

2017 Οκτώβριος Νοέμβριος Δεκέμβριος

# ΤΑ ΝΕΑ ΤΟΥ ΤΥΠΕΤ

αφιέρωμα στο παιδί



του ΤΥΠΕΤ τα παιδιά

τεύχος 170

[www.typpet.gr](http://www.typpet.gr)

# τα νέα του ΤΥΠΕΤ



σε αυτό το τεύχος

**ΕΚΔΟΤΗΣ:** Βασιλική Βογιατζοπούλου

**ΣΥΝΤΑΚΤΙΚΗ ΕΠΙΜΕΛΕΙΑ / ΕΠΙΜΕΛΕΙΑ ΥΛΗΣ / ΔΙΕΘΝΗ:**

Χρήστος Ασπιώτης, Δημήτρης Πλας,  
Ελένη Αλεξανδρή, Φωτεινή Περδικάρη

**ΣΥΜΒΟΥΛΟΣ ΕΚΔΟΣΗΣ:** Δημήτρης Φωτόπουλος

**ΕΚΤΥΠΩΣΗ / ΒΙΒΛΙΟΔΕΣΙΑ:**

PAPERGRAPH - Γραφικές Τέχνες Α.Ε.  
email: info@papergraph.gr  
www.papergraph.gr

**ΠΕΡΙΟΔΙΚΟ:** τα νέα του ΤΥΠΕΤ

ΤΕΥΧΟΣ 170 / ΟΚΤΩΒΡΙΟΣ ΝΟΕΜΒΡΙΟΣ ΔΕΚΕΜΒΡΙΟΣ 2017  
ΙΔΙΟΚΤΗΣΙΑ: Τ.Υ.Π.Ε.Τ / Σοφοκλέους 15 - 10552 Αθήνα  
Τ: 210 3349500 (Διοίκηση) - 210 3349300 (Υπηρεσίες)

email: info@typet.gr - gds@typet.gr  
www.typet.gr

- 3** Σημείωμα σύνταξης
- 4** Αφιέρωμα: Του ΤΥΠΕΤ τα παιδιά
- 10** Τα παιδιά παίζει με την τεχνολογία ή η τεχνολογία «παίζει» με τα παιδιά;
- 12** Ανακατασκευή 5<sup>ου</sup> ορόφου "Υγείας Μέλαθρον"
- 13** Σύσταση διαρκούς επιτροπής στήριξης Τ.Υ.Π.Ε.Τ.
- 14** Καταστατικές συνεδριάσεις AIM
- 16** Στήριξη των Αυτοδιαχειριζόμενων Ταμείων Υγείας στη χώρα μας
- 18** Νέος Επιστημονικός Διευθυντής στο «ΥΓΕΙΑΣ ΜΕΛΑΘΡΟΝ» ο κ. Λάμπρος Τζιανούμης
- 20** Μας ενδιαφέρει
- 22** Πόνος και δυσλειτουργία στο στόμα
- 24** Ακολουθώντας σωστή διατροφή στην τρίτη ηλικία
- 26** Η έννοια της αυτόλογης μετάγγισης
- 28** Σ.Υ.Ε.Τ.Ε. 1917-2017 Ένας αιώνας αγώνες
- 30** Δωρεές
- 31** Χριστουγεννιάτικη γιορτή ΑμεΑ Τ.Υ.Π.Ε.Τ. Αποστολος Χριστοδούλου

## Φροντίδα για το παιδί

**Ο**ι γιορτές των Χριστουγέννων και της Πρωτοχρονιάς είναι ταυτισμένες με διάθεση χαράς και αισιοδοξίας, με ευχές και δώρα για μικρούς και μεγάλους, με ελπίδα και όνειρα για όλους.

Τις ημέρες αυτές βρίσκονται στο επίκεντρο της αγάπης και της φροντίδας όλων μας - περισσότερο από κάθε άλλη εποχή του χρόνου - τα παιδιά και οι ανάγκες τους, όχι μόνο με υλικά αγαθά και δώρα, αλλά και με μέτρα προστασίας και παροχής ασφάλειας για το παρόν και το μέλλον τους.

**Α**υτές τις ημέρες της αυξημένης ευαισθησίας όλων μας για τα παιδιά, επιλέξαμε να δημιουργήσουμε ένα ειδικό αφιέρωμα στο παιδί και τις ανάγκες του, που αφορά σε θέματα για τα οποία, ως φορέας υγείας στον χώρο της Εθνικής Τράπεζας, μπορούμε να παρέχουμε υπηρεσίες, ενώ κάποια από αυτά εντάσσονται σε «κρυφές» ιδιαιτερότητες που συχνά περνούν απαρατήρητες.

Οι ανάγκες των παιδιών, που μεγαλώνοντας «χτίζεται» το σώμα και η ψυχή τους, αφορούν και σε πολλά άλλα θέματα υγείας για τα οποία έχουμε ευθύνη και υποχρέωση εμείς οι μεγάλοι να λειτουργήσουμε προληπτικά, ουσιαστικά και αποτελεσματικά.

Σε αυτό το τεύχος με το αφιέρωμα στο παιδί, ανοίγουμε το θέμα και δεσμευόμαστε ότι στη συνέχεια θα εμβαθύνουμε πολύ περισσότερο και θα συνεχίσουμε να αναζητούμε λύσεις στα προβλήματα και τις ανάγκες του, γιατί τα παιδιά είναι το δικό μας μέλλον που κληρονομήσαμε και οφείλουμε σε αυτά να το κάνουμε ακόμα καλύτερο.

**Σ**υμπληρώνονται έξι μήνες από τότε που ανέλαβε τα καθήκοντά της και ξεκίνησε τη δράση της η νέα Διοίκηση του Τ.Υ.Π.Ε.Τ. υλοποιώντας την αναγκαιότητα μιας αλλαγής σελίδας.

Προχωρήσαμε με όραμα, σχέδιο και αποφασιστικότητα. Έγιναν πολλά και μπαίνουν οι βάσεις για να γίνουν περισσότερα.

Ολοκληρώθηκαν ταχύτατα οι εργασίες ανακατασκευής του 5<sup>ου</sup> ορόφου της Κλινικής μας «Υγείας Μέλαθρον» και οι νέες εγκαταστάσεις παραδίδονται προσεχώς προς χρήση στις ανάγκες των ασφαλισμένων μας. Χωρίς καθυστέρηση πρόκειται να ξεκινήσουν και οι αντίστοιχες εργασίες στον 3<sup>ο</sup> όροφο, με τελικό στόχο την πολεοδομική ενοποίηση, τη βελτίωση των υπηρεσιών και την περαιτέρω ανάπτυξη του Υγειονομικού μας Συγκροτήματος.

**Η** είσοδος του 2018 συμπίπτει με μια δύσκολη συγκυρία. Όμως, εμείς κοιτάμε το μέλλον με αισιοδοξία. Οι δυσκολίες δυναμώνουν τη διάθεση προσφοράς μας ώστε να συνεχίσει το Τ.Υ.Π.Ε.Τ. να αποτελεί έναν ποιοτικό φορέα υγείας.

Οι προκλήσεις των καιρών επιβάλλουν να γίνουμε όλοι καλύτεροι κι εμείς ως Διοίκηση του Τ.Υ.Π.Ε.Τ. δεσμευόμαστε να ανταποκριθούμε σε αυτή την πρόκληση.

**Ε**υχόμαστε καλή χρονιά με υγεία και δύναμη στους ασφαλισμένους μας και στις οικογένειές τους.

*"Τα παιδιά είναι το δικό μας μέλλον και οφείλουμε σε αυτά να το κάνουμε ακόμα καλύτερο."*

## Του Τ.Υ.Π.Ε.Τ. τα ΠΑΙΔΙΑ

*"Φροντίζουμε  
το ΠΑΙΔΙ,  
γιατί το μέλλον  
του ανήκει!"*

**Δ**εν υπάρχει μεγαλύτερη χαρά από την προσφορά στα παιδιά. Με τη δροσιά τους, το χαμόγελό τους, τον αυθορμητισμό τους, τον διαφορετικό σε κάθε ηλικία τρόπο έκφρασής τους..., αποτελούν πηγή αισιοδοξίας, ελπίδας και παράλληλα ΥΨΙΣΤΗΣ ΕΥΑΙΣΘΗΣΙΑΣ και ΕΥΘΥΝΗΣ.

Ως μέλη μίας κοινωνίας η οποία εξελίσσεται, μεταβάλλεται με τάχιστους ρυθμούς, έχουν ανάγκη, μεταξύ άλλων, και από ένα ΣΥΓΧΡΟΝΟ, ΔΥΝΑΜΙΚΟ Ταμείο Υγείας, το Τ.Υ.Π.Ε.Τ.

Στην εποχή της εξειδίκευσης λοιπόν, μία ολοκληρωμένη διεπιστημονική ομάδα βρίσκεται στην αποκλειστική διάθεση των μικρών ασφαλισμένων του Ταμείου Υγείας Προσωπικού Εθνικής Τράπεζας.

Ιατροί, Οδοντίατροι, Ψυχολόγοι, Κοινωνικοί Λειτουργοί, Λογοθεραπευτές, Ειδικοί Παιδαγωγοί μοιράζονται με τα παιδιά, τους γονείς τους, τους κηδεμόνες τους φυσιολογικά θέματα της ηλικίας τους ή και πιο «σύνθετα» αυτής, απόρροια πολλών παραγόντων.

Παρέχουν θεραπείες, συμβουλές, οδηγίες στις δομές του Ταμείου Υγείας, καθ' όλη τη διάρκεια του χρόνου.

Οι σελίδες οι οποίες ακολουθούν είναι αφιερωμένες στο παιδί, τον γονιό, τον κηδεμόνα... Επιστήμονες και επαγγελματίες υγείας του Τ.Υ.Π.Ε.Τ. επιλέγουν θεματολογία για την υγεία και την ανάπτυξη στην παιδική και εφηβική ηλικία.

Με αφορμή αυτό το αφιέρωμα, η Διοίκηση του Τ.Υ.Π.Ε.Τ. επιθυμεί και τις δικές σας θέσεις. Η άποψή σας έχει δύναμη. Πολύ περισσότερο όταν αφορά στο ΠΑΙΔΙ.

Φροντίζουμε το ΠΑΙΔΙ, φροντίζουμε για το μέλλον!



## Η ΠΡΩΤΗ ΜΑΤΙΑ ΣΤΟ ΠΑΙΔΙ

### Παιδίατρος

Το εξωτερικό παιδιατρικό ιατρείο της Δ/σης Πρωτοβάθμιας Φροντίδας Υγείας επαναλειτουργεί από τον Σεπτέμβριο του 2013, υπό την παιδίατρο κ. Μαρία Αυγέρη. Το ανωτέρω ιατρείο λειτουργεί με ραντεβού και σε καθημερινή βάση ως εξής:

ΔΕΥΤΕΡΑ & ΠΕΜΠΤΗ	12.00-18.00
ΤΡΙΤΗ & ΤΕΤΑΡΤΗ	12.30-18.30
ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ	10.30-16.30

Η κ. Αυγέρη είναι πτυχιούχος της Ιατρικής σχολής του Εθνικού και Καποδιστριακού Πανεπιστημίου Αθηνών. Ειδικεύθηκε στην Παιδιατρική στο Νοσοκομείο Παίδων "Παναγιώτης & Αγλαΐα Κυριακού". Ορκίστηκε Διδάκτωρ του Πανεπιστημίου Αθηνών στον τομέα της Παιδιατρικής Αιμόστασης, με βαθμό «Άριστα». Έχει κάνει μεταπτυχιακό στην Αιμόσταση στο Πανεπιστήμιο του Montpellier. Εργάστηκε ως Επιμελήτρια στη Γ' Παιδιατρική Κλινική του Καποδιστριακού Πανεπιστημίου Αθηνών για δύο έτη. Έχει γράψει πληθώρα άρθρων σε έγκυρα παγκόσμια, ευρωπαϊκά και ελληνικά ιατρικά περιοδικά, ενώ έχει συμμετάσχει ως ομιλήτρια σε συνέδρια στην Ελλάδα και στο εξωτερικό.

Το παιδιατρικό ιατρείο του Τ.Υ.Π.Ε.Τ. ανταποκρίνεται στις ανάγκες πρωτοβάθμιας περίθαλψης από τη νεογνική ηλικία παρέχοντας:

- Ιστορικό, κλινική εξέταση και εκτίμηση της ομαλής ψυχοσωματικής ανάπτυξης του παιδιού.
- Διενέργεια όλων των προβλεπόμενων ανά ηλικία εμβολιασμών και ενημέρωση του βιβλιαρίου υγείας του παιδιού.
- Διάγνωση και αντιμετώπιση οξέων και χρόνιων προβλημάτων υγείας.
- Συζήτηση με τους γονείς για ανησυχίες που τυχόν έχουν σχετικά με την υγεία και την ανάπτυξη του παιδιού.

## ΚΟΙΝΩΝΙΚΗ ΥΠΗΡΕΣΙΑ

### Εκτίμηση προβλημάτων & δρομολόγηση λύσεων

Η Κοινωνική Υπηρεσία του Τ.Υ.Π.Ε.Τ. απαρτίζεται από ομάδα Κοινωνικών Λειτουργών (2 άτομα), η οποία παρέχει υποστήριξη και καθοδήγηση σε γονείς παιδιών με γνωστικές, επικοινωνιακές, κινητικές, μαθησιακές και ψυχοσυναισθηματικές δυσκολίες.

Οι γονείς έρχονται σε επαφή με την Κοινωνική Υπηρεσία, δίνοντας σύντομο ιστορικό και παρουσιάζοντας το αίτημά τους. Οι υπεύθυνοι βοηθούν στον προσδιορισμό και την κατανόηση του προβλήματος, ενημερώνουν τους ενδιαφερόμενους για το τι παρέχει το Τ.Υ.Π.Ε.Τ. αναφορικά με το θέμα τους και παραπέμπουν στις ανάλογες ειδικότητες και δομές. Είναι υπεύθυνες για τη διαχείριση των ραντεβού με τον λογοθεραπευτή και τον εργοθεραπευτή, καθώς και για την καταβολή κάθε μορφής δαπάνης που αφορά στην υπηρεσία.

Η ομάδα της Κοινωνικής Υπηρεσίας προσφέρει επίσης συνεδρίες υποστήριξης και συμβουλευτικής γονέων σε θέματα που αφορούν στη διαχείριση των παιδιών.

Σήμερα, η Κοινωνική Υπηρεσία εξυπηρετεί 460 μέλη του Τ.Υ.Π.Ε.Τ.



## ΕΡΓΟΘΕΡΑΠΕΙΑ

**Τι είναι και σε τι μπορεί να βοηθήσει το παιδί**

Η εργοθεραπεία στόχο έχει τη βελτίωση της λειτουργικότητας και κατά συνέπεια της αυτονομίας του ατόμου, διαμέσου των περιβαλλοντικών συνθηκών και απαιτήσεων, σε σχέση με τη σχεδιαστική και λειτουργική δεξιότητά του.

Το παιχνίδι είναι το κυριότερο μέσο με το οποίο τα παιδιά έρχονται σε επαφή με το περιβάλλον, αναγνωρίζουν και τελικά μαθαίνουν από αυτό.

Ο εργοθεραπευτής, με τη βοήθεια τεχνικών και εργοθεραπευτικών μοντέλων αξιολόγησης και παρέμβασης, βοηθά τα παιδιά αρχικά να εμπλακούν, να συμμετέχουν και τελικά να ολοκληρώσουν δραστηριότητες, οι οποίες ενισχύουν την ικανότητά τους, τόσο σε επίπεδο καθημερινής ζωής, όσο και σε επίπεδο περιβάλλοντος.

