



Απριλίου 2023

Παγκόσμια Ημέρα Υγείας

Φέτος 7 Απριλίου 2023 συμπληρώνονται 75 χρόνια από την ίδρυση του Παγκόσμιου Οργανισμού Υγείας.

Το μήνυμα του φετινού εορτασμού είναι «Υγεία για Όλους» (Health for All), και υποστηρίζονται και ενθαρρύνονται ενέργειες που αποσκοπούν στην αντιμετώπιση των τωρινών, αλλά και μελλοντικών προκλήσεων στην Υγεία, ώστε όλοι οι άνθρωποι ανεξαιρέτως να αποκτήσουν ισότιμη πρόσβαση στην υγειονομική περίθαλψη και να απολαμβάνουν καλύτερη ποιότητα ζωής σε έναν ειρηνικό και βιώσιμο κόσμο.

Στο πλαίσιο αυτό, ο Δήμος έχει ιδρύσει από το 2014 το ΚΕΠ Υγείας Γαλατσίου σε συνεργασία με το Εθνικό Διαδημοτικό Δίκτυο Υγιών Πόλεων.

Βασικό μέλημα του Προγράμματος των ΚΕΠ Υγείας είναι η ευαισθητοποίηση, η ενημέρωση, η διοργάνωση προληπτικών εξετάσεων και παραπομπών σε δομές υγείας, όλων των πολιτών ανεξαρτήτου ασφαλιστικής ικανότητας, με έμφαση στα συνηθέστερα νοσήματα που αντιμετωπίζουν οι επαγγελματίες υγείας στην Πρωτοβάθμια Φροντίδα Υγείας.

Τα νοσήματα για τα οποία προτείνονται προληπτικές εξετάσεις είναι οι εξής:

Πρωτόκολλο Προληπτικών Εξετάσεων



Επί Υπόπτων Ευρημάτων ο πολίτης παύει να ακολουθεί το πρωτόκολλο και τον αναλαμβάνει ο θεράπων ιατρός του.

1.

ΑΝΕΥΡΥΣΜΑ ΚΟΙΛΙΑΚΗΣ ΑΟΡΤΗΣ

ΓΥΝΑΙΚΕΣ   ΑΝΔΡΕΣ

65 - 85 ΕΤΩΝ

ΥΠΕΡΗΧΟΓΡΑΦΗΜΑ ΚΟΙΛΙΑΚΗΣ ΑΟΡΤΗΣ (ΑΠΑΞ)

Ο έλεγχος ξεκινάει από το 55ο έτος ηλικίας, αν υπάρχει ιστορικό σε πρώτου βαθμού συγγενή, ή και νωρίτερα αν υπάρχει ύποπτη κλινική εικόνα (π.χ. σφύζουσα μάζα στην κοιλιά)

2.

ΜΕΛΑΝΩΜΑ

ΓΥΝΑΙΚΕΣ   ΑΝΔΡΕΣ

20 ΕΤΩΝ & ΑΝΩ

ΧΑΡΤΟΓΡΑΦΗΣΗ ΣΠΙΛΩΝ & ΚΛΙΝΙΚΗ ΕΞΕΤΑΣΗ ΥΠΟΠΤΩΝ ΣΠΙΛΩΝ ΚΑΘΕ 1 ΕΤΟΣ

Ο έλεγχος ξεκινάει από το 13ο έτος ηλικίας, αν υπάρχει ιστορικό υπερβολικής έκθεσης στον ήλιο ή καρκίνου του δέρματος.

3.

ΚΑΡΔΙΑΓΓΕΙΑΚΑ ΝΟΣΗΜΑΤΑ

ΓΥΝΑΙΚΕΣ   ΑΝΔΡΕΣ

15 - 30 ΕΤΩΝ ΚΑΘΕ 5 ΕΤΗ  30 ΕΤΩΝ & ΑΝΩ ΚΑΘΕ 3 ΕΤΗ

ΛΗΨΗ ΑΡΤΗΡΙΑΚΗΣ ΠΙΕΣΗΣ ΚΑΙ ΕΞΕΤΑΣΕΙΣ ΑΙΜΑΤΟΣ ΓΙΑ ΟΛΙΚΗ ΧΟΛΗΣΤΕΡΟΛΗ, LDL ΧΟΛΗΣΤΕΡΟΛΗ, HDL ΧΟΛΗΣΤΕΡΟΛΗ, ΤΡΙΓΛΥΚΕΡΙΔΙΑ & ΣΑΚΧΑΡΟ ΑΙΜΑΤΟΣ. ΑΠΑΡΑΙΤΗΤΗ Η ΜΕΤΡΗΣΗ ΤΟΥ ΚΑΡΔΙΑΓΓΕΙΑΚΟΥ ΚΙΝΔΥΝΟΥ

