

NEWSLETTER

ΙΑΤΡΙΚΗΣ ΕΤΑΙΡΕΙΑΣ ΚΑΒΑΛΑΣ

Τεύχος 1

ΙΑΝΟΥΑΡΙΟΣ – ΜΑΡΤΙΟΣ 2025

Φίλες, Φίλοι και Μέλη της Ιατρικής Εταιρείας Καβάλας.

Μια από τις καινοτομίες του νέου Διοικητικού Συμβουλίου είναι και η δημιουργία του παρόντος Newsletter, με το οποίο επιθυμούμε να επικοινωνούμε σε τακτικά διαστήματα μαζί σας προκειμένου να σας ενημερώσουμε για διάφορα επίκαιρα θέματα ιατρικού και όχι μόνο ενδιαφέροντος.

ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΑ ΕΚΛΟΓΩΝ

Από τις αρχαιρεσίες της 29^{ης} Ιανουαρίου 2025 προέκυψαν τα όργανα της Ιατρικής Εταιρείας Καβάλας

Ι. Διοικητικό Συμβούλιο

Πρόεδρος : Κροκίδης Ξενοφών
Αντιπρόεδρος : Γρανάς Αρχέλαος
Γενική Γραμματέας : Μπουσμουκίλια Σταυρούλα
Ταμίας : Παυλίδης Θεόδωρος
Σύμβουλος : Αποστολίδης Σάββας
Αναπληρωματικοί : Δεϊρμεντζόγλου Σταύρος,
Τσεκμέζογλου Γρηγόριος

II. Εξελεγκτική Επιτροπή

Αυλωνίτης Σωκράτης

Καραγιαννίδης Δημήτριος

Μαυρίδου Μαρία

III. Πειθαρχικό Συμβούλιο

Πρόεδρος : Λάγρα Φρειδερίκη

Μέλος : Αντωνιάδης Αντώνιος

Μέλος : Βλυσνάκης Δημήτριος

Ο ΒΙΟΣ ΤΟΥ ΑΓΙΟΥ ΘΕΡΑΠΟΝΤΑ

Ο Άγιος Θεράπων γεννήθηκε στην Κύπρο τον 7^ο αιώνα μ.Χ. Καταγόταν από ευγενείς και ευσεβείς γονείς, οι οποίοι τον ανέθρεψαν εν «παιδεία και νουθεσία Κυρίου». Από πολύ μικρή ηλικία άρχισε να φαίνεται η αγάπη του και η αφοσίωσή του στον Χριστό.

Όσο μεγάλωσε στην ηλικία τόσο εξελισσόταν και στην κατά Χριστόν αρετή, με την καθημερινή τήρηση των αγίων ευαγγελικών εντολών. Η φήμη και η περιουσία των γονέων του δεν τον συγκινούσαν, γι' αυτό και, όταν έφτασε σε κατάλληλη ηλικία, έγινε μοναχός και αργότερα χειροτονήθηκε ιερέας.

Μετά την κοίμηση του επισκόπου της περιοχής η Θεία Πρόνοια τον ανέδειξε επίσκοπο, κάτι που αποτελούσε και καθολικό αίτημα των χριστιανών της επαρχίας του. Όμως, τον 7^ο αιώνα η Κύπρος δοκιμάστηκε από τις επιδρομές Αράβων, που λεηλάτησαν και κατέστρεψαν στο πέρασμά τους καθετί το χριστιανικό. Σε μια από αυτές τις επιδρομές εισέβαλαν στον ναό όπου λειτουργούσε ο Άγιος Θεράπων και κατέσφαξαν μπροστά στην Αγία Τράπεζα του ναού εν ώρα Θείας Λειτουργίας.

Τα θαυμαστά γεγονότα που συνέβησαν με το μαρτυρικό τέλος του Αγίου ανάγκασαν τους Άραβες να εγκαταλείψουν πανικόβλητοι τον ναό. Δακρυσμένοι χριστιανοί έθαψαν με ευλάβεια και κατάνυξη, αλλά και τις πρέπουσες τιμές, το σεπτό λείψανο του Αγίου.

Το ιερό λείψανο του Αγίου αποτελεί πηγή ίασης για όποιον τον επικαλείται με πίστη. Στον ιερό καθεδρικό ναό Αγίου Θεράποντος Ζωγράφου φυλάσσεται τεμάχιο από το πάνσεπτο λείψανο του Αγίου Θεράποντος του θαυματουργού, επισκόπου Κύπρου, τη μνήμη του οποίου τιμά η Ορθόδοξη Εκκλησία στις 14 Μαΐου.