Ο απώτερος στόχος είναι η μείωση των δυσκολιών, η βελτίωση των δεξιοτήτων και η αύξηση της λειτουργικότητας του κάθε παιδιού. Συγκεκριμένα, η εργοθεραπεία βοηθάει τα παιδιά και δίνει λύσεις σε δυσκολίες τους που σχετίζονται:

### Με τον Κινητικό τομέα

- Υστέρηση στην κατάκτηση των αναπτυξιακών σταδίων.
- Δυσκολίες στην ισορροπία κατά τη στάση, τη βάδιση ή γενικότερα την κίνηση.
- Μειωμένη ενεργητικότητα στο ομαδικό ή το ατομικό παιχνίδι, πιθανή παθητικότητα ή δυσκολία συμμετοχής σε αυτό.
- Υπερενεργητικότητα κατά τη διάρκεια του παιχνιδιού.
- Αδεξιότητα σε δραστηριότητες παιχνιδιού ή γενικότερης αδρής κινητικότητας.
- Πιθανή αδυναμία να πιάσει και να πετάξει μπάλα.
- Δυσκολίες συντονισμού αμφίπλευρου ή οπτικοκινητικού, πετάω ή πιάνω μπάλα.

### Με τη λεπτή κινητικότητα

- Χρήση ψαλιδιού.
- Χρήση μολυβιού, κακή λαβή, πρόβλημα στην ποσόστωση της δύναμης.
- Αντιγραφή σχεδίων, γραμμάτων.

### Με τον γνωστικό τομέα

- Οπτική αντίληψη, διάκριση, εντοπισμός ομοιοτήτων και διαφορών.
- Μνήμη.
- Διάρκεια και ποιότητα της προσοχής κατά την εκτέλεση των δραστηριοτήτων.
- Γνωστικές έννοιες, μαθητικές, ακαδημαϊκές, χωροχρονικές, μαθηματικές κλπ.

### Με τον αισθητηριακό τομέα

- Έντονοι, ξαφνικοί, ασυνήθιστοι ήχοι.
- Αγγίγματα που προκαλούν υπερβολικές αντιδράσεις.
- Αποφυγή παιχνιδιών που απαιτούν κίνηση.
- Δραστηριότητες καθημερινής ζωής που δεν αρέσουν καθόλου, όπως πλύσιμο δοντιών, ορισμένα φαγητά κλπ.

### Με τη συμπεριφορά

- Προβλήματα στην οργάνωση της συμπεριφοράς, οριοθέτηση, παρορμητικότητα, υπερκινητική εικόνα.
- Προβλήματα όσον αφορά στη διαγωγή, επιθετικότητα.

### Με τις δραστηριότητες καθημερινής ζωής

- Τη μη κατάκτηση των αναπτυξιακών σταδίων, όσον αφορά ορόσημα, όπως κατάκτηση τουαλέτας.
- Ένδυση ή απόδυση.
- Αυτοεξυπηρέτηση στην καθημερινότητα.



## ΥΠΗΡΕΣΙΕΣ ΛΟΓΟΘΕΡΑΠΕΙΑΣ

### Διάγνωση & Αντιμετώπιση

Το Τ.Υ.Π.Ε.Τ., μεταξύ άλλων, διαθέτει και την ειδικότητα του λογοθεραπευτή, ο οποίος αξιολογεί αλλά και παρέχει υπηρεσίες με τις οποίες βοηθά στην αποκατάσταση των διαταραχών του λόγου των παιδιών, αλλά και όλων των ηλικιακών ομάδων. Σκοπός του λογοθεραπευτή είναι, μετά την αξιολόγηση του περιστατικού, να συμβουλέψει και να αποκαταστήσει, αν κριθεί απαραίτητο, πιθανές δυσκολίες της επικοινωνίας.

Μέσω της Κοινωνικής Υπηρεσίας η οποία διαχειρίζεται τα ραντεβού, οι γονείς και το παιδί επισκέπτονται τον λογοθεραπευτή, γίνεται αξιολόγηση του περιστατικού και παρέχεται το κατά το δυνατόν καταλληλότερο, πλέον σύγχρονο και εξατομικευμένο θεραπευτικό πρόγραμμα, καθώς και συμβουλευτικές υπηρεσίες σε θέματα επικοινωνίας. Συχνά γίνεται επαφή και με άλλους φορείς ή επαγγελματίες που ασχολούνται με τον ενδιαφερόμενο, όπως σχολεία, κέντρα αποκατάστασης, δασκάλους, με στόχο την πιο ολοκληρωμένη προσέγγιση του κάθε ατόμου.

Στο Τ.Υ.Π.Ε.Τ. αντιμετωπίζεται ένα ευρύ φάσμα δυσκολιών λόγου και επικοινωνίας, όπως διαταραχές άρθρωσης και φωνολογίας, τραυλισμός ή διαταραχές ροής, γνωστικές ελλείψεις, νοητικές διαταραχές ή διαταραχές αυτιστικού φάσματος, νευρογενείς δυσκολίες κ.α.

## ΕΙΔΙΚΗ ΠΑΙΔΑΓΩΓΟΣ

### Ειδικές μαθησιακές δυσκολίες

Οι ειδικές μαθησιακές δυσκολίες επηρεάζουν παιδιά και νέους στη διαδικασία της μάθησης. Εμφανίζονται σαν δυσκολίες στην ανάγνωση, την κατανόηση κειμένου, τη γραφή, την ορθογραφία, τη γραπτή αποτύπωση ιδεών ή τα μαθηματικά. Επιδρούν στην ικανότητα του ατόμου να συγκεντρώνεται και να διατηρεί την προσοχή του παρατεταμένα. Συχνά παιδιά και έφηβοι με μαθησιακές δυσκολίες δυσκολεύονται να ελέγξουν τη συμπεριφορά τους και δεν μπορούν να διαχειριστούν αποτελεσματικά τις φιλίες τους.

Στο Τ.Υ.Π.Ε.Τ., ειδική παιδαγωγός παρέχει τη δυνατότητα πρώιμης ανίχνευσης μαθησιακών δυσκολιών σε παιδιά νηπιαγωγείου, μαθησιακής εκτίμησης σε παιδιά σχολικής ηλικίας, συμβουλευτικής γονέων σε θέματα οργάνωσης διαβάσματος, εξατομικευμένα προγράμματα παρέμβασης και ομάδα κοινωνικοποίησης νέων.



## ΑΡΧΙΖΟΥΜΕ ΑΠΟ ΤΑ ΠΑΙΔΙΚΑ ΔΟΝΤΙΑ Παιδοδοντίατρος

Το στόμα μας είναι ένα οργανικά διαρθρωμένο σύνολο, μιας σειράς ανατομικών στοιχείων, που αποτελούν ένα περίπλοκο σύστημα, το οποίο, εκτός τόσων άλλων σημαντικότεων λειτουργιών, εξασφαλίζει την καλή πρόσληψη, μάσηση και κατάποση τροφής.

Για τη συνολική αποδοτικότητα του στόματος, πρέπει να εξασφαλίζεται σε ικανοποιητικό βαθμό η λειτουργική στάθμη του κάθε επιμέρους στοιχείου.

Η γενική υγεία, όπως και η ατομική ευτυχία, είναι ένα άπιαστο όνειρο, χωρίς γερά δόντια και ούλα, χωρίς καλή πέψη, καθαρή άρθρωση, φωτεινό χαμόγελο, δροσερή αναπνοή. Δύσκολα λοιπόν, φαντάζεται κανείς πόσο η γενική υγεία εξαρτάται από τα γερά δόντια και ούλα.

Ο παιδοδοντίατρος είναι οδοντίατρος ειδικά εκπαιδευμένος στη σωστή και αποτελεσματική αντιμετώπιση των παιδιών, όσον αφορά στην πρόληψη και θεραπεία των προβλημάτων των δοντιών. Ένα από τα σημαντικότερα καθήκοντά του είναι και η εκπαίδευση του παιδιού και των γονέων του στη σωστή στοματική

υγιεινή και διατροφή. Με τη χρήση ψυχολογικών τεχνικών προσέγγισης του μπορεί να κάνει συνεργάσιμο ακόμη και το πιο ανήσυχο παιδί, ώστε να δεχθεί την απαραίτητη θεραπεία.

Το Τ.Υ.Π.Ε.Τ. παρέχει παιδοδοντιατρικές υπηρεσίες στα παιδιά μέλη του τόσο στην Αθήνα όσο και στη Θεσσαλονίκη. Στόχος των εξειδικευμένων οδοντιάτρων είναι η έγκαιρη και έγκυρη αντιμετώπιση παθήσεων στην παιδική και την προεφηβική ηλικία, περισσότερο δε στα παιδιά με αναπηρία.





## ΟΡΘΟΔΟΝΤΙΚΗ ΠΑΡΕΜΒΑΣΗ

### Αναγκαία και λυτρωτική στα περισσότερα παιδιά

Οι ορθοδοντικές ανωμαλίες εμφανίζονται στην πλειονότητα του πληθυσμού. Ο συνωστισμός των δοντιών καθώς και η κακή θέση τους ήταν κάτι ασυνήθιστο παλαιότερα, ενώ τα τελευταία εμφανίζεται συχνότερα από την παιδική ηλικία.

Ο κατάλληλος χρόνος για την πρώτη ορθοδοντική εξέταση είναι στην ηλικία των επτά ετών. Έχουν ήδη εμφανιστεί τα πρώτα μόνιμα δόντια και είμαστε σε θέση να εκτιμήσουμε την σχέση των γνάθων μεταξύ τους. Ωστόσο δεν είναι απαραίτητο να υπάρχει ανάγκη να ξεκινήσει ένα παιδί ορθοδοντική θεραπεία σε αυτή την ηλικία.



#### Πότε υπάρχει ανάγκη για πρώιμη ορθοδοντική θεραπεία;

- Διακρίσεις λόγω της εμφάνισης - ψυχολογική επιβάρυνση παιδιού, π.χ. πεταχτά δόντια, παραπέμπουν σε άτομο χαμηλής ευφυΐας, χωρίς αυτό να ισχύει.
- Προβλήματα στη λειτουργία του στόματος, όπως η μάσηση και η φώνηση.
- Προβλήματα στην κροταφογναθική διάρθρωση. Η κακή λειτουργία οδηγεί σε μυϊκούς σπασμούς και πόνο.
- Μεγαλύτερη συχνότητα τραυματισμού δοντιών, περιοδοντίτιδας και τερηδόνας.

Οι ορθοδοντικοί του Τ.Υ.Π.Ε.Τ. στην Αθήνα και τη Θεσσαλονίκη παρέχουν υπηρεσίες ολοκληρωμένης ορθοδοντικής θεραπείας, η οποία επεκτείνεται και σε ενήλικες (με χρήση αισθητικών ορθοδοντικών μέσων), σε άτομα με αναπηρία και σε ειδικά ορθο-γναθικά περιστατικά.

## ΝΟΣΗΛΕΙΑ

### Εξειδικευμένη φροντίδα για το παιδί

Σε παιδιά, μέλη του Τ.Υ.Π.Ε.Τ., ηλικίας έως 14 ετών, που θα βρεθούν σε ανάγκη νοσηλείας, εκτός των κρατικών παιδιατρικών νοσοκομείων, παρέχεται η δυνατότητα νοσηλείας σε ιδιωτικές παιδιατρικές κλινικές με ανάλογες χρεώσεις.

## ΚΑΤΑΣΚΗΝΩΣΕΙΣ Τ.Υ.Π.Ε.Τ.

### Η χαρά, η μάθηση, η κοινωνικοποίηση για τα παιδιά μας

Η δυνατότητα συμμετοχής των παιδιών στις κατασκηνώσεις του Ταμείου Υγείας προσφέρει χαρά, ψυχαγωγία, αθλητική δραστηριότητα, κοινωνικοποίηση και μάθηση.

Το παιδί από την ηλικία των 7 ετών έως την ηλικία των 15, με τη συμμετοχή του στις κατασκηνωτικές περιόδους, αποκτά δημιουργική διάθεση και εμπειρίες που θα συνοδεύουν τις μνήμες του τα επόμενα χρόνια.

Επίσης, παιδιά ηλικίας 16 ετών που ενδιαφέρονται, μπορούν να εξελιχθούν σε στελέχη των κατασκηνώσεων και να προσφέρουν την εμπειρία και τις γνώσεις τους στους κατασκηνωτές - παιδιά των ασφαλισμένων μας.

Είμαστε χαρούμενοι και υπερήφανοι στο Τ.Υ.Π.Ε.Τ. για το επίπεδο και την ποιότητα των παρεχόμενων υπηρεσιών από τις κατασκηνώσεις μας στα παιδιά μας - και όχι μόνο - και δεσμευόμαστε να συνεχίσουμε, με καινοτόμες και δημιουργικές δράσεις, τις προσπάθειές μας για συνεχείς βελτιώσεις σε όλους τους τομείς.



# Τα παιδιά παίζει με την τεχνολογία ή η τεχνολογία@ «παίζει» με τα π@ιδι@;

*"Η συνεχής ενημέρωση παιδιών, γονέων & εκπαιδευτικών αποδεικνύεται ωφέλιμη."*

**Σ**την εποχή μας, ακόμη και ο Αϊ-Βασίλης γνωρίζει από... τεχνολογία. Ο αγαπημένος Άγιος, για να κατανοήσει το παραδοσιακό, είτε τρυφερό είτε απαιτητικό είτε συγκινητικό, γράμμα πολλών, εάν όχι των περισσότερων, παιδιών, χρειάζεται «πιστοποιημένη» γνώση στην ψηφιακή αγορά. Από τους βόλους και το αυτοκινητάκι, το τηλεκατευθυνόμενο τρενάκι και το Walkman, στα διαδραστικά ψηφιακά παιχνίδια για τα οποία όμως δεν αρκεί οι μικροί του φίλοι να είναι μόνο καλά παιδιά. Πρέπει να είναι ενημερωμένοι χρήστες με ενημερωμένους γονείς.

Τον 21<sup>ο</sup> αιώνα, τα παιδιά μεγαλώνουν σε έναν κόσμο, σε μία εποχή, με ψηφιακά επιτεύγματα και ερεθίσματα. Ως φυσιολογική εξέλιξη, η επικοινωνία τους, το παιχνίδι τους, η ψυχαγωγία τους εκτυλίσσονται σε οθόνες, κονσόλες, πληκτρολόγια, χειριστήρια... Γραφικά και ήχοι δημιουργούν μία εικονική πραγματικότητα η οποία εντυπωσιάζει το βλέμμα τους. Μαγνητίζει την προσοχή τους και το ενδιαφέρον τους.

Φίλοι ή συμμαθητές «συνδέονται» στη δική τους ηλεκτρονική γειτονιά για να παίζουν, οποιαδήποτε ώρα... για ώρες; Η πρόκληση - κίνδυνος είναι ο εικονικός κόσμος να μην «αποκτήσει το πάνω χέρι» στην αληθινή πραγματικότητα των παιδιών.

Η μεγαλύτερη δυσκολία, στο κομμάτι αυτό, ίσως είναι η έγκαιρη εφαρμογή, από νωρίς, του «μέτρον άριστον». Το παιδί δηλαδή να «εκπαιδεύεται» να θέτει από μόνο του όρια. Αυτό μαθαίνεται σε ένα περιβάλλον, οικογενειακό, σχολικό, κοινωνικό, το οποίο προάγει την κριτική του σκέψη προβάλλοντας τα αρνητικά αλλά συνάμα και τα θετικά στοιχεία του ηλεκτρονικού παιχνιδιού και περαιτέρω της ηλεκτρονικής επικοινωνίας, της ηλεκτρονικής ενημέρωσης και των ηλεκτρονικών δυνατοτήτων γενικότερα.

