

Αθήνα, 28 Ιανουαρίου 2022

ΑΠΟΛΟΓΙΣΤΙΚΟ ΔΕΛΤΙΟ ΤΥΠΟΥ

Ο Σύλλογος Καρκινοπαθών Κ.Ε.Φ.Ι. σε συνεργασία με την Περιφέρεια Πελοποννήσου και τον Δήμο Ευρώτα πραγματοποίησαν διαδικτυακή ημερίδα με θέμα «**Καρκίνος & η σπουδαιότητα της έγκαιρης διάγνωσης**», την Πέμπτη 27 Ιανουαρίου 2022. Η ημερίδα προβλήθηκε live από τη σελίδα του Συλλόγου στο Facebook.

Σκοπός της εκδήλωσης ήταν η ενημέρωση και η ευαισθητοποίηση του κοινού για τη σημασία της έγκαιρης διάγνωσης ως βασικού παράγοντα για την επιτυχημένη αντιμετώπιση του καρκίνου.

Μπορείτε να παρακολουθήσετε ολόκληρη την εκδήλωση [πατώντας εδώ](#).

Αρχικά, ο συντονιστής κ. Βασίλης Μπαρμπούνης, Παθολόγος – Ογκολόγος, καλωσόρισε τους ομιλητές και στη συνέχεια απηύθυναν χαιρετισμό ο Αντιπεριφερειάρχης Πελοποννήσου κ. Άγγελος Χρονάς, ο Δήμαρχος Ευρώτα Λακωνίας κ. Δήμος Βέρδος και η Πρόεδρος του Δ.Σ. του Κ.Ε.Φ.Ι. κα Ζωή Γραμματόγλου.

Πρώτος κατά σειρά ομιλητής ήταν ο κ. Ανάργυρος Μαριόλης, Διευθυντής του Κέντρου Υγείας Αρεόπολης και Πρόεδρος της Ελληνικής Εταιρείας Γενικής/Οικογενειακής Ιατρικής. Το θέμα που ανέπτυξε ο κ. Μαριόλης ήταν «Η Ανασυγκρότηση της Πρωτοβάθμιας Φροντίδας Υγείας στην Ελλάδα: Μεγαλύτερη ανάγκη τώρα από ποτέ». Η πρωτοβάθμια φροντίδα υγείας όχι απλώς μπορεί να συμβάλλει στην έγκαιρη διάγνωση του καρκίνου αλλά και να συντελέσει ως καθοριστικός παράγοντας για τη δημόσια υγεία. Μεταξύ άλλων, ο κ. Μαριόλης υπογράμμισε την επείγουσα ανάγκη ανακουφιστικής φροντίδας για τους ασθενείς και την αναγκαιότητα της εφαρμογής του μέτρου του οικογενειακού γιατρού. Επίσης πολύ σημαντική θα ήταν η ηλεκτρονική διασύνδεση μεταξύ των φορέων, η οποία θα γλιτώσει τους ασθενείς αλλά και το σύστημα υγείας από περιττά έξοδα και χαμένο χρόνο.

Στη συνέχεια πήρε τον λόγο ο κ. Χρονάς με την ιατρική του ιδιότητα ως Γενικός Χειρουργός. Ο κ. Χρονάς ανέφερε ότι ετησίως έχουμε 4.500 περιστατικά καρκίνου μαστού στην Ελλάδα, ενώ μία στις 8 γυναίκες θα εμφανίσει καρκίνο του μαστού κάποια στιγμή στη ζωή της. Για να προλάβουν τον καρκίνο μαστού, οι γυναίκες μπορούν να κάνουν αυτοεξέταση του μαστού με ψηλάφηση από τα 20 έτη, μαστογραφία από τα 40 έτη, υπερηχογράφημα μαστών (πάντα συμπληρωματικά της μαστογραφίας) και κλινική εξέταση. Οι γυναίκες με βεβαρυμένο οικογενειακό ιστορικό ή άλλους επιβαρυντικούς παράγοντες ίσως χρειάζονται μαγνητική μαστών. Για κάθε αλλαγή που παρατηρούν στους μαστούς οι γυναίκες πρέπει να απευθύνονται στον γιατρό τους.

