



Δημόσια

Υγεία

Προαγωγή Υγείας  
Πρόληψη Ασθενειών  
Ποιότητα Ζωής

## 3ο Newsletter

Πρόγραμμα Μεταπτυχιακών Σπουδών «Δημόσια Υγεία- Public Health», Τμ. Ιατρικής, Παν. Πατρών

### ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΑ

- Ημερίδα-Ετήσια Εκδήλωση ΠΜΣ, σελ. 2
- Βίντεο Μεταπτυχιακών Φοιτητών ΠΜΣ, σελ. 4
- Πρακτικές, σελ. 4
- Εκπαιδευτική Εκδρομή, σελ. 5
- Οι φοιτητές αρθρογραφούν, σελ.6-11
- Επίκαιρα άρθρα, σελ. 12



Πηγή: <https://www.who.int/news-room/campaigns/connecting-the-world-to-combat-coronavirus>

### «Ένα πρωτότυπο Πρόγραμμα Μεταπτυχιακών Σπουδών»

Σας καλωσορίζουμε στο 3ο ενημερωτικό δελτίο του Μεταπτυχιακού Προγράμματος Σπουδών “Δημόσια Υγεία-Public Health”, του τμήματος Ιατρικής του Πανεπιστημίου Πατρών.

Το Πρόγραμμα Μεταπτυχιακών Σπουδών επανιδρύθηκε με την υπ’ αριθμ. 1366/20840 απόφαση (ΦΕΚ 2969/24.7.2018/τ.Β΄) και ισχύει, όπως ενεκρίθη από τη Σύγκλητο του Πανεπιστημίου Πατρών (αρ. συνεδρ. 134/20.4.2018) και τη Συνέλευση του Τμήματος Ιατρικής (αρ. συνεδρ. 695/19.03.2018).

Το ΠΜΣ “Δημόσια Υγεία - Public Health” οδηγεί αποκλειστικά στην απονομή Διπλώματος Μεταπτυχιακών Σπουδών (ΔΜΣ) στη “Δημόσια Υγεία-Public Health” στις ακόλουθες ειδικεύσεις:

α) Περιβάλλον

β) Προληπτική και Κοινωνική Ιατρική

Με την παρούσα ηλεκτρονική έκδοση αναδεικνύονται οι δραστηριότητες του ΠΜΣ και αποτελεί μέσο ενημέρωσης για τα επιστημονικά νέα και τις εξελίξεις στη Δημόσια Υγεία.

Η Δημόσια Υγεία ως Πρόγραμμα Μεταπτυχιακών Σπουδών είναι πολύ ανεπτυγμένη στο εξωτερικό. Για παράδειγμα, στο John Hopkins Public Health Institute, η Δημόσια Υγεία είναι στην πρώτη βαθμίδα της εκπαίδευσης με 80 εκπαιδευτικούς, 200 φοιτητές

και ετήσιο προϋπολογισμό 35 εκατομμύρια.

Το σημαντικότερο όλων στο Μεταπτυχιακό Πρόγραμμα Σπουδών “Δημόσια Υγεία-Public Health” του Τμ. Ιατρικής του Πανεπιστημίου Πατρών είναι η εξωστρέφεια του και η διασύνδεση με διάφορες κοινωνικές δομές. Αυτό που παράγεται σαν γνώση στο ΠΜΣ, παρέχεται στην κοινωνία από τους ίδιους τους μεταπτυχιακούς φοιτητές, οι οποίοι αποκτούν μεγάλη εμπειρία με την επαφή τους με τις κοινωνικές δομές.

Η εκπαίδευση αυτή αφορά βέβαια και την ιατρική κοινότητα. Στην εποχή μας, η Δημόσια Υγεία έχει τεράστια σημασία και υπάρχει σημαντική έλλειψη στην πρακτική εκπαίδευση. Οι επαγγελματίες που συμμετέχουν στο ΠΜΣ αποκτούν εμπειρία στη συνεργασία με φορείς της κοινωνίας. Για το λόγο αυτό, έχουν συνεχή διάδραση με την κοινωνία και δεν περιορίζονται στην αίθουσα διδασκαλίας ή σ’ ένα εργαστήριο.

### «Πρόσκληση Εκδήλωσης Ενδιαφέροντος ΠΜΣ Δημόσια Υγεία 2021-2022»

Έχει δημοσιευθεί η πρόσκληση εκδήλωσης ενδιαφέροντος για εισαγωγή κατ’ ανώτατο όριο 40 μεταπτυχιακών φοιτητών στο Πρόγραμμα Μεταπτυχιακών Σπουδών

“Δημόσια Υγεία - Public Health” για το ακαδ. έτος 2021-2022.