Για τον λόγο αυτό, η συνεχής ενημέρωση παιδιών, γονέων, εκπαιδευτικών... αποδεικνύεται ωφέλιμη και κατευθύνει, με επιμονή και υπομονή, στην επιλογή:

- Ηλεκτρονικών παιχνιδιών σχεδιασμένων για την ηλικία του παιδιού.
- Θέματος στο οποίο δεν υπάρχει βία.
- Διατροφής και ύπνου, σύμφωνα με τις ανάγκες του παιδιού.
- Σωστής στάσης σώματος.
- Κατάλληλου φωτισμού του χώρου.
- Οι υποχρεώσεις του σχολείου να προηγούνται.
- Λογισμικού ασφαλείας, προστασίας παιδιών χρηστών διαδικτύου από κακόβουλο περιεχόμενο.

- Λογικής χρονικής διάρκειας ηλεκτρονικού παιχνιδιού, ανεξάρτητα από τη διαθεσιμότητα και την επιθυμία του ψηφιακού καλεσμένου - συμπαίκτη.
- Ενασχόλησης και με άλλες, «πραγματικές», δραστηριότητες όπως την άθληση, το παιχνίδι με φίλους σε πραγματικό χώρο...
- Διατήρησης, από την πλευρά κυρίως των «μεγάλων», της ψυχραιμίας.

Η ηρεμία γενικότερα είναι χαρακτηριστικό ευεργετικό στην ανατροφή του παιδιού. Πολλώ μάλλον όταν εμφανίζονται οι ανησυχητικές ενδείξεις ότι το ηλεκτρονικό παιχνίδι αποσπά από το παιδί όλο και περισσότερο χρόνο, όλο και περισσότερη ενέργεια.

Για παράδειγμα, στο σχολείο, αισθάνεται κόπωση, κεφαλαλγίες και η σχολική βαθμολογία ακολουθεί την κατιούσα. «Ξεχνάει» τη διατροφή του, την ατομική του υγιεινή. Το παιδί απομονώνεται από το κοινωνικό του περιβάλλον. Επίσης, η απομάκρυνση της κονσόλας του δημιουργεί άγχος. Δεν βρίσκει άλλη αξιολογία ενασχόληση, βαριέται, γίνεται ευερέθιστος, εκνευρίζεται, θυμώνει. Προκαλείται ένταση, διαφωνία, σύγκρουση με τους γονείς του.

Η ηλεκτρονική ωστόσο εξέλιξη αποτελεί μία πραγματική πρόκληση με ωφέλιμες και μη όψεις. Σήμερα, πέρα από κάθε τεχνο-φοβία ή τεχνο-λαγνεία, η έλλειψη γνώσης της τεχνολογίας θεωρείται το σύγχρονο είδος αναλφαβητισμού, του ηλεκτρονικού. Κλειδί λοιπόν δεν αποτελεί η απαγόρευση της αλλά η ορθή χρήση της με σύνεση και προσοχή.

Μία τέτοια χρήση αποτελεί τη θετική πλευρά των eΠαιγνιδιών για τα παιδιά και προσφέρει:

- Ψυχαγωγία.
- Εκμάθηση τεχνολογικών εφαρμογών και ορολογίας.
- Ανάπτυξη μεθόδων στρατηγικής.
- Καλλιέργεια αυτοπεποίθησης και λήψης πρωτοβουλίας μέσω της επίτευξης στόχων.
- Εκπαίδευση της μνήμης.
- Γρήγορη σκέψη, γρήγορες αποφάσεις, παρατηρητικότητα για συντονισμένη ανταπόκριση σε πολλά ερεθίσματα (multitasking: πολυδιεργασία).
- Συντονισμό οπτικών και ακουστικών ερεθισμάτων με αντανακλαστικά και κινητικές δεξιότητες.
- eΣυνεργασία.

Στην πράξη, τα θετικά με τα αρνητικά αναμειγνύονται. Και όσο πιο πολύ «μπερδεύονται» τόσο περισσότερο χρήσιμη είναι η επίγνωση ότι από μόνο του κανένα παιχνίδι, ψηφιακό ή πραγματικό, δεν είναι επικίνδυνο.

Ομοίως, η τεχνολογία από μόνη της δεν ωφελεί ή δεν ζημιώνει τον χρήστη. Απλά αποτελεί, ανάλογα με τη χρήση, την ψηφιακή υλοποίηση της ανθρώπινης πρόθεσης, καλής ή κακής, ωφέλιμης ή ζημιόγυνας.

Χαρούμενο το 2018 με ΥΓΕΙΑ, «όμορφα δώρα» και «καλούς βαθμούς»!



## «ΥΓΕΙΑΣ ΜΕΛΑΘΡΟΝ»

### Στόχος προτεραιότητας για τη νέα Διοίκηση του Τ.Υ.Π.Ε.Τ. Ανακατασκευή 5<sup>ου</sup> ορόφου της κλινικής



Το «ΥΓΕΙΑΣ ΜΕΛΑΘΡΟΝ» είναι η κλινική του Ταμείου μας. Είναι ο πρότυπος χώρος παροχής υπηρεσιών υγείας στους ασφαλισμένους του Τ.Υ.Π.Ε.Τ. για τον οποίο νιώθουμε υπερηφάνεια και αυτοπεποίθηση, γιατί στις δύσκολες ώρες έχει αποδείξει στην πράξη ότι μπορεί να δώσει τις καλύτερες δυνατές λύσεις εμπνέοντας έτσι ασφάλεια και εμπιστοσύνη σε όλους. Για τον λόγο αυτό, από την πρώτη στιγμή, στόχος προτεραιότητας για τη νέα Διοίκηση ήταν η βελτίωση των χώρων του καιτου και η διευκόλυνση του νοσηλευτικού προσωπικού για καλύτερη, αμεσότερη και αποτελεσματικότερη παροχή υπηρεσιών στους ασφαλισμένους.



Ολοκληρώθηκε το έργο ανακατασκευής και ενοποίησης του 5ου ορόφου των δύο κτηρίων, Θερεϊανού 4 & 4α, που απαρτίζουν το Υγειονομικό Συγκρότημα «ΥΓΕΙΑΣ ΜΕΛΑΘΡΟΝ». Το εν λόγω έργο σκοπό έχει την ενιαία αδειοδότηση του Συγκροτήματος και την αναβάθμιση των παρεχόμενων υπηρεσιών υγείας στα μέλη του Τ.Υ.Π.Ε.Τ., σε δευτεροβάθμιο επίπεδο.



Μετά το πέρας των εργασιών αναδιαμόρφωσης των θαλάμων οι κλίνες ασθενών αυξήθηκαν από 5 σε 11, ανακαινίστηκαν οι χώροι αναμονής και οι εσωτερικοί διάδρομοι, καθώς και η στάση νοσηλευτών. Δημιουργήθηκαν νέοι χώροι λειτουργίας του Εξωτερικού Καρδιολογικού Ιατρείου, του Καρδιολογικού Εργαστηρίου (triplex, τεστ κοπώσεως) και των Γραφείων των Καρδιολόγων. Κατασκευάστηκε, επίσης, ράμπα η οποία συνδέει τους ορόφους των τριών κτηρίων, διευκολύνοντας τη διέλευση των φορείων μεταφοράς ασθενών.



Οι εργασίες πραγματοποιήθηκαν από την Τεχνική Υπηρεσία του Τ.Υ.Π.Ε.Τ. στο χαμηλότερο δυνατό κόστος, με διαθέσιμα από χορηγικό λογαριασμό της Εθνικής Τράπεζας.

Άμεσα ξεκινά και το μεγαλύτερο έργο ανακατασκευής του 3ου ορόφου της Κλινικής, με το οποίο θα ολοκληρωθεί, στη φάση αυτή, η παρέμβαση βελτιώσεων στο «ΥΓΕΙΑ ΜΕΛΑΘΡΟΝ».



# Η Διοίκηση της Εθνικής Τράπεζας Αρωγός του Τ.Υ.Π.Ε.Τ.

## Μετά από πρωτοβουλία της Διοίκησης του Ταμείου συστάθηκε Διαρκής Επιτροπή Στήριξης του Τ.Υ.Π.Ε.Τ.

**Η** Διοίκηση της Εθνικής Τράπεζας απέδειξε στην πράξη το ανιδιοτελές ενδιαφέρον της για το Τ.Υ.Π.Ε.Τ., επιβεβαιώνοντας την ευαισθησία της για τον φορέα υγείας που χτίσαμε όλοι μαζί και οφείλουμε να τον υπερασπίσουμε και να τον στηρίξουμε με όλες μας τις δυνάμεις. Χωρίς καμία αξίωση ή παρέμβαση στον αυτοδιαχειριζόμενο χαρακτήρα του Ταμείου Υγείας, η Διοίκηση της Εθνικής Τράπεζας ήρθε αρωγός και ανταποκρίθηκε σε ένα σημαντικό αίτημα-στόχο που της τέθηκε από την πρώτη στιγμή που ανέλαβε τα καθήκοντά της η παρούσα Διοίκηση του Τ.Υ.Π.Ε.Τ.

Με την Πράξη Διοίκησης, αρ. 637 με ημερομηνία 23.11.2017, και κατόπιν αιτήματος της Διοίκησης του Τ.Υ.Π.Ε.Τ., η Εθνική Τράπεζα, συνεπής στη δέσμευσή της για τη διαρκή αρωγή των προσπαθειών του Ταμείου Υγείας, όρισε τη σύσταση διαρκούς Επιτροπής Στήριξης του Τ.Υ.Π.Ε.Τ., η οποία αποτελείται από τους:

- κ. Γεώργιο Αρμελινιό, Δ/ντή Ανθρώπινου Δυναμικού της Τράπεζας και του Ομίλου, ως Πρόεδρο της Επιτροπής
- κ. Ιωάννα Σαπουντζή, Δ/ντρια Εταιρικής Διακυβέρνησης & Εταιρικής Κοινωνικής Ευθύνης της Τράπεζας και του Ομίλου
- κ. Κωνσταντίνο Σερμέα, Επικεφαλής Τομέα Ελέγχου Δικτύου Κατ/των, Ειδικών Ελέγχων & Αντιμετώπισης της Απάτης στον Όμιλο
- κ. Τρύφωνα Μαντζανίδη, Δ/ντή Ανάπτυξης Ανθρώπινου Δυναμικού της Τράπεζας και του Ομίλου
- κ. Πέτρο Δασκαλέα, Προϊστάμενο της Δ/σης Φορολογίας της Τράπεζας και του Ομίλου
- κ. Ευάγγελο Χρήστου, Προϊστάμενο της Δ/σης Προμηθειών
- κ. Γεώργιο Αγγελίδη, Προϊστάμενο της Δ/σης Οικονομικών Υπηρεσιών
- κ. Ζωή Δελάκη, Αναπληρωτή Δ/ντή Εφαρμογών Πληροφορικής
- κ. Νικόλαο Σακαλή, Υπ/ντή Εργασιών Υποθέσεων Νομικών Υπηρεσιών, Δικηγόρο και
- κ. Βασιλική Βογιατζοπούλου, Πρόεδρο Τ.Υ.Π.Ε.Τ.

Όπως αναφέρεται στην πιο πάνω Πράξη, έργο της Επιτροπής, είναι η συνδρομή της στον εξορθολογισμό των οικονομικών μεγεθών του Τ.Υ.Π.Ε.Τ., στη βελτίωση της λειτουργίας και της αναβάθμισης των υπηρεσιών του, καθώς και η μεσολάβησή της στη Διοίκηση της Τράπεζας για την επίλυση κρίσιμων για την πορεία του Ταμείου Υγείας θεμάτων.

Η πρώτη συνεδρίαση της εν λόγω Επιτροπής πραγματοποιήθηκε την Τετάρτη 6 Δεκεμβρίου 2017 σε πολύ καλό κλίμα, με τα υπηρεσιακά στελέχη της Ε.Τ.Ε. να αποδεικνύουν στην πράξη τη διάθεση για τη συνεισφορά τους στην εξασφάλιση της βιωσιμότητας και τη βελτίωση της λειτουργίας του Ταμείου Υγείας.

Έχουμε τη βεβαιότητα ότι η λειτουργία αυτής της επιτροπής θα δώσει λύσεις σε προβλήματα και ανάγκες του Τ.Υ.Π.Ε.Τ. στο παρόν και το μέλλον και θα στηρίξει ουσιαστικά τις προσπάθειες της νέας Διοίκησης του Τ.Υ.Π.Ε.Τ. για μια νέα πορεία του ασφαλιστικού μας φορέα υγείας με βήματα σιγουριάς και ασφάλειας .





# Καταστατικές συνεδριάσεις AIM

## Βιώσιμη πρόσβαση στο φάρμακο για καινοτόμες θεραπείες

"Επιδιώκουμε, ως Αυτοδιαχειριζόμενα Ταμεία Υγείας, υψηλή ποιότητα φαρμάκων στην καλύτερη δυνατή τιμή."

**“**Η ΔΙΕΘΝΗΣ ΣΥΝΕΡΓΑΣΙΑ είναι σημαντική. Υπάρχει ανάγκη ολοκληρωμένης, από ΚΟΙΝΟΥ, προσέγγισης στην αντιμετώπιση των ΚΟΙΝΩΝ μας προκλήσεων στον τομέα της ιατροφαρμακευτικής περίθαλψης”.

Με αυτό το μήνυμα της Υπουργού Υγείας της Ιταλίας, κ. Beatrice LORENZIN, ξεκίνησαν τον Νοέμβριο στη Ρώμη οι εργασίες της 37<sup>ης</sup> έκτακτης Γενικής Συνέλευσης της Διεθνούς Ένωσης Αυτοδιαχειριζόμενων Ταμείων Υγείας {Association Internationale de la Mutualité (AIM)}. Η Γενική Συνέλευση σε συνδυασμό με τις υψηλού ενδιαφέροντος συνεδριάσεις των Επιτροπών της AIM επί θεμάτων υγείας ανά γεωγραφική ζώνη, προσέλκυσαν εκπροσώπους Αυτοδιαχειριζόμενων Ταμείων Υγείας και επαγγελματίες υγείας από όλον τον πλανήτη.

Στο σημαντικό αυτό παγκόσμιο γεγονός από ελληνικής πλευράς παρέστησαν ο Γενικός Γραμματέας του Τ.Υ.Π.Ε.Τ. και Αντιπρόεδρος της Ο.Α.Τ.Υ.Ε. κ. Χρήστος Ασπιώτης, ο Πρόεδρος του Α.Τ.Π.Σ.Υ.Τ.Ε. (Τράπεζα της Ελλάδος) κ. Γιώργος Καρπέτας και ο Πρόεδρος του Ε.Δ.Ο.Ε.Α.Π. (Δημοσιογράφοι) κ. Νίκος Καρούτζος.

Οι εκπρόσωποι της Ο.Α.Τ.Υ.Ε. αντάλλαξαν τεχνογνωσία και εμπειρία σε θέματα υγείας, τα οποία στην πλειονότητά τους είναι ΚΟΙΝΑ, χωρίς συνοριακούς και γεωγραφικούς περιορισμούς.

Οι Έλληνες εκπρόσωποι επικεντρώθηκαν στο μείζονος και ζωτικής σημασίας θέμα της Επιτροπής Ευρωπαϊκών Υποθέσεων της AIM αναφορικά με τη βιώσιμη πρόσβαση των ασφαλισμένων στα φάρμακα.

