

4o Newsletter

ΔΕΚΕΜΒΡΙΟΣ 2024



ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΑ

- Editorial Καθ. Εμμανουήλ Σμυρνάκης
- Αφιέρωμα στην Παγκόσμια Ημέρα Ατόμων με Αναπηρία
- Τα νέα της ομάδας Podcast
- 16η Ετήσια Συνάντηση Δικτύου Εκπαίδευσης και Έρευνας στην ΠΦΥ και τη Γενική Ιατρική
- Συναντήσεις Βιβλιογραφικής Ενημέρωσης
- Προσεχή συνέδρια - Συμμετοχές σε διεθνή συνέδρια

Editorial

Γράφει ο Εμμανουήλ Σμυρνάκης



ΕΕΕΚΔ
ΕΤΑΙΡΕΙΑ ΕΡΕΥΝΑΣ
ΚΑΙ ΕΚΠΑΙΔΕΥΣΗΣ
ΚΛΙΝΙΚΩΝ ΔΕΞΙΟΤΗΤΩΝ

Καλωσήρθατε στο τέταρτο τεύχος, της περιοδικής ενημερωτικής έκδοσης της Εταιρείας Έρευνας και Εκπαίδευσης Κλινικών Δεξιοτήτων. Η έκδοση αυτή απευθύνεται σε όλους τους επαγγελματίες υγείας που δραστηριοποιούνται στον χώρο της Πρωτοβάθμιας Φροντίδας Υγείας και της Ιατρικής Εκπαίδευσης.

Με το παρόν τεύχος, ολοκληρώνουμε το 2024, μια ιδιαίτερα δημιουργική χρονιά γεμάτη εκπαιδευτικές ευκαιρίες και ενημερωτικές δράσεις. Η **βιβλιογραφική ενημέρωση** αποτέλεσε και φέτος μια πολύτιμη πρωτοβουλία, ενώ το **Primary Care Dialogues Podcast** εισήλθε στη δεύτερη σεζόν του, προσφέροντας νέες ενδιαφέρουσες συζητήσεις.

Με ιδιαίτερη συγκίνηση αποχαιρετούμε το 2024, καθώς σηματοδοτεί **20 χρόνια συστηματικής εκπαίδευσης στις Κλινικές Δεξιότητες** σε συνθήκες προσομοίωσης στην Ιατρική Σχολή του ΑΠΘ. Η εκπαίδευση ξεκίνησε στο Τμήμα Επειγόντων Περιστατικών και από την ακαδημαϊκή χρονιά 2005-2006 φιλοξενήθηκε στα Τακτικά Εξωτερικά Ιατρεία του ΠΓΝΘ ΑΧΕΠΑ. Από το 2020, η εκπαίδευση πραγματοποιείται στο **Κέντρο Κλινικών Δεξιοτήτων και Προσομοίωσης (ΚΚΔκΠ) της Ιατρικής Σχολής ΑΠΘ**.

Στο ΚΚΔκΠ, οι φοιτητές εκπαιδεύονται συστηματικά, από τα πρώτα έτη σπουδών, σε βασικές κλινικές δεξιότητες, μέσα σε ένα «προστατευμένο» περιβάλλον. Με τη χρήση εκπαιδευτικών προπλασμάτων και προηγμένων προσομοιωτών, προετοιμάζονται πλήρως πριν την επαφή τους με πραγματικούς ασθενείς. Αυτός ο τρόπος εκπαίδευσης διασφαλίζει ότι, όταν έρθει η ώρα να εξετάσουν ασθενείς, είναι επαρκώς προετοιμασμένοι, μειώνοντας τα ιατρικά λάθη και ενισχύοντας την ποιότητα της φροντίδας που παρέχουν.

Το ΚΚΔκΠ αποτελεί **διεθνώς αναγνωρισμένο πρότυπο Κέντρο Προπτυχιακής Εκπαίδευσης Κλινικών Δεξιοτήτων**, χάρη στη στήριξη ενός μεγάλου αριθμού μελών ΔΕΠ, επιστημονικών συνεργατών, νοσηλευτών και φοιτητών.

Editorial

Γράφει ο Εμμανουήλ Σμυρνάκης



ΕΕΕΚΔ
ΕΤΑΙΡΕΙΑ ΕΡΕΥΝΑΣ
ΚΑΙ ΕΚΠΑΙΔΕΥΣΗΣ
ΚΛΙΝΙΚΩΝ ΔΕΞΙΟΤΗΤΩΝ

Σε αυτό το εορταστικό τεύχος, η ομάδα της περιοδικής έκδοσης της ΕΕΕΚΔ επέλεξε να αφιερώσει ένα μέρος του στην **Παγκόσμια Ημέρα Ατόμων με Αναπηρία**. Μέσω αυτού του αφιερώματος, ευελπιστούμε να συμβάλουμε στην ενημέρωση σχετικά με την προσβασιμότητα και την κοινωνική ενσωμάτωση των ατόμων με κινητική αναπηρία.

Φτάνοντας στο τέλος αυτής της χρονιάς, θα θέλαμε να ευχαριστήσουμε θερμά τους συνεργάτες της ΕΕΕΚΔ και όλους εσάς που παρακολουθείτε τις δράσεις μας και μας τιμάτε με την παρουσία και τη στήριξή σας. Η δική σας αφοσίωση και το πάθος σας για την έρευνα και τη μάθηση αποτελούν πηγή έμπνευσης για εμάς.

Ευχόμαστε το 2025 να είναι ακόμη πιο δημιουργικό, γεμάτο νέες προκλήσεις και ευκαιρίες. Σας ευχόμαστε καλές γιορτές, με όμορφες στιγμές και χαρά μαζί με τα αγαπημένα σας πρόσωπα!

Εκ μέρους της ομάδας σύνταξης και της ΕΕΕΚΔ,

Εμμανουήλ Σμυρνάκης
Αν. Καθηγητής Πρωτοβάθμιας Φροντίδας Υγείας - Ιατρικής Εκπαίδευσης
Τμήματος Ιατρικής ΑΠΘ
Πρόεδρος ΕΕΕΚΔ

2024
από τότε

Παγκόσμια Ημέρα Ατόμων με Αναπηρία

Επιμέλεια συνέντευξης: Στέλλα Πλούκου

Με αφορμή την 3η του Δεκέμβρη, Παγκόσμια Ημέρα Ατόμων με Αναπηρία που τα τελευταία χρόνια αποτελεί ευκαιρία για να ενημερωθεί η κοινωνία γύρω από τα δικαιώματα και τις ανάγκες των ατόμων με αναπηρία, μιλήσαμε με την **Ευφροσύνη Μπαμπατσικίου, Πρόεδρο του σωματείου «Άλλη Όψη»** και γυναίκα με βλάβη νωτιαίου μυελού. Η συζήτηση μας κινήθηκε γύρω από τα θέματα της ενημέρωσης, της προσβασιμότητας και της ενσωμάτωσης των ανθρώπων με κινητική αναπηρία στην κοινωνία.



