



ΔΗΜΟΣ ΠΕΡΙΣΤΕΡΙΟΥ



Διαδικτυακή Δράση Ευαισθητοποίησης και Ενημέρωσης για την Κατάθλιψη στο Περιστέρι

Το Εθνικό Διαδημοτικό Δίκτυο Υγιών Πόλεων-Προαγωγής Υγείας (ΕΔΔΥΠΠΥ), σε συνεργασία με τους Δήμους Αγ Αναργύρων – Καματερού, Αγ Παρασκευής, Αρταίων, Ηλιούπολης, Ιλίου, Ιωαννινών, Καρύστου, Λαυρεωτικής, Λήμνου, Π. Φαλήρου, Παλλήνης, Περιστερίου και Σαρωνικού διοργάνωσε στις 09/04/2021, Διαδικτυακή Δράση Ευαισθητοποίησης και Ενημέρωσης για την Κατάθλιψη, υπό την Αιγίδα της Περιφέρειας.

Η πρωτοβάθμια φροντίδα υγείας μπορεί να συμβάλει καθοριστικά στην έγκαιρη διάγνωση της κατάθλιψης. Η Δράση αυτή έχει σκοπό την διαδικτυακή ενημέρωση και ευαισθητοποίηση των πολιτών σχετικά με την Κατάθλιψη και συμπεριλαμβάνει τρεις ενότητες ομιλιών.

Στις **09/04/2021** πραγματοποιήθηκε η 1^η ενότητα με θέμα:

–Ενημέρωση / Ψυχο-εκπαίδευση για την κατάθλιψη : Κατηγορίες, συμπτώματα, αντιμετώπιση και συννοσηρότητα

Ενώ στις **16/04/2021** θα διεξαχθεί η 2η ενότητα με θέμα:

Κατάθλιψη εν μέσω Covid 19 : Επιπτώσεις στις διαπροσωπικές σχέσεις (προσωπικές, επαγγελματικές), στην οργανική υγεία και οικονομικές συνέπειες. Ζώντας με την κατάθλιψη- Μορφές θεραπείας – Συμπτώματα εφόσον έχουμε νοσήσει από Covid-19

Παρακολούθηση και διαδραστική συμμετοχή, μέσω πλατφόρμας ZOOM, <https://zoom.us/j/99069703661>

Και στις **23/04/2021** θα διεξαχθεί η 3η ενότητα με θέμα:

Κατάθλιψη – υποστήριξη των φροντιστών.

Παρακολούθηση και διαδραστική συμμετοχή, μέσω πλατφόρμας ZOOM, <https://zoom.us/j/95607995163>



ΔΗΜΟΣ ΠΕΡΙΣΤΕΡΙΟΥ



Ομιλήτρια της Δράσης είναι η Ψυχολόγος **κα Σμαράγδα Χρηστάκη**.

Ο Πρόεδρος του ΕΔΔΥΠΠΥ και Περιφερειάρχης Αττικής, **κ. Γιώργος Πατούλης** επισημαίνει ότι «Η ενημέρωση και ευαισθητοποίηση είναι πολύ σημαντική, προκειμένου να ενθαρρύνει τους ανθρώπους που πάσχουν να αναγνωρίσουν το πρόβλημα και να αναζητήσουν εγκαίρως αποτελεσματική θεραπεία. Τα ΚΕΠ Υγείας αποτελούν σημαντικό εργαλείο βοήθειας για όσους συνανθρώπους μας έχουν ανάγκη, με σκοπό τον προσυμπτωματικό έλεγχο και την διατήρηση της ποιότητας ζωής των δημοτών. Η έγκαιρη ανίχνευση και η αποτελεσματική αντιμετώπιση της νόσου είναι βασική προϋπόθεση για μια ισορροπημένη και παραγωγική καθημερινότητα »

Ο Δήμαρχος Περιστερίου **κ. Παχατουρίδης Ανδρέας** δήλωσε:

«Το φαινόμενο κατάθλιψη και οι σημερινές του διαστάσεις γίνονται αδιαμφισβήτητα φλέγον ζήτημα ενδιαφέροντος, της εποχής που διανύουμε. Πάνω στο γεγονός αυτό, καλούμεθα όλοι μαζί από κοινού, όπως και ο καθένας μας ξεχωριστά, να ρίξουμε τα φώτα μας, την άποψη και τις ιδέες διαχείρισής του. Μόνον έτσι θα βοηθήσουμε και θα βοηθηθούμε. Μόνον έτσι καταφέρνουμε, μέσα από την εξωστρέφεια και την αλληλοπροσέγγιση, να βάλουμε τροχοπέδη στον καταπέλτη των καιρών, που ονομάζεται κατάθλιψη και βιώνεται οδυνηρά. Ο ένας δίπλα στον άλλον. Με χέρι βοήθειας απλωμένο, διάθεση και αυτιά έτοιμα να ακούσουν τι συμβαίνει στον διπλανό μας, δίνουμε την ανθρώπινη μάχη παράλληλα με την επιστημονική, για την καταπολέμηση ενός εκτεταμένου συνδρόμου, που σίγουρα δεν τιμά ούτε την σημερινή εποχή, ούτε την σημερινή στάθμη του πολιτισμού μας και των επιτευγμάτων του».

Την Δράση επίσης χαιρέτησαν οι λοιποί Δήμοι που συμμετείχαν στη συγκεκριμένη δράση καθώς και η Γενική Διευθύντρια του ΕΔΔΥΠΠΥ

κα. Μαρία Αϊδίνη, η οποία τόνισε ότι «το Δίκτυο αποσκοπεί να ενισχύσει ακόμα περισσότερο τα προγράμματα πρόληψης και προαγωγής υγείας εν μέσω πανδημίας, δημιουργώντας διαδικτυακές εκδηλώσεις για την διαρκή δυνατότητα ευαισθητοποίησης των πολιτών».

Βασικός στόχος των ΚΕΠ Υγείας είναι η ενημέρωση όλων των πολιτών και η διοργάνωση προληπτικών εξετάσεων για 11 κύρια νοσήματα, προτεινόμενα από τον Παγκόσμιο Οργανισμό Υγείας, για τα οποία έχει



ΔΗΜΟΣ ΠΕΡΙΣΤΕΡΙΟΥ



αποδειχθεί με μελέτες πως η έγκαιρη προληπτική παρέμβαση και ανίχνευση τυχόν συμπτωμάτων κρίνεται αποτελεσματική και μπορεί να σώσει ζωές. Μέσα από το λογισμικό, εφαρμόζονται διεθνή πρωτόκολλα screening του πληθυσμού και τα στελέχη των ΚΕΠ Υγείας επιβλέπουν το follow up της διατήρησης της υγείας των Πολιτών. Αυτοματοποιημένα το λογισμικό ενημερώνει τους πολίτες, μέσα από τον προσωπικό τους προφίλ, σχετικά με τις προληπτικές εξετάσεις που προτείνει ο Παγκόσμιος Οργανισμός Υγείας για την ηλικία και το φύλο τους, καθώς και με την πάροδο του χρόνου υπενθυμίζει την επανεξέτασή τους. Τα 11 νοσήματα στα οποία επικεντρώνεται το ΚΕΠ Υγείας μέσα από το λογισμικό είναι ο Καρκίνος του παχέος εντέρου, ο Καρκίνος του τραχήλου της μήτρας, ο Καρκίνος του μαστού, ο Καρδιαγγειακός κίνδυνος, το Ανεύρυσμα κοιλιακής αορτής, ο Καρκίνος του προστάτη, το Μελάνωμα, η Κατάθλιψη, η οστεοπόρωση η ΧΑΠ και η Άνοια.

Πλήθος Δημοτών χρησιμοποιεί σήμερα τις υπηρεσίες του λογισμικού των ΚΕΠ ΥΓΕΙΑΣ. Για να ενημερώνεστε κι εσείς για τις προληπτικές εξετάσεις που ταιριάζουν στην ηλικία και το φύλο σας και για την επανεξέτασή τους, καθώς και για να έχετε πρόσβαση στην προληπτική εξέταση κατά της κατάθλιψης (την κλίμακα αυτοαξιολόγησης κατά Zung),

κάντε εγγραφή στο Λογισμικό των ΚΕΠ Υγείας μέσα από το site www.kerygeias.org και δημιουργείστε το δικό σας προφίλ.