Πιο συγκεκριμένα, στη διάρκεια των εργασιών της Συνέλευσης εξετάστηκε το θέμα της τιμολόγησης και αποζημίωσης των φαρμακευτικών σκευασμάτων. Η βιώσιμη πρόσβαση στα φαρμακευτικά σκευάσματα, οι κινήσεις και τα κατάλληλα βήματα τα οποία πρέπει να γίνουν προς αυτή την κατεύθυνση απασχολούν όχι μόνο τους Έλληνες αλλά και τους Ευρωπαίους παρόχους υπηρεσιών φροντίδας υγείας.

Απώτερος στόχος της AIM είναι, για τον ασθενή, η βέλτιστη πρόσβασή του σε καινοτόμες θεραπείες και, για τους παρόχους, η διασφάλιση διαχειρίσιμων δαπανών υγείας.

Οι παρευρισκόμενοι τόνισαν ότι αδιαμφισβήτητα τα φάρμακα συνεισέφεραν και συνεισφέρουν στη βελτίωση του προσδόκιμου και της ποιότητας ζωής αρκετών ασθενών. Παρόλα αυτά, τα τελευταία χρόνια υπάρχει διάχυτη ανησυχία

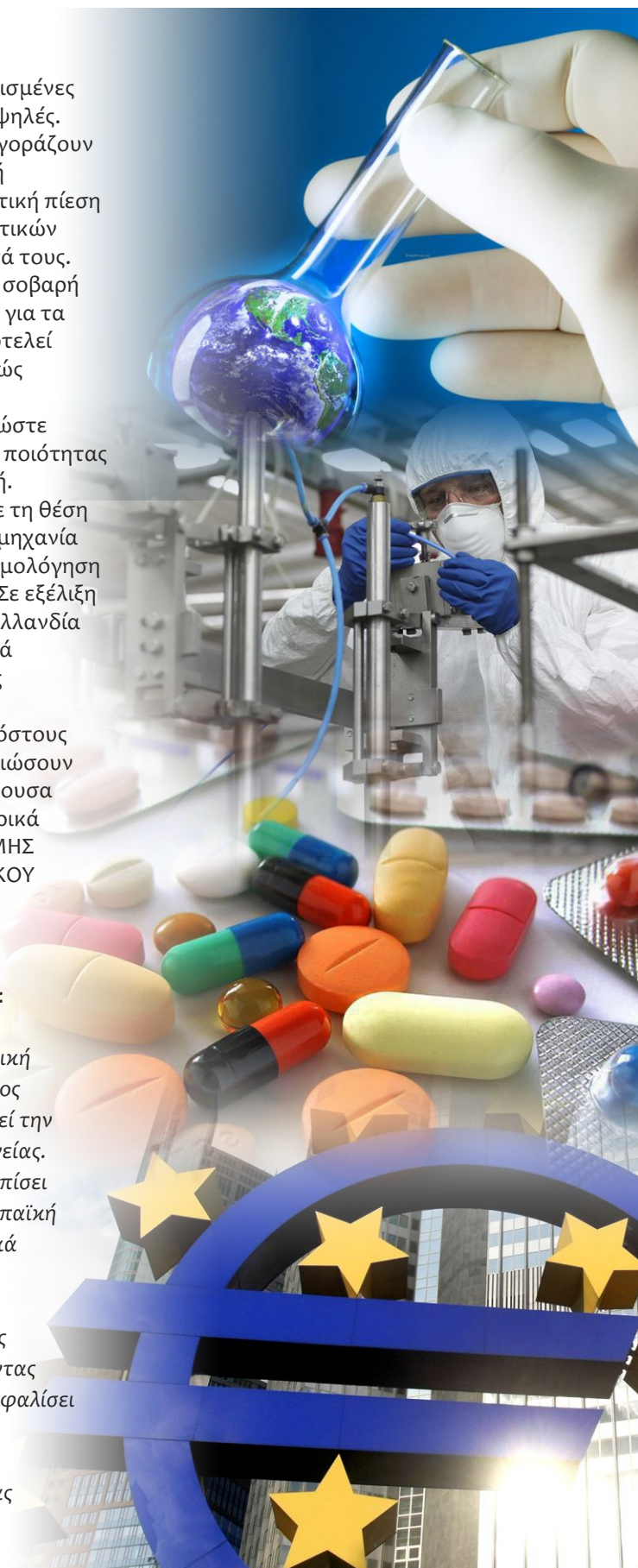
ότι οι τιμές των νέων φαρμάκων σε ορισμένες θεραπευτικές κατηγορίες είναι πολύ υψηλές. Με άλλα λόγια, δεν μπορούν όλοι να αγοράζουν τα νέα δραστικά σκευάσματα, η υψηλή τιμολόγηση των οποίων ασκεί τρομακτική πίεση στους προϋπολογισμούς των ασφαλιστικών οργανισμών και απειλεί τη βιωσιμότητά τους.

Υπογραμμίστηκε, μεταξύ άλλων, ότι σοβαρή πρόκληση για τις χώρες και ειδικότερα για τα Αυτοδιαχειριζόμενα Ταμεία Υγείας αποτελεί η χάραξη πολιτικών τιμολόγησης, καθώς και η προσπάθεια για μεγιστοποίηση της διαπραγματευτικής τους δύναμης ώστε να επιτυγχάνεται η προμήθεια υψηλής ποιότητας φαρμάκων στην καλύτερη δυνατή τιμή.

Οι παρευρισκόμενοι συμφώνησαν με τη θέση των ομιλητών ότι η φαρμακευτική βιομηχανία ηγείται της αγοράς με αποτέλεσμα η τιμολόγηση των φαρμάκων να μην είναι διάφανη. Σε εξέλιξη βρίσκεται πιλοτικό πρόγραμμα στην Ολλανδία στο πλαίσιο του οποίου τα νοσηλευτικά ιδρύματα και οι οργανισμοί ασφάλισης της υγείας προμηθεύονται από κοινού φαρμακευτικά σκευάσματα υψηλού κόστους ειδικών παθήσεων, προκειμένου να μειώσουν την εν λόγω δαπάνη. Επίσης, ενδιαφέρουσα είναι και η αυστριακή πρόταση αναφορικά με τη θέσπιση κανόνων ΑΝΩΤΑΤΗΣ ΤΙΜΗΣ ως προϋπόθεσης εισόδου του ΦΑΡΜΑΚΟΥ στην αγορά της ΕΥΡΩΠΑΪΚΗΣ ΕΝΩΣΗΣ.

Ο Γεν. Γραμματέας του Τ.Υ.Π.Ε.Τ. και Αντιπρόεδρος της Ο.Α.Τ.Υ.Ε., κ. Χρήστος Ασπιώτης, δήλωσε σχετικά:

«Συζητήσαμε για μια βιώσιμη στρατηγική μπροστά στο διαρκώς αυξανόμενο κόστος της φαρμακευτικής δαπάνης, που απειλεί την υπόσταση κάθε ασφαλιστικού φορέα υγείας. Καμία χώρα δεν μπορεί πια να αντιμετωπίσει μόνη της το πρόβλημα. Όμως, αν η Ευρωπαϊκή Ένωση μπορεί να παρεμβαίνει ρυθμιστικά και κανονιστικά στην αγορά π.χ. των τηλεπικοινωνιών, γιατί δεν κάνει το ίδιο και στην αγορά φαρμάκου επιβάλλοντας διαφάνεια στην κοστολόγηση και ορίζοντας μέγιστες ευρωπαϊκές τιμές ώστε να διασφαλίσει τη βιώσιμη πρόσβαση των πολιτών της στα φαρμακευτικά προϊόντα; Είναι η ώρα να ενώσουμε τις δυνάμεις μας για να αναζητήσουμε λύσεις!»





## Στήριξη των Αυτοδιαχειριζόμενων Ταμείων Υγείας στη χώρα μας

Το Τ.Υ.Π.Ε.Τ. και η Ο.Α.Τ.Υ.Ε. παρεμβαίνουν μέσω της Α.Ι.Μ.

*"Υπερασπιζόμαστε τον Θεσμό των Αυτοδιαχειριζόμενων Ταμείων Υγείας ενάντια σε ισοπεδωτικές αντιλήψεις."*

**Ο**ι ευρύτερες πολιτικές εξελίξεις στη χώρα μας δεν αφήνουν περιθώριο εφησυχασμού για όσους υπερασπιζόμαστε το δικαίωμα στην ύπαρξη του Θεσμού της Αυτοδιαχείρισης στην Υγεία. Επανέρχεται συχνά στο προσκήνιο η δογματική αντίληψη που θέλει την ισοπεδωτική ένταξη όλων στον ενιαίο δημόσιο φορέα υγείας. Η ανησυχία μας κορυφώνεται όταν κάτι τέτοιο συζητείται να ενταχθεί ως μνημονιακό προαπαιτούμενο στην επόμενη αξιολόγηση της χώρας μας από τους Θεσμούς.

Για τον λόγο αυτό, ως Τ.Υ.Π.Ε.Τ. μαζί με την Ομοσπονδία Αυτοδιαχειριζόμενων Ταμείων Υγείας Ελλάδας (Ο.Α.Τ.Υ.Ε.), της οποίας αποτελούμε βασικό πυλώνα, αξιοποιήσαμε τη δυνατότητα παρέμβασης σε υψηλό επίπεδο, που μας δίνει η συμμετοχή μας στην Α.Ι.Μ., τη Διεθνή Ένωση Αυτοδιαχειριζόμενων Ταμείων Υγείας. Με επιστολή που συνυπέγραψαν ο Πρόεδρος της Α.Ι.Μ. κ. Christian Zahn και ο Πρόεδρος της Ο.Α.Τ.Υ.Ε., κ. Γεώργιος Καρπέτας, υψώσαμε τη φωνή μας προς το Κουαρτέτο των Θεσμών και την Ελληνική Κυβέρνηση, παραθέτοντας ισχυρά επιχειρήματα υπέρ της συνέχισης της ύπαρξης των ελληνικών Αυτοδιαχειριζόμενων Ταμείων Υγείας.

Η σημαντική αυτή επιστολή εστάλη στους Θεσμούς υπόψη του κ. Giuseppe Carone, Επικεφαλής της Γενικής Διεύθυνσης Δημόσιων Οικονομικών της Ε.Ε., και στην Ελληνική Κυβέρνηση υπόψη του Πρωθυπουργού κ. Αλέξη Τσίπρα, του Υπουργού Οικονομικών κ. Ευκλείδη Τσακαλώτου, του υπουργού Υγείας κ. Ανδρέα Ξανθού, της υπουργού Εργασίας, Κοινωνικής Ασφάλισης και Κοινωνικής Αλληλεγγύης κ. Έφης Αχτσιόγλου και του αρμόδιου υφυπουργού της κ. Τάσου Πετρόπουλου.

Στη συνέχεια, παρατίθενται τα βασικά σημεία του εν λόγω κειμένου, το οποίο εστάλη στις Βρυξέλες στις 8 Νοεμβρίου 2017, με θέμα: «Η σημασία και ο ρόλος των Αυτοδιαχειριζόμενων Ταμείων Υγείας στο ελληνικό σύστημα φροντίδας Υγείας.»

«Εκπροσωπώντας τη Διεθνή Ένωση Αυτοδιαχειριζόμενων Ταμείων Υγείας (Α.Ι.Μ.) που αριθμεί 110 εκατομμύρια ασφαλισμένους στην Ευρώπη και την Ομοσπονδία Αυτοδιαχειριζόμενων Ταμείων Υγείας Ελλάδος (Ο.Α.Τ.Υ.Ε.), σας αποστέλλουμε την παρούσα επιστολή, για να σας εκφράσουμε την ιδιαίτερη ανησυχία μας όσον αφορά στο θέμα της ύπαρξης των Αυτοδιαχειριζόμενων Ταμείων Υγείας (Α.Τ.Υ.) στην Ελλάδα.



Τα ελληνικά Α.Τ.Υ.:

- αποτελούν πρότυπους ασφαλιστικούς φορείς υγείας, παρέχοντας ποιοτική περίθαλψη και ασφαλιστική κάλυψη υγείας σε περίπου 80.000 Έλληνες ασφαλισμένους. Δεδομένης της υποδειγματικής λειτουργίας τους, αποτελούν ισότιμους εταίρους των ομοειδών Α.Τ.Υ. σε ευρωπαϊκό και παγκόσμιο επίπεδο.
- αποτελούν Νομικά Πρόσωπα Ιδιωτικού Δικαίου, μη-κερδοσκοπικά σωματεία, Αυτοδιαχειριζόμενα και Αυτοδιοικούμενα. Δε λαμβάνουν κοινωνικούς πόρους, ούτε επιβαρύνουν τον ελληνικό κρατικό προϋπολογισμό.
- δεν προστρέχουν στο Κράτος για κάλυψη των ελλειμμάτων τους. Τα έσοδά τους βασίζονται στις εισφορές των ασφαλισμένων, οι οποίες αποτελούν ποσοστό επί μισθού ή σύνταξης.
- δεν έχουν ανεξόφλητες δαπάνες ούτε σε ιδιώτες ούτε στον Ε.Ο.Π.Υ.Υ. Αγοράζουν τις υπηρεσίες υγείας από τα νοσηλευτικά ιδρύματα, δημόσια ή ιδιωτικά, σε ίσες ή χαμηλότερες τιμές από αυτές του Ε.Ο.Π.Υ.Υ.

Τα ασφαλισμένα μέλη των Α.Τ.Υ. καταβάλλουν φόρους στο Ελληνικό Δημόσιο, χωρίς ανταποδοτικότητα για την Υγεία, καθώς το σύνολο των δαπανών υγείας τους καλύπτεται εξ ολοκλήρου από τις εισφορές τους.

Σε αντίθεση με τα Δημόσια Ταμεία, στα Α.Τ.Υ. τα Δ.Σ. και οι ασφαλισμένοι αναλαμβάνουν την πλήρη ευθύνη: οι ισολογισμοί και οι απολογισμοί υποβάλλονται προς έγκριση κάθε έτος στη Γενική Συνέλευση των ασφαλισμένων τους, με πλήρη διαφάνεια, χωρίς επιβάρυνση του Κράτους από τις όποιες επιλογές των Δ.Σ., που εκλέγονται από δημοκρατικές διαδικασίες των μελών.

Συμπερασματικά, θεωρούμε ότι τα ελληνικά Α.Τ.Υ. πρέπει να συνεχίσουν την εύρυθμη λειτουργία τους και να διαδραματίζουν τον σημαντικό τους ρόλο απρόσκοπτα, ιδιαίτερα στη σύγχρονη οικονομική δυσπραγία την οποία βιώνουμε».



**AIM** Healthcare and social benefits for all



## Νέος Επιστημονικός Διευθυντής στο «ΥΓΕΙΑΣ ΜΕΛΑΘΡΟΝ» ο κ. Λάμπρος Τζιανούμης μετά την αποχώρηση του κ. Βασίλειου Γολεμάτη



«Τα "νέα του ΤΥΠΕΤ"  
καλωσορίζουν τον  
νέο Επιστημονικό  
Διευθυντή της  
Κλινικής και εύχονται  
καλή επιτυχία στο  
έργο του.»

**Μ**ετά από δέκα χρόνια σημαντικής παρουσίας και προσφοράς, από τη θέση του Επιστημονικού Διευθυντή της κλινικής «Υγείας Μέλαθρον», ο κ. Βασίλειος Γολεμάτης ομότιμος καθηγητής Χειρουργικής του Πανεπιστημίου Αθηνών, υπέβαλε την παραίτησή του και η Διοίκηση του Ταμείου Υγείας όρισε στη θέση του τον κ. Λάμπρο Τζιανούμη.

