

Οι αναδυόμενες προκλήσεις στην Π.Φ.Υ. 1^ο Κέντρο Υγείας Σαλαμίνας

Δρ. Κουλούρη Αγορίτσα
RN, RMHN, MSc, MHSc, PhD

*Μέλος του Συμβουλίου Εκπαίδευσης του Υ.Υ. για την Ειδικότητα της Δημόσιας Υγείας / Κοινωνικής Νοσηλευτικής
Συντονίστρια Εκπαίδευσης Ειδικότητας Δημόσιας Υγείας / Κοινωνικής Νοσηλευτικής 2^{ης} ΔΥΠΕ Πειραιώς & Αιγαίου
Συντονίστρια Δικτύου Αγωγής Υγείας και Πρόληψης 2^{ης} ΔΥΠΕ Πειραιώς & Αιγαίου
Ν/Υ 1^ο Κέντρο Υγείας Σαλαμίνας*

Ο ρόλος της ΠΦΥ στην παροχή υπηρεσιών και τη βελτίωση της υγείας του πληθυσμού

Alma -Ata 1978



PRIMARY HEALTH CARE

USSR - ALMA - ATA 1978

World Health Organization - WHO - United Nations Children's Fund - UNICEF

- Η διακήρυξη της **Alma-Ata το 1978** αποτέλεσε τη βάση για τον επαναπροσδιορισμό της ευθύνης του συστήματος υγείας προς την Πρωτοβάθμια Φροντίδα Υγείας.
- Η σημασία της **Πρόληψης και της Αγωγής Υγείας** σε συνδυασμό με την ενεργητική συμμετοχή της κοινότητας και του ίδιου του πολίτη για την αντιμετώπιση της ασθένειας και τη βελτίωση ή διατήρηση της υγείας του μέσα από συντονισμένη διατομεακή δράση, αναδείχθηκαν και αποτέλεσαν στη συνέχεια την πυξίδα για τον επαναπροσανατολισμό των συστημάτων υγείας πολλών χωρών.

Ο ρόλος της ΠΦΥ στην παροχή υπηρεσιών και τη βελτίωση της υγείας του πληθυσμού



- Η διακήρυξη της Astana το 2018 αναδεικνύει τη σημασία της υγείας για την ειρήνη, την ασφάλεια, την κοινωνική και οικονομική ανάπτυξη καθώς και την αλληλεπίδρασή τους.
- Η ΠΦΥ πρέπει να είναι προσιτή, ισότιμη, ασφαλής αποτελεσματική, διαθέσιμη και οικονομικά προσιτή.

Η ανάπτυξη της ΠΦΥ σχετίζεται με τη βελτίωση της έκβασης

- της υγείας
- της περιγεννητικής θνησιμότητας
- της θνησιμότητας από άλλες αιτίες (ατυχήματα) ή
- την ειδική με τη νόσο θνητότητα (καρδιαγγειακά νοσήματα, αναπνευστικά)



Αυτή η σχέση είναι σημαντική για τον έλεγχο καθοριστικών παραγόντων για την υγεία σε μακροεπίπεδο (ποσοστό ηλικιωμένων, ΑΕΠ κατά κεφαλή, ποσοστό ιατρών ανά 1000 κατοίκους)

καθώς και σε μικροεπίπεδο (ΜΟ εξωνοσοσκομειακών επισκέψεων, κατά κεφαλήν εισόδημα, κατανάλωση αλκοόλ και καπνού)

- Αυξημένη διαθεσιμότητα των υπηρεσιών ΠΦΥ σχετίζεται θετικά με την υψηλή ικανοποίηση των ασθενών και μείωση των συνολικών δαπανών για την υγεία.
- Προσανατολισμένα στην ΠΦΥ συστήματα υγείας, ακόμη και σε χώρες με χαμηλό εισόδημα, αναφέρεται να είναι περισσότερο δίκαια, προσιτά και προσβάσιμα για τους πιο φτωχούς.



- Η εφαρμογή του θεσμού των γενικών ιατρών σχετίζεται θετικά με τη μείωση του κόστους και την αυξημένη ικανοποίηση των χρηστών, χωρίς αρνητικές επιπτώσεις στην ποιότητα των υπηρεσιών.
- Επιπρόσθετα, χαρακτηριστικά της ΠΦΥ όπως η γεωγραφική κάλυψη, η συνέχεια στη φροντίδα, ο συντονισμός και ο προσανατολισμός προς την κοινότητα, σχετίζονται με τη βελτίωση της υγείας του πληθυσμού.

Για να μπορούν τα κράτη να “απολαμβάνουν” τα οφέλη της ΠΦΥ, οφείλουν να ικανοποιούν βασικές προϋποθέσεις, όπως:

- υψηλή προσπελασιμότητα
- ύπαρξη μηχανισμών ελέγχου και διαχείρισης
- συνεργασία με τις άλλες μορφές περίθαλψης
- πλήρη δράση του οικογενειακού ιατρού
- διατομεακή συνεργασία εντός της ομάδας ΠΦΥ



Νομοθετικό πλαίσιο της ΠΦΥ στην Ελλάδα

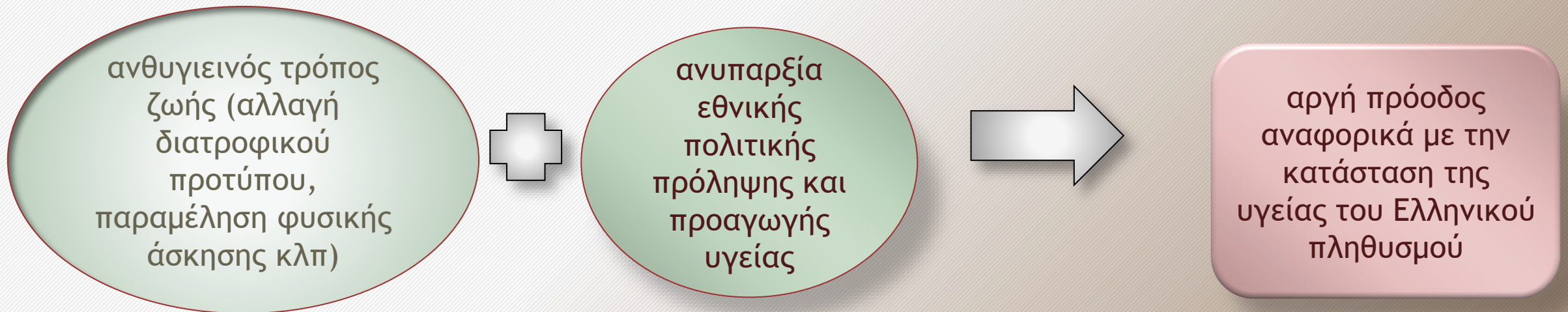
- Σύμφωνα με τις αρχές της διακήρυξης της Alma-Ata, ήταν **ο νόμος 1397/1983** πλαίσιο για την ΠΦΥ, ο οποίος είχε στόχους την καθολικότητα στην ασφαλιστική κάλυψη, την ισότητα της πρόσβασης των πολιτών στις υπηρεσίες υγείας, την ανάπτυξη όλων των βαθμίδων περίθαλψης από το ΕΣΥ και την ποιοτική και ποσοτική αύξηση των επενδύσεων και του ανθρώπινου δυναμικού στο δημόσιο τομέα.

Ν. 1397/1983(ΦΕΚ 143^Α)ΕΘΝΙΚΟ ΣΥΣΤΗΜΑ ΥΓΕΙΑΣ



- Από τους παραπάνω στόχους κάποιοι επιτεύχθηκαν σε ικανοποιητικό βαθμό (θεσμοθέτηση νέων ιατρικών ειδικοτήτων, επιτροπή ΠΦΥ, **δημιουργία 400 Κέντρων Υγείας**), ενώ άλλοι δεν ικανοποιήθηκαν καθόλου (κάρτα υγείας κ.α.).

Κατά τη διάρκεια των τελευταίων τριών δεκαετιών, οι Έλληνες δεν επωφελήθηκαν από την οικονομική ανάπτυξη και τη βελτίωση των συνθηκών ζωής αλλά και της υγειονομικής περίθαλψης στον ίδιο βαθμό με τις άλλες Ευρωπαϊκές χώρες, γεγονός που οδήγησε σε αυξανόμενη απόκλιση από τα πρότυπα προόδου των υγειονομικών δεικτών της ΕΕ.



Υπηρεσίες Πρωτοβάθμιας Φροντίδας Υγείας

Νόμος 4486/2017

Αφορά υπηρεσίες υγείας που δεν απαιτείται εισαγωγή σε νοσηλευτική μονάδα.

Προαγωγή υγείας, εκτίμηση των αναγκών, υλοποίηση προγραμμάτων πρόληψης νοσημάτων, εφαρμογή προγραμμάτων προσυμπτωματικού ελέγχου.