Κατάθεση αιτήσεων και δικαιολογητικών το αργότερο μέχρι και την 10η Ιανουαρίου 2022, ταχυδρομικώς με συστημένη επιστολή σε φάκελο με την ένδειξη: «Αίτηση Υποψηφιότητας ΠΜΣ Δημόσια Υγεία - Public Health» στη διεύθυνση: Πανεπιστήμιο Πατρών Γραμματεία Τμήματος Ιατρικής κτίριο Προκλινικών Λειτουργιών 26500 Ρίο Πάτρα

και ηλεκτρονικά στην παρακάτω διεύθυνση από 8.11.2021 έως και 10.01.2022:

[https://matrix.upatras.gr/sap/bc/webdynpro/sap/zups\\_pg\\_adm#](https://matrix.upatras.gr/sap/bc/webdynpro/sap/zups_pg_adm#)



## Ημερίδα - Ετήσια εκδήλωση ΠΜΣ

### Λίγα λόγια για τον σκοπό της εκδήλωσης

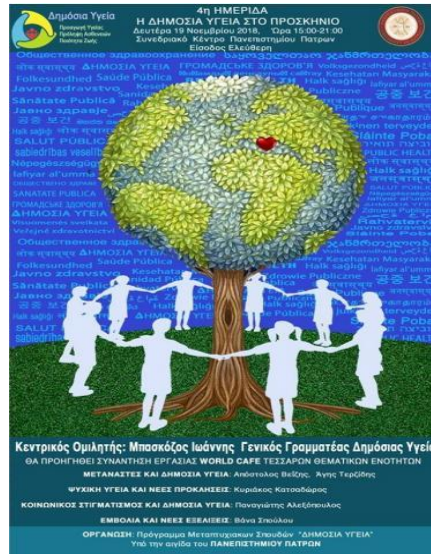
Για τις ευρωπαϊκές κοινωνίες του 21ου αι. είναι κεκτημένο ο στρατηγικός σχεδιασμός της πολιτικής να προηγείται των θεσμικών και νομοθετικών παρεμβάσεων. Η Δημόσια υγεία είναι η μελέτη, η εκτίμηση και αντιμετώπιση των κινδύνων για την υγεία ενός πληθυσμού. Δίνει ιδιαίτερο βάρος στο κοινωνικό πλαίσιο της νόσου και εστιάζει στη βελτίωση της υγείας σε όλη την κοινωνία.

Η επίτευξη του στόχου της δημόσιας υγείας είναι να βελτιώσει τη ζωή κυρίως μέσα από τη πρόληψη της νόσου. Το 1920, ο Winslow ορίζει τη δημόσια υγεία "η επιστήμη και η τέχνη της πρόληψης της νόσου, η παράταση της ζωής και η προώθηση της υγείας, μέσω της οργανωμένης προσπάθειας και των συνειδητών επιλογών της κοινωνίας, των οργανισμών, των δημόσιων και ιδιωτικών φορέων καθώς και των ατόμων". Ακόμα και σε περιόδους κρίσης όπως η σημερινή δεν πρέπει να απεμπολείται το δικαίωμα της Δημόσιας Υγείας του πληθυσμού. Η Δημόσια Υγεία λοιπόν στο προσκήνιο και η πρόληψη στο επίκεντρο της λειτουργίας ενός κοινωνικού κράτους αναδεικνύουν τον καθοριστικό ρόλο που έχει η υπεύθυνη και συνεχής ενημέρωση των πολιτών σε ζητήματα Δημόσιας υγείας.

### Τι είναι το World Café ([www.theworldcafe.com](http://www.theworldcafe.com));

Οι ημερίδες μας πραγματοποιούνται πάντα με τη μορφή του World Café το οποίο αποτελεί μια εύχρηστη μέθοδο για τη δημιουργία ενός ζωντανού δικτύου συνεργατικού διαλόγου γύρω από ένα θέμα ή ζήτημα που ενδιαφέρει ή απασχολεί μια ομάδα ανθρώπων. Μέσα από καίρια ερωτήματα, οι συμμετέχοντες καλούνται σε μια προσπάθεια δημιουργικής σκέψης και επεξεργασίας των νέων ιδεών, οι οποίες θα προκύψουν από τη συζήτηση.

## 4<sup>η</sup> Ημερίδα (19 Νοεμβρίου 2018)

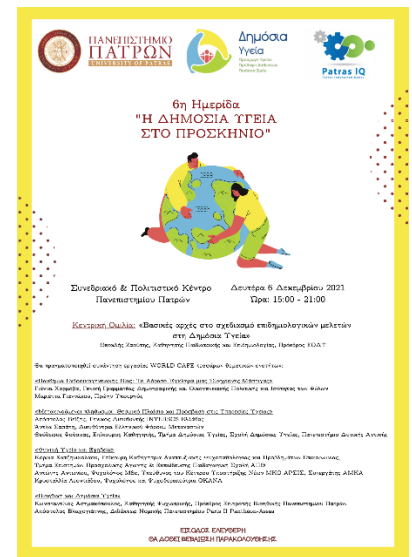


## 5<sup>η</sup> Ημερίδα (2 Δεκεμβρίου 2019)



## 6<sup>η</sup> Ημερίδα

### 6 Δεκεμβρίου 2021



Το World Café βασίζεται στην υπόθεση ότι οι άνθρωποι...

- Έχουμε έμφυτη τη σοφία και τη δημιουργικότητα για να αντιμετωπίσουμε τις πιο δύσκολες προκλήσεις.
- Μπορούμε να βρούμε τις απαντήσεις που αναζητούμε.
- Όλοι μαζί είμαστε σοφότεροι από ό,τι ο καθένας ξεχωριστά.