Τι σημαίνει η Παγκόσμια Ημέρα Ατόμων με Αναπηρία για σένα;

Ονειρεύομαι την εποχή που δεν θα υπάρχει αυτή η ημέρα και οι ανάπηροι δεν θα είναι πλέον ευάλωτη ομάδα. Θα είναι απλά μια υποομάδα του γενικότερου πληθυσμού, με διαφορετικές ανάγκες, που καλύπτονται με διαφορετικούς τρόπους και υποδομές. Προβάλλεται και θα ήθελα να φτάσουμε στο σημείο, που η κινητική βλάβη δεν θα είναι κάτι διαφορετικό, αλλά ένα ακόμα χαρακτηριστικό των ανθρώπων, όπως είναι το να είσαι κοντός. Προσωπικά δεν συμφωνώ καθόλου με την λέξη ευαισθητοποίηση της κοινής γνώμης. Είναι σαν να δεχόμαστε ότι υπάρχουν πολίτες πολλών ταχυτήτων, άρα ο πιο «πάνω» πρέπει να ευαισθητοποιηθεί για τον πιο «κάτω». Όχι, για εμένα δεν είναι ότι πρέπει να ευαισθητοποιηθεί η κοινή γνώμη. Πρέπει να ενημερωθεί και να αποκτήσει γνώση.



Οι δράσεις ενημέρωσης πρέπει να ξεκινούν από το σχολείο;

Έχουν ξεκινήσει διάφορες δράσεις και εμείς ως σωματείο με την «Άλλη Όψη» συμμετέχουμε, και εγώ προσωπικά. Ελπίζω να δούμε κάποιες αλλαγές στις επόμενες γενιές. **Βλέπω γενικά ότι τα παιδιά πλέον είναι πιο συμπεριληπτικά.** Δηλαδή, αν έχουν ένα συμμαθητή με κινητικό πρόβλημα, με αναπηρικό αμαξίδιο, δεν είναι από όλους αποκομμένος. Υπάρχουν και σχολεία που πραγματικά αγκαλιάζουν μαθητές με αναπηρικό αμαξίδιο. Αλλά είναι οι εξαιρέσεις και θα πρέπει να περιμένουμε να ενηλικιωθούν οι επόμενες γενιές ανθρώπων για να σκεφτούν, να δημιουργήσουν και να αλλάξουν κάτι προς όφελος όλων.

Ποιες είναι οι πιο συχνές παρανοήσεις που έχει ο κόσμος για τα άτομα με κινητική αναπηρία;

Αντιμετωπίζομαστε ως άνθρωποι με χαμηλότερο IQ. Η γνώμη μας δεν έχει την ίδια βαρύτητα και αντιμετωπίζομαστε συχνά ως παιδιά. Δηλαδή, θεωρούν ότι δεν είμαστε σε θέση να κάνουμε επιλογές και να αναλάβουμε την ευθύνη των επιλογών μας. Έχω κινητική αναπηρία και έχω δύο πτυχία. Η γνώμη μου όμως στο νοσοκομείο δεν μετράει. Ζητάνε την υπογραφή της μητέρα μου. Εκ προοιμίου θεωρείται ότι δεν μπορείς να αποφασίσεις για σένα.

Επίσης, θεωρείται ότι το φύλο μας δεν παίζει και πολύ μεγάλο ρόλο. Είμαστε λίγο άφυλοι, λίγο παιδιά. Χαρακτηριστικά θα σου πω ότι στην πόλη της Θεσσαλονίκης, σε ένα δημοτικό χώρο εκγύμνασης, τα αποδυτήρια ΑΜΕΑ είναι κοινά για άνδρες και γυναίκες ΑΜΕΑ και ταυτόχρονα είναι και παιδιών. Δηλαδή, προσπαθείς να αλλάξεις μέσα στο αποδυτήριο και έρχεται ένας μπαμπάς μέσα με το παιδάκι του. Λες και δεν είναι γυναίκα το άτομο που κάθεται σε ένα αναπηρικό αμαξίδιο και μπορεί οποιoσδήποτε άνδρας να σε δει γυμνή. Γιατί το παιδάκι, ας πούμε, το αγοράκι που θα μπει με τη μαμά του να αλλάξει, μπορεί να με δει γυμνή εμένα, αλλά δεν μπορεί να δει γυμνή μια γυναίκα όρθια;

Πώς αξιολογείς την προσβασιμότητα στην πόλη όπου ζεις; Τι θεωρείς ότι χρειάζεται βελτίωση;

Στην πόλη της Θεσσαλονίκης τα περισσότερα λεωφορεία δεν είναι προσβάσιμα. Δεν υπάρχει τρόπος να μετακινηθείς. Για το μετρό δεν ξέρω τι γίνεται αλλά επίσης στη σήραγγα δεν μπορείς να μετακινηθείς. Εγκλωβίζεσαι στο σταθμό. Είμαστε δυστυχώς άλλης ταχύτητας πολίτες ακόμα. Και φυσικά όσο η χώρα αντιμετωπίζει οικονομικές δυσπραγίες δεν μπορούμε να έχουμε ταχεία εξέλιξη προς μια θετικότερη κατεύθυνση. **Σε αυτή την πόλη που ζούμε, εάν ένας άνθρωπος με αναπηρικό αμαξίδιο δεν έχει δικό του ΙΧ, είναι εξαιρετικά δύσκολο να μετακινηθεί.**

Την περίοδο της πανδημίας που υπήρχε η απαγόρευση της κυκλοφορίας και στέλναμε μήνυμα για να γίνουν πολύ βασικές και απαραίτητες μετακινήσεις, πάρα πολύς κόσμος διαμαρτυρόταν για αυτή την απαγόρευση, γιατί θεωρούσε δικαίωμά του να κυκλοφορεί ελεύθερα σε οποιεσδήποτε συνθήκες και αισθανόταν πολύ περιορισμένος. Εμείς βιώνουμε σχεδόν καθημερινά αυτή την κατάσταση. Για παράδειγμα, εγώ τις Δευτέρες δεν μπορώ να βγω από το σπίτι μου, γιατί από κάτω γίνεται λαϊκή αγορά.