Διαχείριση ασθενών με χρόνια νοσήματα

Αναπαραγωγική φροντίδα
Φροντίδα μητέρων και παιδιών

Συνδιαχείριση με δευτεροβάθμια και τριτοβάθμια φροντίδα

Παροχή επείγουσας προ νοσοκομειακής φροντίδας

Προγράμματα εμβολιασμού

Παροχή ανακουφιστικής και παρηγορητικής φροντίδας

Παροχή Πρωτοβάθμιας Ψυχικής Υγείας

Διαχείριση και αντιμετώπιση των εξαρτήσεων

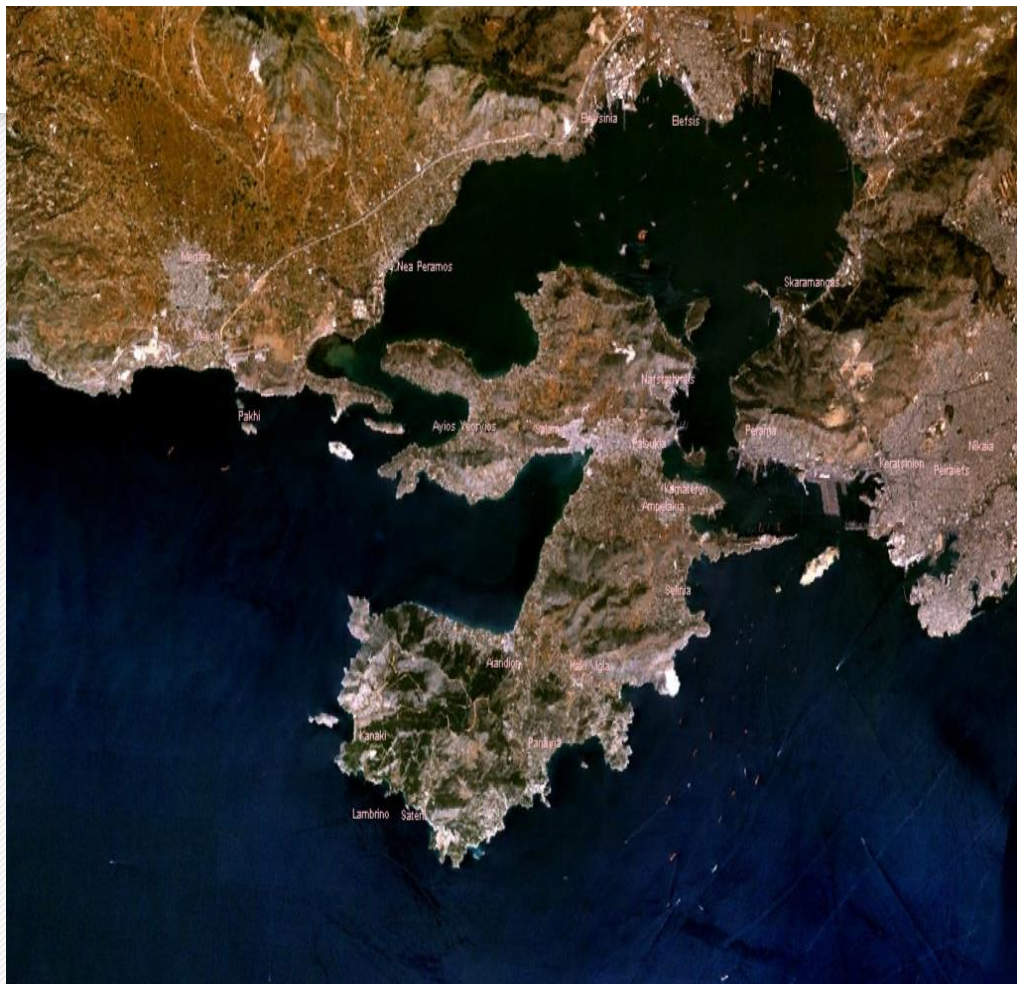
Διασύνδεση με υπηρεσίες Κοινωνικής Φροντίδας

Διασύνδεση με υπηρεσίες Δημόσιας Υγείας

Υγιεινή και ασφάλεια της εργασίας

Κατ' οίκον φροντίδα και νοσηλεία

Σαλαμίνα



1^ο Κέντρο Υγείας Σαλαμίνας

Η Σαλαμίνα είναι το μεγαλύτερο νησί του Σαρωνικού Κόλπου και το πιο κοντινό στις ακτές της Αττικής.

Έχει περίπου 80.000 μόνιμους κατοίκους εκ των οποίων οι 39.220 δημότες.

Κατά την θερινή περίοδο ο πληθυσμός της Σαλαμίνας σημειώνει τεράστια αύξηση, καθώς υπολογίζεται κοντά στις 280.000.

Έχει έκταση 95 τετραγωνικά χιλιόμετρα και αποτελεί το νησί με την μεγαλύτερη πυκνότητα μόνιμου πληθυσμού στη Ελλάδα.

Σαλαμίνα

1^ο Κέντρο Υγείας Σαλαμίνας (ΦΕΚ 111/27.2.1990)

2950

ΕΦΗΜΕΡΙΣ ΤΗΣ ΚΥΒΕΡΝΗΣΕΩΣ (ΤΕΥΧΟΣ ΔΕΥΤΕΡΟ)

ΚΛΑΔΟΣ ΤΕ ΡΑΔΙΟΛΟΓΙΑΣ - ΑΚΤΙΝΟΛΟΓΙΑΣ

Δύο (2) θέσεις

ΚΛΑΔΟΣ ΤΕ ΔΗΜΟΣΙΑΣ ΥΓΙΕΙΝΗΣ

Μία (1) θέση

ΚΛΑΔΟΣ ΤΕ ΤΕΧΝΟΛΟΓΙΚΩΝ ΕΦΑΡΜΟΓΩΝ

Μία (1) θέση

ΚΛΑΔΟΣ ΤΕ ΙΑΤΡΙΚΩΝ ΕΡΓΑΣΤΗΡΙΩΝ

Δύο (2) θέσεις

5. ΚΑΤΗΓΟΡΙΑ ΔΕ

ΚΛΑΔΟΣ ΔΕ ΔΙΟΙΚΗΤΙΚΟΣ ΛΟΓΙΣΤΙΚΟΣ

Τέσσερις (4) θέσεις

ΚΛΑΔΟΣ ΔΕ ΑΔΕΛΦΩΝ ΝΟΣΟΚΟΜΩΝ

δέκα (10) θέσεις

Οι θέσεις αυτές πληρούνται μόνο σε περίπτωση έλλειψης υποψηφίων για ανάλογες θέσεις του κλάδου ΤΕ νοσηλευτικής.

ΚΛΑΔΟΣ ΔΕ ΠΑΡΑΣΚΕΥΑΣΤΩΝ

Δύο (2) θέσεις

Οι θέσεις αυτές πληρούνται μόνο σε περίπτωση έλλειψης υποψηφίων για ανάλογες θέσεις του κλάδου ΤΕ Ιατρικών Εργαστηρίων.

ΚΛΑΔΟΣ ΔΕ ΧΕΙΡΙΣΤΩΝ-ΕΜΦΑΝΙΣΤΩΝ

Δύο (2) θέσεις

Οι θέσεις αυτές πληρούνται μόνο σε περίπτωση έλλειψης υποψηφίων για ανάλογες θέσεις του κλάδου ΤΕ Ραδιολογίας-Ακτινολογίας.

ΚΛΑΔΟΣ ΔΕ ΤΕΧΝΙΚΟΣ

Δύο (2) θέσεις

ΚΛΑΔΟΣ ΔΕ ΠΛΗΡΩΜΑΤΩΝ ΑΣΘΕΝΟΦΟΡΩΝ

Πέντε (5) θέσεις

5. ΚΑΤΗΓΟΡΙΑ ΥΕ

ΚΛΑΔΟΣ ΥΕ ΕΠΙΜΕΛΗΤΩΝ

Δύο (2) θέσεις κλητήρων θυρωρών

ΚΛΑΔΟΣ ΥΕ ΠΡΟΣΩΠΙΚΟΥ ΚΑΘΑΡΙΟΤΗΤΑΣ

Τρεις (3) θέσεις

ΚΛΑΔΟΣ ΥΕ ΒΟΗΘΗΤΙΚΟΥ ΠΡΟΣΩΠΙΚΟΥ ΜΑΓΕΙΡΟΥ

Μία (1) θέση Τραπεζοκόμου

τρέων, παρέχουν τις υπηρεσίες τους ως γενικοί γιατροί, όπως οι γιατροί στα Κ.Υ. μη αστικών περιοχών.

Άρθρο 9

1. Στο Κ.Υ. προϋσταται:

α) Στην Δ/νση γιατρός με βαθμό Δ/ντή, που υπηρετεί σ' αυτό και εκλέγεται από τους γιατρούς του Κ.Υ. σύμφωνα με τις διατάξεις της παρ. 5 του άρθρου 18 του Ν. 1397/83 και ο οποίος ασκεί τα καθήκοντα του προϊσταμένου παράλληλα με τα λοιπά καθήκοντά του.

Αν δεν υπηρετεί γιατρός με βαθμό Δ/ντή, καθήκοντα προϊσταμένου ασκεί ο ανώτερος σε βαθμό γιατρός απ' αυτούς που υπηρετούν στο Κ.Υ. και σε περίπτωση ομοιοβάθμων ο αρχαιότερος στον κλάδο γιατρών Ε.Σ.Υ.

β) Στο γραφείο νοσηλευτικής υπάλληλος της κατηγορίας ΤΕ του κλάδου ΤΕ νοσηλευτικής ή του κλάδου ΤΕ μακίων-τών ή της κατηγορίας ΔΕ του κλάδου Αδελφών νοσοκόμων.

γ) Στο Γραφείο Κοινωνικής Φροντίδας, υπάλληλος της κατηγορίας ΤΕ του κλάδου ΤΕ κοινωνικής εργασίας ή του κλάδου ΤΕ επισκεπτών-τριών υγείας ή του κλάδου ΤΕ διατροφής. Αν δεν υπηρετούν υπάλληλοι των κλάδων αυτών κατηγορίας ΤΕ, προϋσταται υπάλληλος αντίστοιχης κατηγορίας ΔΕ.

δ) Στο Γραφείο Γραμματείας, υπάλληλος με βαθμό α' της κατηγορίας ΠΕ του κλάδου ΠΕ Διοικητικός, Οικονομικός ή της κατηγορίας ΤΕ του Κλάδου ΤΕ Διοίκησης Νοσοκομείων ή του Κλάδου ΤΕ Διοικητικός Λογιστικός ή της κατηγορίας ΔΕ του κλάδου ΔΕ Διοικητικού Λογιστικού.

2. Οι υπάλληλοι που προϋσταται στα Γραφεία Κοινωνικής Φροντίδας και Γραμματείας, ορίζονται σύμφωνα με τις διατάξεις του άρθρου 9 του Ν. 1586/86 Βαθμολογική διάρθρωση των θέσεων του Δημοσίου Ν.Π.Δ.Δ. και Ο.Τ.Α. και άλλες διατάξεις (ΦΕΚ 37/Α/86).

Άρθρο 10

Αρμοδιότητες

Οι αρμοδιότητες του Δ/ντή του Κ.Υ. καθώς και των Ιατρικών και Γραφείων αυτού ορίζονται ως ακολούθως:

1. Ο Δ/ντής ασκεί τα καθήκοντα του προϊσταμένου της Δ/νσης και είναι υπεύθυνος για τον συντονισμό και λειτουργία των Ιατρείων και



ΕΦΗΜΕΡΙΣ ΤΗΣ ΚΥΒΕΡΝΗΣΕΩΣ ΤΗΣ ΕΛΛΗΝΙΚΗΣ ΔΗΜΟΚΡΑΤΙΑΣ

ΑΘΗΝΑ
27 ΦΕΒΡΟΥΑΡΙΟΥ 1990

ΤΕΥΧΟΣ ΔΕΥΤΕΡΟ

ΑΡΙΘΜΟΣ ΦΥΛΛΟΥ
111

ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΑ

ΥΠΟΥΡΓΙΚΕΣ ΑΠΟΦΑΣΕΙΣ & ΕΓΚΡΙΣΕΙΣ

ΥΠΟΥΡΓΙΚΕΣ ΑΠΟΦΑΣΕΙΣ ΚΑΙ ΕΓΚΡΙΣΕΙΣ

Αύξηση επιτοκίων ομολόγων Ελληνικού Δημοσίου διετούς και τριετούς διάρκειας, σε δραχμές 1
Καθορισμός επιτοκίων εντόκων γραμματίων 2

Αριθ. 2014071/790/0023

Αύξηση επιτοκίων ομολόγων Ελληνικού Δημοσίου διετούς και τριετούς διάρκειας, σε δραχμές.