Ο κ. Τζιανούμης είναι Πτυχιούχος της Ιατρικής Σχολής του Εθνικού και Καποδιστριακού Πανεπιστημίου Αθηνών με ειδίκευση στην Αιματολογία και Παθολογία, εκπαιδεύτηκε εξ ολοκλήρου στις ειδικότητες Αιματολογίας-Παθολογίας (1982-1989) στην Α΄ Προπαιδευτική Παθολογική Κλινική και Ειδική Νοσολογία, με τακτικούς Καθηγητές τους κ. Γεώργιο Κ. Δάικο, Ηλέκτρα Ξεφτέρη και Παύλο Σφηκάκη. Με την ολοκλήρωση της εξειδίκευσής του παρέμεινε ως Επιμελητής Αιματολογίας έως Οκτώβριο του 2001, οπότε και διορίστηκε στην κλινική «Υγείας Μέλαθρον». Συμμετείχε ενεργά, από τον Σεπτέμβριο του 1982 έως τις αρχές του 1989, στην εκπαίδευση των τεταρτοετών και των τελειοφοίτων της Ιατρικής που ασκήθηκαν στην Παθολογία και την Αιματολογία και έλαβε μέρος σε διεθνή συνέδρια, ενώ είχε δεκάδες δημοσιεύσεις σε επιστημονικά περιοδικά. Στο «Υγείας Μέλαθρον» εργάζεται από τον Νοέμβριο του 1990, ενώ το 2001 ανέλαβε τη θέση του Διευθυντή της Αιματολογικής Κλινικής και του Αιματολογικού Εργαστηρίου της Κλινικής.

Πρόκειται για ένα σημαντικό στέλεχος του ιατρικού προσωπικού του Τ.Υ.Π.Ε.Τ., το οποίο με τη μακρόχρονη καταξιωμένη επιστημονική του εμπειρία, αναμένεται να συνεχίσει το έργο του προκατόχου του και ταυτόχρονα να δώσει νέα πνοή στις υπηρεσίες υγείας, ώστε να καλύπτονται οι σύγχρονες ανάγκες των ασφαλισμένων.

Το Διοικητικό Συμβούλιο του Τ.Υ.Π.Ε.Τ. , αναγνωρίζοντας την πολυετή προσφορά του κ. Γολεμάτη, του απένειμε τον τίτλο του Επίτιμου Επιστημονικού Διευθυντή της κλινικής «Υγείας Μέλαθρον» και η Πρόεδρος του Ταμείου Υγείας του απέστειλε επιστολή στην οποία μεταξύ άλλων αναφέρει:

«... Θέλω να σας ευχαριστήσω για την εποικοδομητική συνεργασία που είχατε όλα αυτά τα χρόνια με το Ιατρικό και Διοικητικό προσωπικό του Τ.Υ.Π.Ε.Τ., αλλά και για την ουσιαστική επιστημονική και προσωπική σας συμβολή στην πορεία και την ανάπτυξη του Ταμείου Υγείας.

Μία πορεία προσφοράς και φροντίδας στον κόσμο της Εθνικής Τράπεζας σε θέματα υγείας, που έχει αναμφισβήτητα και τη δική σας σφραγίδα.

Το Διοικητικό Συμβούλιο του Τ.Υ.Π.Ε.Τ., σε αναγνώριση της πολυετούς πολύτιμης προσφοράς σας, αποφάσισε να σας απονεμίσει τον τίτλο του Επίτιμου Επιστημονικού Διευθυντή της Κλινικής «ΥΓΕΙΑΣ ΜΕΛΑΘΡΟΝ» και να σας ευχαριστήσει θερμά για τις υπηρεσίες σας.

Σας ευχόμαστε υγεία, χαρά και ικανοποίηση των επιθυμιών σας και σας διαβεβαιώνουμε ότι οι εργαζόμενοι του Τ.Υ.Π.Ε.Τ. αλλά και οι ασφαλισμένοι της Εθνικής Τράπεζας, που σας γνώρισαν, θα διατηρήσουν τις καλύτερες αναμνήσεις, όχι μόνο από τον Καθηγητή Χειρουργικής, αλλά και από τον Άνθρωπο Βασίλη Γολεμάτη.»

## Επιστημονικό Συμβούλιο «ΥΓΕΙΑΣ ΜΕΛΑΘΡΟΝ»

**Π**ρόεδρος του Επιστημονικού Συμβουλίου της κλινικής «ΥΓΕΙΑΣ ΜΕΛΑΘΡΟΝ» ανέλαβε - όπως προαναφέρθηκε - ο κ. Λάμπρος Τζιανούμης, Διευθυντής Αιματολογικού Τμήματος «Υ. Μ.», μετά την αποχώρηση του κ. Βασιλείου Γολεμάτη, Ομότιμου Καθηγητή Χειρουργικής, ο οποίος παραμένει Επίτιμος Επιστημονικός Διευθυντής, ως ελάχιστη αναγνώριση της δεκαετούς πολύτιμης προσφοράς του στο Τ.ΥΠ.Ε.Τ.

Με γνώμονα την εύρυθμη λειτουργία τόσο του Τ.Υ.Π.Ε.Τ. όσο και της Κλινικής ειδικότερα, το Διοικητικό Συμβούλιο του Ταμείου Υγείας αποφάσισε τη συγκρότηση ενός πιο ευέλικτου Επιστημονικού Συμβουλίου, του οποίου η σύνθεση αναφέρεται στον πίνακα που ακολουθεί:

Πρόεδρος	Λάμπρος Τζιανούμης	Δ/ντής Αιματολογικού Τμήματος
Μέλη	Γεώργιος Αβράμπος Ευστράτιος Γεωργιάδης Νικόλαος Καλαμάκης Μιχαήλ Λαμπρόπουλος Ευάγγελος Νάνος Μάκραμ Νιμής Κανέλλα Γιαννίκου	Δ/ντής Καρδιολογικού Τμήματος Δ/ντής Εργαστηρίου Ιατρικών Απεικονίσεων Δ/ντής Ορθοπαιδικού Τμήματος Δ/ντής Φαρμακείου Δ/ντής Χειρουργικού Τομέα Δ/ντής Γαστρεντερολογικού Τμήματος Αναπληρώτρια Δ/νσης Νοσηλ. Υπηρεσίας (Υποδιευθύνουσα)
Σύμβουλοι	Απόστολος Αχείμαστος Αναστάσιος Θάνος Νικόλαος Σύψας Κωνσταντίνος Τσόκας	Καθηγητής Παθολογίας Χειρουργός Ουρολόγος - Επιστ. Συνεργάτης Αναπλ. Καθηγητής Ιατρικής Σχολής ΕΚΠΑ - Πρόεδρος ΕΝΛ Δ/ντής Οδοντιατρικής Φροντίδας - Περίθαλψης

# μας ενδιαφέρει

## Απολογισμός Διήμερης Εθελοντικής Αιμοδοσίας στη Θεσσαλονίκη

Στις 23 & 24 Νοεμβρίου 2017 πραγματοποιήθηκε το διήμερο εθελοντικής προσφοράς αίματος στο Υγειονομικό Συγκρότημα Θεσσαλονίκης, σε συνεργασία με το Ιπποκράτειο Νοσοκομείο, για την ενίσχυση της Τράπεζας Αίματος του Τ.Υ.Π.Ε.Τ.

Στην πρόσκληση ανταποκρίθηκαν 93 εθελοντές αιμοδότες, ενώ συλλέχθηκαν 84 φιάλες αίματος.

Συνολικά, για το έτος 2017, μέσω των προγραμμάτων εθελοντικής αιμοδοσίας που διοργανώθηκαν στη Θεσσαλονίκη, οι συλλεγείσες φιάλες ανήλθαν στις 199.

## Συμβούλιο Βόρειας Ελλάδας

Μετά από απόφαση της Διοίκησης του Τ.Υ.Π.Ε.Τ., συγκροτήθηκε το Συμβούλιο Βόρειας Ελλάδας, ολιγομελές όργανο αυξημένων αρμοδιοτήτων και ευέλικτου χαρακτήρα. Σκοπός του είναι η εξέταση ζητημάτων που αντιμετωπίζουν οι ασφαλισμένοι της Περιφέρειας και χρήζουν επίλυσης, στο πλαίσιο της ίσης μεταχείρισης των μελών του Τ.Υ.Π.Ε.Τ., καθώς και η σύνταξη εισηγήσεων για την αναβάθμιση των παρεχόμενων υπηρεσιών υγείας της Περιφέρειας. Μέλη του αποτελούν οι εκλεγμένοι σύμβουλοι των Διαμερισμάτων Β', Γ', Δ', Ε' και Η', καθώς και ο Διευθυντής του Υγειονομικού Συγκροτήματος Θεσσαλονίκης. Επικεφαλής του Συμβουλίου ορίστηκε ο σύμβουλος Γ' Διαμερίσματος, κ. Στέφανος Γκοντονίδης. Η πρώτη συνεδρίαση του Συμβουλίου πραγματοποιήθηκε στις 24 Οκτωβρίου 2017.

## Επιστημονική Εκδήλωση Νοσηλευτικής Υπηρεσίας «ΥΓΕΙΑΣ ΜΕΛΑΘΡΟΝ»

Στο πλαίσιο της διαρκούς εκπαίδευσης του νοσηλευτικού προσωπικού του Ταμείου Υγείας, στο Γραφείο Εκπαίδευσης της Νοσηλευτικής Υπηρεσίας διοργάνωσε κύκλο εκπαιδευτικών δραστηριοτήτων, οι οποίες θα ολοκληρωθούν τον Ιούνιο του 2018. Ο πρώτος κύκλος εκπαίδευσης πραγματοποιήθηκε στις 13.12.2017, με εισηγήτρια την κ. Καλλιρόη Κουρέα, Διδάκτορα του Πανεπιστημίου Αθηνών και Καρδιολόγο του «ΥΓΕΙΑΣ ΜΕΛΑΘΡΟΝ».

Θέμα της 1<sup>ης</sup> νοσηλευτικής ημερίδας ήταν οι «Βασικές αρχές ηλεκτροκαρδιογραφήματος (ΗΚΓ) και η ερμηνεία του». Την ημερίδα παρακολούθησαν νοσηλεύτριες, νοσηλευτές, διασώστες και τραυματιοφορείς της Κλινικής, καθώς και φοιτητές, στο πλαίσιο της πρακτικής τους άσκησης.

Το επόμενο σεμινάριο θα πραγματοποιηθεί τον προσεχή Ιανουάριο με θέμα «Ενδονοσοκομειακές Λοιμώξεις» και ομιλήτρια την κ. Χρυσούλα Λεμονίδου, Καθηγήτρια Νοσηλευτικής ΕΚΠΑ και σχολιαστή τον κ. Λάμπρο Νικολιδάκη, Παθολόγο του «ΥΓΕΙΑΣ ΜΕΛΑΘΡΟΝ».



### Το εμβόλιο BEXSERO κατά της μηνιγγίτιδας χορηγείται στους ασφαλισμένους του Τ.Υ.Π.Ε.Τ.

**Η** Διοίκηση του Ταμείου Υγείας, με υψηλό αίσθημα κοινωνικής ευθύνης και ευαισθησίας και με βασικό μέλημά της τη λήψη μέτρων πρόληψης, έχει εντάξει στο πρόγραμμα εμβολιασμού τη χορήγηση του εμβολίου Bexsero κατά της μηνιγγίτιδας.

Το Τ.Υ.Π.Ε.Τ. αποτελεί το ΜΟΝΟ ασφαλιστικό Ταμείο Υγείας το οποίο καλύπτει το εμβόλιο σε μέλη που δεν ανήκουν σε ομάδες υψηλού κινδύνου.

Η συμμετοχή των ασφαλισμένων ορίζεται ως εξής:

- 0%, για τα βρέφη και τα παιδιά έως και 18 ετών τα οποία ανήκουν σε ομάδες αυξημένου κινδύνου
- 25%, για τα βρέφη, τα παιδιά και τους νέους ασφαλισμένους οι οποίοι δεν ανήκουν σε ομάδες αυξημένου κινδύνου.

Για τα ανωτέρω απαιτείται ιατρική συνταγή για το εμβόλιο κατά του μηνιγγιτιδόκοκκου οροομάδων Β πρωτεϊνικό (MenB-4C) και η συνταγογράφηση γίνεται ηλεκτρονικά.

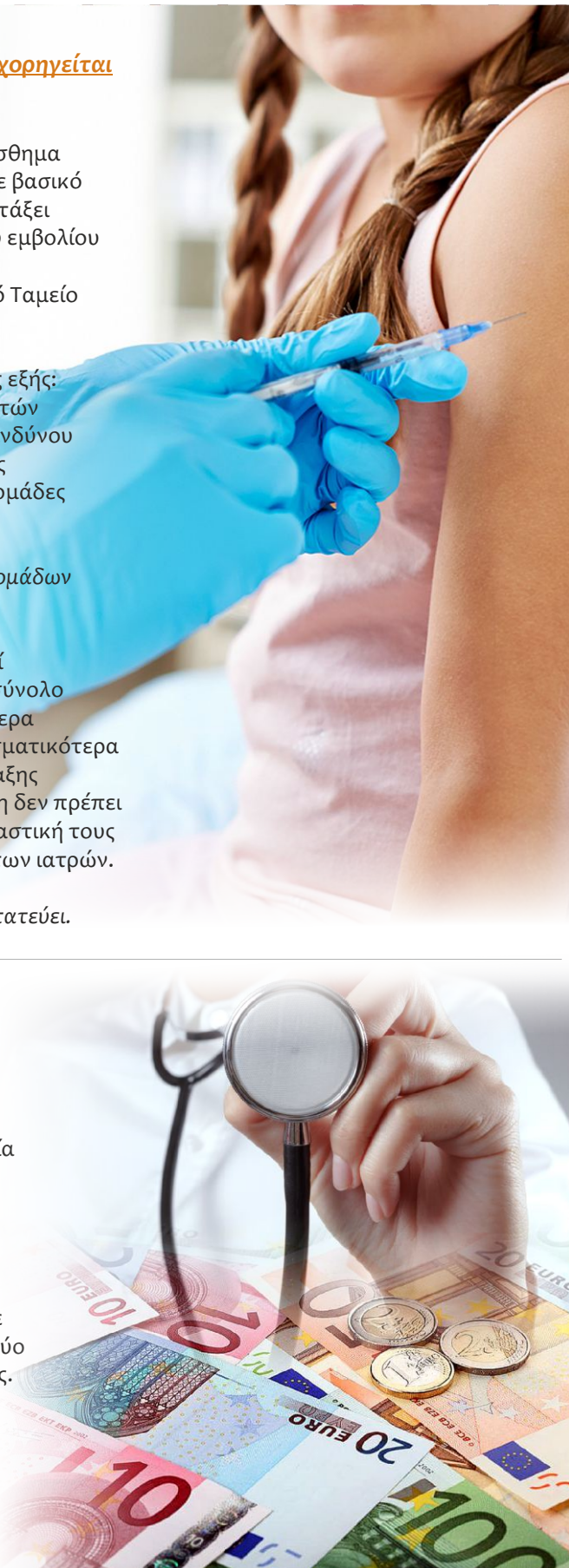
Η Διοίκηση του Τ.Υ.Π.Ε.Τ. και οι επιστημονικοί και ιατρικοί του υπεύθυνοι επισημαίνουν στο σύνολο των ασφαλισμένων ότι ο εμβολιασμός γενικότερα του πληθυσμού συγκαταλέγεται στα αποτελεσματικότερα μέτρα πρόληψης της νοσηρότητας και διαφύλαξης της Δημόσιας Υγείας. Για τον λόγο αυτό, τα μέλη δεν πρέπει να αμελούν, αλλά να μεριμνούν για την εμβολιαστική τους κατάσταση, σύμφωνα πάντοτε με τις οδηγίες των ιατρών.