ΠΗΓΗ : www.kavalapost.gr

Σημείωση : Το παρεκκλήσι του Αγίου Θεράποντα στο Σανατόριο ανήκει στην Ιατρική Εταιρεία Καβάλας και παραχωρείται κατόπιν συμφωνίας στην Ιερά Μητρόπολη Φιλίππων Νεαπόλεως και Θάσου



ΑΡΤΗΡΙΑΚΗ ΥΠΕΡΤΑΣΗ

Ο ΣΙΩΠΗΛΟΣ ΔΟΛΟΦΟΝΟΣ

Το έργο συγχρηματοδοτείται από το Ευρωπαϊκό Ταμείο Περιφερειακής Ανάπτυξης και από κληνικούς πόρους των χωρών που συμμετέχουν στο πρόγραμμα συνεργασίας Interreg V-A

Ελλάδα-Βουλγαρία 2014-2020.

Ως Αρτηριακή Υπέρταση ορίζεται ...

Σε έναν ενήλικα

- η **συστολική αρτηριακή πίεση** > 140mmHg ή/και
- η **διαστολική** >90mmHg
- σε συνθήκες ηρεμίας
- σε τρεις ανεξάρτητες μετρήσεις

Σύμφωνα με μελέτες **ένας στους τρεις ενήλικες είναι υπερτασικός**. Ωστόσο:

Το **1/3** των υπερτασικών δεν γνωρίζει την πάθησή του

Το **1/3** των υπερτασικών είναι χωρίς θεραπευτική αγωγή

Το **1/3** των υπερτασικών υπό φαρμακευτική αγωγή δεν είναι ρυθμισμένοι.

Υπάρχουν ορισμένοι παράγοντες οι οποίοι αυξάνουν τον κίνδυνο εμφάνισης της Υπέρτασης, όπως:



Ο υγιεινός τρόπος ζωής & η άσκηση είναι πάντα απαραίτητα, παρόλα αυτά αρκετοί θα πρέπει να πάρουν και φαρμακευτική αγωγή για τη ρύθμιση ΑΠ.

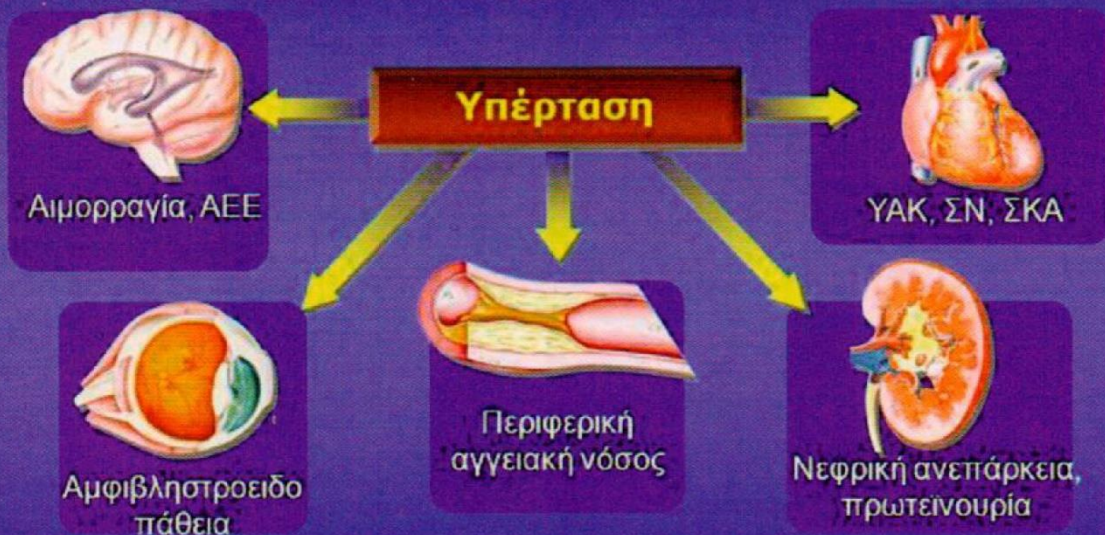
Οι τρεις πυλώνες αντιμετώπισης - και όχι θεραπείας - της αρτηριακής υπέρτασης είναι :