## 2017: Κάπνισμα και Δημόσια Υγεία

- ⇒ Ως επαγγελματίας υγείας οφείλεις να σβήσεις το τσιγάρο
- ⇒ Απελευθερώσου από τα δεσμά της νικοτίνης. Ζήσε ελεύθερα. Σβήσε το τσιγάρο.
- ⇒ Γίνε πρότυπο συμπεριφοράς και υγείας για όλους. Σβήσε το τσιγάρο.
- ⇒ Νοσοκομεία ελεύθερα καπνού.

**WORLD CAFE**  
«Η Δημόσια Υγεία στο Προσκήνιο»  
ΗΜΕΡΟΜΗΝΙΑ ΔΕΔΕΥΣΗΣ  
Δευτέρα 02 Δεκεμβρίου 2019  
ώρα 15:00 - 21:00  
ΧΩΡΟΣ ΔΙΕΛΕΥΣΗΣ  
Συνεδριακό Κέντρο Πανεπιστημίου Πατρών

**Αίτηση συμμετοχής**

Παρακαλούμε συμπληρώστε την παρακάτω αίτηση συμμετοχής και στείλετε την μαζί με τη Δευτέρα 25 Νοεμβρίου 2019 στα email: [epidemiologia@upatras.gr](mailto:epidemiologia@upatras.gr)  
Για περισσότερες πληροφορίες μπορείτε να επικοινωνήσετε στο τηλ: 2610 969876.

**Όνοματεπώνυμο:** \_\_\_\_\_  
**Επαγγελματική Ιδιότητα:** \_\_\_\_\_  
**Όμιλος:** \_\_\_\_\_  
**Διεύθυνση:** Τ.Κ.: \_\_\_\_\_  
**Τακ.:** Φακ.: \_\_\_\_\_  
**Εσάβη:** \_\_\_\_\_

Αρμόδιο το world cafe (συμπλητείτε έγκυρα) που θα θέλατε να παρακολουθήσετε (για περισσότερες λεπτομέρειες δείξτε με αριθμό παραπομπής):  
#WorldCafe: 15:15-17:30

**E.E.-1 Μεταποικιακή και Δημόσια Υγεία/μειξη στα 1 \* 2 \* 3 \* 4 \***  
Από: Τσιούρας, Παναγιώτης, Μ.Ρ.Η., μέλος Γαλλικού Ινστιτούτου. Επιστημονικός συνεργάτης ΕΚΠΑ στο Π.Μ.Σ. «Κλινική Ιατρική - Διαχείριση κρίσεων υγείας»

**E.E.-2 Ο αυτισμός της αυτιστικής: η κοινωνική αλληλεπίδραση μιας εθνικής στρατηγικής για την πρόληψη της αυτιστικής**  
Όμιλος Θεωρητικού: Συντονιστής του Κέντρου Μάκρας για την Πρόληψη της Αυτιστικής, Υπεύθυνος έργων και στρατηγικής ΚΑΜΑΕΑ

**E.E.-3 Παθολογία κοινών και Δημόσια Υγεία**  
Ναύης Σπυρίδης Κοινωνικός Λειτουργός του Ξενοδοχείου Ελίδα

**E.E.-4 Σχολιασμός μεταβιβάσιμων νοσημάτων, HIV και ΕΒΕΠ**  
Καρολίνα Ασιόπολου, Επίκουρη Καθηγήτρια Παθολογίας του Πανεπιστημίου Πατρών

#Ημερήσια: 18:30-21:00  Ναι  Όχι

Η είσοδος στην εκδήλωση είναι ελεύθερη, αλλά απαιτείται συμπλήρωση της αίτησης συμμετοχής. Λόγω του περιορισμένου αριθμού συμμετεχόντων σε κάθε τραπεζιό/θηματική ενότητα (25-40 άτομα), θα τηρηθεί σειρά προτεραιότητας.

## 2019: Εθισμός και Δημόσια Υγεία



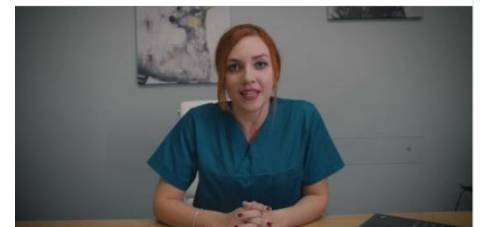
- ⇒ Εθισμός στο διαδίκτυο...το ίδιο σοβαρός με εκείνον ενός αλκοολικού, ναρκομανή ή κάποιου που τζογάρει»
- ⇒ Εσύ; Πόσο εθισμένος είσαι;
- ⇒ Έχεις σκεφτεί πόσο έχεις αλλάξει;
- ⇒ Έχεις σκεφτεί τί προκαλείς στον εαυτό σου;
- ⇒ Η ζωή είναι έξω από την οθόνη!

## 2018: Στίγμα και Δημόσια Υγεία



- ⇒ /σί·γμα/
- ⇒ Κοινωνικό /σί·γμα/
- ⇒ #StopStigma
- ⇒ #LoveMore
- ⇒ Η δύναμη βρίσκεται στις διαφορές όχι στις ομοιότητες. S. Corvey
- ⇒ Κοινωνικός Στιγματισμός - Δες το διαφορετικό, Διαφορετικά.