Έχεις ελπίδα ότι μπορεί να αλλάξει κάτι;

Ελπίζω ότι μπορεί να αλλάξει κάτι, αλλά όχι στο άμεσο μέλλον. Και ο λόγος που συμβαίνει αυτό είναι καθαρά οικονομικός σε αυτή τη χώρα και ειδικότερα σε αυτή την πόλη. Εννοώ ότι εάν ήμασταν μια πιο εύρωστη οικονομικά χώρα, θα μπορούσε ίσως, για παράδειγμα, να βελτιωθεί το συγκοινωνιακό και επομένως να μπορούν και οι ανάπηροι να βγαίνουν περισσότερο. Να φτιαχτούν πεζοδρόμια για να μπορεί να κινηθεί πιο εύκολα ο άνθρωπος με το αναπηρικό αμαξίδιο και να μην πηγαίνει μόνο σε κάποιο εμπορικό κέντρο που έχει πρόσβαση τώρα. **Γιατί δεν βλέπουμε αναπηρικά αμαξίδια στο κέντρο της Θεσσαλονίκης; Γιατί πολύ απλά δεν μπορούν να κινηθούν εκεί.** Θέλω να πω, ότι αν ήταν καλύτερες οι οικονομικές συνθήκες, θα μπορούσαν να φτιαχτούν πράγματα και επομένως και να υπάρχει η εικόνα στον μέσο πολίτη ότι είμαστε κομμάτι της κοινωνίας και ότι ζούμε όλοι μαζί.

Είχες υποστήριξη για να συνεχίσεις την καριέρα σου;

Εγώ δεν έχω εκ γενετής αναπηρία. Τραυματίστηκα σε μια ηλικία που είχα ολοκληρώσει τις σπουδές μου. Είχα κάνει μεταπτυχιακό και διδακτορικό και όμως δεν μπόρεσα να δουλέψω στο αντικείμενό μου. Αντίστοιχα βιώματα έχουν πάρα πολλοί άνθρωποι, που οι εργοδότες ή οι υπηρεσίες τους δεν ήταν υποχρεωμένοι να συνεχίσουν τη σχέση εργασίας. Ο λόγος που δεν μπορείς να δουλέψεις είναι γιατί δεν υπάρχουν οι προϋποθέσεις της υπηρεσίας για να μπορείς να πηγαίνεις στη δουλειά ή γιατί δεν σε προτιμάνε στη δουλειά.

Στον ιδιωτικό τομέα, κανείς δεν θα προσλάμβανε μία 35-χρονη γεωπόνου σε αναπηρικό αμαξίδιο. Ακόμα και αν δεν έχει πρόβλημα με το ότι είμαι ανάπηρη, δεν έχει την υποδομή, το ασανσέρ, την αναπηρική τουαλέτα, την άνεση χώρου... Δεν έχει λόγο να το κάνει. Δεν έχει λόγο όταν μπορεί να πάρει κάποιον άντρα, που θα τον στείλει σε οποιαδήποτε δουλειά.

Θα σου πω απλά ότι το καλοκαίρι απέρριψα έναν διορισμό ο οποίος ήταν για άτομο με αναπηρία. Όχι συγκεκριμένη αναπηρία, όμως ήταν ειδική κατηγορία στο διαγωνισμό. Με ενημέρωσαν από την υπηρεσία ότι καλύτερα να αρνηθώ γιατί δεν υπάρχει πρόσβαση στο κτίριο και δεν επιτρέπεται από την αρχαιολογία να δημιουργηθεί, γιατί θα αλλοιωθεί η ταυτότητα του.

Αλλάξαν τα όνειρα και οι στόχοι ζωής που είχες;

Ναι, αλλά δεν είναι αυτό το πρόβλημα. Σε καμία περίπτωση. Νομίζω στη ζωή πάρα πολλών ανθρώπων συμβαίνει κάτι που μπορεί να φέρει τα πάνω-κάτω. Δεν είναι απαραίτητα κάποιο ατύχημα ή κάποιος τραυματισμός. Μπορεί να είναι η απώλεια ενός ανθρώπου απ' το οικογενειακό του περιβάλλον. Μπορεί να είναι τόσο μεγάλη η οικονομική αλλαγή που να μην μπορεί να συνεχίσει να κάνει ή να κυνηγήσει αυτό που ονειρεύεται. Συμβαίνει στη ζωή πολλών ανθρώπων να γίνει στροφή 180 μοιρών. Και το πρόβλημα δεν είναι αυτό επί της ουσίας. **Το θέμα είναι να υπάρχουν τρόποι για να κάνεις κάποια πράγματα. Να υπάρχει κάποια διέξοδος.**



Πως αντιμετωπίζεις τις καθημερινές προκλήσεις και πως ισορροπείς μέσα σε όλο αυτό το κοινωνικό πλαίσιο αποκλεισμού;

Δεν ξέρω τι να σου απαντήσω σε αυτό. Από τη μία, **για μένα ισχύει αυτό που έλεγε ο Χατζηδάκης, ότι «όταν σταματήσει να σε τρομάζει το τέρας, σημαίνει ότι έχεις αρχίσει να του μοιάζεις»**. Οπότε, δεν γίνεται να σταματήσω να διεκδικώ να αλλάξει το άδικο σε αυτήν την κοινωνία, ανεξάρτητα αν αφορά την αναπηρία που έχω ή οτιδήποτε άλλο. Από την άλλη, ξέρω ότι δεν είναι ότι θα κατέβω μια φορά στον δρόμο, θα κάνω μια δράση και θα αλλάξουν τα πράγματα. Εγώ μέχρι να τραυματιστώ, δεν μου είχε περάσει από το μυαλό ότι κάποτε μπορεί να γίνω και εγώ ανάπηρη. Έγινα όμως. Κανείς δεν ξέρει αν θα του έρθει στη ζωή του, είτε στον ευρύτερο κύκλο του, είτε στην στενή πυρηνική του οικογένεια. Οι περισσότεροι άνθρωποι δεν γεννιούνται με αναπηρία αλλά γίνονται στην πορεία της ζωής τους. Θεωρώ ότι η συντριπτική πλειοψηφία, αν όχι όλοι, μέχρι να γίνουν, δεν μας είχε περάσει από το μυαλό «Τι θα κάνω εγώ αν γίνω;».