Επί οριακών ενδείξεων, επί υπάρξεως ατομικού ή οικογενειακού ιστορικού, ενδέχεται να χρειάζεται ειδικός έλεγχος σύμφωνα και με τις υποδείξεις του θεράποντος ιατρού.

4.

ΚΑΡΚΙΝΟΣ ΜΑΣΤΟΥ

 ΓΥΝΑΙΚΕΣ

39 - 49 ΕΤΩΝ ΚΑΘΕ 2 ΕΤΗ  50 ΕΤΩΝ & ΑΝΩ ΚΑΘΕ ΕΤΟΣ

ΜΑΣΤΟΓΡΑΦΙΑ

Ο έλεγχος ξεκινάει από το 30ό έτος ηλικίας ή και νωρίτερα, αν υπάρχει οικογενειακό ιστορικό ή συγκεκριμένα γονίδια. Συμπληρωματικός έλεγχος με υπερηχογράφημα ή εντοπιστική μαστογραφία κατά περίπτωση.

5.

ΚΑΡΚΙΝΟΣ ΤΡΑΧΗΛΟΥ ΜΗΤΡΑΣ



ΓΥΝΑΙΚΕΣ

13 - 26 ΕΤΩΝ | 21 ΕΤΩΝ & ΑΝΩ
ΚΑΘΕ 1 ΕΤΟΣ

ΕΜΒΟΛΙΑΣΜΟΣ ΓΙΑ ΗΡΝ
• ΡΑΡ ΤΕΣΤ

Ενδείκνυται να παραγματοποιείται την περίοδο της εφηβείας.

6.

ΚΑΡΚΙΝΟΣ ΠΑΧΕΟΣ ΕΝΤΕΡΟΥ

ΓΥΝΑΙΚΕΣ ΑΝΔΡΕΣ

50 - 75 ΕΤΩΝ

ΑΝΙΧΝΕΥΣΗ ΑΙΜΟΣΦΑΙΡΙΝΗΣ ΚΟΠΡΑΝΩΝ ΚΑΘΕ 1 ΕΤΟΣ ή ΚΟΛΟΝΟΣΚΟΠΗΣΗ ΚΑΘΕ 5 ΕΤΗ

Ο έλεγχος ξεκινάει από το 40ό έτος ηλικίας ή και νωρίτερα, αν υπάρχει ιστορικό καρκίνου του παχέος εντέρου ή αδενωματώδη πολύποδα σε συγγενή πρώτου βαθμού, ή σε παρουσία κληρονομικών συνδρόμων.

7.

ΚΑΡΚΙΝΟΣ ΠΡΟΣΤΑΤΟΥ



ΑΝΔΡΕΣ

55 - 75 ΕΤΩΝ

ΟΥΡΟΛΟΓΙΚΗ ΕΞΕΤΑΣΗ & ΕΞΕΤΑΣΗ PSA ΚΑΘΕ 1 ΕΤΟΣ ΑΝ Η ΤΙΜΗ ΤΟΥ PSA ΕΙΝΑΙ ΠΑΝΩ ΑΠΟ 2,5ng/ml & ΚΑΘΕ 2 ΕΤΗ ΑΝ Η ΤΙΜΗ ΤΟΥ PSA ΕΙΝΑΙ ΚΑΤΩ ΑΠΟ 2,5ng/ml

Ο έλεγχος ξεκινάει από το 40ο έτος ηλικίας αν υπάρχουν συγγενείς πρώτου βαθμού με καρκίνο του προστάτη σε ηλικία κάτω των 65 ετών.

8.

