνα με μελέτη που έγινε πριν από λίγα χρόνια από το Πανεπιστήμιο της Οξφόρδης, πολλοί άνθρωποι, χωρίς να το συνειδητοποιούν, όταν βλέπουν σήμα «απαγορεύεται το κάπνισμα» αντιδρούν ενστικτωδώς θέλοντας να καπνίσουν.

«Είναι αντικρουόμενα τα αποτελέσματα τέτοιων ερευνών», λέει στην «Εφ.Συν.» η κλινική ψυχολόγος Αγγελική Μενεδιάτου. «Πάντα πρέπει να λαμβάνουμε υπ'



Ο 54χρονος Ισπανός κρατάει το πακέτο τσιγάρων που τον... απεικονίζει εν αγνοία του, στο πλαίσιο της αντικαπνιστικής καμπάνιας



Η ελληνική εκδοχή της διαφήμισης που απεικονίζει τον Ισπανό μη καπνιστή

όψιν πώς στήθηκαν αυτές οι έρευνες. Σε γενικές γραμμές τα εκφοβιστικά μηνύματα πάνω στις συσκευασίες δεν είναι ιδιαίτερα αποτελεσματικά γιατί αυξάνουν το άγχος του ατόμου, το οποίο στη συνέχεια για να το απωθήσει οδηγείται στην άρνηση του προβλήματος που είναι το κάπνισμα. Κατά συνέπεια, συνεχίζει να καπνίζει», προσθέτει.

Στέλεχος διαφημιστικής εταιρείας με το οποίο επίσης επικοινωνήσαμε μας περιέγραψε εντελώς αρνητικά τη συγκεκριμένη καμπάνια: «Οι συγκεκριμένες φωτογραφίες είναι το λιγότερο αστείες και προκαλούν γέλιο. Είναι υπερβολικές και αισθητικά κακές-ψεύτικες. Αυτό λοιπόν δεν λειτουργεί αποτρεπτικά, ένα μήνυμα

✱ Πέρα όμως από το πόσο πετυχημένη ή όχι είναι η καμπάνια αισθητικά, υπάρχει και το θέμα του στιγματισμού που προωθεί. Η «Εφ.Συν.» μίλησε με ανάπηρους ακτιβιστές, οι οποίοι μας επισήμαναν ότι «αν το μήνυμα ήταν απλώς "το κάπνισμα προκαλεί σοβαρές βλάβες ή παθήσεις ή τον θάνατο", δεν θα υπήρχε πρόβλημα. Αλλά εδώ ουσιαστικά χρησιμοποιούνται οι ανάπηροι για να περαστεί ένα διαφημιστικό μήνυμα. Και παρουσιάζονται αρνητικά»

γραμμένο ξεκάθαρα -περίπου όπως ήταν παλιά- είναι πιο δυνατό από μια κακή/ερασιτεχνική φωτογραφία, που στο κάτω κάτω δείχνει κάτι που όλοι γνωρίζουμε. Ο καπνιστής που θέλει να συνεχίσει να καπνίζει είτε δεν δίνει καν σημασία είτε αγοράζει ταμπακίερα. Είναι μια καμπάνια με τόσο κακή αισθητική που απλά δεν συγκινεί», μας λέει.

Τα λόγια του έρχεται να επιβεβαιώσει η κ. Μενεδιάτου: «Συνήθως αυτές οι φωτογραφίες έχουν αποτέλεσμα σε όσους δεν καπνίζουν ή έστω στους περιστασιακούς καπνιστές. Για τους κανονικούς καπνιστές ισχύει το φαινόμενο της εξοικείωσης. Με λίγα λόγια, πέρα απ' το ενδεχόμενο αρχικό σοκ, στη συνέχεια απλώς

συνθηκίζουν τις φωτογραφίες και δεν τους κάνουν καμία εντύπωση». «Θα είχε νόημα», προσθέτει η κ. Μενεδιάτου, «αν η εικόνα συνοδευόταν από ουσιαστικές πληροφορίες που θα βοηθούσαν τον καπνιστή να απαλλαγεί απ' το κάπνισμα. Να του ενισχύσουν την αίσθηση ότι μπορεί να κάνει κάτι για να το διακόψει».