ΟΙ ΥΠΟΥΡΓΟΙ
ΕΘΝΙΚΗΣ ΟΙΚΟΝΟΜΙΑΣ ΚΑΙ ΟΙΚΟΝΟΜΙΚΩΝ

Ευαγγελάκης

Ιατρική
Υπηρεσία

Γραφείο
Νοσηλευτικής
Υπηρεσίας

Γραφείο
Κοινωνικής
Φροντίδας

Γραφείο
Γραμματείας

Σαλαμίνα

1^ο Κέντρο Υγείας Σαλαμίνας - 2020 (ΦΕΚ 111/27.2.1990)

Ιατρεία: Επειγόντων Α & Β
Χειρουργικό
Βραχεία Νοσηλεία (2 κλίνες)
Συνταγογράφηση
Παιδιατρικό
Χρονίων Παθήσεων Α & Β
Οδοντιατρικό
Γυναικολογικό
Διαβητολογικό
Κοινωνική Υπηρεσία 7-3/πενθήμερο
Φυσικοθεραπεία 7-3/πενθήμερο
Ακτινολογικό εργαστήριο 7-3/πενθήμερο
Μικροβιολογικό εργαστήριο 7-3/πενθήμερο

ΠΙ Δικαστικό Μέγαρο Πειραιά
Ιατρικές Υπηρεσίες Αγροτικών Ιατρών σε επιβατικά πλοία γραμμής εσωτερικού

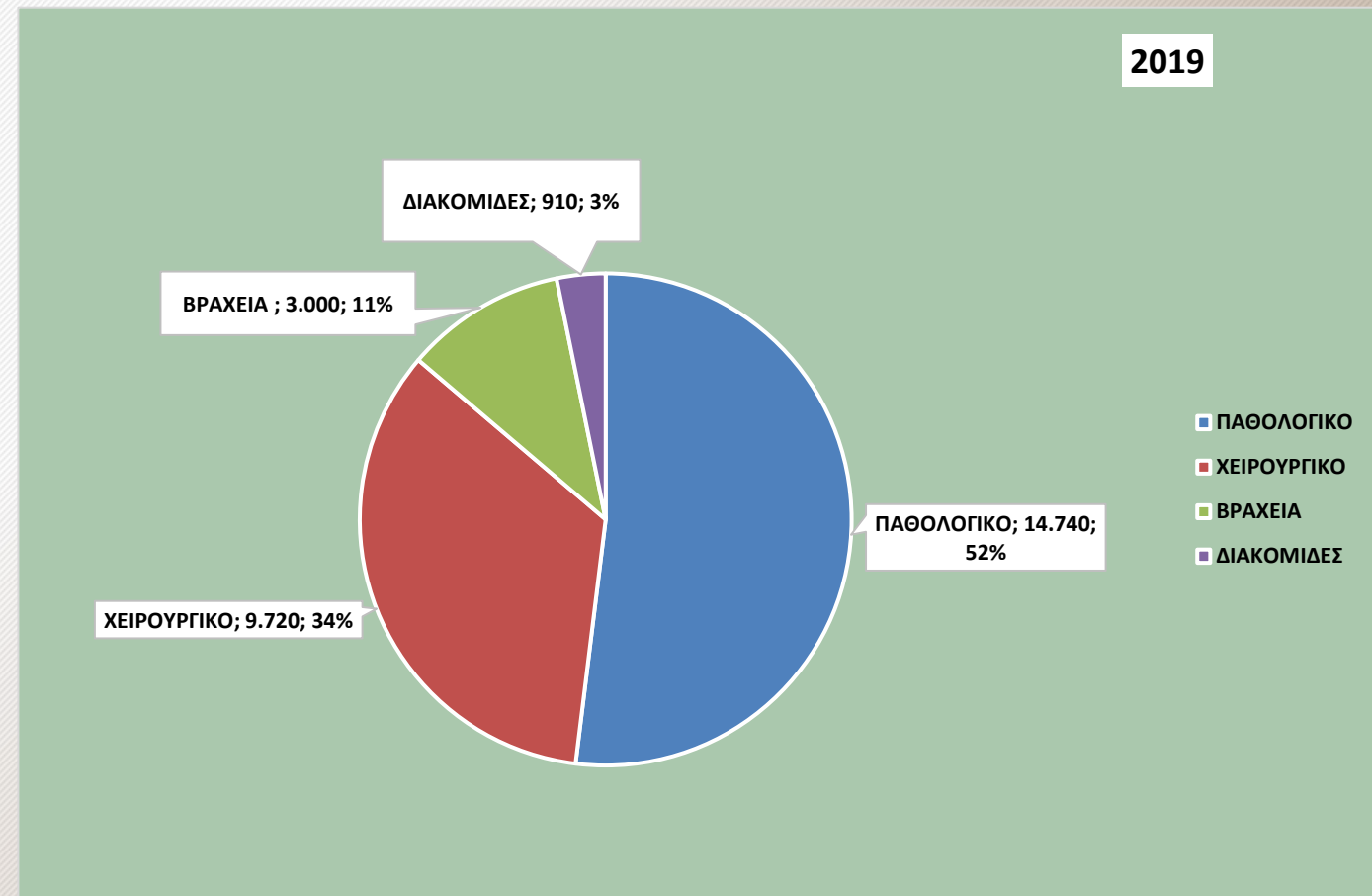
Ιατρική
Υπηρεσία

Νοσηλευτική
Υπηρεσία

Διοικητική
Υπηρεσία

Νοσηλευτική Υπηρεσία

- Επείγοντα
- Χειρουργικό
- Βραχεία Νοσηλεία (2 κλίνες)
- Ιατρεία χρόνια πασχόντων
- Ιατρείο διακοπής καπνίσματος (-)
- Εργαστήριο νοητικής ενδυνάμωσης
- Αγωγή υγείας στην κοινότητα
- Διαβητολογικό
- Επιτροπή λοιμώξεων
- Διαχείριση περιστατικών iso box
- Αγωγή υγείας για covid 19
- Ψυχολογική υποστήριξη πολιτών
- Test covid 19
- Εμβολιαστικό κέντρο για covid 19



Νοσηλευτική Υπηρεσία

24 ωρη Λειτουργία

10 Νοσηλευτές

1 κάτοχος PhD

6 κάτοχοι MSc

2 MSc (c)

2 Επικουρικοί (ΤΕ / ΔΕ)

1 Μαία

3 Β. Νοσηλευτών

4 άτομα ΥΕ Βοηθητικό Υγειονομικό προσωπικό

2 - MSc Πρωτοβάθμια Φροντίδα Υγείας

3 - MSc Διοίκηση Υπηρεσιών Υγείας / MSc Διοίκηση Μονάδων Υγείας & Πρόνοιας

2 - MSc Κοινωνική Νοσηλευτική & Νοσηλευτική Δημόσιας Υγείας

1 - MSc Καρδιοαναπνευστική Αναζωογόνηση

Πρόληψη και Αγωγή Υγείας στην Κοινότητα

Νοσηλευτική Υπηρεσία

ΠΡΟΛΗΨΗ

health
happens
here



With Prevention

1. Η πρόληψη του εθισμού στο **κάπνισμα** αποτελεί έναν από τους σημαντικότερους τομείς στόχευσης της πρόληψης υγείας, δεδομένου ότι προκαλεί >1.550.000 θανάτους ετησίως στην Ευρώπη.



> 300 παρεμβάσεις
> 5000

2. Παρεμβάσεις ενημέρωσης και ευαισθητοποίησης σε μαθητικό πληθυσμό και εκπαιδευτικούς για την παροχή Πρώτων Βοηθειών





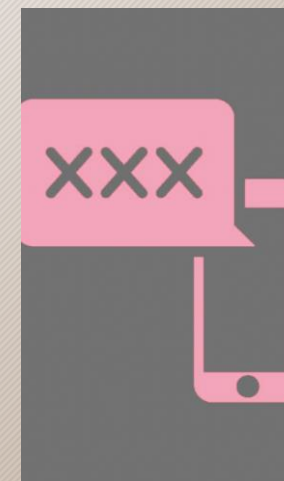

12°
ΔΗΜΟΤΙΚΟ
ΣΧΟΛΕΙΟ
ΣΥΝΔΡΟΜΕ ΓΟΝΕΩΝ
+
ΣΥΛΛΟΓΟΣ
ΔΙΔΑΣΚΟΝΤΩΝ

εισηγητές:
Δρ. Κουλούρη
Αγορίτσα
Προϊσταμένη
Νοσηλευτικής Υπηρεσίας
(Κέντρο Υγείας Σαλαμίνας),
Ζησοπούλου
Σταυρούλα
Νοσηλεύτρια &
Παππά Μαρσίνα
Επισκέπτρια Υγείας.

παρ 22 Ιαν | 18:00
σερφάροντας
με ασφάλεια

το διαδίκτυο στη ζωή των παιδιών μας
εθισμός, e-ιζόγος, cyber bullying,
παιχνίδια, facebook & γονικός έλεγχος

3. Ασφαλής Πλοήγηση και πρόληψη του εθισμού στο διαδίκτυο



Α. ΠΙΝΑΚΑΣ ΑΠΟΛΟΓΙΣΜΟΥ ΠΑΡΕΜΒΑΣΕΩΝ ΚΑΙ ΔΡΑΣΕΩΝ ΑΓΩΓΗΣ ΥΓΕΙΑΣ ΣΕ ΜΑΘΗΤΙΚΟ ΠΛΗΘΥΣΜΟ

(ΤΗΡΕΙΤΑΙ ΣΤΗΝ Υ.Π.Ε. ΓΙΑ ΣΥΝΤΑΞΗ ΤΟΥ ΠΙΝΑΚΑ Β)

ΥΠΟΥΡΓΕΙΟ ΥΓΕΙΑΣ

Υ.Π.ε.2Η

6 Ι.1. ΜΟΝΑΔΑ ΥΓΕΙΑΣ α) ΝΟΣΟΚΟΜΕΙΟ :

β) Κ.Υ./ΤΟΜΥ : 1ο ΚΥ. ΣΑΛΑΜΙΝΑΣ

γ) ΑΛΛΟ :

7 ΟΝΟΜΑΣΙΑ : ΠΑΡΕΜΒΑΣΕΙΣ - ΔΡΑΣΕΙΣ ΜΗΝΟΣ ΜΑΡΤΙΟΥ.....