Ποιες είναι σήμερα οι χαρές σου;

Οι χαρές μου πολλές και οι λύπες μου αντίστοιχα. Γενικά, **το κοινωνικό στερεότυπο είναι ότι οι ανάπηροι κουβαλάνε ένα βάρος που συνδέεται με την αναπηρία τους και ότι δεν μπορούν να βιώσουν χαρές αντίστοιχες με αυτές που βιώνουν οι άνθρωποι που δεν έχουν αναπηρία**. Υπάρχουν πολλοί άνθρωποι που αποκτούν οικογένεια όντας ανάπηροι και μπαίνουν σε μια διαδικασία σχέσεων, γάμου, τεκνοποίησης και μάλιστα με δύσκολες συνθήκες κύησης, με εξωσωματικές και διάφορες δυσκολίες που τις ξέρουν εκ προοιμίου. Δεν διαφέρει πολύ η ζωή. Διαφέρει η καθημερινότητα και ο βαθμός δυσκολίας στο να κάνουμε πράγματα από άποψη υποδομών. Αυτό είναι το πολύ δύσκολο κομμάτι. **Δηλαδή, έχουμε τις ίδιες αγωνίες, απλά σε μεγαλύτερο βαθμό**. Θα βρω δουλειά, δεν θα βρω δουλειά. Θα βγω οικονομικά, δεν θα βγω οικονομικά, γιατί δυστυχώς το να είσαι ανάπηρος στοιχίζει αρκετά. Αλλά, πάνω κάτω βιώνουμε τα ίδια πράγματα. Οι άνθρωποι που δεν είναι σε σχέση ή δεν έχουν οικογένεια, βιώνουν την ίδια μοναξιά και τις ίδιες ανησυχίες με τους ανθρώπους που δεν είναι ανάπηροι. Οι άνθρωποι που έχουν οικογένειες βιώνουν τα ίδια προβλήματα με τα παιδιά, τους γονείς και με τους συντρόφους τους.

Τι επιλογές έχει ένα άτομο που είναι σήμερα σε παρόμοια θέση;

Τις επιλογές που έχει οποιοσδήποτε άλλος πολίτης, σε αυτή τη χώρα. Να αντιμετωπίζει την καθημερινότητα, να προσπαθεί να κατευνάσει ή να εκτονώσει το θυμό του, να κατευνάσει τους εσωτερικούς του δαίμονες και να μπορέσει να συνεχίσει να αγωνίζεται και να διεκδικεί. Έτσι κι αλλιώς στη ζωή οι άνθρωποι δεν έχουμε άλλη επιλογή. Συνεχίζεις να διεκδικείς αυτό που νιώθεις ότι αξίζεις και αυτό που νιώθεις ότι μπορείς να κάνεις. Απλά για τους ανθρώπους με αναπηρία είναι πιο δύσκολο. Και δεν είναι η κινητική βλάβη η δυσκολία μας. Γι' αυτό και μιλάμε στην «Άλλη Όψη» για το κοινωνικό μοντέλο για την αναπηρία. Δηλαδή, εννοούμε ότι το ουσιαστικό πρόβλημα που αντιμετωπίζουμε ως πολίτες, δεν είναι η βλάβη μας. Δεν είναι ότι εγώ επειδή δεν μπορώ να περπατήσω ή επειδή είμαι με το αμαξίδιο είναι πολύ δύσκολο και γι' αυτό δεν βγαίνω και γι' αυτό δεν μπορώ να δουλέψω. Η δυσκολία είναι ότι επειδή είμαι με το αμαξίδιο, δεν μπορώ να μετακινηθώ με ευκολία σε αυτή την πόλη. Δεν υπάρχουν μέσα μεταφοράς, δεν υπάρχουν κτίρια που να είναι προσβάσιμα και να έχουν και τουαλέτες προσβάσιμες. Γιατί ακόμα και όταν φτιάχνονται τουαλέτες, σε πολλές περιπτώσεις, μετά από λίγο καιρό, οι χώροι αυτοί γίνονται γραφεία και αποθήκες. **Επομένως, η αναπηρία λέμε ότι είναι κάτι που είναι κοινωνικά επιβεβλημένο στους ανθρώπους. Είναι άλλο κομμάτι η βλάβη και άλλο κομμάτι η δυσκολία που αντιμετωπίζουμε στην κοινωνία για να συμμετέχουμε ισότιμα σε όλα**.

Η αναπηρία σε κάνει σοφότερο; Σου αλλάζει τον τρόπο που βλέπεις και αξιολογείς τη ζωή;

Νομίζω ότι οποιοδήποτε δύσκολο συμβάν αντιμετωπίζουμε στη ζωή μπορεί να λειτουργήσει με δύο εντελώς αντίθετους τρόπους. Είτε να έχει θετική επίδραση, δηλαδή να διερωτηθεί ένας άνθρωπος τι συμβαίνει εδώ, τι μπορώ να κάνω, πώς μπορώ να γίνω καλύτερος, πώς μπορώ να βοηθήσω, πώς μπορώ να ενημερώσω. Και στον αντίποδα, να λειτουργήσει εντελώς εγωιστικά και να βγάζει μόνο θυμό για τις δυσκολίες που αντιμετωπίζει. Και αυτό γίνεται με πολλά πράγματα. Για παράδειγμα υπάρχουν άνθρωποι οι οποίοι χάνουν τη δουλειά τους και γίνονται πάρα πολύ αντικοινωνικοί. Επιτίθενται στον δρόμο, επιτίθενται στην οικογένειά τους, και τους βγαίνουν δυσλειτουργικές συμπεριφορές, ενώ υπάρχουν άνθρωποι οι οποίοι από τις δυσκολίες γίνονται σοφότεροι. **Εξαρτάται τι θα κάνει ο καθένας με τα λεμόνια που του δίνει η ζωή...Θα τα κάνει λεμονάδα ή θα μείνει με την απογοήτευση**.