Πέρα όμως απ' το πόσο πετυχημένη ή όχι είναι η καμπάνια αισθητικά, υπάρχει και το θέμα του στιγματισμού που προωθεί. Μιλώντας με ανάπηρους ακτιβιστές, μας γίνεται σαφές κάτι που στους περισσότερους φαίνεται «αθώο».

«Καπνίζεις; Αρα εσύ φταις για την αναπηρία σου. Το κάπνισμα -αν το συνεχίσεις- θα σε εντάξει στους "άτυχους ανάπηρους". Οι ανάπηροι δηλαδή, που παρουσιάζονται σαν κάτι το απεχθές, μια κατηγορία που απορρίπτεται εξ αρχής. Ο ρατσιστικός μύθος της αναπηρικής δυστυχίας του Βιγκότσκοι, που θέλει τους ανάπηρους a priori δυστυχημένους. Είναι άλλη μια στερεοτυπική αντίληψη που προωθεί το ιατροκεντρικό μοντέλο το οποίο αναπαράγουμε και έρχεται σε πλήρη αντίθεση με τη Συνθήκη για τα Δικαιώματα των Αναπήρων του ΟΗΕ που έχουμε κυρώσει με νόμο του κράτους το 2012, αλλά και με την κοινή λογική. Αν το μήνυμα ήταν απλώς "το κάπνισμα προκαλεί σοβαρές βλάβες ή παθήσεις ή τον θάνατο", δεν θα υπήρχε πρόβλημα. Αλλά εδώ ουσιαστικά χρησιμοποιούνται οι ανάπηροι για να περαστεί ένα διαφημιστικό μήνυμα. Και παρουσιάζονται αρνητικά. Στη σπουδή της αναπηρίας διεθνώς ονομάζεται μισαναπηρισμός».

«Η... υποκρισία»

Η αλήθεια είναι ότι η Ε.Ε. έχει πάρει πολύ ζεστά την αντικαπνιστική εκστρατεία. Και αυτό γιατί, αν διαβάσει κανείς το σχετικό σάιτ, «το συνολικό κόστος του καπνίσματος στην Ε.Ε. υπολογίστηκε σε 544 δισ. ευρώ το 2009. Συνεπώς, κάθε καπνιστής που αποφασίζει να κόψει το κάπνισμα συμβάλλει στη μείωση της οικονομικής επιβάρυνσης των συστημάτων υγειονομικής περίθαλψης και των οικονομικών της Ευρώπης».

«Αυτό είναι η επιτομή της υποκρισίας», σχολιάζει η κ. Μενεδιάτου. «Αν όντως ενδιαφέρονται για την υγεία, ας απαγορεύσουν εντελώς το κάπνισμα. Δεν μπορείς να βγάξεις ως κράτος, ως Ευρώπη, χρήματα απ' αυτό και απ' την άλλη να λες στον καπνιστή "εσύ φταις, εσύ είσαι ο αποκλειστικός υπεύθυνος για την οικονομική επιβάρυνση των συστημάτων υγείας". Δεν μου κάνει εντύπωση όμως, είναι η νεοφιλελεύθερη τάση που επικρατεί πλέον και στη Δημόσια Υγεία».

Ο επίλογος ανήκει σε μια καπνίστρια. Η Ελένη, 27 ετών, καπνίζει τα τελευταία 7 χρόνια. «Θέλω να σταματήσω το κάπνισμα, αλλά προς το παρόν δεν το έχω καταφέρει. Τις διαφημίσεις στα πακέτα απλώς τις αγνώω. Αν θελήσω να το κόψω, θα το κάνω επειδή το θέλω και όχι επειδή με επηρέασε η διαφήμιση».