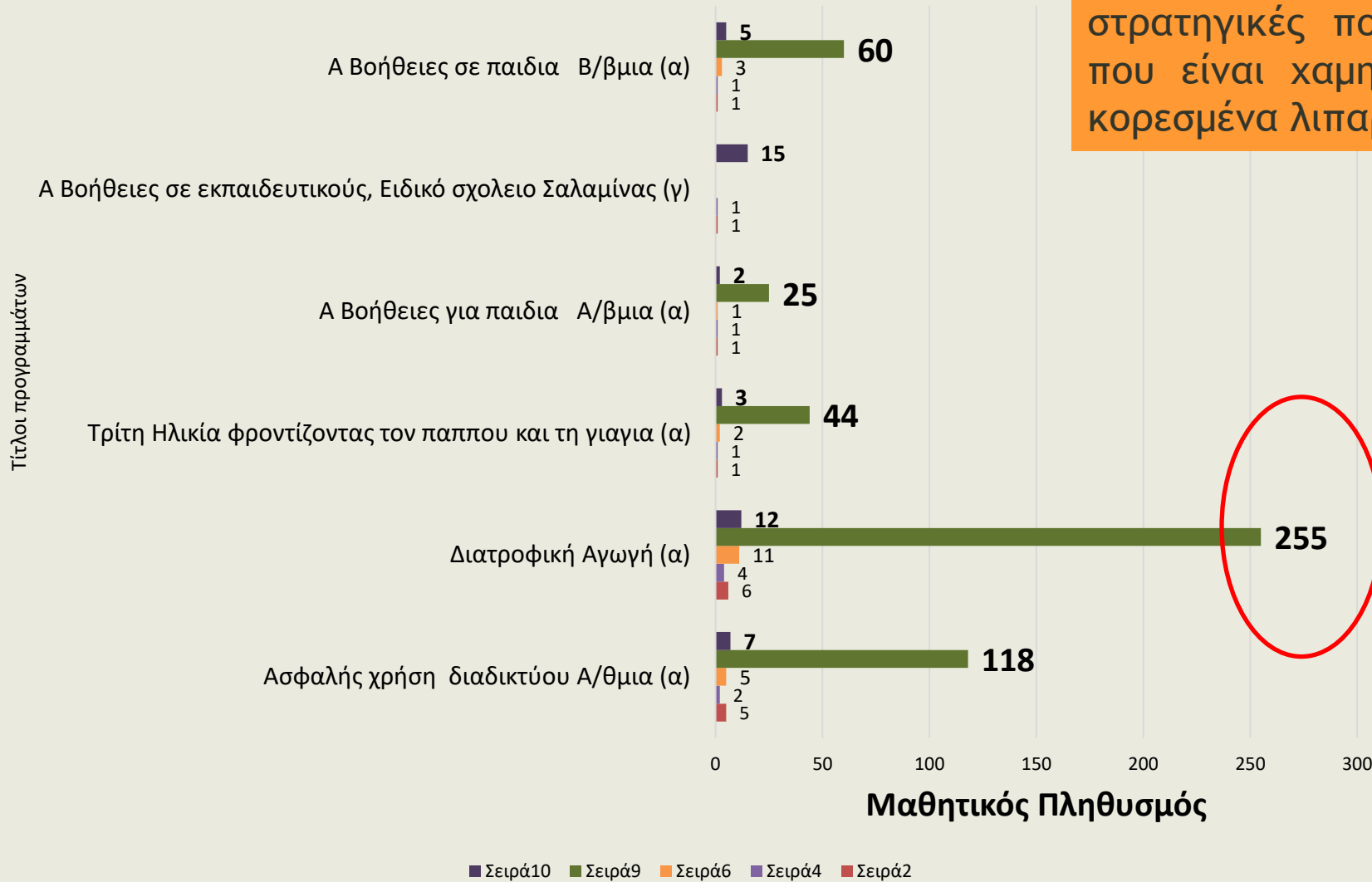
15						
16	II. ΠΑΡΕΜΒΑΣΕΙΣ -- ΔΡΑΣΕΙΣ					
17	1. ΕΙΔΟΣ	2. ΠΛΗΘΟΣ ΠΑΡΕΜΒΑΣΕΩΝ	3. ΠΛΗΘΟΣ ΣΧΟΛ. ΜΟΝΑΔΩΝ	4. ΠΛΗΘΟΣ ΤΑΞΕΩΝ (ΤΜΗΜΑ)	5. ΕΚΤΙΜΩΜΕΝΟΣ ΠΛΗΘΥΣΜΟΣ ΜΑΘΗΤΩΝ/ΤΡΙΩΝ	6. ΣΥΜΜΕΤΕΧΟΝΤΕΣ ΕΚΠΑΙΔΕΥΤΙΚΟΙ
18	A. ΠΑΡΟΥΣΙΑΣΕΙΣ					
19	Οι μαθητές στη χώρα των μικροβίων	2	2	2	30	4
20	Είμαι έφηβη/έφηβος. Τι μου συμβαίνει. Ου	9	4	18	682	22
21	Υγιής στάση σώματος - βάδιση	2	2	2	30	4
22						
23						
24						
25	B. ΑΛΛΕΣ ΔΡΑΣΕΙΣ					
26	Πρώτες βοήθειες σε σχολικό πληθυσμό	5	5	14	350	12
27	Πρώτες βοήθειες σε εκπαιδευτικούς	5	5	5	300	300
28	Πρόληψη των εξαρτήσεων και προαγωγή ψ	9	4	18	360	18
29	Σχολικός εκφοβισμός και ασφαλής χρήση τ	16	11	32	986	40
30	Αγωγή Υγείας για τη Διατροφή και την άσκ	6	3	12	240	12
31	Πραγματοποιήθηκε Σεμινάριο σε συνεργασία με το ΜΠΣ "Κοινωνική Νοσηλευτική & Νοσηλευτική Δημόσιας Υγείας" του Πανεπιστημίου Δυτικής Αττικής	1				50

2019 -2020

1										
2										Α. ΠΙΝΑΚΑΣ ΑΠΟΛΟΓΙΣΜΟΥ ΠΑΡΕΜΒΑΣΕΩΝ ΚΑΙ ΔΡΑΣΕΩΝ ΑΓΩΓΗΣ ΥΓΕΙΑΣ ΣΕ ΜΑΘΗΤΙΚΟ ΠΛΗΘΥΣΜΟ (ΤΗΡΕΙΤΑΙ ΣΤΗΝ Υ.Πε. ΓΙΑ ΣΥΝΤΑΞΗ ΤΟΥ ΠΙΝΑΚΑ Β)
3	ΥΠΟΥΡΓΕΙΟ ΥΓΕΙΑΣ	Υ.Πε.2Η								
4										
5										
6	I.1. ΜΟΝΑΔΑ ΥΓΕΙΑΣ	α) ΝΟΣΟΚΟΜΕΙΟ :		β) Κ.Υ./ΤΟΜΥ :	1ο ΚΥ. ΣΑΛΑΜΙΝΑΣ	γ) ΑΛΛΟ :				
7	ΟΝΟΜΑΣΙΑ : ΠΑΡΕΜΒΑΣΕΙΣ - ΔΡΑΣΕΙΣ ΜΗΝΟΣ ΜΑΡΤΙΟΥ.....									

15						
16	II. ΠΑΡΕΜΒΑΣΕΙΣ -- ΔΡΑΣΕΙΣ					
17						
18	1. ΕΙΔΟΣ	2. ΠΛΗΘΟΣ ΠΑΡΕΜΒΑΣΕΩΝ	3. ΠΛΗΘΟΣ ΣΧΟΛ.ΜΟΝΑΔΩΝ	4. ΠΛΗΘΟΣ ΤΑΞΕΩΝ (ΤΜΗΜΑΤΑ)	5. ΕΚΤΙΜΩΜΕΝΟΣ ΠΛΗΘΥΣΜΟΣ ΜΑΘΗΤΩΝ/ΤΡΙΩΝ	6. ΣΥΜΜΕΤΕΧΟΝΤΕΣ ΕΚΠΑΙΔΕΥΤΙΚΟΙ
19	A. ΠΑΡΟΥΣΙΑΣΕΙΣ					
20	Ασφαλής χρήση διαδικτύου Α/θμια (α)	5	2	5	118	7
21	Διατροφική Αγωγή (α)	6	4	11	255	12
22	Τρίτη Ηλικία φροντίζοντας τον παππου και τη γιαγιά (α)	1	1	2	44	3
23	Α Βοήθειες για παιδιά Α/βμια (α)	1	1	1	25	2
24	Α Βοήθειες σε εκπαιδευτικούς, Ειδικό σχολείο Σαλαμίνας (γ)	1	1			15
25	Α Βοήθειες σε παιδιά Β/βμια (α)	1	1	3	60	5
26	Μέτρα Υγιεινής και προστασίας από τον κορωνοϊό	12	12	120	1200	140
27						
28	B. ΑΛΛΕΣ ΔΡΑΣΕΙΣ					
29						
30						
31	ΣΥΝΟΛΟ :	27	22	142	1702	184

Αγωγή Υγείας 2019 - 2020



4. Αλλαγή στις διατροφικές συνήθειες, με στρατηγικές που εστιάζουν κατανάλωση τροφών που είναι χαμηλής περιεκτικότητας σε αλάτι και κορεσμένα λιπαρά.

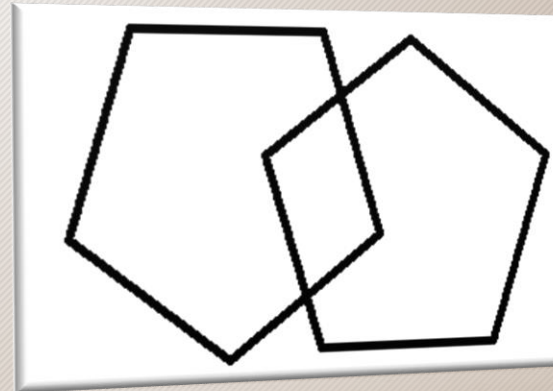
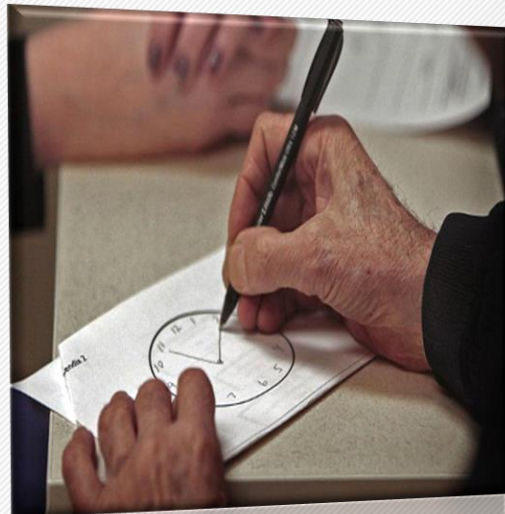
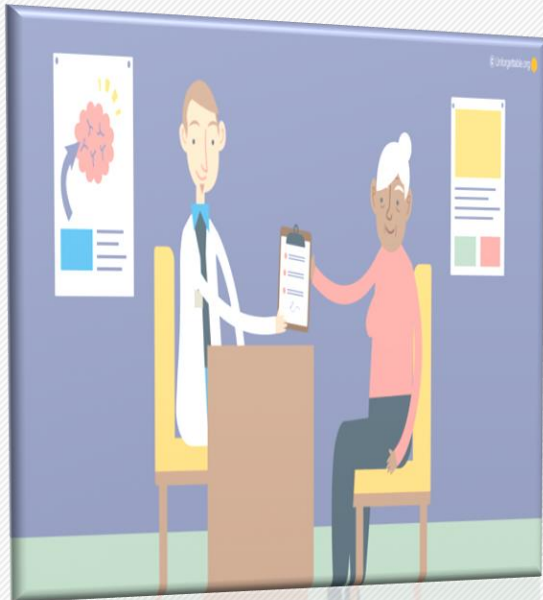


Ιατρεία χρόνια πασχόντων
Εργαστήριο νοητικής ενδυνάμωσης

Νοσηλευτική Υπηρεσία

Ιατρεία χρόνια πασχόντων Εργαστήριο νοητικής ενδυνάμωσης

- Ευαισθητοποίηση των επαγγελματιών υγείας ώστε να διαθέτουν υψηλό βαθμό κλινικής υποψίας σχετικά με παράπονα γύρω από τη μνήμη που διατυπώνονται από το γενικό πληθυσμό.