Υπάρχουν στιγμές που ένιωσες ιδιαίτερα δυνατή ή περήφανη για κάτι που πέτυχες;

Να σου πω. Αυτό το συναίσθημα το ένιωσα πολύ έντονα, όταν τελείωσε το camp στο πλαίσιο του προγράμματος SUPPORT. Πραγματικά, αυτό το ένιωσα πάρα πολύ. Υπήρξαν πολλές δυσκολίες και αναποδιές της τελευταίας στιγμής και φέραμε τεράστια ευθύνη, οπότε δοκιμαστήκαμε πολύ. Έτσι, όταν ολοκληρώθηκε το πρόγραμμα, χωρίς κανένα πρόβλημα και φύγανε όλοι οι άνθρωποι ευχαριστημένοι, ένιωσα πάρα πολύ δυνατή. **Ένιωσα ότι έχουμε μια ομάδα που με λίγα μέσα μπορεί να δουλέψει αποτελεσματικά και να προσφέρει ουσιαστικά.**



Τι θα ήθελες να πεις στους ανθρώπους που βρίσκονται σε παρόμοια θέση;

Νομίζω ότι για όλους ισχύει το ίδιο πράγμα. **Πάρε αυτό που σου δίνει η ζωή και κάνε κάτι. Απλά προσπάθησε.** Μπορεί να ελπίζεις ότι θα έρθει το καλύτερο, αλλά μέχρι να έρθει αυτό, πρέπει να κάνεις κάτι. Αν δεν προσπαθήσεις και αφεθείς, θα βουλιάξεις. Αυτό το συμβάν μπορεί να είναι μια απόλυση, ένας χωρισμός, μια αναπηρία ή η απώλεια ενός αγαπημένου προσώπου. Ότι και να είναι πρέπει να το αποδεχθείς αρχικά και μετά να προσπαθήσεις να συνεχίσεις με αυτό. Σε αυτή την προσπάθεια είναι πολύ σημαντικό να έχεις ένα κοινωνικό πλαίσιο που να αντιλαμβάνεται σε τι θέση είσαι και ποιες είναι οι συνθήκες που βιώνεις και να σε υποστηρίζει.

Τι προσδίδουν προγράμματα όπως το SUPPORT στο οποίο έλαβες μέρος ως εκπαιδευτρια;

Αυτά τα προγράμματα θεωρώ ότι είναι απαραίτητα. Όχι για να ευαισθητοποιήσουν τον κόσμο, αλλά γιατί χρειάζεται ενημέρωση και επαφή με τους ανθρώπους που έχουν αναπηρία. Είναι κάποια πράγματα που δεν μαθαίνονται από τα βιβλία. Δεν διδάσκονται εάν δεν έρθεις σε προσωπική επαφή και δεν λύνονται μαθαίνοντας ένα πρωτόκολλο συμπεριφοράς. Γι' αυτό χρειάζονται τα προγράμματα. Δεν μπορείς να δώσεις στους ανθρώπους της ΠΦΥ ένα εγχειρίδιο που να περιγράφει πως θα συμπεριφερθούν, πως θα μιλήσουν, βήμα 1 κάνεις αυτό, βήμα 2... κλπ και να νομίζεις ότι έχεις λύσει το πρόβλημα. Από την άλλη, και οι άνθρωποι με αναπηρία πρέπει να ξέρουν πως να ζητήσουν βοήθεια από τους επαγγελματίες υγείας, και πως να καθοδηγήσουν σωστά τον άνθρωπο απέναντι που του ζητούν βοήθεια. Πρέπει να ξέρεις να του πεις για παράδειγμα «Για να με βοηθήσεις θα πιάσεις το πόδι μου κάτω από το γόνατο», ή «Θα βάλεις τα χέρια σου κάτω από τις μασχάλες μου», να ξέρουν πως θα επικοινωνήσουν το πρόβλημα που έχουν για να λάβουν σωστές πληροφορίες. **Η ενημέρωση είναι ευεργετική και για τις δύο πλευρές και δεν γίνεται να πραγματοποιηθεί σωστά μόνο μέσα από βιβλία, οδηγίες και guidelines χωρίς προσωπική επαφή.**

Πως θα ήθελες να κλείσουμε;

Θα ήθελα να φτάσουμε ως κοινωνία στο σημείο να καταλαβαίνουμε ότι το θέμα της συμπερίληψης και των ίσων ευκαιριών για τους ανθρώπους με αναπηρία δεν αφορά μόνο τους ανάπηρους. Γιατί η αναπηρία είναι μία ζώσα κατάσταση που ανά πάσα στιγμή μπορεί να αφορά τον καθένα μας ή τον κάθε άνθρωπο που βρίσκεται στο κοντινό ή ευρύτερο περιβάλλον μας. Δεν ξέρεις πότε μπορεί να προκύψει μία αναπηρία στη ζωή ενός ανθρώπου. **Θα πρέπει να ξεφύγουμε λίγο από τη λογική ότι «είναι πρόβλημα των άλλων και δεν είναι δικό μου».** Επομένως, οι υποδομές και όλα αυτά που συζητάμε δεν είναι για τους άλλους ή τουλάχιστον δεν είναι μόνο για τους άλλους.

Παρακολουθήστε μας

Podcast

Γράφουν η Ευαγγελία Σαββίδου και
ο Παναγιώτης Παρασκευόπουλος



ΕΕΕΚΔ
ΕΤΑΙΡΕΙΑ ΕΡΕΥΝΑΣ
ΚΑΙ ΕΚΠΑΙΔΕΥΣΗΣ
ΚΛΙΝΙΚΩΝ ΔΕΞΙΟΤΗΤΩΝ



Το **Primary Care Dialogues** ξεκίνησε την δεύτερη σεζόν του και συνεχίζουμε δυναμικά στην προσπάθειά μας να αναδείξουμε ενδιαφέροντα θέματα που απασχολούν την Πρωτοβάθμια Φροντίδα Υγείας και την Δημόσια Υγεία.



NEO

ΕΠΕΙΣΟΔΙΟ

@pcdpodcastgr

Χρήση και Κατάχρηση Αλκοόλ:
Αναγνώριση και Παρέμβαση στην ΠΦΥ

EP 18



NEO

ΕΠΕΙΣΟΔΙΟ

@pcdpodcastgr

Βλάβη στο Νωτιαίο Μυελό:
Προσωπικές Ιστορίες

EP 19



Παρακολουθήστε τα δύο πρώτα επεισόδια της σεζόν. Στο πρώτο συζητήθηκε η χρήση του αλκοόλ και ο ρόλος της ΠΦΥ και στο δεύτερο επεισόδιο παρουσιάζονται οι εμπειρίες ατόμων με βλάβη του Νωτιαίου Μυελού και το πρόγραμμα SUPPORT που υλοποιήθηκε από την ΕΕΕΚΔ. Προσεχώς ακολουθούν επεισόδια για το screening του καρκίνου του τραχήλου της μήτρας, την αιμοδοσία και πολλά ακόμα.