## 2021: Εμβόλια



- ⇒ Τα εμβόλια σώζουν ζωές
- ⇒ #Ενημερώσου

## ΒΙΝΤΕΟ

Οι Μεταπτυχιακοί φοιτητές του ΠΜΣ στο πλαίσιο των δράσεων τους δημιουργούν κάθε χρόνο βίντεο με σημαντικά θέματα Δημόσιας Υγείας. Μέχρι σήμερα έχουν δημιουργηθεί 3 βίντεο.



## ΠΡΑΚΤΙΚΕΣ

Το μήνα Μάρτιο κάθε ακαδημαϊκής χρονιάς πραγματοποιείται η Διημερίδα παρουσίασης των Πρακτικών εργασιών των Μεταπτυχιακών φοιτητών του ΠΜΣ “Δημόσια Υγεία- Public Health”.

Σκοπός της πρακτικής άσκησης είναι να δώσει στους φοιτητές την ευκαιρία να κατανοήσουν σε βάθος ένα θέμα, τα προβλήματα και τις τάσεις στο τομέα της Δημόσιας Υγείας, εντάσσοντάς τους στις πραγματικές συνθήκες του χώρου της Δημόσιας Υγείας. Οι φοιτητές μπορούν έτσι να προετοιμαστούν κατάλληλα για την ένταξη τους στον κλάδο επιλογής τους, μετά την ολοκλήρωση των σπουδών τους.

Φέτος, η Ημερίδα Παρουσίασης των Πρακτικών Εργασιών πραγματοποιήθηκε 1 Οκτωβρίου 2021.

**Ημερίδα παρουσίασης πρακτικών εργασιών**

**1 Οκτωβρίου 2021**  
**10:00-16:00**

Φουαγιέ Ισογείου, Τμήμα Ιατρικής  
Είσοδος ελεύθερη

Ψηφιοφορία και βράβευση του καλύτερου poster



Στις 21-22 Οκτωβρίου 2021, πραγματοποιήθηκε η Διημερίδα παρουσίασης των Διπλωματικών Εργασιών.