- A. Τα υγιεινοδιαιτητικά μέτρα
- B. Η φαρμακευτική αγωγή, και
- Γ. Η απονεύρωση της συμπαθητικής νεύρωσης του νεφρού (RSD)

A. Υγιεινοδιαιτητικά μέτρα

1. Μείωση της κατανάλωσης άλατος
2. Μείωση του σωματικού βάρους
3. Αύξηση της φυσικής δραστηριότητας
4. Διακοπή του καπνίσματος
5. Μείωση της κατανάλωσης αλκοόλ
6. Αύξηση της πρόσληψης ασβεστίου, μαγνησίου και καλίου

Επιπτώσεις της υπέρτασης: Βλάβες οργάνων-στόχου



ΣΝ = στεφανιαία νόσος
ΣΚΑ = συμφρορητική καρδιακή ανεπάρκεια
ΥΑΚ = υπερτροφία αριστεράς κοιλίας

Chobanian et al, JAMA 2003,289:2560-2572

Β. Φαρμακευτική αγωγή

- Δεν υπάρχει θεραπεία που να απαλλάσσει τον ασθενή οριστικά από την υπέρταση. Θα πρέπει να μάθει να ζει με αυτήν και να ακολουθεί πιστά τις οδηγίες του θεράποντα γιατρού του: Παθολόγος, Γενικός Γιατρός, Καρδιολόγος, Νεφρολόγος. Εφόσον ο γιατρός το κρίνει απαραίτητο θα συστήσει φαρμακευτική αγωγή με αντιυπερτασικά δισκία.

- Έναρξη της θεραπείας στην πλειοψηφία των υπερτασικών ασθενών με σταθερό συνδυασμό 2 φαρμάκων σε 1 χάπι.

- Στόχος της αντιυπερτασικής αγωγής είναι να επιτευχθεί ΑΠ < 140/90mmHg, για ασθενείς με Σακχαρώδη Διαβήτη και Χρόνια Νεφρική Νόσο < 130/80mmHg (ΑΠ = Αρτηριακή Πίεση).

- Η θεραπευτική αντιμετώπιση της υπέρτασης έχει μειώσει σημαντικά τη συχνότητα των αγγειακών εγκεφαλικών επεισοδίων, των στεφανιαίων επεισοδίων, της καρδιακής ανεπάρκειας και της νεφρικής ανεπάρκειας.

Γ. Η απονεύρωση της συμπαθητικής νεύρωσης του νεφρού (RSD)

- Η ανθεκτική υπέρταση εμφανίζεται 5-10% του συνόλου των υπερτασικών ασθενών, μπορεί να αντιμετωπιστεί με μια νέα μέθοδο η οποία βασίζεται στην κατάλυση της συμπαθητικής νεύρωσης του νεφρού με τη διαδερμική εισαγωγή με τοπική αναισθησία, ειδικού καθετήρα στις νεφρικές αρτηρίες και χρήση υψίσυχνου ρεύματος.

- Η διακοπή των νευρικών νεφρικών οδών οδηγεί σε νατριούρηση, αύξηση του αποβαλλόμενου όγκου μέσω διούρησης και μείωση της αρτηριακής πίεσης.

Μάιος Μήνας Μέτρησης της Πίεσης (MMM)

- Μετρήσεις της αρτηριακής πίεσης στον γενικό πληθυσμό τον μήνα Μάιο σε πολλές χώρες σε όλο τον κόσμο.
- Σκοπός του προγράμματος MMM είναι η ευαισθητοποίηση του γενικού πληθυσμού στη σημασία της υπέρτασης ως κύριου τροποποιήσιμου παράγοντα κινδύνου για καρδιαγγειακά επεισόδια.

ΟΔΗΓΙΕΣ ΓΙΑ ΤΗ ΣΩΣΤΗ ΜΕΤΡΗΣΗ ΤΗΣ ΠΙΕΣΗΣ ΣΤΟ ΣΠΙΤΙ

Τουλάχιστον μισή ώρα πριν από τη μέτρηση της πίεσης, θα πρέπει να αποφύγετε τον καφέ και το κάπνισμα.

Για τη μέτρηση της πίεσης πρέπει πρώτα να μείνετε σε καθιστή θέση για περίπου 5 λεπτά.

Οι μετρήσεις πρέπει να γίνονται πάντα σε καθιστή θέση για περίπου 5 λεπτά.