Το εμβολιαζόμενο άτομο προστατεύεται & προστατεύει.

### Προθεσμία αναγνώρισης δαπανών ιατροφαρμακευτικής περίθαλψης

**Υ**πενθυμίζεται ότι σύμφωνα με το άρθρο 8, παρ. 7 του Κανονισμού Ασφάλισης & Παροχών Τ.Υ.Π.Ε.Τ., που αφορά στην προθεσμία αναγνώρισης δαπανών, δαπάνες ιατροφαρμακευτικής περίθαλψης οι οποίες πραγματοποιήθηκαν στην Ελλάδα, πρέπει να υποβάλλονται εντός του ίδιου έτους και το αργότερο έως το τέλος Φεβρουαρίου του επόμενου έτους, μόνο εφόσον αφορούν σε δαπάνες που πραγματοποιήθηκαν εντός των δύο (2) τελευταίων μηνών του προηγούμενου έτους.

Δαπάνες οι οποίες πραγματοποιήθηκαν στο εξωτερικό, πρέπει να υποβάλλονται εντός τεσσάρων (4) μηνών από την επιστροφή του μέλους στην Ελλάδα. Τα μέλη καλούνται να δώσουν ιδιαίτερη προσοχή στην τήρηση των πιο πάνω προθεσμιών.



# Πόνος και δυσλειτουργία στο στόμα σας; Δείτε τι συμβαίνει

**Μ**ήπως δυσκολεύεστε ή πονάτε ή και τα δύο, στο άνοιγμα του στόματος; Πονάτε όταν μιλάτε, μασάτε ή χασμουριέστε ή ακούτε έντονο και παράξενο ήχο (κλικ, κρακ ή άλλο...) από τη γνάθο σας;

Έχετε συχνούς πονοκεφάλους ή "ανεξήγητο" Στοματοπροσωπικό Πόνο που θυμίζει κάψιμο, ηλεκτρικό ρεύμα ή μούδιασμα;

Νιώθετε ποτέ τη γνάθο σας κουρασμένη ή δυσκίνητη ή σαν να «κόλλησε» ή βγήκε από τη θέση της;

Τραυματιστήκατε πρόσφατα στις περιοχές αυτές ή νιώθετε αλλαγές στο πώς κλείνουν (σύγκλιση) τα δόντια σας;

Αν έχετε κάποια από τα παραπάνω συμπτώματα τότε ίσως πάσχετε από κάποια κατηγορία Κρανιογναθικών Διαταραχών (ΚρΓΔ) που συχνά συνυπάρχει με Βρυγμό (σφίξιμο/ τρίζιμο δοντιών).

### **Τι είναι Βρυγμός;**

Είναι το μη λειτουργικό σφίξιμο και τρίζιμο των δοντιών. Μια ακούσια δραστηριότητα του μασητηριακού μυϊκού συστήματος, η οποία, λόγω της ασυναίσθητης ή ασυνείδητης φύσης της, δεν είναι πάντα αντιληπτή από τον ασθενή.

Μπορεί να παρουσιαστεί ως ημερήσιος βρυγμός, που σχετίζεται σημαντικά με ψυχοκοινωνικούς παράγοντες όπως το έντονο στρες και οι διάφορες εκφάνσεις του (άγχος απαιτήσεων, θυμό, φόβο, στενοχώρια), αλλά και ως νυχτερινός βρυγμός που συνδέεται με την πολύπλοκη εγκεφαλική διαδικασία του ύπνου. Επιβαρυντικοί παράγοντες θεωρούνται η υπερβολική κατανάλωση καφέ, καπνού, αλκοόλ ή άλλων ουσιών, η χρήση κάποιων φαρμάκων αλλά και ο τύπος της προσωπικότητας ή η συνύπαρξη άλλων οργανικών παθήσεων (ενίοτε φαινομενικά άσχετων).

### **Το κάνει και το παιδί μου!**

Ο παιδικός βρυγμός συνήθως γίνεται αντιληπτός από τους γονείς εξαιτίας του θορύβου που παράγεται κατά τη διενέργεια του. Δεν χρειάζεται να προκαλεί ανησυχία παρά μόνο όταν είναι πολύ έντονος, συνεχής και συνοδεύεται από συμπτώματα. Τότε καλό είναι να αξιολογηθεί από τον ειδικό Γναθολόγο σε συνεργασία με τον παιδοδοντίατρο ή ορθοδοντικό για την σαφέστερη εικόνα του ιστορικού του παιδιού.

### **Μπορεί να προκαλέσει ο Βρυγμός προβλήματα;**

Οι δυνάμεις που ασκούνται κατά τον βρυγμό στα δόντια και τα λοιπά δομικά στοιχεία του γναθοπροσωπικού συμπλέγματος



Παντελής Γ. Νικολάου  
Οδοντίατρος-Γναθολόγος  
MScClinDent  
Στοματοπροσωπικού Πόνου  
Υπ. Διδάκτωρ ΕΚΠΑ  
Οδοντιατρικό Κέντρο ΤΥΠΕΤ

είναι υπέρμετρες και δυνητικά, η μακροπρόθεσμη παρουσία και δράση τους, μπορεί να προκαλέσει παθολογικές αποτριβές στην οδοντοφυΐα, προβλήματα κινητικότητας σε περιβάλλον περιοδοντίτιδας, προβλήματα σύγκλεισης αλλά και να συμμετέχει στην πρόκληση βασανιστικού και ιδιόμορφου Στοματοπροσωπικού Πόνου, Κεφαλαλγίας αλλά και Κρανιογναθικών Διαταραχών.

#### **Τι είναι οι Κρανιογναθικές Διαταραχές (ΚρΓΔ):**

Ο όρος Κρανιογναθικές Διαταραχές περιγράφει όλες τις κλινικές οντότητες (πίνακας 1) που εμπλεκόμενες στην παθολογία του κраниοπροσωπικού συμπλέγματος οδηγούν τον ασθενή να πάσχει από Πόνο (Οξύ ή Χρόνιο) ή να βασανίζεται από Διαταραγμένη Λειτουργικότητα στα τμήματα που απαρτίζουν το Στοματογναθικό του Σύστημα.

Δηλαδή στα δόντια και στον τρόπο που αυτά «συγκλείνουν», μέσα από τη συνεργασία των Κροταφογναθικών Διαρθρώσεων (οι δυο αρθρώσεις ακριβώς μπροστά από τα αυτιά μας), των Μασητήριων/Περικρανιακών Μυών και των Οστών, Αγγείων, Νεύρων της στοματο-προσωπικής περιοχής.

#### **Ποιά τα Θεραπευτικά Μέσα Αντιμετώπισης:**

Τα σύγχρονα Θεραπευτικά Μέσα που ο εξειδικευμένος Γναθολόγος μπορεί να χρησιμοποιήσει για τη διαχείριση και αντιμετώπιση αυτών των προβλημάτων συνοψίζονται στον Πίνακα 2, με βασικό χρηστικό οδοντιατρικό εργαλείο τον σωστό και με

αυστηρές προδιαγραφές κατασκευασμένο, Ενδοστοματικό Νάρθηκα Σταθεροποίησης (εικόνα 1), ο οποίος επιβάλλεται να ρυθμίζεται σωστά και προοπτικά στον χρόνο.

Ο λανθασμένος ή ακατάλληλα ρυθμισμένος ενδοστοματικός νάρθηκας μπορεί να επιδεινώσει την κατάσταση ή μακροπρόθεσμα να έχει επιπτώσεις στο στοματογναθικό σύστημα.

#### **Είναι πολύ σημαντικό να κατανοήσουμε ότι:**

**α.** Ο ακρογωνιαίος λίθος της Κλινικής Αντιμετώπισης του ασθενή με Στοματοπροσωπικό Πόνο και Δυσλειτουργία είναι η σωστή αξιολόγηση και τελική διάγνωση με όπλα το αναλυτικό ιστορικό, την ενδελεχή Κλινική Εξέταση και τις κατάλληλες παρακλινικές εξετάσεις (ακτινογραφία/τομογραφία Κροταφογναθικών Διαρθρώσεων)

**β.** Το σωστό σχέδιο αντιμετώπισης του ασθενή έπεται της ορθής διάγνωσης και χρησιμοποιεί τα διαθέσιμα θεραπευτικά μέσα (πίνακας 1), στην κάθε ξεχωριστή περίπτωση ασθενούς. Λόγω δε της ιδιαίτερης πολυπαραγοντικής φύσης των λειτουργικών αυτών διαταραχών η θεραπευτική στρατηγική καταστρώνεται με εξατομικευμένο, συντηρητικό και αντιστρέψιμο κάθε φορά τρόπο, σεβόμενη τον κλασικό Ιπποκρατικό κανόνα «ωφελείν ή μή βλάπτειν» και ενίοτε απαιτεί τη συνεργασία και άλλων ειδικότητων (π.χ. ΩΡΛ, Ρευματολόγο, Νευρολόγο, Γναθοχειρουργό, Ογκολόγο).

#### **ΠΙΝΑΚΑΣ 1: ΚΑΤΗΓΟΡΙΕΣ ΚΡΑΝΙΟΓΝΑΘΙΚΩΝ ΔΙΑΤΑΡΑΧΩΝ**

1. ΜΥΙΚΕΣ ΔΙΑΤΑΡΑΧΕΣ (μυαλγίες,σπασμός, συστολή,τρισμός κλπ.)
2. ΕΚΦΥΛΙΣΤΙΚΑ/ΑΥΤΟΑΝΟΣΑ ΠΡΟΒΛΗΜΑΤΑ (αρθρίτιδες) ΤΩΝ ΚΡΟΤΑΦΟΓΝΑΘΙΚΩΝ ΔΙΑΡΘΡΩΣΕΩΝ
3. ΜΕΙΚΤΕΣ ΔΙΑΤΑΡΑΧΕΣ
4. ΚΕΦΑΛΑΛΓΙΕΣ
5. ΠΡΟΒΛΗΜΑΤΑ ΣΥΓΚΛΕΙΣΗΣ ΟΔΟΝΤΙΚΩΝ ΦΡΑΓΜΩΝ
6. ΝΕΥΡΟΠΑΘΗΤΙΚΟΙ ΠΟΝΟΙ (ΝΕΥΡΙΤΙΚΟΙ ΠΟΝΟΙ/ΝΕΥΡΑΛΓΙΕΣ
7. ΣΤΟΜΑΤΟΠΡΟΣΩΠΙΚΟΣ ΠΟΝΟΣ ΚΑΙ ΔΥΣΛΕΙΤΟΥΡΓΙΑ ΣΧΕΤΙΖΟΜΕΝΕΣ ΜΕ ΕΠΙΚΙΝΔΥΝΕΣ ΓΙΑ ΤΗ ΖΩΗ ΚΑΤΑΣΤΑΣΕΙΣ (ΕΝΔΟΚΡΑΝΙΑΚΟΙ ΟΓΚΟΙ/ΚΑΚΟΗΘΕΙΣ)
8. ΑΤΥΧΗΜΑΤΑ/ΚΑΚΩΣΕΙΣ

#### **ΠΙΝΑΚΑΣ 2: ΘΕΡΑΠΕΥΤΙΚΗ ΑΝΤΙΜΕΤΩΠΙΣΗ ΚρΓΔ**

1. ΣΥΜΒΟΥΛΕΥΤΙΚΗ ΚΑΙ ΕΚΠΑΙΔΕΥΣΗ ΑΣΘΕΝΟΥΣ
2. ΟΔΟΝΤΙΑΤΡΙΚΗ ΘΕΡΑΠΕΙΑ (ΕΝΔΟΣΤΟΜΑΤΙΚΟΙ ΝΑΡΘΗΚΕΣ)
3. ΕΞΕΙΔΙΚΕΥΜΕΝΗ ΦΥΣΙΚΟΘΕΡΑΠΕΙΑ
4. ΚΙΝΗΣΙΟΘΕΡΑΠΕΙΑ (ΕΙΔΙΚΟ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ)
5. ΘΕΡΑΠΕΙΑ ΨΥΧΟΛΟΓΙΚΩΝ ΣΧΗΜΑΤΩΝ
6. ΦΑΡΜΑΚΟΘΕΡΑΠΕΙΑ (ΟΤΑΝ ΑΠΑΙΤΕΙΤΑΙ)
7. ΧΕΙΡΟΥΡΓΙΚΗ (ΟΤΑΝ ΚΡΙΝΕΤΑΙ ΑΝΑΠΟΦΕΥΚΤΟ)

Εικόνα 1.Νάρθηκας Σταθεροποίησης για τον Βρυγμό και τις ΚρΓΔ



# Ακολουθώντας σωστή διατροφή στην τρίτη ηλικία

"Το νερό είναι απαραίτητο για τη μεταφορά θρεπτικών συστατικών στα κύτταρα... και όχι μόνο."

**Η** σωστή διατροφή είναι απαραίτητη:

- για τη διατήρηση της φυσιολογικής λειτουργίας του σώματος
- για τη διατήρηση του σωστού βάρους
- για την πρόληψη της νόσησης
- σε περίπτωση νόσησης, η διατροφή βοηθά στην ελαχιστοποίηση των επιδράσεών της.

Ας δούμε το θέμα αναλυτικά. Τι σημαίνει σωστή διατροφή; Με λίγες λέξεις θα λέγαμε πως σημαίνει κατανάλωση μιας ποικιλίας τροφών σε σωστές ποσότητες. Καμία τροφή από μόνη της δεν προσφέρει όλες τις θρεπτικές ουσίες που ο οργανισμός χρειάζεται, όπως πρωτεΐνες, υδατάνθρακες, λίπη, βιταμίνες, μέταλλα, ίνες και πολλές άλλες. Επίσης το νερό σε σωστές ποσότητες, είναι απαραίτητο γιατί βοηθά στη μεταφορά των θρεπτικών συστατικών μέσα στα κύτταρα και στην απομάκρυνση των άχρηστων συστατικών. Αν κάποιος ακολουθεί τυποποιημένο τρόπο διατροφής, αυτό μπορεί να οδηγήσει σε αύξηση του βάρους ή σε έλλειψη κάποιου συστατικού.

Κανονικά θα έπρεπε να τροποποιείται η διατροφή με τις αλλαγές της ηλικίας, υπάρχουν όμως βασικές οδηγίες που βοηθούν στην ακολούθηση σωστής γραμμής.

**ΘΕΡΜΙΔΕΣ (Μέτρο ενέργειας)** Οι θερμίδες προέρχονται από υδατάνθρακες (σάκχαρα, άμυλο), λίπη (και έλαια) και πρωτεΐνες. Τα λίπη και τα έλαια, περιέχουν περίπου διπλές θερμίδες από τους υδατάνθρακες και τις πρωτεΐνες. Οι ηλικιωμένοι πρέπει να επιλέγουν τροφές πλούσιες σε θρεπτικά συστατικά, όμως όχι με πολλές θερμίδες.

Σχετικά με τους υδατάνθρακες (σάκχαρα και άμυλα) μερικές τροφές περιέχουν σύνθετες μορφές που είναι χρησιμότερες. Για παράδειγμα, προτιμάμε ψωμί ολικής άλεσης, δημητριακά, μπιζέλια, φασόλια, σκούρο ρύζι, ζυμαρικά και περιορίζουμε παγωτά, σοκολάτες, σιρόπια. Επίσης δεύτερη επιλογή αποτελούν το λευκό ρύζι, το λευκό ψωμί.