Μπορείτε να ακούσετε τα νέα επεισόδια στο Spotify:

<https://open.spotify.com/show/2h0lQUPKm9fno1T2KaJ3XS>

Γίνετε μέλος της **κοινότητας** του Primary Care Dialogues:

- Instagram: <https://instagram.com/pcdpodcastgr>
- Facebook page: <https://www.facebook.com/profile.php?id=61556890323750>
- Facebook group: <https://www.facebook.com/groups/pcdpodcastgr>
- LinkedIn: <https://www.linkedin.com/company/pcdpodcastgr>



16η Ετήσια Πανελλήνια Συνάντηση Δικτύου Εκπαίδευσης και Έρευνας στην ΠΦΥ και τη Γενική Ιατρική

Γράφει η Ευαγγελία Σαββίδου

ΕΕΕΚΔ
ΕΤΑΙΡΕΙΑ ΕΡΕΥΝΑΣ
ΚΑΙ ΕΚΠΑΙΔΕΥΣΗΣ
ΚΛΙΝΙΚΩΝ ΔΕΞΙΟΤΗΤΩΝ



Με επιτυχία ολοκληρώθηκε η 16η Ετήσια Πανελλήνια Συνάντηση του Δικτύου Εκπαίδευσης και Έρευνας στην Πρωτοβάθμια Φροντίδα Υγείας και τη Γενική Ιατρική, που πραγματοποιήθηκε στις 13 Νοεμβρίου 2024. Η συνάντηση αποτελεί θεσμό για τους επαγγελματίες υγείας που ασχολούνται με την Πρωτοβάθμια Φροντίδα Υγείας (ΠΦΥ), προσφέροντας έναν χώρο ανταλλαγής γνώσεων, εμπειριών και ερευνητικών δεδομένων.

Μέσα από την ανάδειξη σύγχρονων εκπαιδευτικών και ερευνητικών πρωτοβουλιών, η συνάντηση στόχευσε στην ενδυνάμωση της κοινότητας επαγγελματιών υγείας της, στην προαγωγή της συνεργασίας μεταξύ τους και στην ανάδειξη καινοτόμων πρωτοβουλιών που απαντούν στις σύγχρονες ανάγκες του πληθυσμού.

Με τη συμμετοχή πάνω από 300 ατόμων δια ζώσης και εξ αποστάσεως και 30 ομιλητών/ομιλητριών, η 16η Ετήσια Πανελλήνια Συνάντηση Δικτύου Εκπαίδευσης και Έρευνας στην Πρωτοβάθμια Φροντίδα Υγείας και τη Γενική Ιατρική ανέδειξε την Πρωτοβάθμια Φροντίδα Υγείας ως τον ακρογωνιαίο λίθο ενός υγιούς συστήματος υγείας και οι συμμετέχοντες επαγγελματίες υγείας της ΠΦΥ έθεσαν τα θεμέλια για μελλοντικές δράσεις και συνεργασίες με γνώμονα τη συνεχιζόμενη εκπαίδευση, την ενίσχυση της κοινότητας, την προώθηση της έρευνας και την παροχή ποιοτικής φροντίδας υγείας για όλους.

16η Ετήσια Πανελλήνια Συνάντηση Δικτύου Εκπαίδευσης και Έρευνας στην ΠΦΥ και τη Γενική Ιατρική

Γράφει η Ευαγγελία Σαββίδου



ΕΕΕΚΔ
ΕΤΑΙΡΕΙΑ ΕΡΕΥΝΑΣ
ΚΑΙ ΕΚΠΑΙΔΕΥΣΗΣ
ΚΛΙΝΙΚΩΝ ΔΕΞΙΟΤΗΤΩΝ

Κατά τη διάρκεια της συνάντησης, παρουσιάστηκαν και συζητήθηκαν:

- Οι τρέχουσες εξελίξεις και προκλήσεις στον προσυμπτωματικό έλεγχο του καρκίνου, με ιδιαίτερη έμφαση στον ρόλο της ΠΦΥ και στο πρόγραμμα Σπύρος Δοξιάδης.
- Επιλεγμένες μεταπτυχιακές εργασίες και διδακτορικές διατριβές, που έθιξαν ζητήματα όπως η αιμοδοσία, η βελτίωση των επικοινωνιακών δεξιοτήτων επαγγελματιών υγείας της ΠΦΥ για τη διαχείριση εθιστικών συμπεριφορών των εφήβων μέσω προγραμμάτων βιωματικής εκπαίδευσης και η πρόσβαση, ποιότητα και συνέχεια στην φροντίδα υγείας προσφύγων στην ΠΦΥ.
- Πρωτοβουλίες που στοχεύουν στην ενδυνάμωση των ασθενών και της κοινότητας: το Έργο "Art Break – Ένα διάλειμμα τέχνης", το Έργο "SUPPORT - Spinal cord injury Peer supPORT training for women" και το Primary Care Dialogues Podcast.
- Ειδικές παρουσιάσεις που επικεντρώθηκαν στην υγιεινή των χεριών μετά την πανδημία σε κέντρα παροχής υπηρεσιών υγείας και στις ανάγκες υγείας των φροντιστών ασθενών με καρκίνο.
- Workshops που παρείχαν πρακτικές γνώσεις και δεξιότητες σε θέματα διενέργειας γρήγορης βιβλιογραφικής ανασκόπησης, επικοινωνίας με "δύσκολους" ασθενείς, αναγνώρισης και διαχείρισης διαταραχών χρήσης αλκοόλ στην ΠΦΥ και σε ζητήματα που αφορούν το θεσμό του προσωπικού ιατρού.

Μπορείτε να έχετε πρόσβαση στο υλικό της εκδήλωσης στον ακόλουθο σύνδεσμο:

linktr.ee/pfyauth



2η Συνάντηση Εργασίας του Ερευνητικού Δικτύου Πρωτοβάθμιας Φροντίδας Υγείας ΑΠΘ

Γράφει η Ιωσηφίνα Παπαγεωργίου

Η **2η Συνάντηση Εργασίας του Ερευνητικού Δικτύου Πρωτοβάθμιας Φροντίδας Υγείας ΑΠΘ** πραγματοποιήθηκε με επιτυχία στις 12-13 Νοεμβρίου 2024 στη Θεσσαλονίκη, στο πλαίσιο της 16ης Ετήσιας Πανελλήνιας Συνάντησης του Δικτύου Εκπαίδευσης και Έρευνας στην Πρωτοβάθμια Φροντίδα Υγείας και τη Γενική Ιατρική.

Για δεύτερη συνεχόμενη χρονιά, τα μέλη του Ερευνητικού Δικτύου συναντήθηκαν δια ζώσης σε μια διήμερη εκδήλωση που χαρακτηρίστηκε από πλούσιες και εποικοδομητικές συζητήσεις. Κύριοι στόχοι της συνάντησης ήταν η παρουσίαση της προόδου των τρεχόντων ερευνητικών πρωτοκόλλων και η αναζήτηση νέων ερευνητικών θεματικών για το επόμενο έτος.