Η πλάτη σας να ακουμπά στη ράχη της καρέκλας και το μπράτσο να είναι χαλαρά ακουμπισμένο σε σταθερή επιφάνεια (π.χ. τραπέζι).

Η περιχειρίδα (το πανί που τυλίγει το χέρι) τοποθετείται έτσι ώστε να εφαρμόζει καλά κατευθείαν πάνω στον βραχίονα (μπράτσο) χωρίς να παρεμβάλεται το μανίκι.

Αν το μανίκι σας είναι σφικτό θα πρέπει να το βγάξετε.

Η περιχειρίδα πρέπει να βρίσκεται περίπου στο ύψος της καρδιάς.

Κάνετε δύο μετρήσεις το πρωί και δύο το βράδυ. Μεταξύ των δύο μετρήσεων κάθε φορά να περιμένετε 1-2 λεπτά.

ΕΠΙΚΟΙΝΩΝΙΑ:

Ιατρική Εταιρεία Καβάλας
Αμυγδαλεώννας Καβάλας
Τηλ. & fax: 2510 227400
Ταχ. Θυρίδα 1300
e-mail: makavala@otenet.gr
<https://www.iekavalas.gr/>

Για το περιεχόμενο του παρόντος ενημερωτικού φυλλαδίου είναι αποκλειστικά υπεύθυνη η Ιατρική Εταιρεία Καβάλας και δεν απηχεί τις απόψεις της Ευρωπαϊκής Ένωσης, των συμμετεχουσών χωρών, της Διαχειριστικής Αρχής και της Κοινής Γραμματείας

ΒΙΒΛΙΟΠΑΡΟΥΣΙΑΣΗ



«Όσες και όσοι πιστεύετε ότι κάθε τι δημόσιο βρίσκεται ασυνθηκολόγητα σε πόλεμο με κάθε τι ιδιωτικό, παραιτηθείτε από τώρα ή ακονίστε την επιχειρηματολογία σας.»

«η Πανεπιστημιακή εκπαίδευση δεν είναι παλλαϊκό δικαίωμα, αλλά προσωπική κατάκτηση. Κατάκτηση με το πλήρες νόημα της λέξης και εντελώς προσωπική. ...είναι προνόμιο που δε συντυχαίνει ή κληρονομείται ή δωρίζεται ή υφαρπάζεται όπως άλλα, αλλά προνόμιο που αποκτάται με προσωπική προσπάθεια. Αυτό που είναι και πρέπει να είναι πάντα δικαίωμα όλων των νέων στην Ελλάδα είναι η ισότιμη συμμετοχή στη διεκδίκηση αυτού του προνομίου, είναι ο αγώνας με ισότητα των όπλων.»

«..για την παρηγοριά φτάνουν τα ωραία λόγια. Για τη θεραπεία χρειάζεται τεχνογνωσία, τεχνολογία και μεγάλη εμπειρία.»

«Και που νομίζετε ότι οφείλεται η δυσκολία επικοινωνίας που παρακολουθούμε κάθε μέρα στα τηλεοπτικά ρεπορτάζ; Στο άγχος του μικροφώνου ή στις σοβαρές υστερήσεις που δεν αναπλήρωσε το σχολείο;»

«...με άλλα λόγια, έθνος είναι ο λαός στο μήκος του χρόνου.»

«Όπως θα δείτε στη συνέχεια, το Εθνικό μας Σύστημα δεν είναι Υγείας αλλά Θεραπείας και μάλιστα, πληθωριστικής νοσοκομειακής και φαρμακευτικής θεραπείας.»

«Ό,τι περιγράφω εδώ με την άνεση κάποιου που εκθέτει μόνο τον εαυτό του δε φουσκώνει το στήθος μου με υπερηφάνεια αλλά το μυαλό μου με ευθύνη.»

Ο Αναστασιάδης γράφει με την καρδιά του, κυριολεκτικά και μεταφορικά! Από σελίδα σε σελίδα, θα σηκώσετε αρκετές φορές το φρύδι, μπορεί και να θυμώσετε με την κατάντια μας, το βέβαιο είναι ότι δεν θα βαρεθείτε για ακόμη μια φορά διαβάζοντας κοινοτυπίες για τα δύο συστήματα που κρίνουν τις ζωές και τον πολιτισμό μας: την Υγεία και την Εκπαίδευση. (Από την παρουσίαση στο οπισθόφυλλο του βιβλίου)

ΔΕΛΤΙΟ ΤΥΠΟΥ

15 Φεβρουαρίου : Παγκόσμια Ημέρα κατά του Παιδικού Καρκίνου

Η 15η Φεβρουαρίου έχει καθιερωθεί ως Παγκόσμια Ημέρα κατά του Παιδικού Καρκίνου τιμώντας όλα τα παιδιά και τις οικογένειες τους που βιώνουν τις επιπτώσεις της νόσου και ευαθετοποιώντας την παγκόσμια κοινότητα.