**Διημερίδα Παρουσίασης Διπλωματικών Εργασιών**

**Π.Μ.Σ. Δημόσια Υγεία**

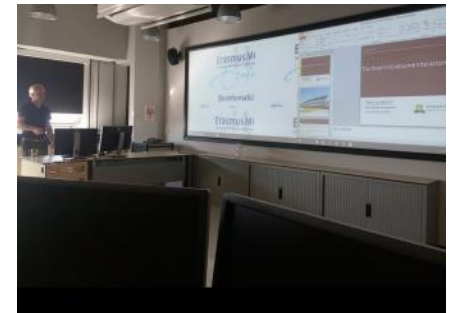
Τμήμα Ιατρικής Πανεπιστήμιο Πατρών

Πέμπτη 21 Οκτωβρίου 2021			Παρασκευή 22 Οκτωβρίου 2021		
Ωρα	Θεματική	Τίτλος	Ωρα	Θεματική	Τίτλος
09:00-09:30	Προσβόλιση	Υπερβολική διατροφή λόγω αυξημένης κατανάλωσης τροφίμων και ποτών, αυξημένης ενεργητικότητας, αυξημένης ηλικίας, των κληρονομικών συνθηκών, των εργασιών αυτοκινήτων	09:00-09:30	Προσβόλιση	Ασφάλεια και ποιότητα των τροφίμων, η κατάσταση των κτηνοτροφικών προϊόντων και κωδικοί τροφίμων κτηνοτροφίας
09:30-10:00	Σύγχρονα θέματα	Επίδραση των αλλαγών στην αγωγή και στην πρόληψη των ασθενειών στην αντιμετώπιση των ασθενειών που σχετίζονται με την παχυσαρκία	09:30-10:00	Προσβόλιση	Παράγοντες που επηρεάζουν την ανάπτυξη της παχυσαρκίας και την αντιμετώπιση της
10:00-10:30	Μεταλλάξεις	Μεταλλάξεις και επιπτώσεις στην υγεία: από την κληρονομικότητα στην προσαρμογή στην αλλαγή του περιβάλλοντος	10:00-10:30	Μεταλλάξεις	Μεταλλάξεις και επιπτώσεις στην υγεία: από την κληρονομικότητα στην προσαρμογή στην αλλαγή του περιβάλλοντος
10:30-11:00	Προσβόλιση	Επίδραση της κληρονομικότητας στην αντιμετώπιση των ασθενειών που σχετίζονται με την παχυσαρκία	10:30-11:00	Μεταλλάξεις	Μεταλλάξεις και επιπτώσεις στην υγεία: από την κληρονομικότητα στην προσαρμογή στην αλλαγή του περιβάλλοντος
11:00-11:30	Προσβόλιση	Επίδραση της κληρονομικότητας στην αντιμετώπιση των ασθενειών που σχετίζονται με την παχυσαρκία	11:00-11:30	Μεταλλάξεις	Μεταλλάξεις και επιπτώσεις στην υγεία: από την κληρονομικότητα στην προσαρμογή στην αλλαγή του περιβάλλοντος
11:30-12:00	Προσβόλιση	Επίδραση της κληρονομικότητας στην αντιμετώπιση των ασθενειών που σχετίζονται με την παχυσαρκία	11:30-12:00	Μεταλλάξεις	Μεταλλάξεις και επιπτώσεις στην υγεία: από την κληρονομικότητα στην προσαρμογή στην αλλαγή του περιβάλλοντος
12:00-12:30	Προσβόλιση	Επίδραση της κληρονομικότητας στην αντιμετώπιση των ασθενειών που σχετίζονται με την παχυσαρκία	12:00-12:30	Μεταλλάξεις	Μεταλλάξεις και επιπτώσεις στην υγεία: από την κληρονομικότητα στην προσαρμογή στην αλλαγή του περιβάλλοντος
12:30-13:00	Προσβόλιση	Επίδραση της κληρονομικότητας στην αντιμετώπιση των ασθενειών που σχετίζονται με την παχυσαρκία	12:30-13:00	Μεταλλάξεις	Μεταλλάξεις και επιπτώσεις στην υγεία: από την κληρονομικότητα στην προσαρμογή στην αλλαγή του περιβάλλοντος
13:00-13:30	Προσβόλιση	Επίδραση της κληρονομικότητας στην αντιμετώπιση των ασθενειών που σχετίζονται με την παχυσαρκία	13:00-13:30	Μεταλλάξεις	Μεταλλάξεις και επιπτώσεις στην υγεία: από την κληρονομικότητα στην προσαρμογή στην αλλαγή του περιβάλλοντος
13:30-14:00	Προσβόλιση	Επίδραση της κληρονομικότητας στην αντιμετώπιση των ασθενειών που σχετίζονται με την παχυσαρκία	13:30-14:00	Μεταλλάξεις	Μεταλλάξεις και επιπτώσεις στην υγεία: από την κληρονομικότητα στην προσαρμογή στην αλλαγή του περιβάλλοντος
14:00-14:30	Προσβόλιση	Επίδραση της κληρονομικότητας στην αντιμετώπιση των ασθενειών που σχετίζονται με την παχυσαρκία	14:00-14:30	Μεταλλάξεις	Μεταλλάξεις και επιπτώσεις στην υγεία: από την κληρονομικότητα στην προσαρμογή στην αλλαγή του περιβάλλοντος
14:30-15:00	Προσβόλιση	Επίδραση της κληρονομικότητας στην αντιμετώπιση των ασθενειών που σχετίζονται με την παχυσαρκία	14:30-15:00	Μεταλλάξεις	Μεταλλάξεις και επιπτώσεις στην υγεία: από την κληρονομικότητα στην προσαρμογή στην αλλαγή του περιβάλλοντος
15:00-15:30	Προσβόλιση	Επίδραση της κληρονομικότητας στην αντιμετώπιση των ασθενειών που σχετίζονται με την παχυσαρκία	15:00-15:30	Μεταλλάξεις	Μεταλλάξεις και επιπτώσεις στην υγεία: από την κληρονομικότητα στην προσαρμογή στην αλλαγή του περιβάλλοντος
15:30-16:00	Προσβόλιση	Επίδραση της κληρονομικότητας στην αντιμετώπιση των ασθενειών που σχετίζονται με την παχυσαρκία	15:30-16:00	Μεταλλάξεις	Μεταλλάξεις και επιπτώσεις στην υγεία: από την κληρονομικότητα στην προσαρμογή στην αλλαγή του περιβάλλοντος
16:00-16:30	Προσβόλιση	Επίδραση της κληρονομικότητας στην αντιμετώπιση των ασθενειών που σχετίζονται με την παχυσαρκία	16:00-16:30	Μεταλλάξεις	Μεταλλάξεις και επιπτώσεις στην υγεία: από την κληρονομικότητα στην προσαρμογή στην αλλαγή του περιβάλλοντος
16:30-17:00	Προσβόλιση	Επίδραση της κληρονομικότητας στην αντιμετώπιση των ασθενειών που σχετίζονται με την παχυσαρκία	16:30-17:00	Μεταλλάξεις	Μεταλλάξεις και επιπτώσεις στην υγεία: από την κληρονομικότητα στην προσαρμογή στην αλλαγή του περιβάλλοντος
17:00-17:30	Προσβόλιση	Επίδραση της κληρονομικότητας στην αντιμετώπιση των ασθενειών που σχετίζονται με την παχυσαρκία	17:00-17:30	Μεταλλάξεις	Μεταλλάξεις και επιπτώσεις στην υγεία: από την κληρονομικότητα στην προσαρμογή στην αλλαγή του περιβάλλοντος

Συνεδριακό και Πολιτιστικό Κέντρο Πανεπιστημίου Πατρών (Αίθουσα 1-11)

και ένα από τα πιο έγκυρα επιστημονικά πανεπιστημιακά ιατρικά κέντρα στην Ευρώπη.

- ✓ Το Μάρτιο 2017 το National Institute for Public Health and the Environment Royal (RIVM) που εδρεύει στην Ουτρέχτη, Ολλανδία. Είναι το μεγαλύτερο και ένα από τα πιο έγκυρα επιστημονικά ερευνητικά κέντρα Δημόσιας Υγείας στην Ευρώπη.