ΚΑΤΑΘΛΙΨΗ

ΓΥΝΑΙΚΕΣ ΑΝΔΡΕΣ

ΑΠΟ 18 ΕΤΩΝ ΚΑΘΕ ΕΤΟΣ

ΚΛΙΜΑΚΑ ΑΥΤΟΑΞΙΟΛΟΓΗΣΗΣ ΚΑΤΑ ZUNG

Παράγοντας κινδύνου είναι και οι αγχώδεις διαταραχές, η διαταραχή πανικού, η κοινωνική φοβία η αναφερόμενη δυσθυμία, η κατάχρηση ουσιών, η διαταραχή ελλειμματικής προσοχής και οι διαταραχές προσωπικότητας.

9.

ΑΝΟΙΑ

ΓΥΝΑΙΚΕΣ ΑΝΔΡΕΣ

ΑΠΟ 65 ΕΤΩΝ ΚΑΘΕ ΕΤΟΣ

ΝΕΥΡΟΨΥΧΟΛΟΓΙΚΟΣ ΕΛΕΓΧΟΣ - ΤΕΣΤ ΜΝΗΜΗΣ

Ο έλεγχος ξεκινά νωρίτερα από τα 65 έτη εφόσον υπάρχουν ελλείμματα μνήμης και προδιαθεσικοί παράγοντες για άνοια και νόσο Alzheimer όπως υπέρταση, σακχαρώδης διαβήτης, παχυσαρκία, κάπνισμα, υπερχοληστεριναίμια, κατάθλιψη και οικογενειακό ιστορικό άνοιας

10.

ΟΣΤΕΟΠΟΡΩΣΗ

ΓΥΝΑΙΚΕΣ ΑΝΔΡΕΣ

ΜΕΤΡΗΣΗ ΟΣΤΙΚΗΣ ΠΥΚΝΟΤΗΤΑΣ

ΓΥΝΑΙΚΕΣ 65 ΕΤΩΝ κάθε 4 ΕΤΗ
Η Πρόληψη ξεκινάει πριν τα 65 σε μετεμμηνοπαυσιακές γυναίκες με παράγοντες κινδύνου & άτομα που έχουν υποστεί κάταγμα σε ηλικία άνω των 50 ετών

ΑΝΔΡΕΣ - 70 ΕΤΩΝ κάθε 4 ΕΤΗ
Η Πρόληψη ξεκινάει πριν τα 70 σε άνδρες που είναι 50 έως 69 ετών με παράγοντες κινδύνου & άτομα που έχουν υποστεί κάταγμα σε ηλικία άνω των 50 ετών

Ο πολίτης μέσω την ΚΕΠ Υγείας

Εφόσον το επιθυμεί θα δημιουργεί ένα ηλεκτρονικό ιατρικό φάκελο με τις προληπτικές του εξετάσεις.

Το προσωπικό των ΚΕΠ Υγείας τον ενημερώνει για τους παρόχους Ιατρούς και τα Διαγνωστικά Εργαστήρια που συνεργάζονται με τα πρόγραμμα πρόληψης του Δήμου

- Οι πάροχοι Ιατροί αλλά και ο ίδιος ο Δημότης μπορεί να ενημερώνει τον ιατρικό του φάκελο των προληπτικών του εξετάσεων μέσω των ΚΕΠ Υγείας.
- Ο Δημότης που έχει ιατρικό φάκελο στα ΚΕΠ Υγείας μέσω ειδικού λογαριασμού θα ενημερώνεται για την ημερομηνία που πρέπει να επαναλάβει τις προληπτικές εξετάσεις του.

Τα ΚΕΠ Υγείας θα αναλάβουν τον συντονισμό εκστρατειών ενημέρωσης για τα 10 νοσήματα αλλά και για τους προδιαθεσικούς παράγοντες.

Ο ρόλος των ΚΕΠ Υγείας είναι να διασυνδέει τις υπηρεσίες υγείας του δήμου αλλά και όλων των φορέων που ασχολούνται με προγράμματα πρόληψης και προαγωγής υγείας.



Για περισσότερες πληροφορίες τηλεφωνήστε στο 2102222011, ή στείλτε μήνυμα στο [@kep.ygeias](https://www.facebook.com/kep.ygeias)

Facebook : <https://www.facebook.com/koin.farmakeio.galatsi/>