Πρώιμα ενοχλήματα –προσέλευση στην Π.Φ.Υ.

- Αλλαγές στην μνήμη
- Δυσκολία στο σχεδιασμό και στην επίλυση προβλημάτων
- Δυσκολία στην εκτέλεση γνωστών πράξεων
- Προβλήματα με τις λέξεις στην ομιλία και στην γραφή
- Μειωμένη κριτική ικανότητα
- Απόσυρση από τη δουλειά και τις κοινωνικές δραστηριότητες-έλλειψη ενδιαφέροντος
- Αλλαγή στην προσωπικότητα και στην διάθεση



Διαφορική διάγνωση για την Άνοια που διερευνάται στην Π.Φ.Υ. και ιδιαίτερα σε Ιατρεία Χρόνιων Νοσημάτων

- ❑ Λήψη καλού ιατρικού ιστορικού
- ❑ “Εργαλεία” διερεύνησης γνωστικής λειτουργίας
 - Mini Mental test
 - MoCA test
 - Gds γηριατρικής κλινικής test
- ❑ Εξετάσεις αίματος και ούρων
- ❑ Αξονική ή/και μαγνητική τομογραφία

Παραπομπή σε νευρολόγο



Διαφορική διάγνωση για την Άνοια που διερευνάται στην Π.Φ.Υ. και ιδιαίτερα σε Ιατρεία Χρόνιων Νοσημάτων

Μαρία. (1934) 85 ετών.
 Τω. 6989925646
 G.D.S.
 (Geriatric Depression Scale)

ΕΡΩΤΗΣΕΙΣ	ΝΑΙ	ΟΧΙ
Είστε σε γενικές γραμμές ικανοποιημένοι από τη ζωή σας;	0	1
Έχετε εγκαταλείψει πολλές από τις δραστηριότητες και τα ενδιαφέροντά σας;	1	0
Θεωρείται ότι η ζωή σας είναι άδεια;	1	0
Αισθάνεστε συχνά ανία;	1	0
Έχετε ελπίδες για το μέλλον;	0	1
Βασανίζεστε από σκέψεις που δεν μπορείτε να βγάλετε από το μυαλό σας;	1	0
Είστε τον περισσότερο καιρό σε καλή ψυχική διάθεση;	0	1
Φοβάστε μήπως σας συμβεί από ώρα σε ώρα κάτι δυσάρεστο;	1	0
Αισθάνεστε ευτυχημένοι τον περισσότερο καιρό;	0	1
Αισθάνεστε συχνά αναποφάσιστοι;	1	0
Σας συμβαίνει συχνά να είστε ανήσυχος και νευρικός;	1	0
Προτιμάτε να μένετε σπίτι από το να βγαίνετε έξω και να ασχολείστε με καινούρια πράγματα;	1	0
Σας απασχολεί συχνά το μέλλον;	1	0
Πιστεύετε ότι έχετε μεγαλύτερο πρόβλημα μνήμης από την πλειοψηφία των ανθρώπων;	1	0
Πιστεύετε ότι είναι ευχάριστο να ζείτε στη σημερινή εποχή;	0	1
Αισθάνεστε συχνά απογοητευμένοι και θλιμμένοι;	1	0
Βρίσκετε ότι η τωρινή σας κατάσταση είναι τόσο άσχημη που δεν αξίζει να τη ζει κανείς;	1	0
Υποφέρετε πολύ σκεπτόμενοι το παρελθόν;	1	0
Βρίσκετε ότι η ζωή είναι πολύ ενδιαφέρουσα;	0	1
Θεωρείτε δύσκολο το να αρχίσετε να ασχολείστε με καινούρια σχέδια;	1	0
Αισθάνεστε γεμάτοι ενέργεια;	0	1
Πιστεύετε ότι η πλειοψηφία των ανθρώπων βρίσκεται σε καλύτερη κατάσταση από τη δική σας;	1	0
Σας συμβαίνει συχνά να ενοχλείστε για ασήμαντα πράγματα;	1	0
Έχετε συχνά τη διάθεση να κλάψετε;	1	0
Δυσκολεύεστε να συγκεντρωθείτε;	1	0
Σηκώνεστε με ευχαρίστηση το πρωί;	0	1
Προτιμάτε να αποφεύγετε τις κοινωνικές συναναστροφές;	0	1
Παίρνετε εύκολα αποφάσεις;	0	1
Έχετε καθαρή σκέψη όπως παλαιότερα;	0	1

ΣΥΝΟΛΙΚΗ ΒΑΘΜΟΛΟΓΙΑ:
 0-14=μη καταθλιπτικός
 15-30=καταθλιπτικός

1 9/30
 2

Δυσκολίες στην κίνηση (με π.) και από επίθεση

G.D.S.
 (Geriatric Depression Scale)

ΕΡΩΤΗΣΕΙΣ	ΝΑΙ	ΟΧΙ
Είστε σε γενικές γραμμές ικανοποιημένοι από τη ζωή σας;	0	1
Έχετε εγκαταλείψει πολλές από τις δραστηριότητες και τα ενδιαφέροντά σας;	1	0
Θεωρείται ότι η ζωή σας είναι άδεια;	1	0
Αισθάνεστε συχνά ανία;	1	0
Έχετε ελπίδες για το μέλλον;	0	1
Βασανίζεστε από σκέψεις που δεν μπορείτε να βγάλετε από το μυαλό σας;	1	0
Είστε τον περισσότερο καιρό σε καλή ψυχική διάθεση;	0	1
Φοβάστε μήπως σας συμβεί από ώρα σε ώρα κάτι δυσάρεστο;	1	0
Αισθάνεστε ευτυχημένοι τον περισσότερο καιρό;	0	1
Αισθάνεστε συχνά αναποφάσιστοι;	1	0
Σας συμβαίνει συχνά να είστε ανήσυχος και νευρικός;	1	0
Προτιμάτε να μένετε σπίτι από το να βγαίνετε έξω και να ασχολείστε με καινούρια πράγματα;	1	0
Σας απασχολεί συχνά το μέλλον;	1	0
Πιστεύετε ότι έχετε μεγαλύτερο πρόβλημα μνήμης από την πλειοψηφία των ανθρώπων;	1	0
Πιστεύετε ότι είναι ευχάριστο να ζείτε στη σημερινή εποχή;	0	1
Αισθάνεστε συχνά απογοητευμένοι και θλιμμένοι;	1	0
Βρίσκετε ότι η τωρινή σας κατάσταση είναι τόσο άσχημη που δεν αξίζει να τη ζει κανείς;	1	0
Υποφέρετε πολύ σκεπτόμενοι το παρελθόν;	1	0
Βρίσκετε ότι η ζωή είναι πολύ ενδιαφέρουσα;	0	1
Θεωρείτε δύσκολο το να αρχίσετε να ασχολείστε με καινούρια σχέδια;	1	0
Αισθάνεστε γεμάτοι ενέργεια;	0	1
Πιστεύετε ότι η πλειοψηφία των ανθρώπων βρίσκεται σε καλύτερη κατάσταση από τη δική σας;	1	0
Σας συμβαίνει συχνά να ενοχλείστε για ασήμαντα πράγματα;	1	0
Έχετε συχνά τη διάθεση να κλάψετε;	1	0
Δυσκολεύεστε να συγκεντρωθείτε;	1	0
Σηκώνεστε με ευχαρίστηση το πρωί;	0	1
Προτιμάτε να αποφεύγετε τις κοινωνικές συναναστροφές;	1	0
Παίρνετε εύκολα αποφάσεις;	0	1
Έχετε καθαρή σκέψη όπως παλαιότερα;	0	1

ΣΥΝΟΛΙΚΗ ΒΑΘΜΟΛΟΓΙΑ:
 0-14=μη καταθλιπτικός
 15-30=καταθλιπτικός

1
 2



Αντιμετώπιση

- **Φαρμακευτική** (Τα φάρμακα, που υπάρχουν, αναστέλλουν την εξέλιξη της πορείας της νόσου)

Δονεπεζίλη (Aricept)

Ριβαστιγμίνη (Exelon)

Γκαλανταμίνη (Reminyl)

Μεμαντίνη (Ebixa)

- **Μη Φαρμακευτική**

Ευ ζην

Ποιότητα ζωής

Ασθενείς-οικογένεια-κοινωνία



Νοητική ενδυνάμωση



Η Νοητική Ενδυνάμωση είναι μία δομημένη σειρά θεραπευτικών ασκήσεων και λειτουργικών δραστηριοτήτων που έχουν σχεδιαστεί για την επανεκπαίδευση των νοητικών ικανοτήτων

Οι παρεμβάσεις Νοητικής Ενδυνάμωσης είναι δυνατό να αναχαιτίσουν τη γνωστική έκπτωση και να βελτιώσουν τη γνωστική επίδοση σε ηλικιωμένους και σε ασθενείς με ήπια άνοια.

Σε ασθενείς με μέτρια και σοβαρή άνοια ο βασικός στόχος είναι η καθυστέρηση της εξέλιξης της νόσου και η βελτίωση της ποιότητας ζωής των ασθενών και των οικογενειών τους.

Νοητικά συστήματα που καλλιεργούνται μέσω της γνωστικής εκπαίδευσης:

- Γνωστική εκπαίδευση Προσοχής
- Γνωστική εκπαίδευση Εκτελεστικών λειτουργιών
- Γνωστική εκπαίδευση Μνημονικών διαταραχών
- Γνωστική εκπαίδευση Γλωσσικών διαταραχών
(με τις παρεμβάσεις των κατάλληλων κάθε φορά ειδικών)



Σημαντική η ανάγκη για διεπιστημονική συνεργασία μεταξύ ιατρού, νοσηλευτή/τριας, ψυχολόγου, κοινωνικής λειτουργού, επισκέπτη υγείας, εργοθεραπευτή, τόσο σε επίπεδο σχεδιασμού όσο και εφαρμογής της δραστηριότητας αλλά και μετά το πέρας αυτής.