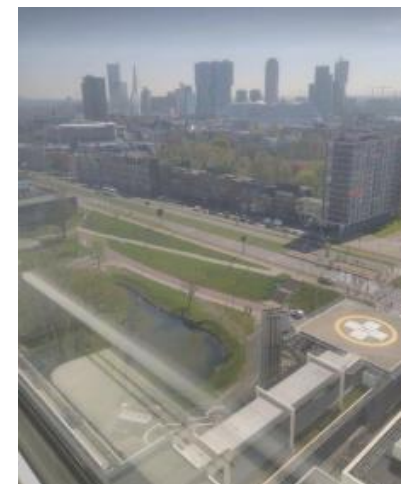
## Εκπαιδευτική Εκδρομή

Το ΠΜΣ “Δημόσια Υγεία – Public Health” διοργανώνει για τους Μεταπτυχιακούς Φοιτητές κάθε έτους Εκπαιδευτική Εκδρομή σε κάποιο Ινστιτούτο ή ερευνητικό ίδρυμα του εξωτερικού.

Φέτος επισκέφθηκαν, 10-14 Νοεμβρίου 2021 το ISGLOBAL, Ινστιτούτο Παγκόσμιας Υγείας στη Βαρκελώνη.

Κατά τα προηγούμενα έτη, συνοδευόμενοι από επιβλέποντες καθηγητές, έχουν επισκεφτεί:

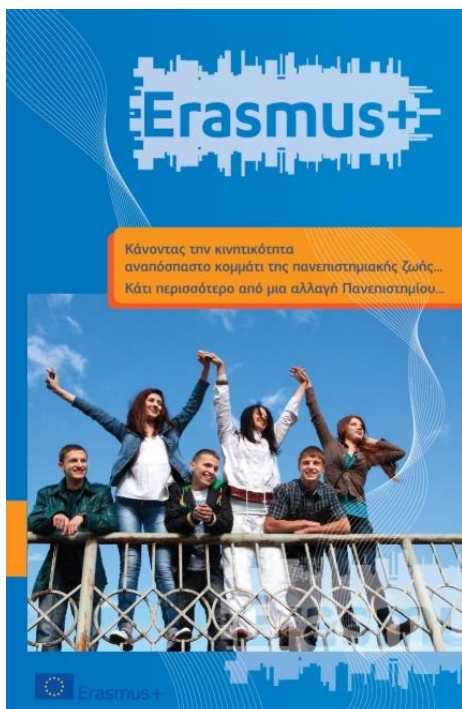
- ✓ Το Μάρτιο 2019 το ISGLOBAL, Ινστιτούτο Παγκόσμιας Υγείας στη Βαρκελώνη.
- ✓ Το Μάρτιο 2018 το Erasmus University Medical Center (Erasmus MC) που εδρεύει στο Ρότερνταμ και είναι το μεγαλύτερο



## ERASMUS

Το Erasmus Student Network University of Patras ( Δίκτυο Φοιτητών Erasmus του Πανεπιστημίου Πατρών) είναι ένας φοιτητικός εθελοντικός μη κερδοσκοπικός οργανισμός που προωθεί το πρόγραμμα ανταλλαγής φοιτητών Ελλήνων και ξένων. Δίνει τη δυνατότητα σε Έλληνες φοιτητές να πάνε στο εξωτερικό για πρακτική ή και παρακολούθηση μαθημάτων καθώς και μπορεί να δώσει την ευκαιρία σε μεταπτυχιακούς φοιτητές να πραγματοποιήσουν μέρος ή και ολόκληρη την διπλωματική τους εργασία στο εξωτερικό. Επίσης βρίσκετε δίπλα στους ξένους εισερχόμενους φοιτητές. Οι δράσεις αυτές πραγματοποιούνται κάθε εξάμηνο, όπου στην αρχή του εξαμήνου γίνονται αιτήσεις. Επιπλέον το πρόγραμμα αυτό έχει και κοινωνικό χαρακτήρα καθώς βοηθάει στην διάδοση της κουλτούρας, της παράδοσης και των εθίμων πραγματοποιώντας δραστηριότητες και εκδηλώσεις με τους ξένους φοιτητές.

Περισσότερα μπορείτε να μάθετε στην ιστοσελίδα: [www.uopa.esngreece.gr](http://www.uopa.esngreece.gr), στην σελίδα στο facebook: ESNUOPA καθώς και μέσω email: [uopa.erasmus@gmail.com](mailto:uopa.erasmus@gmail.com).



## Οι φοιτητές αρθρογραφούν στην εφημερίδα ΠΕΛΟΠΟΝΝΗΣΟΣ

### Πανδημία Covid-19 και Συντροφικές Σχέσεις

Συγγραφή:  
**Αγγελική Τσαπάρα**,  
Ψυχολόγος,  
Φοιτήτρια του  
ΠΜΣ “Δημόσια  
Υγεία”



Στις 11 Μαρτίου του 2020 ο Παγκόσμιος Οργανισμός Υγείας (ΠΟΥ) χαρακτήρισε την **Ασθένεια του κορονοϊού (COVID-19)**, που προκαλεί οξύ αναπνευστικό σύνδρομο και άτυπη σοβαρή πνευμονία,, ως πανδημία. Στην Ελλάδα, το πρώτο κρούσμα Covid-19 ανακοινώθηκε στις 26 Φεβρουαρίου του 2020 και το πρώτο κύμα εξάπλωσης του ιού, ξεκίνησε. Η κυβέρνηση εφάρμοσε ως μέσο προστασίας του πληθυσμού γενική απαγόρευση κυκλοφορίας και αναστολή κάθε είδους κοινωνικής δραστηριότητας με περιορισμό της λειτουργίας όλων των μονάδων εργασίας και εκπαίδευσης. Οι πολίτες, ενθαρρύνθηκαν να αυτοπεριοριστούν στα σπίτια τους. Πόσο εύκολο είναι όμως αυτό το μέτρο για ένα ζευγάρι ή μια οικογένεια;

Αρχικά, η νέα κατάσταση της πανδημίας , έθεσε όλους μας σε μια διαρκή αίσθηση ανασφάλειας και αβεβαιότητας, καθώς υπήρχε ο φόβος του «αγνώστου» νέου ιού και ο φόβος της πιθανής μόλυνσης από αυτόν με αβέβαια έκβαση για την υγεία μας.