ΤΟΜΕΑΚΗ ΕΠΙΤΡΟΠΗ ΖΑΚΥΝΘΟΥ ΤΟΥ ΚΚΕ

Κυβέρνηση και δημοτική αρχή να δώσουν λύση στο αδιέξοδο με τα σκουπίδια

Να αναλάβουν τις ευθύνες τους και να δώσουν λύση, εδώ και τώρα, στο σοβαρό πρόβλημα που έχει προκύψει με τη διαχείριση των απορριμμάτων στη Ζάκυνθο, τέτοιο που απειλείται σοβαρά η δημόσια υγεία από τους σωρούς σκουπιδιών στους δρόμους, κάλεσε την κυβέρνηση και τη δημοτική αρχή η ΤΕ Ζακύνθου του ΚΚΕ, σε συνέντευξη Τύπου που παραχώρησε χτες.

Η κατάσταση στο νησί είναι άκρως σοβαρή, καθώς ο ΧΥΤΑ στην περιοχή του Σκοπού παραμένει κλειστός στα απορριμματοφόρα. Ο χώρος έχει πλέον υπερκορεστεί, σε σημείο επικίνδυνο τόσο για τους εργαζόμενους που δουλεύουν σε αυτόν, όσο και για την ευρύτερη περιοχή του Λαγανά, που απειλείται με ρύπανση σε περίπτωση κατάρρευσης του ΧΥΤΑ. Το αποτέλεσμα είναι τα σκουπίδια να συσσωρεύονται στους δρόμους, με σοβαρούς κινδύνους για την υγεία των κατοίκων, όπως επισημαίνει και η Διεύθυνση Υγείας και Κοινωνικής Πρόνοιας της Περιφερειακής Ενότητας Ζακύνθου σε παρέμβαση που έκανε μετά από καταγγελίες κατοίκων.

Ο **Τάκης Στρούζας**, Γραμματέας της ΤΕ Ζακύνθου του ΚΚΕ, επεσήμανε τις ευθύνες της δημοτικής αρχής για την κατάσταση στο νησί, καθώς αποφάσισε μεν την κατασκευή ΧΥΤΥ στη θέση Λίβας, χωρίς ωστόσο να έχει φροντίσει τη λειτουργία ενδιάμεσης λύσης μετά το κλείσιμο του ΧΥΤΑ Σκοπού και μέχρι τη δημιουργία του νέου ΧΥΤΥ. Η πρόταση της δημοτικής αρχής στο αδιέξοδο που έχει δημιουργηθεί περιορίζεται στο να ξαναλειτουργήσει τον υπερκορεσμένο χώρο στο Σκοπό.

Αναφορικά με την απόφαση της πλειοψηφίας του Δημοτικού Συμβουλίου να κατασκευαστεί ΧΥΤΥ στη θέση Λίβας, αλλά και χώρος επεξεργασίας απορριμμάτων, ο Τ. Στρούζας σημείωσε ότι πρέπει «να δημιουργηθούν με όλες τις απαραίτητες προδιαγραφές που θα εξασφαλίζουν την άρτια λειτουργία του, χωρίς να επιβαρυνθεί το περιβάλλον. Είναι γνωστό και το έχουν καταγγείλει κατ' επανάληψη οι κομμουνιστές δημοτικοί και περιφερειακοί σύμβουλοι, ότι όλες οι μελέτες των απορ-