Η συνάντηση περιλάμβανε ενδιαφέρουσες παρουσιάσεις για μεθοδολογικά ζητήματα, ανταλλαγή απόψεων και γόνιμο διάλογο, ενισχύοντας τη δημιουργικότητα και τη συνεργασία. Επιπλέον, αποτέλεσε μοναδική ευκαιρία για τη σύσφιξη των σχέσεων μεταξύ των συνεργατών, οι οποίοι ταξίδεψαν από διάφορες περιοχές της Ελλάδας για να συμμετάσχουν στη συνάντηση.



Η επιτυχία της συνάντησης υπογραμμίζει τη δέσμευση του δικτύου για την προαγωγή της έρευνας και της εκπαίδευσης στην Πρωτοβάθμια Φροντίδα Υγείας, δημιουργώντας τις βάσεις για νέες δράσεις και πρωτοβουλίες που θα συνεχιστούν με το ίδιο πάθος και ενθουσιασμό.



ΕΕΕΚΔ
ΕΤΑΙΡΕΙΑ ΕΡΕΥΝΑΣ
ΚΑΙ ΕΚΠΑΙΔΕΥΣΗΣ
ΚΛΙΝΙΚΩΝ ΔΕΞΙΟΤΗΤΩΝ

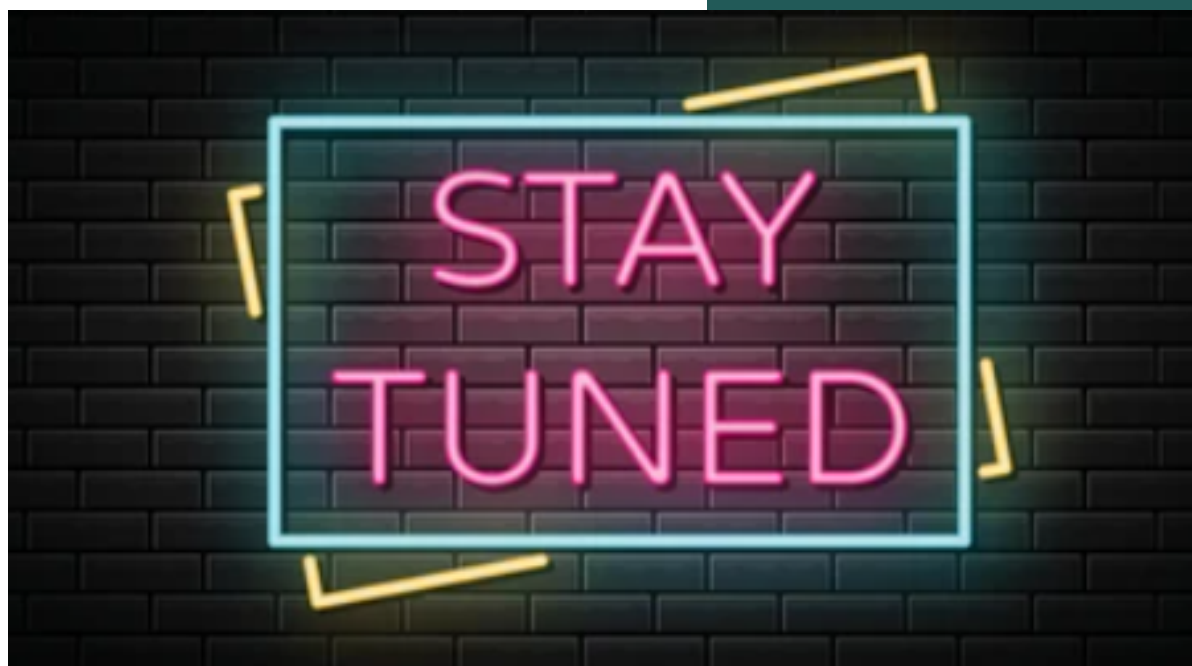




ΕΕΕΚΔ
ΕΤΑΙΡΕΙΑ ΕΡΕΥΝΑΣ
ΚΑΙ ΕΚΠΑΙΔΕΥΣΗΣ
ΚΛΙΝΙΚΩΝ ΔΕΞΙΟΤΗΤΩΝ

Η ενημέρωσή μας **Journal Club**

Γράφει η Στέλλα Πλούκου



Μαζί με το νέο έτος υποδεχόμαστε το καινούργιο και ανανεωμένο journal club, με προγραμματισμένες τις πρώτες συναντήσεις στις **22/1/25, 19/2/25 και 12/3/25**. Αυτή τη χρονιά μεταπτυχιακοί φοιτητές και υποψήφιοι διδάκτορες ενώνουν τις δυνάμεις τους για να παρουσιάσουν από κοινού επίκαιρα και ενδιαφέροντα θέματα για την ΠΦΥ αλλά και πτυχές της μεθοδολογίας της έρευνας με σκοπό την ολοκληρωμένη προσέγγιση κάθε ερευνητικής προσπάθειας.