ΝΟΗΤΙΚΗ ΕΝΔΥΝΑΜΩΣΗ ΣΤΟ 1^ο ΚΕΝΤΡΟ ΥΓΕΙΑΣ ΣΑΛΑΜΙΝΑΣ

Η ένταξη στο πρόγραμμα γίνεται μετά την εξέταση της μνήμης τους με την χρήση εργαλείων Mini Mental state Examination, Montreal Cognitive Assessment (MoCA) και το Geriatric Depression Scale (GDS).

Ανάλογα με το αποτέλεσμα και σε συνδυασμό με την διαφορική διάγνωση που έχει γίνει από τους θεράποντες ιατρούς, εντάσσονται σε κλειστές ομάδες ασθενών νοητικής ενδυνάμωσης.

Η κάθε ομάδα είναι στο ίδιο στάδιο άνοιας, γίνεται παρέμβαση για ένα χρόνο και επανεκτίμηση της κατάστασής τους. Έχουν γίνει τεστ σε 62 ασθενείς, από τους οποίους οι 15 εντάχθηκαν σε ομάδα και ξεκίνησαν νοητική ενδυνάμωση.



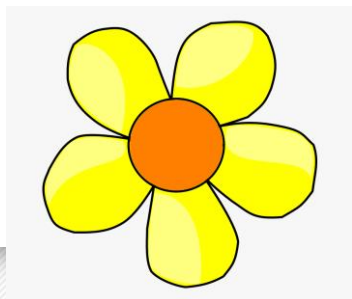
ΝΟΗΤΙΚΗ ΕΝΔΥΝΑΜΩΣΗ ΣΤΟ 1^ο ΚΕΝΤΡΟ ΥΓΕΙΑΣ ΣΑΛΑΜΙΝΑΣ

Στο εργαστήριο γίνεται παρέμβαση σε 15 ασθενείς, 10 γυναίκες και οι 5 άντρες με προβλήματα μνήμης. Από αυτούς οι 5 ανήκουν στην ηλικιακή ομάδα 60-70 ετών, οι 9 είναι 70-80 ετών και 1 στην ηλικιακή ομάδα των 80-90 ετών. Όλοι οι ασθενείς βρίσκονται στο πρώιμο στάδιο άνοιας.



Σχεδιάζεται ένα πρόγραμμα στο οποίο περιλαμβάνονται δραστηριότητες όπως:

- Προσανατολισμός στο χώρο και το χρόνο
- Συζήτηση για θέματα της επικαιρότητας
- Εκμάθηση ή επανεκμάθηση υλικού με την εφαρμογή κατάλληλων μεθόδων
- Εκπαίδευση στη χρήση εξωτερικών μνημονικών βοηθημάτων
- Ασκήσεις που ασκούν τη μνήμη, την προσοχή, το λόγο, την κριτική σκέψη.
- Θεραπείες τέχνης
- Θεραπεία διά αναμνήσεων
- Επιτραπέζια παιχνίδια



Το τέλος της συνεδρίας αποτελείται από συζήτηση ενός επιλεγμένου θέματος. (επικαιρότητα, επετειακή/θρησκευτική εορτή, ή και ελεύθερο θέμα ανάλογα με τα ενδιαφέροντα των ασθενών)

6. Μέτρα υγιεινής και προστασίας από τον κορωνοϊό

COVID-19

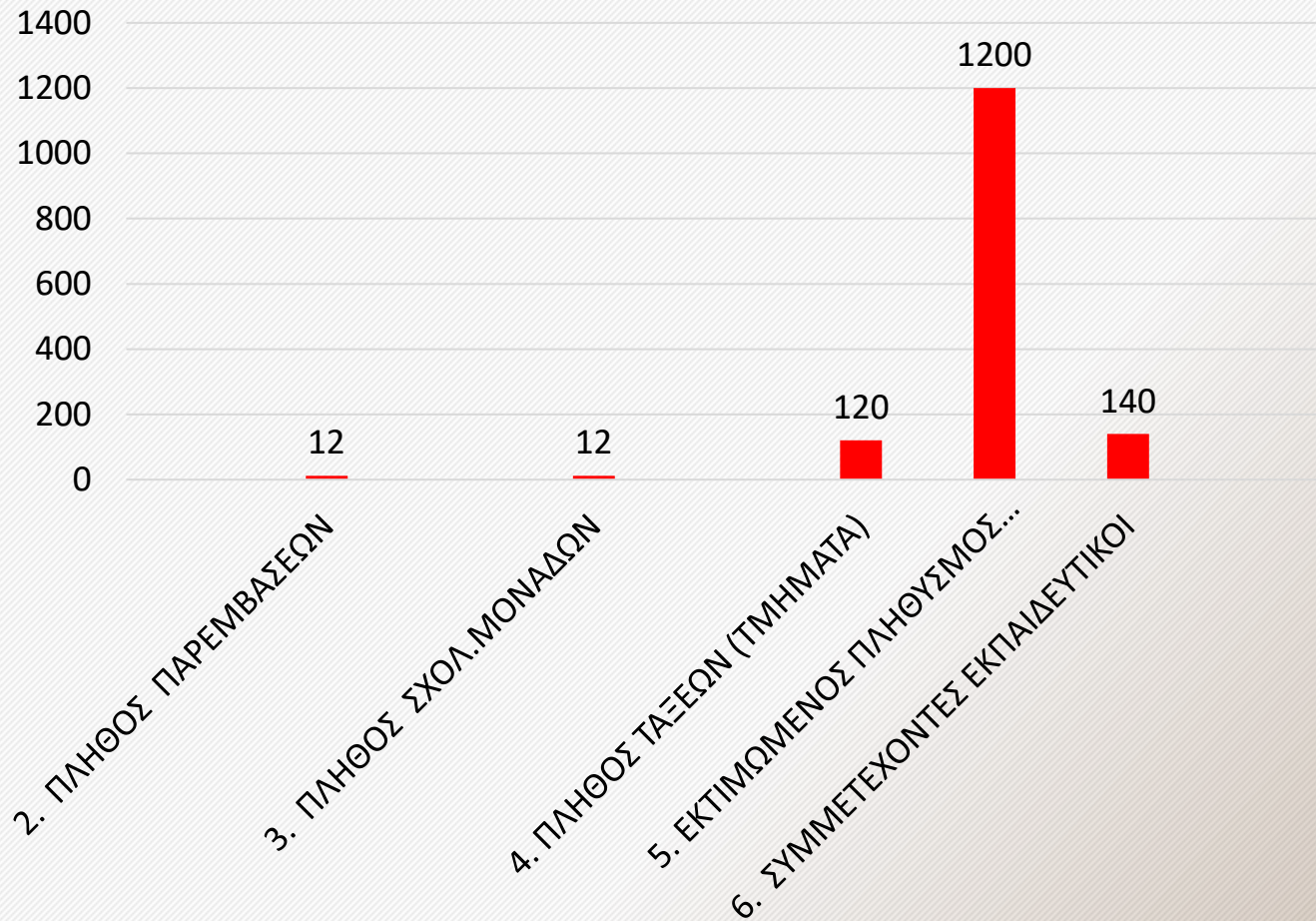
Νοσηλευτική Υπηρεσία

6. Μέτρα υγιεινής και προστασίας από τον κορωνοϊό (μαθητές) **x 2**



6^{ος} 2020
9^{ος} - 10^{ος}/2020

Μέτρα Υγιεινής και προστασίας από τον κορωνοϊό



ΕΛΛΗΝΙΚΗ ΔΗΜΟΚΡΑΤΙΑ
Υπουργείο Υγείας

ΧΡΗΣΗ ΜΑΣΚΑΣ

ΤΙ ΝΑ ΚΑΝΟΥΜΕ

1. ΠΛΕΝΟΥΜΕ ΤΑ ΧΕΡΙΑ ΜΑΣ ΜΕ ΣΑΠΟΥΝΙ ΚΑΙ ΝΕΡΟ, Η΄ ΔΙΑΚΟΛΟΟΥΧΟ ΑΠΟΥΛΜΑΝΤΙΚΟ ΧΕΡΙΩΝ, ΠΡΙΝ ΑΓΓΙΣΟΥΜΕ ΤΗ ΜΑΣΚΑ
2. ΠΙΑΝΟΥΜΕ ΤΗ ΜΑΣΚΑ ΑΠΟ ΤΑ ΚΟΡΔΩΝΙΑ ΚΑΙ ΤΑ ΠΕΡΝΑΜΕ ΠΙΣΩ ΑΠΟ ΤΑ ΑΥΤΙΑ ΜΑΣ
3. ΤΡΑΒΑΜΕ ΤΙΣ ΠΛΕΥΡΕΣ ΤΗΣ ΜΑΣΚΑΣ, ΩΣΤΕ ΝΑ ΚΑΛΥΨΕΙ ΤΟ ΚΑΤΩ ΜΕΡΟΣ ΤΟΥ ΣΤΩΝΙΟΥ ΜΑΣ ΚΑΙ ΤΗ ΜΥΤΗ ΜΑΣ
4. ΑΠΟΦΕΥΓΟΥΜΕ ΝΑ ΑΚΟΥΜΠΑΜΕ ΤΗ ΜΑΣΚΑ ΟΣΟ ΤΗ ΦΟΡΑΜΕ
5. ΑΦΑΙΡΟΥΜΕ ΤΗ ΜΑΣΚΑ ΚΡΑΤΩΝΤΑΣ ΤΗ ΜΟΝΟ ΑΠΟ ΤΑ ΚΟΡΔΩΝΙΑ
6. ΑΠΟΡΡΙΠΤΟΥΜΕ ΤΗ ΜΑΣΚΑ ΣΕ ΚΑΛΟ ΑΠΟΡΡΙΜΑΤΩΝ ΑΝ ΕΙΝΑΙ ΜΙΑΣ ΧΡΗΣΗΣ

ΠΛΕΝΟΥΜΕ ΤΗ ΜΑΣΚΑ ΣΤΟΥΣ 60°C ΜΕ ΑΠΟΡΡΥΠΑΝΤΙΚΟ ΚΑΙ ΣΤΗ ΣΥΝΕΧΕΙΑ ΤΗ ΣΙΔΕΡΩΝΟΥΜΕ ΑΝ ΕΙΝΑΙ ΥΦΑΣΜΑΤΙΝΗ

ΤΙ ΔΕΝ ΚΑΝΟΥΜΕ

- ΔΕΝ ΧΡΗΣΙΜΟΠΟΙΟΥΜΕ ΤΙΣ ΜΕΝΕΣ ΜΑΣΚΕΣ
- ΔΕΝ ΠΙΑΝΟΥΜΕ ΤΗ ΜΑΣΚΑ ΟΤΑΝ ΤΗ ΦΟΡΑΜΕ
- ΔΕΝ ΚΑΤΕΒΑΣΟΥΜΕ ΤΗ ΜΑΣΚΑ ΣΤΟ ΠΙΘΟΥΝΙ
- ΔΕ ΦΟΡΑΜΕ ΤΗ ΜΑΣΚΑ ΚΑΤΩ ΑΠΟ ΤΗ ΜΥΤΗ
- ΔΕΝ ΑΠΟΡΡΙΠΤΟΥΜΕ ΤΗ ΜΑΣΚΑ ΣΕ ΚΑΛΟ ΑΝΑΚΥΚΛΩΣΗΣ ΔΕΛΤΑ ΣΕ ΚΑΛΟ ΑΠΟΡΡΙΜΑΤΩΝ

ΔΕΝ ΧΡΗΣΙΜΟΠΟΙΟΥΜΕ ΕΞΑΝ ΤΙΣ ΜΑΙΚΕΣ ΜΙΑΣ ΧΡΗΣΗΣ

2^η ΔΥΠΕ ΠΕΙΡΑΙΩΣ ΚΑΙ ΑΙΓΑΙΟΥ

1^ο ΚΕΝΤΡΟ ΥΓΕΙΑΣ ΣΑΛΑΜΙΝΑΣ

Μαθαίνουμε να μένουμε ΑΣΦΑΛΕΙΣ !