Αυτή είναι η κατάσταση στους δρόμους της Ζακύνθου

ριμμάτων τα τελευταία 20 - 25 χρόνια στηρίχτηκαν σε ιδιωτικά μελετητικά γραφεία, που καθοδηγούσαν, τάχα μου, για λύσεις απομυζώντας πακτωλό χρημάτων. Την ίδια στιγμή, οι προτάσεις των κομμουνιστών δημοτικών συμβούλων και περιφερειακών συμβούλων για επιστημονικό κεντρικό σχεδιασμό, ενιαίο κρατικό φορέα κατασκευών που θα υλοποιεί φιλολαϊκά έργα, κρατική ιδιοκτησία στη γη και στις τεχνικές υποδομές, έπεφταν στο κενό, γιατί το σκουπίδι λειτουργούσε σαν εμπόρευμα και μέσω των ΣΔΙΤ και της απαξίωσης που δημιουργούνταν, προχωρούσαν σε λύσεις ιδιωτικοποίησης, όπως πρόσφατα έγινε με την Ανακύκλωση». Χαρακτηριστικά ανέφερε: «Είναι γνωστός ο πακτωλός χρημάτων που κατασπαταλήθηκε και όχι μόνο, όλα τα προηγούμενα χρόνια στο Σκοπό, όπου οι δημοτικοί σύμβουλοι του ΠΑΣΟΚ και της ΝΔ έφτιαχναν τα "περίφημα" τοιχεία των πολλών εκατομμυρίων ή τους περίφημους βιολογικούς που δεν λειτουργούσαν».

Ο Γραμματέας της ΤΕ Ζακύνθου του ΚΚΕ ανέφερε, τέλος, ότι «οι δυνάμεις της "Λαϊκής Συσπείρωσης" στο Δημοτικό και το Περιφερειακό Συμβούλιο δεν πετάγαν στον αέρα τοποθεσίες για το νέο ΧΥΤΥ, ούτε έπαιζαν το ρόλο του τροχονόμου. Ζήτησαν, σύμφωνα και με τις θέσεις του ΚΚΕ, διαχείριση των απορριμμάτων με γνώμονα τις λαϊκές ανάγκες, με σεβασμό στο περιβάλλον, στην υγεία του λαού, στους φυσικούς πόρους, στο λαϊκό εισόδημα».

ΣΩΜΑΤΕΙΟ ΕΡΓΑΖΟΜΕΝΩΝ ΠΑΓΝΗ

Καταγγέλλει περίεργο περιστατικό στο νοσοκομείο

Ένα περίεργο περιστατικό που γεννά ερωτήματα καταγγέλλει το **Σωματείο Εργαζομένων στο Πανεπιστημιακό Νοσοκομείο Ηρακλείου (ΠΑΓΝΗ)**. Οπως αναφέρει σε ανακοίνωσή του, στις 31/10 στο χώρο του νοσοκομείου εμφανίστηκαν δύο άντρες, εκ των οποίων ο ένας μάλιστα έφερε όπλο, οι οποίοι παρουσιάστηκαν ως «στρατιωτικοί γιατροί από το Ισραήλ». Ζήτησαν πληροφορίες για το νοσοκομείο, για τις ιατρικές του ειδικότητες, αλλά και να δουν τους χώρους του, κάτι που δεν τους επιτράπη από τη διοίκηση του νοσοκομείου.

Με αφορμή τα παραπάνω, το σωματείο καλεί σε αγωνιστική επαγρύπνηση και ετοιμότητα τους εργαζομένους, σημειώνοντας μεταξύ άλλων τον ιδιαίτερο ρόλο που επιδιώκεται να παίξουν η Κρήτη και οι υποδομές της σε επικίνδυνους ιμπεριαλιστικούς σχεδιασμούς.

ΣΩΜΑΤΕΙΑ ΚΑΙ ΦΟΡΕΙΣ ΙΚΑΡΙΑΣ

Αύριο η κινητοποίηση στο υπουργείο Υγείας

Κινητοποίηση στο υπουργείο Υγείας οργανώνουν αύριο, Παρασκευή, στις 11 π.μ., **Λαϊκές Επιτροπές, σωματεία και φορείς της Ικαρίας**, για τα μεγάλα προβλήματα της Υγείας στο νησί. Συγκεκριμένα διεκδικούν: Πλήρη στελέχωση με το αναγκαίο προσωπικό - τουλάχιστον με βάση τα οργανογράμματα - των Μονάδων Υγείας, ιδιαίτερα του Κέντρου Υγείας και των Περιφερειακών Ιατρείων σε Ικαρία και Φούρνους, καθώς και του ΕΚΑΒ, ώστε να διασφαλιστεί η 24ωρη λειτουργία τους. Αναβάθμιση του ιατρείου των Ραχών και βελτίωση της υλικοτεχνικής υποδομής και του εξοπλισμού. Λειτουργία Μονάδας Τεχνητού Νεφρού και Αξονικού Τομογράφου στο Νοσοκομείο.