Όσον αφορά στα λιπαρά, το είδος του λίπους έχει μεγάλη σημασία. Τα λιπαρά που είναι καλά και προστατεύουν την καρδιά και τα αγγεία είναι μονοακόρεστα, πολυακόρεστα και λιπαρά με ω-3 λιπαρά οξέα (ελιές, ελαιόλαδο, αβοκάντο, φιστίκια και λίπη ψαριών όπως το σκουμπρί, ο σολομός, ο τόνος).

Όσο μεγαλώνουμε, χάνουμε μυϊκό ιστό, μειώνονται τα επίπεδα και η δραστηριότητα ορισμένων ορμονών και ασκούμεθα λιγότερο. Ο μυϊκός ιστός χάνεται επίσης διότι καταναλώνουμε



Του κ. Θωμά Μάνου  
Παθολόγου Τ.Υ.Π.Ε.Τ.



λιγότερη πρωτεΐνη στη διατροφή. Το άπαχο κρέας, το ψάρι, τα πουλερικά, τα γαλακτοκομικά και τα αυγά είναι τροφές που μπορούν να μας δώσουν αρκετή πρωτεΐνη με σωστό μαγείρεμα. Υπάρχουν και φυτικές πρωτεΐνες όπως τα φασόλια, τα προϊόντα σόγιας, το φυστικοβούτυρο, τα καρύδια.

Παράλληλα, στη διατροφή χρειάζονται φυτικές ίνες, που δίνουν όγκο στα κόπρανα και καταπολεμούν τη δυσκοιλιότητα που παρουσιάζεται στις μεγάλες ηλικίες, επειδή το πεπτικό σύστημα τεμπελιάζει και κινείται σε αργότερους ρυθμούς. Εν μέρει το φαινόμενο της δυσκοιλιότητας οφείλεται και στη μειωμένη κατανάλωση νερού. Οι ίνες βοηθούν και σε άλλους τομείς. Επιβραδύνουν την απορρόφηση των σακχάρων και της χοληστερόλης μετά από τα γεύματα. Τρόφιμα πλούσια σε φυτικές ίνες, όπως ψωμιά και ζυμαρικά ολικής άλεσης, σκούρο ρύζι, ολόκληρα φρούτα και λαχανικά, χορταίνουν και βοηθούν αυτούς που κάνουν δίαιτα για χάσιμο βάρους. Είναι καλό να καταναλώνουμε καθημερινά 20-30 γραμμάρια φυτικών ινών.

Και με βιταμίνες και μέταλλα τι γίνεται; Το ασβέστιο που χρειάζεται για τα οστά αλλά και η βιταμίνη D υπάρχουν στα γαλακτοκομικά. Διάφορα λαχανικά ιδιαίτερα αυτά με έντονα χρώματα (φράουλες, ροδάκινα, σπανάκι, μπρόκολο, κολοκύθια) περιέχουν χρήσιμες ουσίες αντιοξειδωτικές, μέταλλα και βιταμίνες. Μερικοί άνθρωποι μεγαλώνοντας χάνουν την ικανότητα να απορροφούν τη βιταμίνη B12, έλλειψη της οποίας έχει κακές επιπτώσεις στον οργανισμό.

Οι ηλικιωμένοι πρέπει να καταναλώνουν πολύ νερό, ιδιαίτερα στη ζέστη και όταν παίρνουν διουρητικά φάρμακα.

Αναλύθηκαν ορισμένοι βασικοί τρόποι διατροφής της τρίτης ηλικίας, στους οποίους μπορεί να απαιτηθούν τροποποιήσεις ανάλογα με τις παθήσεις του καθενός.



# Η έννοια της αυτόλογης μετάγγισης

## Τι είναι και πώς λειτουργεί

**Μ**ε τον όρο αιμοδοσία εννοούμε τη χορήγηση αίματος με μετάγγιση και κατ' επέκταση την όλη οργάνωση που ασχολείται με τη λήψη, συντήρηση και διάθεση του αίματος και των παραγώγων του.

Η αιμοδοσία είναι μία διαδικασία γρήγορη και απλή, ανώδυνη και ακίνδυνη για τον δότη αλλά και για τον λήπτη. Αποτελεί δε κυριολεκτικά δώρο ζωής για κάποιον ο οποίος έχει απόλυτη ανάγκη από μετάγγιση αίματος. Και αυτό το ποσοστό των ατόμων δεν είναι μικρό, αν αναλογιστεί κανείς ότι σύμφωνα με διεθνείς στατιστικές το 60% του πληθυσμού θα χρειαστεί μετάγγιση ολικού αίματος ή ενός από τα στοιχεία του σε κάποια στιγμή της ζωής του. Το ερώτημα λοιπόν είναι, οι εθελοντές αιμοδότες επαρκούν για να καλύπτονται οι ανάγκες σε αίμα; Δυστυχώς όχι!

Η ανάγκη για αύξηση των εθελοντών αιμοδοτών είναι φανερή. Δυστυχώς όμως μόνο το 5% των ατόμων που θα μπορούσαν να είναι αιμοδότες δίνουν αίμα, με αποτέλεσμα να υπάρχουν έντονες ελλείψεις ιδιαίτερα σε κάποιες περιόδους. Στην Ελλάδα, προκειμένου να υπάρχει πάντα διαθέσιμο αίμα, θα αρκούσε το 10% του πληθυσμού να δίνει αίμα μία φορά τον χρόνο. Οι αυξημένες λοιπόν ανάγκες (νέες θεραπείες) σε αίμα και η μη κάλυψή τους έχουν οδηγήσει τα τελευταία χρόνια στην ανάπτυξη άλλων μεθόδων, όπως αυτή της αυτόλογης μετάγγισης.

Αυτόλογη μετάγγιση είναι η μετάγγιση αίματος που πραγματοποιείται με αίμα που έχει ληφθεί προηγουμένως από τον ίδιο τον ασθενή. Γινόμαστε δηλαδή αιμοδότες για τον ίδιο μας τον εαυτό.

Συνήθως, έως τώρα, αυτό εφαρμόζεται σε περιπτώσεις προγραμματισμένων επεμβάσεων με συλλογή αίματος από τον ίδιο τον ασθενή, πιθανά περισσότερες από μία φορά μέσα σε 45 ημέρες πριν από την επέμβαση.

Με αυτόν τον τρόπο ο ασθενής λαμβάνει το δικό του αίμα χωρίς τους κινδύνους μετάδοσης μολυσματικών ασθενειών, μη συμβατότητας αλλά και σειράς από ανεπιθύμητες αντιδράσεις που πιθανόν να προκαλέσει το αλλογενές αίμα (αυτό που προέρχεται από άλλον δότη). Έτσι, νιώθει ασφαλής και σίγουρος, ενώ ταυτόχρονα γίνεται οικονομία σε αποθέματα αίματος. Εξοικονομείται δε πολύς χρόνος, αλλά και μειώνεται σημαντικά το κόστος, καθώς δεν είναι απαραίτητος ο έλεγχος που γίνεται όταν το αίμα χορηγείται από ένα άτομο-δότη σε ένα άλλο άτομο-λήπτη, προκειμένου αυτό να κριθεί κατάλληλο για μετάγγιση.

*"Μπορούμε να γίνουμε αιμοδότες του εαυτού μας με ασφάλεια."*



Του κ. Λάμπρου Τζιανούμη  
Ειδικού Αιματολόγου  
Επιστημονικού Διευθυντή  
Κλινικής «Υγείας Μέλαθρον»  
Τ.Υ.Π.Ε.Τ.

Μία άλλη μέθοδος της αυτόλογης μετάγγισης είναι η συλλογή του αίματος που χάνεται από τον ασθενή στη διάρκεια της επέμβασης και η μετάγγισή του πίσω σε αυτόν μετά τον «καθαρισμό» του με ειδικά φίλτρα. Καταλαβαίνουμε λοιπόν ότι η αυτόλογη μετάγγιση δίνει μία άλλη διάσταση στο θέμα της αιμοδοσίας, εξασφαλίζοντας πολύ περισσότερο αίμα συνολικά, εκμηδενίζοντας ταυτόχρονα τους κινδύνους που υπάρχουν από τη μετάγγιση αίματος άλλου ατόμου (αλλογενή). Αξίζει να το σκεφτούμε όλοι!

Δεν πρέπει να ξεχνάμε βέβαια τις γενικότερες ανάγκες σε αίμα που αφορούν όλους μας, ιδιαίτερα εάν αναφερόμαστε σε έκτακτα ή επείγοντα περιστατικά όπου η αυτόλογη μετάγγιση δεν μπορεί να εφαρμοστεί. Για τον λόγο αυτό πρέπει όλοι, όσοι μπορούμε, να γίνουμε εθελοντές αιμοδότες.

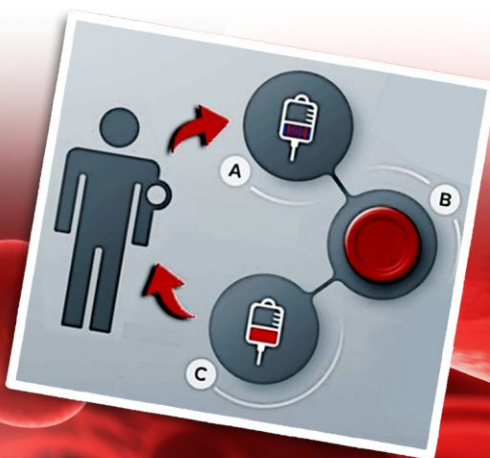
Το νέο Επιστημονικό Συμβούλιο, στη συνεδρίαση της 6.12.2017, αποφάσισε την εφαρμογή της αυτόλογης μετάγγισης κατόπιν συνεννόησης και έγκρισης-αποδοχής από την Αιμοδοσία του ΓΝΑ «Ελπίς», το οποίο θα αναλάβει την προκαταθήκη-φύλαξη του αίματος για τα προγραμματισμένα χειρουργεία όσων ασθενών της Κλινικής επιθυμούν, αρκεί να έχουν ηλικία έως 70 έτη και αιματοκρίτη από 37 και άνω, οι γυναίκες,

και από 40 και άνω οι άντρες, όπως και βεβαίωση καρδιολόγου ότι μπορούν να προκαταθέσουν αίμα.

Το αίμα ή πλάσμα θα φυλάσσεται στην Αιμοδοσία του Νοσοκομείου «Ελπίς» για 45 ημέρες και θα διασταυρώνεται την παραμονή του χειρουργείου του ασθενούς, για τον οποίο έγινε η αφαίρεση-προκατάθεση.

Κλείνοντας, ως αιματολόγος γνωρίζω και έχω βιώσει με τους ασθενείς μου το πόσο σωτήρια είναι η αλλογενής (από δότη) μετάγγιση, αλλά και πόσες απειλητικές για τη ζωή επιπλοκές και κινδύνους μπορεί να προκαλέσει, παρά τη βελτίωση των μεθόδων ανίχνευσης των μολυσματικώς μεταδιδόμενων νόσων στην αιμοδοσία με μοριακό έλεγχο και εξαιρετικά υψηλό βαθμό ασφάλειας.

Σύμφωνα με πρόσφατες έρευνες, το 5% του συνόλου του αίματος που προσφέρεται στην Αμερική και στην υπόλοιπη Ευρώπη έχει σχέση με τις αυτόλογες μεταγγίσεις, ενώ αυτές στην Ελλάδα γίνονται μόνο σε ελάχιστες περιπτώσεις, και κυρίως σπανίων ομάδων αίματος και προβλημάτων ασυμβατότητας.



# ΣΥΛΛΟΓΟΣ ΥΠΑΛΛΗΛΩΝ ΕΘΝΙΚΗΣ ΤΡΑΠΕΖΑΣ: 1917-2017 Ένας αιώνας αγώνες

## ΕΚΘΕΣΗ ΑΡΧΕΙΑΚΩΝ ΕΓΓΡΑΦΩΝ - ΙΣΤΟΡΙΚΕΣ ΕΙΣΗΓΗΣΕΙΣ ΒΡΑΒΕΥΣΗ ΠΡΩΗΝ ΠΡΟΕΔΡΩΝ

*"Διεκδικήσεις,  
προστασία κεκτημένων  
και δημιουργία θεσμών  
όπως το Τ.Υ.Π.Ε.Τ.  
στην πορεία  
του Σ.Υ.Ε.Τ.Ε."*

**Τ**ην Πέμπτη 7 Δεκεμβρίου, ο Σ.Υ.Ε.Τ.Ε. διοργάνωσε ειδική εκδήλωση με την ευκαιρία της συμπλήρωσης 100 ετών δράσης, αγώνων και δημιουργίας από την ίδρυσή του. Η εκδήλωση πραγματοποιήθηκε στο πανέμορφο αίθριο του Μεγάλου Μελά, όπου ο Σ.Υ.Ε.Τ.Ε. και το Τ.Υ.Π.Ε.Τ. έχουν επανειλημμένα εορτάσει σημαντικές επετείους εδώ και τριάντα χρόνια.

Παρά την εξαιρετικά δύσκολη συγκυρία των ημερών, ικανός αριθμός αντιπροσώπων της Γ.Σ.Ε.Ε., της Ο.Τ.Ο.Ε., του Σ.Υ.Ε.Τ.Ε., του Τ.Υ.Π.Ε.Τ., αλλά και της Εθνικής Τράπεζας, παρακολούθησαν με εξαιρετικό ενδιαφέρον τις ιστορικές εισηγήσεις και θαύμασαν τα έγγραφα της έκθεσης που τεκμηριώνει την πορεία του Συλλόγου τα 100 αυτά χρόνια.

Την εκδήλωση άνοιξε ο Πρόεδρος του Σ.Υ.Ε.Τ.Ε., Γ. Αρβανίτης, τονίζοντας τα άρρηκτα δεσμά του πρωτοπόρου συνδικαλισμού του Σ.Υ.Ε.Τ.Ε. με τη συνδικαλιστική και την γενικότερη οικονομική και πολιτική ιστορία του τόπου μας, πρωτοπορία που όπως είπε, ο Σ.Υ.Ε.Τ.Ε. διατήρησε μέχρι σήμερα με διεκδικήσεις, προστασία κεκτημένων και δημιουργία θεσμών, όπως το Τ.Υ.Π.Ε.Τ. και τα άλλα Ταμεία.

Κάτω από τις καμάρες του αιθρίου αναπτύχθηκε μία πλήρης και πλούσια έκθεση εγγράφων, τα οποία μαρτυρούν την πορεία του Συλλόγου από την ίδρυσή του, με πρωτοβουλία του Α. Κορυζή, ακολουθώντας 10 περίπου ενότητες.

Η δεκαετία του '30, που ξεκινά με την ίδρυση του Τ.Υ.Π.Ε.Τ., κορυφαία στιγμή συνεργασίας με τον Σ.Υ.Ε.Τ.Ε., και συνεχίζει με την ίδρυση του Συνεταιρισμού της Φιλοθέης και την έκδοση της εφημερίδας «Τραπεζιτική», εικονογραφήθηκε με πληρότητα. Ο Πόλεμος και η τριπλή Κατοχή παρουσιάστηκαν με ιδιαίτερη βαρύτητα, γιατί η Αντιστασιακή δράση των τότε εργαζομένων της Ε.Τ.Ε., υπήρξε σημαντική και έγινε περισσότερο γνωστή με πρόσφατες έρευνες. Η τραγική δεκαετία του '40, που τελειώνει με τον Εμφύλιο, άφησε το δικό της πλήγμα στον χώρο των εργαζομένων της Τράπεζας.