**Δηλώσεις συμμετοχών & επικοινωνία στο
gr.arecs@gmail.com**



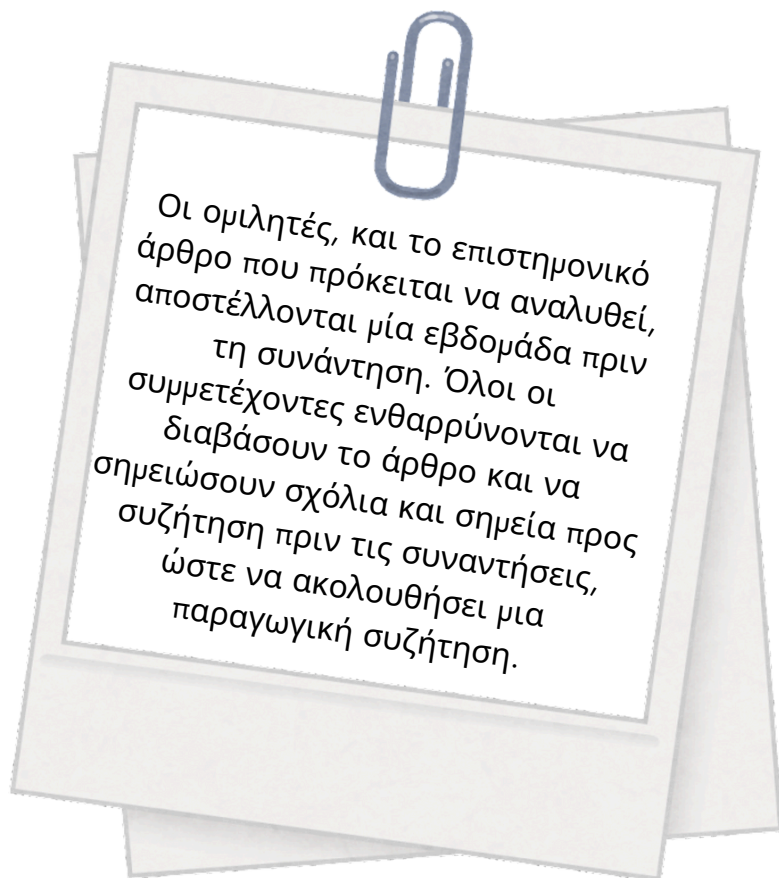
ΕΕΕΚΔ
ΕΤΑΙΡΕΙΑ ΕΡΕΥΝΑΣ
ΚΑΙ ΕΚΠΑΙΔΕΥΣΗΣ
ΚΛΙΝΙΚΩΝ ΔΕΞΙΟΤΗΤΩΝ

Η ενημέρωσή μας **Journal Club**

Οι συναντήσεις γίνονται μία φορά το μήνα διαδικτυακά μέσω της εφαρμογής Zoom, σε ημερομηνία που ανακοινώνεται εγκαίρως μέσω της ομάδας Viber.

Η κάθε συνάντηση διαρκεί περίπου στη 1 ώρα.

Οι συναντήσεις έχουν τη μορφή σύντομης παρουσίασης της δομής και των αποτελεσμάτων της μελέτης υπό συζήτηση από τους ομιλητές και στη συνέχεια ξεκινά ανοιχτή συζήτηση και ανταλλαγή απόψεων μεταξύ όλων των συμμετεχόντων.



Η ενεργή συμμετοχή όλων των μελών είναι κάτι παραπάνω από επιθυμητή!

Αν θέλετε να προτείνετε ένα άρθρο για συζήτηση σε μία μελλοντική συνάντηση, επικοινωνήστε μαζί μας στην ομάδα μας στο Viber.

Προσεχή Συνέδρια

Γράφει ο Νίκος Βλαχόπουλος



ΕΕΕΚΔ
ΕΤΑΙΡΕΙΑ ΕΡΕΥΝΑΣ
ΚΑΙ ΕΚΠΑΙΔΕΥΣΗΣ
ΚΛΙΝΙΚΩΝ ΔΕΞΙΟΤΗΤΩΝ



14ο Επιστημονικό Συνέδριο Τμήματος

Ιατρικής ΑΠΘ

Θεσσαλονίκη,
5-7 Μαρτίου 2025.

Περισσότερες πληροφορίες:
<https://www.med.auth.gr/Synedriolatrikis>



7ο Ιπποκράτειο Πανελλήνιο Συνέδριο Γενικής/Οικογενειακής Ιατρικής & ΠΦΥ

Θεσσαλονίκη,
3-6 Απριλίου 2025.

Περισσότερες πληροφορίες:
<https://www.hippocratesgp.gr/panellinia-sinedria/>



37ο Πανελλήνιο Συνέδριο Γενικής/ Οικογενειακής Ιατρικής

Λεπτοκαρυά Πιερίας,
24-27 Απριλίου 2025.

Περισσότερες πληροφορίες:
https://psgi.elegeia.gr/#Header_wrapper



ΙΑΤΡΙΚΗ ΕΤΑΙΡΕΙΑ ΑΘΗΝΩΝ
ΕΤΟΣ ΙΔΡΥΣΕΩΣ 1855

51 Ετήσιο
Πανελλήνιο
Ιατρικό
Συνέδριο

22-24 ΜΑΪΟΥ 2025

Μέγαρο Διεθνές Συνεδριακό
Κέντρο Αθηνών

ΠΡΟΓΡΑΦΗ ΕΤΑΙΡΕΙΑ ΑΘΗΝΩΝ, Μανώλας 23, 115 26 Αθήνα
Τηλ: 210 721 1845, 210 7243161 | email: leo@mednet.gr, mednet@mednet.gr
www.mednet.gr | Ιατρική Εταιρεία Αθηνών-Athens Medical Society



100η Συνάντηση του European General Practice Research Network (EGPRN)

Gothenburg, Σουηδία, 8-11 Μαΐου 2025.

Περισσότερες πληροφορίες:
<https://meeting.egprn.org/>

Συμμετοχή των μελών μας σε Διεθνή Συνέδρια



ΕΕΕΚΔ

ΕΤΑΙΡΕΙΑ ΕΡΕΥΝΑΣ
ΚΑΙ ΕΚΠΑΙΔΕΥΣΗΣ
ΚΛΙΝΙΚΩΝ ΔΕΞΙΟΤΗΤΩΝ



Καλά Χριστούγεννα



2025

Όμορφες γιορτές και ευτυχισμένο το νέο έτος!

Εταιρεία Έρευνας & Εκπαίδευσης

Κλινικών Δεξιοτήτων

Η Εταιρεία Έρευνας και Εκπαίδευσης Κλινικών Δεξιοτήτων στοχεύει στην εκπαίδευση σε δεξιότητες που είναι απαραίτητες στην κλινική πρακτική και στην έρευνα στην Πρωτοβάθμια Φροντίδα Υγείας με σύγχρονα και επίκαιρα θέματα που απασχολούν την επιστημονική κοινότητα και προάγουν τη φροντίδα υγείας.



ΕΕΕΚΔ

ΕΤΑΙΡΕΙΑ ΕΡΕΥΝΑΣ
ΚΑΙ ΕΚΠΑΙΔΕΥΣΗΣ
ΚΛΙΝΙΚΩΝ ΔΕΞΙΟΤΗΤΩΝ

Ενημερωθείτε για τις δράσεις μας
από την ιστοσελίδα

<https://www.arecs.org.gr>

Επιμέλεια έκδοσης

Υπεύθυνος έκδοσης:

Ερμανουήλ Σμυρνάκης

Συντονίστριες έκδοσης:

Δήμητρα Ιωσηφίνα Παπαγεωργίου
Ζωή Ταχταλίδου

Ομάδα σύνταξης:

Νικόλαος Βλαχόπουλος
Μαριλένα Γιαλαρά
Παναγιώτης Παρασκευόπουλος
Στέλλα Πλούκου
Ευαγγελία Σαββίδου

Επικοινωνήστε μαζί μας:

gr.arecs@gmail.com

Τηλέφωνο: +30.2310.999190