Την κινητοποίηση στηρίζει και το **Εργατικό Κέντρο νομού Σάμου**. Στην ανακοίνωσή του σημειώνει: «Όλες οι δομές Υγείας στα νησιά μας βρίσκονται αντιμέτωπες με μύρια όσα προβλήματα. Νοσοκομεία, Κέντρα Υγείας και αγροτικά ιατρεία υπολειπουργούν με τεράστιες ελλείψεις σε προσωπικό και αναλώσιμα, λόγω υποχρηματοδότησης. Οι ίδιοι γιατροί "τρέχουν" να καλύψουν αγροτικά ιατρεία και εφημερίες στα νοσοκομεία. Οι άνθρωποι μας χάνονται και θα χάνονται όσο συνεχίζεται και βαθαίνει αυτή η αντιλαϊκή πολιτική. Δεν πάει άλλο! Είμαστε μαζί στον αγώνα για την κάλυψη των λαϊκών αναγκών στην Υγεία με τα Σωματεία και τις Λαϊκές Επιτροπές της Ικαρίας».

ΕΚΑΒ Βόλου: Σιωπητήριο στο 166

Καταγγέλλουν μετακινήσεις με «κομματικό άρωμα»

Μετακινήσεις με «κομματικό άρωμα» καταγγέλλουν οι εργαζόμενοι του ΕΚΑΒ Μαγνησίας που κάνουν λόγο για επιχείρηση αποδυναμώσης της υπηρεσίας του Βόλου, ενόψει της κατάργησης του τηλεφωνικού κέντρου και μεταφοράς του στη Λάρισα.

Οι καταγγελίες του συλλόγου εδράζονται στο γεγονός ότι μόλις χθες εστάλη στην τοπική υπηρεσία του ΕΚΑΒ στο Βόλο, έγγραφο για τη μετακίνηση υπαλλήλου στη Λάρισα που απασχολείται στη συγκεκριμένη θέση στο Βόλο μόλις δύο χρόνια. Η μετακίνηση αυτή ενδεχομένως να μην ενοχλούσε εάν και εφόσον, όπως τόνισε στον ΤΑΧΥΔΡΟΜΟ ο Παν. Δαρειώτης εκ μέρους των εργαζομένων του ΕΚΑΒ, τηρούσαν η σειρά προτεραιότητας καθώς αιτήματα μετακίνησης προς τη Λάρισα έχουν τεθεί και από άλλους εργαζόμενους που μάλιστα κατάγονται από εκεί, αλλά δεν έγιναν μέχρι στιγμής αποδεκτά.

Αντίθετα- σύμφωνα με το σωματείο- «η διοίκηση έσπευσε να κάνει αποδεκτό το αίτημα μετακίνησης εργαζόμε-

νης που είναι υποψήφιος με το ψηφοδέλτιο του ΣΥΡΙΖΑ στις εκλογές για υπηρεσιακό συμβούλιο που έχει το ΕΚΑΒ στις 26 Νοεμβρίου».

«Δεν έχουμε πρόβλημα με κανέναν συνάδελφο. Όμως δεν μπορούμε να κλείνουμε τα μάτια όταν επιχειρείται να αποδυναμωθεί το τμήμα του Βόλου και μάλιστα με εξόφθαλμο τρόπο που έχει να κάνει και με κομματικές σκοπιμότητες. Η μετακίνηση υπαλλήλου στην παρούσα συγκυρία δεν είναι τυχαία», σημείωσε ο κ. Δαρειώτης, εκφράζοντας την δυσφορία εκ μέρους των συναδέλφων του, που εκτιμούν ότι αποσιλώνεται το ΕΚΑΒ Βόλου.