μαθαίνουμε
ασφαλείς



ΜΕΝΟΥΜΕ
ΑΣΦΑΛΕΙΣ

Ορθή χρήση της μάσκας



Δεν ξεχνώ τη
μάσκα μου

Μαθαίνω να τη
φορώ σωστά

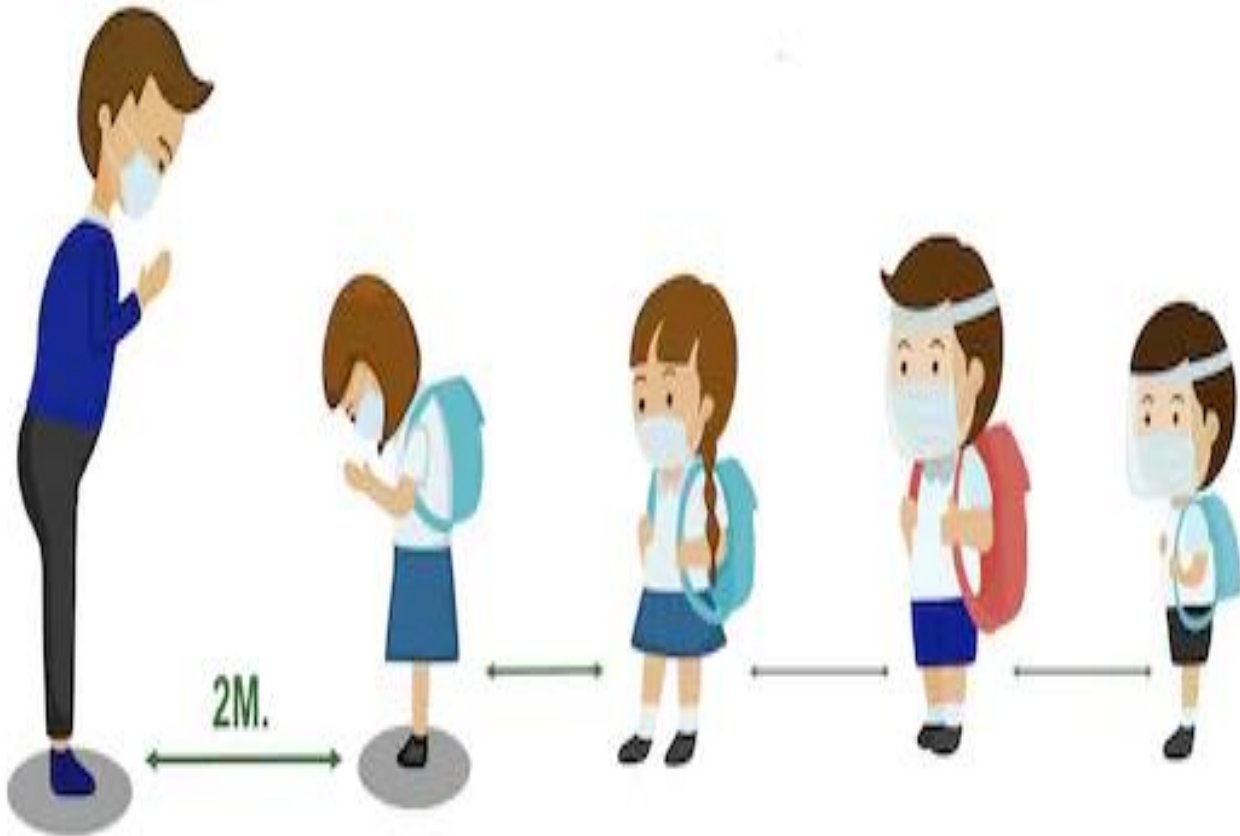
Πλένω τα χέρια
μου

Τηρώ τις
αποστάσεις



Τηρούμε τις φυσικές αποστάσεις

COVID-19



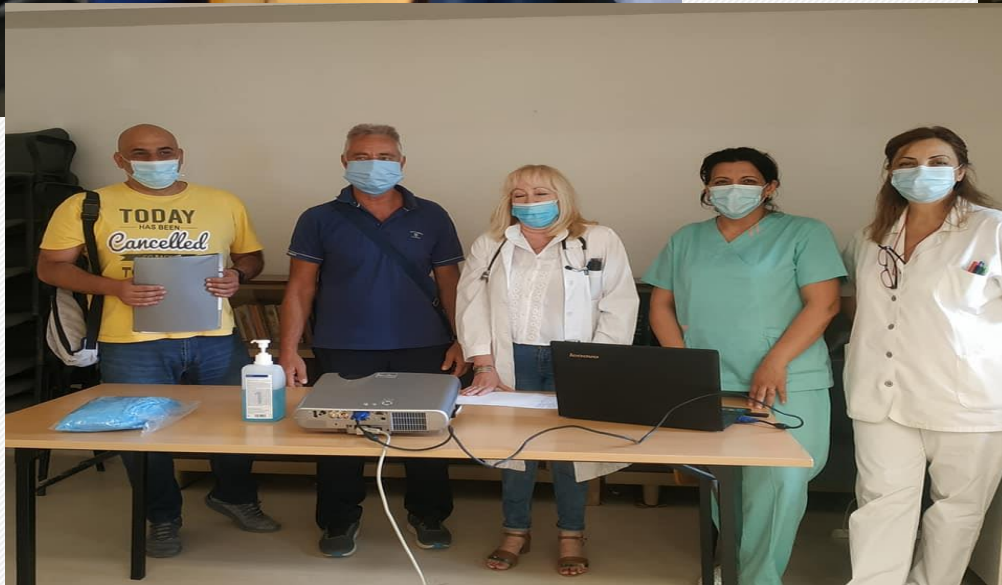
.....και στο σχολείο !



.....και στο παιχνίδι !



7. Μέτρα υγιεινής και προστασίας από τον κορωνοϊό (Εκπαιδευτικοί / υπεύθυνοι covid -19)



ΧΡΗΣΗ ΜΑΣΚΑΣ

ΤΙ ΝΑ ΚΑΝΟΥΜΕ








-  ΠΛΕΝΟΥΜΕ ΤΑ ΧΕΡΙΑ ΜΑΣ ΜΕ ΣΑΠΟΥΝΙ ΚΑΙ ΝΕΡΟ, ΗΉ ΑΛΚΟΟΛΟΥΧΟ ΑΠΟΥΛΜΑΝΤΙΚΟ ΧΕΡΙΩΝ, ΠΡΙΝ ΑΓΓΕΥΟΥΜΕ ΤΗ ΜΑΣΚΑ
-  ΠΛΑΝΟΥΜΕ ΤΗ ΜΑΣΚΑ ΑΠΟ ΤΑ ΚΟΡΑΘΟΝΙΑ ΚΑΙ ΤΑ ΠΕΡΝΑΜΕ ΠΙΣΩ ΔΠΟ ΤΑ ΑΥΤΙΑ ΜΑΣ
-  ΤΡΑΒΑΜΕ ΤΙΣ ΠΛΕΥΡΕΣ ΤΗΣ ΜΑΣΚΑΣ, ΟΣΤΕ ΝΑ ΚΑΛΥΨΕΙ ΤΟ ΚΑΤΩ ΜΕΡΟΣ ΤΟΥ ΣΤΟΜΑΤΟΥ ΜΑΣ ΚΑΙ ΤΗ ΜΥΤΗ ΜΑΣ
-  ΑΠΟΦΕΥΓΟΥΜΕ ΝΑ ΔΙΚΟΥΜΠΛΑΜΕ ΤΗ ΜΑΣΚΑ ΟΣΤΟ ΤΗ ΦΟΡΑΜΕ
-  ΑΦΑΙΡΟΥΜΕ ΤΗ ΜΑΣΚΑ ΚΡΑΤΩΝΤΑΣ ΤΗ ΜΟΝΟ ΔΠΟ ΤΑ ΚΟΡΑΘΟΝΙΑ
-  ΑΠΟΡΡΙΠΤΟΥΜΕ ΤΗ ΜΑΣΚΑ ΣΕ ΚΑΔΟ ΑΠΟΡΡΙΜΑΤΩΝ ΔΝ ΕΙΝΑΙ ΜΙΑΣ ΧΡΗΣΗΣ
-  ΠΛΕΝΟΥΜΕ ΤΗ ΜΑΣΚΑ ΣΤΟΥΣ 60°C ΜΕ ΑΠΟΡΡΥΠΑΝΤΙΚΟ ΚΑΙ ΣΤΗ ΣΥΝΕΧΕΙΑ ΤΗ ΣΙΔΕΡΩΝΟΥΜΕ ΔΝ ΕΙΝΑΙ ΥΦΑΣΜΑΤΙΝΗ