Ακολούθησε η ομιλία του κ. Νεοκλή Κρητικού, Γενικού Χειρουργού και Βουλευτή Λακωνίας, με θέμα τους καρκίνους του πεπτικού συστήματος. Ο κ. Κρητικός επεσήμανε ότι η πρόληψη του καρκίνου του παχέος εντέρου αρχίζει από τη διατροφή και τον υγιεινό τρόπο ζωής. Θα πρέπει να αποφεύγονται οι δίαιτες ζωικής προέλευσης, το κόκκινο κρέας και το ζωικό λίπος, το αλκοόλ, η παχυσαρκία, η ελαττωμένη φυσική δραστηριότητα, η υπερινσουλιναίμια και φυσικά το κάπνισμα. Αντίθετα, θα πρέπει να προτιμάται μια διατροφή πλούσια σε φυτικές ίνες, η μεσογειακή δίαιτα και το ελαιόλαδο, ενώ δεν πρέπει να παραλείπουμε τη σωματική άσκηση. Σε δεύτερο βαθμό, θα πρέπει να φροντίζουμε τον προσυμπτωματικό έλεγχο με κολonosκόπηση από την ηλικία των 50 ετών ενώ εάν υπάρχει οικογενειακό ιστορικό ο ασθενής θα πρέπει να αρχίζει τον προσυμπτωματικό έλεγχο από τα 40 έτη. Σε επιφυλακή θα πρέπει να βρίσκονται εξάλλου οι ασθενείς που ανήκουν σε ομάδα υψηλού κινδύνου για καρκίνο του παχέος εντέρου, δηλ. όσοι πάσχουν από ελκώδη κολίτιδα ή έχουν εμφανίσει πολύποδα στο έντερο.

Στη συνέχεια τη σκυτάλη πήρε ο κ. Ιωάννης Χιώτης, Χειρουργός Ορθοπαιδικός, ο οποίος αναφέρθηκε στο λεμφοίδημα, μια ύπουλη επιπλοκή που απειλεί τους ασθενείς, πολύ συχνά χωρίς να έχουν ενημερωθεί από τον γιατρό τους. Το λεμφοίδημα οφείλεται σε διαταραχές της κυκλοφορίας της λέμφου, ενός κιτρινωπού υγρού που μεταφέρει μεταξύ άλλων βακτήρια και προϊόντα κυτταρικής φθοράς. Το λεμφοίδημα δημιουργείται λόγω της κατακράτησης λεμφικού υγρού στους ιστούς και στην ανεπάρκεια του λεμφικού συστήματος. Λεμφοίδημα μπορεί να δημιουργηθεί εξαιτίας τραύματος, χειρουργικής επέμβασης, καρκίνου ή ογκολογικής θεραπείας (ακτινοθεραπεία). Συμπτώματα του λεμφοιδήματος είναι το αίσθημα βάρους στο άκρο που υφίσταται το λεμφοίδημα, η δυσκαμψία της άρθρωσης, ο πόνος, το τέντωμα του δέρματος, αίσθηση καψίματος, ερυθρότητα και δερματικές αλλοιώσεις. Τα συμπτώματα αυτά θα πρέπει να οδηγούν τους ασθενείς άμεσα στον γιατρό τους, γιατί σε περίπτωση μη έγκαιρης αντιμετώπισης, είναι πιθανό το πρόβλημα να είναι μη αναστρέψιμο.