Τέλος του μήνα θα σιγήσει το κέντρο

Το ΕΚΑΒ του Βόλου μετρά απώλειες στο έμφυχο δυναμικό, ενώ εάν προστεθεί και το διαχρονικό πρόβλημα του πεπαλαιωμένου στόλου των ασθενοφόρων, τα προβλήματα μεγαλώνουν ακόμη περισσότερο.

Και όλα αυτά πριν ακόμη καταργηθεί επίσημα το τηλεφωνικό κέντρο. Η τελευταία ενημέρωση που είχαν οι εργαζόμενοι του Βόλου, αναφέρει ότι το



«Κομματικές μετακινήσεις» που αποδυναμώνουν το ΕΚΑΒ Βόλου καταγγέλλει ο σύλλογος

166 θα σιγήσει... στο Βόλο τέλος του μήνα.

Μετά την κατάργησή του και τη μεταφορά του στη Λάρισα, όταν ένας πολίτης στο νομό Μαγνησίας θα καλεί το 166, θα χτυπάει το τηλέφωνο στη Λάρισα και οι υπάλληλοι του ΕΚΑΒ στη Λάρισα θα είναι εκείνοι που θα διαχειρίζονται το περιστατικό. Από εκεί και θα διαβιβάζουν την κλήση στα ασθενοφόρα του Βόλου και κατ' επέκταση στα Κέντρα Υγείας του νομού.

Ο σύλλογος εργαζομένων ΕΚΑΒ Βόλου έχει καταγγείλει επανειλημμένα ότι θα δημιουργηθούν σοβαρά προβλήματα στην επικοινωνία και τη διαχείριση των περιστατικών, κυρίως όσον αφορά στην έγκαιρη παρέμβαση, προκειμένου να σωθούν ανθρώπινες ζωές.

ΒΑΣΩ ΚΥΡΙΑΖΗ

HEALTH VOICE
ΥΓΕΙΑ + ΑΣΦΑΛΙΣΗ

ΘΕΩΡΕΙΤΑΙ ΝΟΣΟΣ ΤΟΥ ΔΥΤΙΚΟΥ

τρόπου ζωής, δηλαδή της καθιστικής ζωής, της κακής διατροφής και του αυξανόμενου ποσοστού παχυσαρκίας. Θεωρείται παγκόσμια επιδημία, καθώς τα 380 εκατ. ατόμων με διαβήτη αυξάνονται κάθε χρόνο με ρυθμό που ξεπερνά τις προβλέψεις της προηγούμενης χρονιάς. Θεωρείται ύπουλη νόσος, καθώς συνήθως γίνεται αντιληπτή αφού έχει εξελικθεί, μέσω των επιπλοκών της, που είναι πολλές, σοβαρές, έως και απειλητικές για τη ζωή του πάσχοντα.

Γράφει η
ΓΙΩΤΑ ΚΑΡΑΜΠΙΝΗ

Τρόποι πρόληψης

Άσκηση

Η καθημερινή άσκηση για 30 λεπτά μπορεί να μειώσει τον κίνδυνο εμφάνισης διαβήτη τύπου 2 κατά 40%.

Μεσογειακή διατροφή

Δηλαδή, κατανάλωση λιγότερου κρέατος και περισσότερων φρούτων, λαχανικών, όσπριων και δημητριακών ολικής άλεσης.

Διατήρηση κανονικού βάρους

Ο διαβήτης τύπου 2 εμφανίζεται συχνότερα σε άτομα με παχυσαρκία, γι' αυτό η απώλεια του σωματικού βάρους συνιστάται ως μέτρο πρόληψης.

Προστασία των παιδιών

Με πρόληψη ή αντιμετώπιση της παιδικής παχυσαρκίας, μύηση των παιδιών σε υγιεινό τρόπο διατροφής και αύξηση της φυσικής δραστηριότητας από τα πρώτα χρόνια ζωής.