Ωστόσο, εκτός από τα πιθανά προβλήματα υγείας , φαίνεται πως ο νέος ιός κατάφερε να προκαλέσει **πληθώρα ψυχολογικών προβλημάτων** στα ζευγάρια και τις οικογένειες, οι οποίες ήρθαν αντιμέτωπες για πρώτη φορά με την 24ωρη συνύπαρξη των μελών της και την αδυναμία κοινωνικής συναναστροφής με τον περίγυρο τους και την πλήρη απώλεια του προσωπικού και έξω-οικογενειακού χρόνου.

Αναλυτικότερα, τα ζευγάρια και ο κάθε άνθρωπος ξεχωριστά έπρεπε να μάθουν σε σύντομο χρονικό διάστημα να ζουν **κοινωνικά απομονωμένα** και

με τον φόβο της επιβίωσης της ύπαρξης τους. Μα πώς να γίνει αυτό σε όντα που από τη φύση τους είναι κοινωνικά , και ακριβώς αυτή τους η ανάγκη τα διαφοροποιεί από τα υπόλοιπα έμβια όντα αυτού του πλανήτη;

Η καταπάτηση των αναγκών αυτών, ήταν που επέφερε την αύξηση του άγχους υγείας και της διαρκούς επαγρύπνησης , καθώς όλοι αισθάνονταν πώς βρίσκονταν σε κίνδυνο. **Και πως συμπεριφερόμαστε όταν είμαστε αγχωμένοι;** Είμαστε σε διαρκή ένταση, νιώθουμε ανασφαλείς και γινόμαστε ευέξαπτοι και καχύποπτοι με τα πάντα και τους πάντες.

Για τον λόγο αυτό, η νέα πραγματικότητα φαίνεται να δοκίμασε πολύ τις αντοχές των ανθρώπινων συντροφικών σχέσεων με ή χωρίς την ύπαρξη παιδιών. Πιο συγκεκριμένα, μέσω της πανδημίας και των lockdowns κατέστη σαφές πως η ευημερία και ποιότητα της σχέσης του ζευγαριού δύνανται να επηρεάσουν την προσωπική ψυχολογική και συναισθηματική κατάσταση των ατόμων, ειδικά σε περιόδους κρίσεων. Κατά την διάρκεια της πανδημίας βρέθηκε μέσω μελετών πως όσο καλύτερη ήταν η ποιότητα της σχέσης του ζευγαριού τόσο καλύτερη προβλεπόταν πως θα είναι η ψυχική ευεξία των ατόμων κατά την περίοδο του covid-19. **Αλλά πόσο δυνατόν είναι να διατηρηθεί η ικανοποίηση , η εμπιστοσύνη και ο ερωτισμός μεταξύ των συντρόφων, όταν απειλείται η ζωή τους ή όταν η μεταξύ τους σχέση δεν ήταν και τόσο καλή εκ των προτέρων;**

Τα σενάρια, λοιπόν, σε αυτή την περίπτωση ήταν δύο. Υπήρξαν ζευγάρια τα οποία, κατά την πανδημία, βρήκαν χρόνο για τον εαυτό τους, αξιοποίησαν δημιουργικά τον κοινό τους χρόνο, μοιράστηκαν τις ανησυχίες τους και τις ανασφάλειες τους και μπόρεσαν μέσω κοινών στρατηγικών επίλυσης προβλημάτων να διαχειριστούν την αβεβαιότητα της περιόδου. Έτσι μπόρεσαν, να έρθουν πιο κοντά, να λύσουν τυχόν υπάρχοντα προβλήματα και να εμπιστευτούν περισσότερο ο ένας τον άλλον.

Δυστυχώς, όμως για τις περισσότερες περιπτώσεις ζευγαριών, η περίοδος της καραντίνας ήταν μια επώδυνη εμπειρία, καθώς επέφερε επιπλέον

ψυχολογική δυσφορία. Πολλοί, μάλιστα ήταν οι σύντροφοι, οι οποίοι βίωσαν τόσο έντονα συναισθήματα άγχους και απελπισίας και οδηγήθηκαν στην ανάπτυξη καταθλιπτικών συμπτωμάτων, όπως απώλεια ενδιαφερόντων, μείωση ερωτικής διάθεσης, ανάπτυξη διατροφικών διαταραχών και διατάραξη της ρουτίνας ύπνου τους. Τα νέα αυτά δεδομένα επέφεραν δυσκολία, τσακωμούς, ένταση και πίεση στα ζευγάρια, που βρίσκονταν αναγκαστικά κλεισμένα στο σπίτι και δεν είχαν την δυνατότητα διαπροσωπικής επαφής με φίλους και ειδικούς ψυχικής υγείας, αν τυχόν τα προβλήματα δεν μπορούσαν να αντιμετωπιστούν.