Έγγραφα του αρχείου μαρτυρούν στη συνέχεια τη συνδικαλιστική ζωή που αρχίζει και ανανεώνεται στις δεκαετίες '50 και '60, με την εμφάνιση ιδίως της "Νέας Κίνησης" αλλά και τη σύνδεση με τον αγώνα

των "Ελεύθερων Συνδικάτων", εκτός της μακρηδικής Γ.Σ.Ε.Ε. Στη Επταετία της Χούντας παρά τις διώξεις των συνδικαλιστών και προοδευτικών στελεχών της Ε.Τ.Ε., η αντίσταση στη διάλυση των Ταμείων συσπειρώνει και πάλι μία νέα γενεά συνδικαλιστών, όπως μαρτυρά η εφημερίδα "Τραπεζιτική", εκείνης της εποχής.

Οι μαζικές κινητοποιήσεις του Σ.Υ.Ε.Τ.Ε. στο πλαίσιο της Ο.Τ.Ο.Ε. υπέρ του εκδημοκρατισμού του συνδικαλισμού και του κοινωνικού ελέγχου στις τράπεζες, παρουσιάζονται στην περίοδο της Μεταπολίτευσης μέσα από έγγραφα και εφημερίδες. Εκεί αναδεικνύονται και οι αγώνες για τις συλλογικές συμβάσεις, το ωράριο και το πενήθημερο, όπως και το ενιαίο μισθολόγιο, με τις μεγαλύτερες απεργίες των 40 ημερών κάθε φορά, αλλά και την ενοποίηση όλων των Συλλόγων στον Σ.Υ.Ε.Τ.Ε.

Οι δεκαετίες '90 και 2000, όπως και της σημερινής κρίσης, καλύφθηκαν από έγγραφα που αναδεικνύουν τον σημαίνοντα ρόλο του Σ.Υ.Ε.Τ.Ε., στο πλαίσιο πάντα της Ο.Τ.Ο.Ε., για το ασφαλιστικό, το ξεκίνημα των επιχειρησιακών συμβάσεων, το νέο σύστημα αξιολόγησης των εργαζομένων και τον νέο κανονισμό

εργασίας, όπως και τη δημιουργία ενιαίου φορέα ασφάλισης όλων των εργαζομένων στον χρηματοπιστωτικό τομέα, για την κατοχύρωση των συλλογικών και ασφαλιστικών κεκτημένων και την υπεράσπιση των νέων συναδέλφων μετά τις τελευταίες συγχωνεύσεις και μάλιστα τη θωράκιση του Τ.Υ.Π.Ε.Τ.

Στη συνέχεια της εκδήλωσης, ο κύριος διοργανωτής, υπεύθυνος της έκθεσης, ιστορικός και αρχειονόμος, Ζ. Συνοδινός, αναφέρθηκε στην πορεία του Σ.Υ.Ε.Τ.Ε. από τη Λέσχη στελεχών της Ε.Τ.Ε., που υπήρξε στην ίδρυσή του, μέχρι το σύγχρονο μαζικό σωματείο στο οποίο εξελίχθηκε.

Την ηρωική περίοδο της Κατοχής και της Αντίστασης ανέπτυξε ο ερευνητής Α. Καλούσης.

Ο ιδρυτικός υπεύθυνος του Ιστορικού Αρχείου Σ.Υ.Ε.Τ.Ε., Α. Κράους, παρουσίασε και περιέγραψε με συντομία τις φάσεις συγκέντρωσης και αξιοποίησης του Αρχείου.

Τέλος, η βραδιά έκλεισε με την απονομή ειδικής πλακέτας σε όλους τους εν ζωή Προέδρους του Σ.Υ.Ε.Τ.Ε.



## υπέρ των σκοπών του Τ.Υ.Π.Ε.Τ. στη μνήμη

**Γεωργίου Μίρκου**, Επίτιμου Διοικητή της Εθνικής Τράπεζας κατέθεσαν:

Η οικογένεια Τριβιζιά, το ποσό των 100,00€.

Ο Σύλλογος Επιστημονικού Προσωπικού Ε.Τ.Ε.(ΣΕΠΕΤΕ), το ποσό των 300,00€.

Ο Γεώργιος Ριζόπουλος, το ποσό των 200,00€.

**Γρηγορίου Νικολόπουλου**, πατέρα της συν/φρου κ. Ελένης Νικολοπούλου κατέθεσαν:

Ο κ. Κωνσταντίνος Μπράτος το ποσό των 100,00€.

Οι Διευθυντής και συν/φροί της στη Διεύθυνση Διεθνών Δραστηριοτήτων (039) το ποσό των 80,00€

**Σπύρου Μιχαλακόπουλου**, ο κ. Επαμεινώνδας Διαμαντόπουλος κατάθεσε το ποσό των 50,00€.

**Τάκη Καβουρόπουλου**, ο κ. Επαμεινώνδας Διαμαντόπουλος κατάθεσε το ποσό των 50,00€.

**Μιλτιάδη Σταθόπουλου** κατέθεσαν:

Ο Σύλλογος Επιστημονικού Προσωπικού Ε.Τ.Ε. (Σ.Ε.Π.Ε.Τ.Ε.) το ποσό των 50,00€.

Ο κ. Χρήστος Κωστίκας, πρ. Γενικός Διευθυντής Τ.Υ.Π.Ε.Τ. κατέθεσε το ποσό των 100,00€.

**Αστέριου Φράγκου** κατέθεσαν:

Οι κ. Νικόλαος και Χρύσα Παπανικολοπούλου το ποσό των 50,00€.

Η οικογένεια Σταμ. Γκιουζέλη το ποσό των 100,00€

**Βασιλείου Τσέκου**, οι κ. Νικόλαος και Χρύσα Παπανικολοπούλου κατέθεσαν το ποσό των 50,00€.

**Ζωής Σπανού - Τσιουντσιούρα**, η οικογένεια Παναγιώτη Τσιουντσιούρα κατέθεσε το ποσό των 300,00€.

της **μητέρας** του πρ. Γενικού Διευθυντή Επιθεώρησης Ε.Τ.Ε., κ. Γεωργίου Πάσχα κατέθεσαν:

Η οικογένεια Σταμ. Γκιουζέλη το ποσό των 100,00€.

Ο κ. Θωμάς Ζαμπόπουλος το ποσό των 50,00€.

**Γεωργίου Δουμούρα** κατέθεσαν:

ο κ. Ιωάννης Μαρκόπουλος το ποσό των 50,00€.

ο κ. Θωμάς Ζαμπόπουλος το ποσό των 50,00€.

**Αναστασίας Κοντυλιά**, ο Θωμάς Ζαμπόπουλος κατέθεσε το ποσό των 50,00€.

της **πεθεράς** του Γεν. Διευθυντή Τ.Υ.Π.Ε.Τ. Γεωργίου Βούλγαρη, η κ. Αλεξάνδρα Σαρρού κατέθεσε το ποσό των 50,00€.

**Χρήστου Βασιλόπουλου**, η κόρη του κ. Νατάσσα Βασιλοπούλου κατέθεσε το ποσό των 100,00€.

**Παναγιώτας (Γιούλης) Κοντού**, ο Σύλλογος Συνταξιούχων πρ. Ε.Κ.Τ.Ε. κατέθεσε το ποσό των 50,00€.

**Αναστασίας Λαζαρίδου του Διαμαντή**, μητέρας του συν/φρου κ. Ζαχαρία Λαζαρίδη, οι συν/φροι του κατ/τος Ε.Τ.Ε. Λέοντος Σοφού (213) κατέθεσαν το ποσό των 114,00€.

**Ιωάννη Στρατηγάκη**, οι κ. Χρ. και Δάφνη Μάρκου κατέθεσαν το ποσό των 50,00€.

**Δημήτριου Αίσωπου**, αγαπημένου συναδέλφου, οι πιο κάτω συν/φροι Νομού Βοιωτίας κατέθεσαν το ποσό των 365,00€:

Τίμος Αντωνίου, Σπ. Βούσουρας, Κατερίνα Γούπιου,

Παύλος Βασιλείου, Βασίλης Ιατρού, Μαρία Καραβασίλη, Μανώλης Καραμανλής, Γεωργία Καραμπάτσου, Αναστασία Κορογιάννου, Λεον.

Κουντουργιώτης, Θεοδ. Λεμπέσης, Γεώργιος Λιάκος, Γεωργία Περλεπέ, κ. Μαγγιώρος, Παναγ. Μονάχος, Άννα Μουράτη, Κώστας Ντέσκος, Άννα Νυδριώτη, Λεμονιά Ράπτη, Μίνα Ράπτη, Αικατερίνη Τσαπαδικού, Ιωάννα Φλώρου.

**Αντιγόνης Μαλάμου**, κόρης της συν/φρου κ. Σοφίας Μπέκιου, ο κ. Γεώργιος Βαρλάμης κατέθεσε το ποσό των 50,00€.

**Ηλέκτρας Βαφειάδη**, μητέρας του συν/φρου κ. Δημητρίου Βαφειάδη, Προϊστάμενου της Δ/νσης Εργασιών Στήριξης Εταιρικών Πιστοδοτήσεων Ειδικής Διαχείρισης Ε.Τ.Ε., ο κ. Κωνσταντίνος Μπράτος κατάθεσε το ποσό των 100,00€.

**Γεωργίας Δραγώγια**, από το κατ/μα Ε.Τ.Ε. Σιάτιστας (472) κατατέθηκε το ποσό των 60,00€.

**Κωνσταντίνας Καλβοκορέση**, αγαπημένης φίλης και κουμπάρας, συζύγου του συν/φρου κ. Υπάτιου Καλβοκορέση, η οικογένεια Παναγιώτη Ψημίτη κατέθεσε το ποσό των 50,00€.

**Όλγας Τριπολιτάκη**, μητέρας της συν/φρου κ. Μαρίας Τριπολιτάκη, ο κ. Κωνσταντίνος Μπράτος κατέθεσε το ποσό των 100,00€.

**Βασιλικής Αλευρά**, πρ. συζύγου του συν/φρου Γεωργίου Αλευρά, ο υιός της κ. Φώτιος Αλευράς, κατέθεσε το ποσό των 100,00€.

**Λάζαρου Κωνσταντέλλου**, τ. Δ/ντή της Δ/νσης Διεθνών Δραστηριοτήτων Ε.Τ.Ε., ο κ. Κωνσταντίνος Μπράτος κατέθεσε το ποσό των 100,00€.

## Χριστουγεννιάτικη γιορτή ΑμεΑ Τ.Υ.Π.Ε.Τ.

**Τ**ην Πέμπτη 7 Δεκεμβρίου 2017, σε μια ευχάριστη γιορτινή ατμόσφαιρα, πραγματοποιήθηκε στους χώρους του Τ.Υ.Π.Ε.Τ. η χριστουγεννιάτικη γιορτή για τα παιδιά ΑμεΑ, μέλη του Ταμείου Υγείας.

Η γιορτή πραγματοποιήθηκε στον χώρο όπου στεγάζονται τα γραφεία της Κοινωνικής Πρόνοιας, σε ένα περιβάλλον θαλπωρής και χαράς.

Εκεί κατέφθασαν οι γονείς με τα παιδιά, τα περισσότερα εκ των οποίων έχουν αναπτύξει φιλικούς δεσμούς μεταξύ τους, καθώς γνωρίζονται από συμμετοχές και σε άλλες δραστηριότητες.

Η Πρόεδρος του Τ.Υ.Π.Ε.Τ., κ. Β. Βογιατζοπούλου, απηύθυνε χαιρετισμό στους παρευρισκόμενους, γονείς και παιδιά και η γιορτή ξεκίνησε με τον παραδοσιακό στολισμό του χριστουγεννιάτικου δέντρου, υπό τον ήχο επίκαιρων γιορτινών μελωδιών.

Κάθε παιδί τοποθετούσε το στολίδι του στο δέντρο, δημιουργώντας ένα πανέμορφο αποτέλεσμα.



Το στόλισμα του δέντρου διαδέχθηκε ο χορός, όλα τα παιδιά χόρεψαν μέχρι «τελικής πτώσεως», διασκέδασαν και χάρηκαν αρνούμενα να εγκαταλείψουν την αυτοσχέδια «πίστα».

Μετά την ανταλλαγή των πατροπαράδοτων ευχών, η γιορτή ολοκληρώθηκε και οι παρευρισκόμενοι ανανέωσαν το ραντεβού τους για τα επόμενα Χριστούγεννα.

Εκτός της Προέδρου, το «παρών» έδωσε σύσσωμο το νέο Προεδρείο του Τ.Υ.Π.Ε.Τ., κ. Ν. Ντινόπουλος, Δ. Πλας, Χρ. Ασπιώτης, ο εντεταλμένος σύμβουλος, κ. Στ. Κωστάκης, ο Γεν. Διευθυντής, κ. Γ. Βούλγαρης, ο απελευθωμένος Πρόεδρος του Ταμείου Υγείας, κ. Ν. Κήπος καθώς και η Πρόεδρος του Συλλόγου ΑμεΑ Ε.Τ.Ε., κ. Καλ. Ματθαίου.

Αναπόσπαστο κομμάτι της επιτυχίας της γιορτής αποτέλεσαν οι εργαζόμενες της Δ/σης Κοινωνικής Πρόνοιας και Μέρμνας, κ. Λ. Χριστοφόρου, Αν. Χερουβείμ και Ελ. Παυλάκη, οι οποίες είχαν και την επιμέλεια της διοργάνωσης.



## Έτρεξε, διακρίθηκε και μας έκανε περήφανους



**Ο** εργαζόμενος του Τ.Υ.Π.Ε.Τ., Απόστολος Χριστοδούλου, συμμετείχε στους Αγώνες Ποδηλασίας «Ναύπλιο 2017», οι οποίοι πραγματοποιήθηκαν τον περασμένο Οκτώβριο, με την αποστολή των Special Olympics Νομού Αττικής. Ο Απόστολος διακρίθηκε καταλαμβάνοντας την 1<sup>η</sup> θέση στο αγώνισμα του 1km ατομικής χρονομέτρησης και τη 2<sup>η</sup> θέση στο αγώνισμα των 5km.

Στους αγώνες έλαβαν μέρος αθλητές από Ειδικά Σχολεία και Φορείς Ειδικής Αγωγής της Περιφέρειας Πελοποννήσου, Δυτικής Ελλάδας και Αττικής, υπό την Αιγίδα του Δήμου Ναυπλιέων, στο πλαίσιο της Ευρωπαϊκής Εβδομάδας Αθλητισμού 2017.

Η θέση την οποία κατέλαβε στη συγκεκριμένη διοργάνωση αλλά και όλες οι συμμετοχές του σε παλαιότερους αγώνες μας γεμίζουν υπερηφάνεια, καθώς αποτελούν λαμπρό παράδειγμα προς μίμηση.

# Παγκόσμια Ημέρα ΑμεΑ

## 3.12

Η 3η Δεκεμβρίου καθιερώθηκε το 1992 με πρωτοβουλία του Οργανισμού Ηνωμένων Εθνών ως Παγκόσμια Ημέρα Ατόμων με Αναπηρία.

Σκοπός αυτής της πρωτοβουλίας είναι η προώθηση δράσεων που θα επισημαίνουν τις ανάγκες και τα δικαιώματα των ΑμεΑ και θα ευαισθητοποιούν το σύνολο της κοινωνίας σε θέματα σεβασμού και αποδοχής της διαφορετικότητας.