Επόμενη ομιλήτρια ήταν η κυρία Λαμπρινή Τίνα, Πνευμολόγος- Εντατικολόγος με θέμα τον προσυμπτωματικό έλεγχο για καρκίνο του πνεύμονα. Η κυρία Τίνα ανέφερε ότι σύμφωνα με πρόσφατες μελέτες ο καρκίνος του πνεύμονα αυτή τη στιγμή είναι ο νο.1 θανατηφόρος καρκίνος στην Αμερική. Σπάνια έχουμε έγκαιρη διάγνωση στον καρκίνο του πνεύμονα γιατί δεν δίνει συμπτώματα παρά σε προχωρημένο στάδιο. Βασικός παράγοντας κινδύνου για τον καρκίνο του πνεύμονα είναι το κάπνισμα και για τον λόγο αυτό είναι απαραίτητος ο προσυμπτωματικός έλεγχος στους καπνιστές σε ηλικίες 50-80 ετών. Παλιότερα ενδεδειγμένος έλεγχος θεωρούνταν η ετήσια ακτινογραφία, αλλά πλέον ιδανική θεωρείται η αξονική τομογραφία θώρακα με χαμηλή δόση ακτινοβολίας.

Επόμενη ομιλήτρια ήταν η κυρία Πέγκυ Καραμπάτου, Σύμβουλος Ψυχικής Υγείας και Εκπρόσωπος του Κ.Ε.Φ.Ι. στο εξωτερικό. Η κυρία Καραμπάτου ασχολήθηκε με την ψυχολογική διάσταση του καρκίνου. Κάθε ασθενής που έρχεται αντιμέτωπος με τη διάγνωση καρκίνου, χρειάζεται να δείξει πολύ μεγάλο σθένος, αρχικά για να διαχειριστεί ψυχολογικά τη νέα κατάσταση. Κανείς δεν πρέπει να μένει μόνος του με τη νόσο και να αισθάνεται αβοήθητος έχοντας απέναντί του τον θάνατο. Ο ασθενής χρειάζεται να βρει γύρω του στήριγμα για να διαχειριστεί τη νόσο, τους φόβους του και τον καθημερινό αγώνα του. Αντίστοιχα υποστήριξη χρειάζονται και οι φροντιστές που καλούνται να γίνουν συνοδοιπόροι των αγαπημένων τους.

Στον Σύλλογο Κ.Ε.Φ.Ι. από την πρώτη μέρα φροντίζουμε για τη στήριξη των ασθενών και των φροντιστών τους, που έχουν τη δυνατότητα να λάβουν δωρεάν υποστήριξη είτε εξατομικευμένα είτε μέσα από ομάδες ασθενών που μοιράζονται το ίδιο βίωμα του αγώνα με τη νόσο.

Τον κύκλο των ομιλιών έκλεισε η κοινωνική λειτουργός του Συλλόγου Κ.Ε.Φ.Ι., Χριστοδούλου Φωτεινή. Η κυρία Χριστοδούλου αναφέρθηκε στην ποιότητα ζωής των ασθενών από την σκοπιά της κοινωνικής ευεξίας. Καθώς γίνεται επαναπροσδιορισμός της καθημερινότητας, επηρεάζονται η διάθεση, οι σχέσεις, τα οικονομικά και η εργασία. Είναι σημαντικό οι ασθενείς αλλά και ολόκληρη η οικογένεια να γνωρίζουν τι δικαιώματα μπορούν να διεκδικήσουν εξαιτίας της νόσου. Τέθηκαν ζητήματα που αφορούν αποζημιώσεις και παροχές. Τέλος, τονίστηκε πως για την επιτυχή ολοκλήρωση μιας θεραπευτικής διαδικασίας, είναι σημαντικό να εξασφαλιστεί η οικονομική και κοινωνική ασφάλεια των ασθενών.

Η εκδήλωση έκλεισε με συζήτηση και απαντήσεις στα ερωτήματα των θεατών.

Πληροφορίες

Σύλλογος Κ.Ε.Φ.Ι. Αθηνών

Λουίζης Ριανκούρ 29, ΤΚ. 11523 Αθήνα

Τηλ. επικοινωνίας: 210 6468222

Email: [info@ anticancerath. gr](mailto:info@anticancerath.gr)

Website: www.anticancerath.gr

Facebook: facebook.com/skkephi/