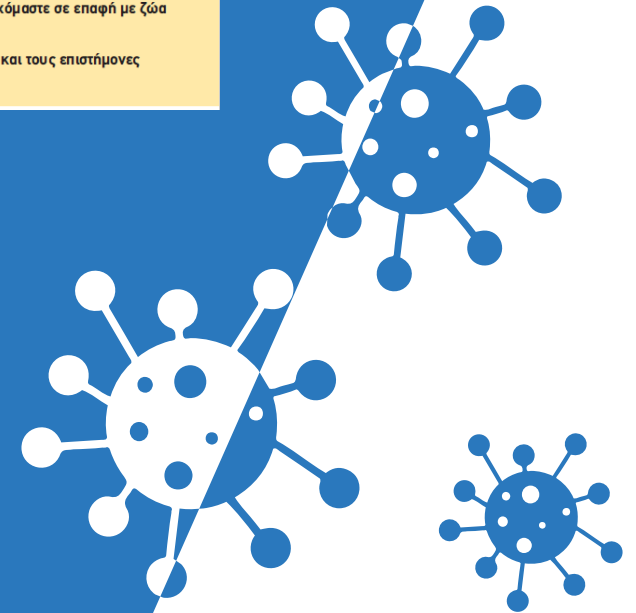
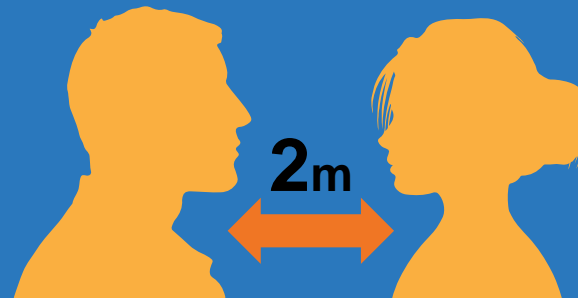
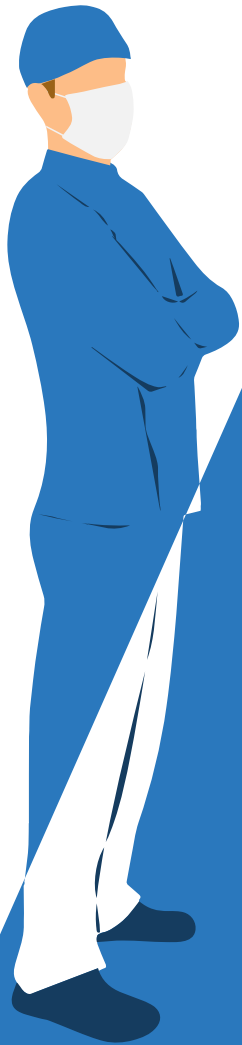
ΤΙ ΔΕΝ ΚΑΝΟΥΜΕ

-  ΔΕΝ ΧΡΗΣΙΜΟΠΟΙΟΥΜΕ ΣΚΙΣΜΕΝΕΣ ΜΑΣΚΕΣ
-  ΔΕΝ ΠΛΑΝΟΥΜΕ ΤΗ ΜΑΣΚΑ ΟΣΤΑΝ ΤΗ ΦΟΡΑΜΕ
-  ΔΕΝ ΚΑΤΕΒΑΖΟΥΜΕ ΤΗ ΜΑΣΚΑ ΣΤΟ ΠΗΓΟΥΝΙ
-  ΔΕ ΦΟΡΑΜΕ ΤΗ ΜΑΣΚΑ ΚΑΤΩ ΔΠΟ ΤΗ ΜΥΤΗ
-  ΔΕΝ ΑΠΟΡΡΙΠΤΟΥΜΕ ΤΗ ΜΑΣΚΑ ΣΕ ΚΑΔΟ ΑΝΑΚΥΚΛΩΣΗΣ ΑΛΛΑ ΣΕ ΚΑΔΟ ΑΠΟΡΡΙΜΑΤΩΝ
-  ΔΕΝ ΧΡΗΣΙΜΟΠΟΙΟΥΜΕ ΞΑΝΑ ΤΙΣ ΜΑΣΚΕΣ ΜΙΑΣ ΧΡΗΣΗΣ

ΤΗΡΟΥΜΕ ΤΟΥΣ ΚΑΝΟΝΕΣ ΥΓΙΕΙΝΗΣ

Λήψη μέτρων πρόληψης

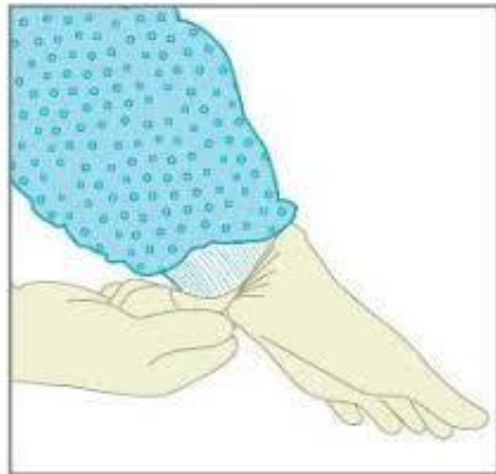
-  Πλένουμε συχνά και σχολαστικά τα χέρια μας με σαπούνι και νερό ή αλκοολούχο διάλυμα
-  Όταν βήχουμε ή φαρνιζόμαστε, καλύπτουμε το στόμα και τη μύτη μας με τον αγκώνα ή ένα χαρτομάντιλο και πλένουμε αμέσως μετά τα χέρια μας
-  Απορρίπτουμε το χαρτομάντιλο, αμέσως μετά τη χρήση, σε κλειστό κάδο
-  Αποφεύγουμε τις κοντινές επαφές όταν παρουσιάζουμε συμπτώματα κρυολογήματος (όπως βήχα, πυρετό, καταρροή, πονόλαιμο) ή με άτομα που παρουσιάζουν αυτά τα συμπτώματα
- Αν παρουσιάζουμε συμπτώματα πυρετού, βήχα ή δυσκολίας στην αναπνοή, και έχουμε ταξιδιωτικό ιστορικό σε πληττόμενη περιοχή, επικοινωνούμε με το γιατρό μας ή με τον ΕΟΔΥ (Τηλ. 210 5212054 και 1135) και παραμένουμε σπίτι μας
-  Αν παρουσιάζουμε συμπτώματα κατά τη διάρκεια του ταξιδιού, ενημερώνουμε αμέσως το πλήρωμα και αναζητούμε ιατρική βοήθεια
-  Πλένουμε τα χέρια μας: όταν μαγειρεύουμε, όταν φροντίζουμε ασθενείς, όταν ερχόμαστε σε επαφή με ζώα
-  Εμπιστευόμαστε τους ειδικούς και τους επιστήμονες για την πληροφόρησή μας



Αρχές διαχείρισης ύποπτων ή επιβεβαιωμένων περιστατικών λοίμωξης COVID-19 σε σχολικές μονάδες

COVID-19

- Χρήση εξοπλισμού ατομικής προστασίας από το προσωπικό (μάσκα, γάντια, και – σε περίπτωση κινδύνου εκτίναξης βιολογικών υγρών ή αναπνευστικών εκκρίσεων – ποδιά αδιάβροχη και οφθαλμική προστασία με γυαλιά ή ασπίδα προσώπου).



- Εάν ένα μέλος του προσωπικού εμφανίσει συμπτώματα συμβατά με λοίμωξη COVID-19 όταν είναι στο σχολείο, αποχωρεί από αυτό, ενώ αν χρειαστεί να περιμένει στο σχολείο για ένα μικρό χρονικό διάστημα, παραμένει σε απομόνωση στον καθορισμένο χώρο φορώντας απλή χειρουργική μάσκα.

1^ο ΚΕΝΤΡΟ ΥΓΕΙΑΣ ΣΑΛΑΜΙΝΑΣ



Covid – 19

ΓΡΑΜΜΗ ΨΥΧΟΚΟΙΝΩΝΙΚΗΣ ΥΠΟΣΤΗΡΙΞΗΣ

Ενημέρωση & Συμβουλευτική:

για όλη την οικογένεια

για ευπαθείς ομάδες



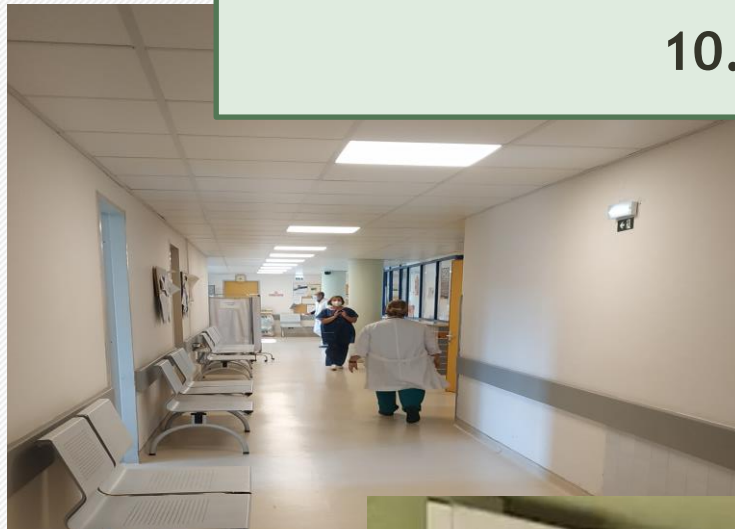
Τηλ: 213 2008 553

Ώρες: 10:00 – 13:00
Δευτέρα έως Παρασκευή

9. Ενημέρωση κοινού για covid -19



10. Λήψη test για covid -19



11. Εκπαίδευση καθαριστών στη χρήση ΜΑΠ για covid -19



12. Εκπαίδευση σε μαθητές ΙΕΚ





ΚΕΝΤΡΟ ΥΓΕΙΑΣ
ΣΑΛΑΜΙΝΑΣ

ΝΠΔΔ ΑΚΟΙΠΟΠ
Αθλήσης Κοινωνικής Πολιτικής
και Παιδείας



ΚΕΝΤΡΟ ΑΓΩΓΗΣ ΥΓΕΙΑΣ
ΚΑΙ ΠΡΟΛΗΨΗΣ ΤΗΣ 2ΗΣ Δ.Υ.ΠΕ.

ΕΛΛΗΝΙΚΗ ΔΗΜΟΚΡΑΤΙΑ
ΠΕΡΙΦΕΡΕΙΑ ΑΤΤΙΚΗΣ

Ο ΣΥΛΛΟΓΟΣ ΑΤΟΜΩΝ ΜΕ ΔΙΑΒΗΤΗ ΣΑΛΑΜΙΝΑΣ
ΣΤΑ ΠΛΑΙΣΙΑ ΤΗΣ ΠΑΓΚΟΣΜΙΑΣ ΗΜΕΡΑΣ ΔΙΑΒΗΤΗ
ΔΙΟΡΓΑΝΩΝΕΙ:

ΕΚΔΗΛΩΣΕΙΣ

10-14
Νοεμβρίου
2019



«Ενημερώνομαι, Αθλούμαι
και Εκπαιδεύομαι,
για μια Γλυκιά Ζωή
με Δράση»

ΥΠΟ ΤΗΝ ΑΙΓΙΔΑ



13. Συμμετοχή σε εκδηλώσεις για παγκόσμιες ημέρες



2019/11/10 11:06







Σας ευχαριστώ !