Ορισμένα επιδημιολογικά δεδομένα αποτυπώνουν ανάγλυφα το μέγεθος του προβλήματος.

- 1 παιδί παγκοσμίως διαγιγνώσκεται με καρκίνο κάθε 2 λεπτά
- **400.000** παιδιά και έφηβοι ηλικίας 0 έως 19 ετών διαγιγνώσκονται με κάποια μορφή καρκίνου ετησίως.
- Τα παιδιά προσβάλλονται σπάνια από καρκίνο, **100** φορές σπανιότερα από τους ενήλικες
- Στην Ελλάδα **280-300** παιδιά προσβάλλονται κάθε χρόνο από καρκίνο, κυρίως από λευχαιμίες, λεμφώματα, νεοπλασμάτα εγκεφάλου και νεφρικούς όγκους
- **7** στα **10** παιδιά θεραπεύονται, γεγονός που πρέπει να αποτελεί στοιχείο αισιοδοξίας για όλους μας

Δυστυχώς για τον καρκίνο της παιδικής ηλικίας **ΔΕΝ ΥΠΑΡΧΕΙ ΠΡΟΛΗΨΗ**, ενώ διαχρονικά διαπιστώνονται κάποια κενά στη θεραπεία του καρκίνου στους έφηβους, που δεν είναι ούτε παιδιά αλλά ούτε και ενήλικες.

Παρά τις σημαντικές προόδους της επιστήμης σ' αυτόν τον τομέα, μένουν ακόμη πολλά να γίνουν, με σημαντικότερο την κάλυψη όλων των περιφερειών της χώρας με Παιδοογκολογικές Κλινικές.

Ας φροντίσουμε λοιπόν και ας θεραπεύσουμε το παιδί με καρκίνο και όχι τον καρκίνο που έτυχε να έχει το παιδί ...

Για το Διοικητικό Συμβούλιο

Ο Πρόεδρος

Η Γεν. Γραμματέας

Ξενοφών Κροκίδης

Σταυρούλα Μπουσμουκίλια

ΠΡΟΣΕΧΕΙΣ ΕΚΔΗΛΩΣΕΙΣ



Ιμερόεσσα

ΠΑΝΕΛΛΗΝΙΟΣ ΣΥΛΛΟΓΟΣ ΣΤΗΡΙΞΗΣ
ΑΤΟΜΩΝ ΜΕ ΠΑΧΥΣΑΡΚΙΑ

ΚΥΡΙΑΚΗ
9 ΜΑΡΤΙΟΥ 2025
10:30-14:00

ΜΕΓΑΛΗ ΛΕΣΧΗ ΚΑΒΑΛΑΣ

«ΑΣ ΜΟΙΡΑΣΤΟΥΜΕ ΤΟ ΒΑΡΟΣ»

ΣΤΗΝ ΚΑΒΑΛΑ



**Ημερίδα για την Ευαισθητοποίηση και την
Αντιμετώπιση της Παχυσαρκίας**

ΣΥΝΔΙΟΡΓΑΝΩΣΗ



ΔΗΜΟΣ ΚΑΒΑΛΑΣ

ΥΠΟ ΤΗΝ ΑΙΓΙΔΑ



ΕΛΛΗΝΙΚΗ ΔΗΜΟΚΡΑΤΙΑ
ΥΠΟΥΡΓΕΙΟ ΕΣΩΤΕΡΙΚΩΝ
(ΜΑΚΕΔΟΝΙΑΣ-ΘΡΑΚΗΣ)