Η ΧΡΟΝΙΑ ΝΟΣΟΣ ΜΕ ΤΙΣ ΣΟΒΑΡΕΣ ΕΠΙΠΛΟΚΕΣ ΜΠΟΡΕΙ ΝΑ ΠΡΟΛΗΦΘΕΙ

Voice Η φετινή Παγκόσμια Ημέρα Διαβήτη (14 Νοεμβρίου) φέρνει ελπιδοφόρες υποσχέσεις στο επίπεδο αντιμετώπισής του. Μάλιστα, όπως εξήγησε ο Νικόλαος Παπάνας, αναπληρωτής καθηγητής Παθολογίας-Σακχαρώδους Διαβήτη και πρόεδρος της Ελληνικής Διαβητολογικής Εταιρίας (ΕΔΕ) στη συνέντευξη Τύπου που διοργάνωσε η Εταιρία, αναμένονται περαιτέρω βελτιώσεις των φαρμακευτικών σκευασμάτων, αλλά και των συστημάτων μέτρησης και καταγραφής γλυκόζης, που θα τα καταστήσουν ακόμη πιο φιλικά για τον χρήστη, περιορίζοντας τις αρνητικές επιπτώσεις τους, αλλά και δρώντας προστατευτικά έναντι άλλων κινδύνων.

Διαβητικοί στην Ελλάδα

Οι ελπιδοφόρες εξελίξεις από το ιατρικό μέτωπο δεν μπορούν, ωστόσο, σε καμία περίπτωση να μας εφησυχάσουν θεωρώντας ότι ο διαβήτης αντιμετωπίζεται ή ελέγχεται ικανοποιητικά. Σύμφωνα με τα στοιχεία της ΕΔΕ, τα τελευταία 30 χρόνια στη χώρα μας, εξαπλασιάστηκε ο αριθμός των ατόμων με διαβήτη. Έτσι, οι Έλληνες που πάσχουν από διαβήτη υπολογίζονται πλέον, στους 700.000-900.000, ενώ κάθε χρόνο προστίθενται σε αυτό το νούμερο 35.000 με 40.000 νέες περιπτώσεις, εκ των οποίων 500 είναι παιδιά μικρότερα των 16 ετών.

Συχνότητα εμφάνισης

Τα παραπάνω στοιχεία φαίνεται να συμφωνούν και με τα προκαταρκτικά ευρήματα της επιδημιολογικής έρευνας υγείας EMENO (Εθνική Μελέτη Νοσηρότητας και Παραγόντων Κινδύνου) που επικαλέστηκε ο κ. Παπάνας και σύμφωνα με την οποία ο επιπολασμός του διαβήτη (δηλαδή η συχνότητα εμφάνισης και η εξάπλωσή του) ανέρχεται στο 9,9% του πληθυσμού ηλικίας από 20-79 ετών. Σύμφωνα με τη συγκεκριμένη έρευνα ο αριθμός των διαβητικών ατόμων ανέρχεται σε 763.698.

Βάσει συνταγογραφήσεων

Ωστόσο, σύμφωνα με την κυρία Γκόλφω Γεμιστού, αντιπρόεδρο της ΠΟΣΣΑΣΔΙΑ (Πανελλήνια Ομοσπονδία Σωματείων-Συλλόγων Ατόμων με Σακχαρώδη Διαβήτη), ο αριθμός των διαβητικών στη χώρα μας είναι σημαντικά μεγαλύτερος και ανέρχεται στα 1.200.000 άτομα, που ξεπερνούν ποσοστιαία το 11% του συνολικού πληθυσμού.