ΠΕΡΙΦΕΡΕΙΑ
ΑΝΑΤΟΛΙΚΗΣ ΜΑΚΕΔΟΝΙΑΣ
ΚΑΙ ΘΡΑΚΗΣ

ΕΙΣΟΔΟΣ ΕΛΕΥΘΕΡΗ

 ΓΕΝΙΚΟ ΝΟΣΟΚΟΜΕΙΟ ΚΑΒΑΛΑΣ

**ΝΟΣΗΛΕΥΤΙΚΗ ΗΜΕΡΙΔΑ:
Ο ΡΟΛΟΣ ΤΩΝ ΕΠΑΓΓΕΛΜΑΤΙΩΝ ΥΓΕΙΑΣ
ΣΤΗ ΔΙΑΧΕΙΡΙΣΗ ΑΝΘΡΩΠΟΓΕΝΩΝ ΚΑΙ ΦΥΣΙΚΩΝ
ΚΑΤΑΣΤΡΟΦΩΝ**

ΑΜΦΙΘΕΑΤΡΟ
ΓΕΝΙΚΟΥ
ΝΟΣΟΚΟΜΕΙΟΥ
ΚΑΒΑΛΑΣ

ΤΕΤΑΡΤΗ
19 ΜΑΡΤΙΟΥ
2025
09:00 π.μ.



ΥΠΟ ΤΗΝ ΑΙΓΙΔΑ:

ΕΝΕ
ΕΝΔΕΧ ΝΟΣΗΛΕΥΤΩΝ ΚΑΒΑΛΑΣ



ΔΩΡΕΑΝ
ΣΥΜΜΕΤΟΧΗ

ΠΛΗΡΟΦΟΡΙΕΣ:
ΣΤΑΥΡΟΥΛΑ ΒΟΒΛΙΑΝΟΥ
ΓΡΑΦΕΙΟ ΕΚΠΑΙΔΕΥΣΗΣ
Ν.Υ. Γ.Ν. ΚΑΒΑΛΑΣ
grafeioekpaidkav@gmail.com
 2513501123



ΓΙΑ ΕΓΓΡΑΦΗ:



Η ΗΜΕΡΙΔΑ ΜΟΡΙΟΔΟΤΕΙΤΑΙ ΜΕ 4 ΜΟΡΙΑ ΣΥΝΕΧΙΖΟΜΕΝΗΣ ΝΟΣΗΛΕΥΤΙΚΗΣ ΕΚΠΑΙΔΕΥΣΗΣ ΑΠΟ ΤΗΝ ΕΝΕ

ΗΜΕΡΙΔΑ

ΠΕΡΙΕΓΧΕΙΡΗΤΙΚΗΣ ΙΑΤΡΙΚΗΣ

Εφαρμογή Πρωτοκόλλων Ενισχυμένης
Ανάρρωσης μετά από Επέμβαση (ERAS)

στο Δευτεροβάθμιο Νοσοκομείο :

Μύθος η Πραγματικότητα;

- ΠΟΥ : Μεγάλη Λέσχη Καβάλας
- ΠΟΤΕ : Σάββατο 12 Απριλίου 2025



ΗΜΕΡΕΣ ΥΠΕΡΤΑΣΗΣ Καβάλα 2025

20^ο ΕΚΠΑΙΔΕΥΤΙΚΟ ΣΕΜΙΝΑΡΙΟ
2-4 Μαΐου 2025
«Lucy Hotel» Καβάλα

DR O MENA
MEETINGS & EVENTS

Φωκίωνος 22, Αθήνα, 11527 - τηλ: 2103005545
info@dromena.gr - www.dromena.gr



Ελληνική
Εταιρεία
Υπέρτασης

ΕΚΔΗΛΩΣΗ ΓΙΑ ΤΟ ΚΟΙΝΟ Καβάλα 2025

2 Μαΐου 2025

«Lucy Hotel» Καβάλα

18.00-19.30

Η ΥΠΕΡΤΑΣΗ ΣΤΟ ΓΕΝΙΚΟ ΠΛΗΘΥΣΜΟ: ΣΥΖΗΤΗΣΗ ΜΕ ΤΟ ΚΟΙΝΟ

Προεδρείο: Κ. Τσιούφης, Γ. Στεργίου

Σχολιαστές: Μ. Δούμας, Ξ. Κροκίδης, Α. Κόλλιας, Κ. Θωμόπουλος

DROMENA
MEETINGS & EVENTS

Θεσσαλονίκη 22, Αθήνα, 11527 - τηλ. 2103025543
info@dromena.gr - www.dromena.gr

Επιμέλεια Έκδοσης

Ξενοφών Κροκίδης

Πρόεδρος Ιατρικής Εταιρείας Καβάλας

*** **

Πωλίνα Τριανταφυλλίδη

ΦΩΤΟΤΥΠΙΚΗ COPY CENTER

Μητροπόλεως 14 - Καβάλα