Σύμφωνα με την κυρία Γεμιστού τα νούμερα αυτά προκύπτουν

Ελπιδοφόρες εξελίξεις στο μέτωπο του διαβήτη

ΕΠΙΚΙΝΔΥΝΟΤΗΤΑ ΤΟΥ ΔΙΑΒΗΤΗ
Αποτελεί την πρώτη αιτία τύφλωσης ενηλίκων
Αποτελεί την πρώτη αιτία τελικού σταδίου νεφρικής ανεπάρκειας
Αποτελεί την πρώτη αιτία ακρωτηριασμών των κάτω άκρων
Αποτελεί σημαντική αιτία στυτικής δυσλειτουργίας
Τετραπλασιάζει τον κίνδυνο για καρδιαγγειακά επεισόδια
Αυξάνει τον κίνδυνο για εγκεφαλικά επεισόδια
Αυξάνει τον κίνδυνο για άνοια

Πλήρης ομοφωνία στην ανάγκη πρόληψης

Η διαφωνία για τον ακριβή προσδιορισμό των διαβητικών ατόμων στη χώρα μας δεν στάθηκε ικανή να επισκιάσει την απόλυτη και πλήρη ομοφωνία όλων των παραγόντων για την αναγκαιότητα της εντατικοποίησης των προσπαθειών πρόληψης της νόσου (αναφορικά με τον διαβήτη τύπου 2) και, κυρίως, όσον αφορά τα παιδιά και τις μικρότερες ηλικίες.

Όπως υπογράμμιστηκε από τους ομιλητές της εκδήλωσης της ΕΔΕ, ο διαβήτης τύπου 1 (που δεν μπορεί να προληφθεί, καθώς το άτομο παρουσιάζει απουσία ινσουλίνης) αυξάνεται κατά 3% ετησίως στα παιδιά και τους εφήβους. Αντιστοίχως, ο διαβήτης τύπου 2 (που μπορεί να προληφθεί, καθώς το άτομο διαθέτει ινσουλίνη σε μικρότερη ποσότητα ή με μειωμένη λειτουργικότητα) καταγράφει αλματώδη αύξηση στις μικρότερες ηλικίες, εξελίξη που συνδέεται και με την αύξηση της παιδικής παχυσαρκίας.

9,9% υπολογίζεται η συχνότητα εμφάνισης και εξάπλωσης του διαβήτη στη χώρα μας στις ηλικίες από 20 έως 79 ετών



Οι ειδικοί αναμένουν περαιτέρω βελτιώσεις των φαρμακευτικών σκευασμάτων, αλλά και των συστημάτων μέτρησης και καταγραφής της γλυκόζης

Σύμφωνα με στοιχεία τα τελευταία 30 χρόνια στη χώρα μας, εξαπλασιάστηκε ο αριθμός των διαβητικών που υπολογίζονται σε 700-900 χιλιάδες, ενώ κάθε χρόνο προστίθενται 35-40 χιλιάδες νέες περιπτώσεις, εκ των οποίων 500 είναι παιδιά μικρότερα των 16 ετών

από τα στοιχεία που εξασφάλισε η Ομοσπονδία από το σύστημα Ηλεκτρονικής Διακυβέρνησης Κοινωνικής Ασφάλισης (ΗΔΙΚΑ) και συγκεκριμένα από τις ηλεκτρονικές συνταγογραφήσεις των γιατρών. Από την πλευρά του, ο κ. Νικόλαος Τεντολούρης, αναπληρωτής καθηγητής Παθολογίας και πρόεδρος της Ελληνικής Ομοσπονδίας για το Διαβήτη (ΕΛΟΔι), συντάχθηκε με τα «έπισημα» στοιχεία της ΕΔΕ και της έρευνας EMENO αμφισβητώντας τα στοιχεία που επικαλέστηκε η κυρία Γεμιστού.

**Απεργούν στις 24 Νοεμβρίου και 8
Δεκεμβρίου οι νοσοκομειακοί γιατροί**

Με δύο απεργίες, την Πέμπτη 24 Νοεμβρίου -στο πλαίσιο της γενικής απεργίας στο Δημόσιο- και την Πέμπτη 8 Δεκεμβρίου, κλιμακώνουν τις απεργιακές κινητοποιήσεις τους οι νοσοκομειακοί γιατροί. Ζητούν άμεσα προσλήψεις μόνιμου προσωπικού στο Δημόσιο και τη μη απόλυση των επικουρικών γιατρών.