Επίσης, σε ζευγάρια, που από πριν την καραντίνα είχαν πολλούς εξωτερικούς στρεσογόνους παράγοντες (ανεργία, χαμηλό κοινωνικοοικονομικό επίπεδο, μη σταθερό εισόδημα), καθώς και περισσότερες ατομικές στρατηγικές αντιμετώπισης των προβλημάτων παρά δυαδικές, η ποιότητα της σχέσης τους κατά την πανδημία κρίθηκε επιρρεπής για δυσμενέστερα προβλήματα. Υπόθεση, η οποία επιβεβαιώθηκε, καθώς οι σύντροφοι αυτοί οδηγήθηκαν σε ακραίες συμπεριφορές (όπως συχνοί τσακωμοί, ενδοοικογενειακή βία), με αποτέλεσμα την ανάπτυξη περαιτέρω προβλημάτων στην ποιότητα και σταθερότητα της σχέσης τους.

Ακόμα, δεν ήταν λίγες οι φορές που το ζευγάρι βίωνε αισθήματα ενοχών. Αυτό συνέβαινε κάθε φορά που το άτομο ερχόταν αντιμέτωπο με την πιθανότητα μόλυνσης από κορονοϊό και έπρεπε να διαχειριστεί ταυτόχρονα τον φόβο για την δική του υγεία, αλλά και τις ενοχές για την επιμόλυνση του συντρόφου και την πιθανή μη δυνατότητα διεξαγωγής των επιβαλλόμενων καθηκόντων και υποχρεώσεων του κοινωνικού του ρόλου του. Είτε σε περιπτώσεις, που κάποιο συγγενικό πρόσωπο έπασχε από τον νέο ιό και ένας από τους 2 συντρόφους ένιωθε ανήμπορος να το βοηθήσει, λόγω των περιοριστικών μέτρων, ενώ ταυτόχρονα βίωνε τον φόβο απώλειας του.

Τέλος, η κατάσταση ήταν δυσκολότερη σε ζευγάρια με παιδιά, διότι οι γονείς είχαν επωμιστεί την καθημερινή και 24ώρη φροντίδα και απασχόληση των παιδιών, την διεκπεραίωση της τηλεκπαίδευσης και

των σχολικών δραστηριοτήτων τους. Ιδιαίτερος, σε οικογένειες με μικρά σπίτια, ο συνωστισμός, η απώλεια του προσωπικού χρόνου και χώρου και η απώλεια των κοινωνικών επαφών επέφεραν ισχυρότερους και συχνότερους καβγάδες στο ζευγάρι.

**Τι πρέπει να γίνει για την αντιμετώπιση όλων των πιθανών ψυχολογικών προβλημάτων στην μετά covid-19 εποχή;** Ιδιαίτερα σημαντική κρίνεται η ενημέρωση όλων των επαγγελματιών υγείας για τα πιθανά αυτά προβλήματα και η ανάπτυξη ψυχολογικών παρεμβάσεων εστιασμένων στο ζευγάρι ή την οικογένεια με παιδιά, προκειμένου να προληφθούν ή να αντιμετωπιστούν έγκαιρα οι πιθανές ψυχολογικές διαταραχές των ζευγαριών στην μετά-covid εποχή. Επομένως, η δημιουργία αυτών των εργαλείων θα μπορούσε να αποτελέσει πολύτιμη φάρμακα τεχνικών για την επίλυση και την πρόληψη ψυχολογικών προβλημάτων σε μια μελλοντική κατάσταση κρίσης για την διασφάλιση της δημόσιας υγείας του πληθυσμού.

**Ας κάνουμε την πανδημία covid-19, ευκαιρία ανάπτυξης ορθών προληπτικών μέτρων για το μέλλον.**

**Τα σχολεία ανοίγουν... Οι γονείς αγωνιούν...**

**Συγγραφή: Αναστασία Κυριακή Κουτσούρη,**

Ειδικεύομενη Ιατρός Παιδιατρικής, Φοιτήτρια του ΠΜΣ "Δημόσια Υγεία"



**13.09.2021.** Το πρώτο κουδούνι ήχησε και μαζί με τα γέλια και τις φωνές των μικρών παιδιών αναζωπυρώθηκε το άγχος και η αγωνία των γονιών για το τι «μέλλει γενέσθαι». Να εμβολιάσω το παιδί μου; Μήπως να το κρατήσω στο σπίτι; Πως ένα μικρό παιδί θα τηρήσει τα μέτρα ατομικής προστασίας;. Είναι μερικές από τις ερωτήσεις που κατακλύζουν την καθημερινότητα των γονιών αλλά και μονοπωλούν τις συζητήσεις ανάμεσά τους.

Ως προς τα επιδημιολογικά δεδομένα, ας δούμε συνοπτικά τι γνωρίζουμε σχετικά με τα παιδιά. Από την επίσημη

καταγραφή του ΕΟΔΥ, στη χώρα μας τις τελευταίες εβδομάδες παρατηρείται μία σημαντική αύξηση των κρουσμάτων στην ηλικία την παιδική και την εφηβική. Τα παιδιά και οι έφηβοι, ως γνωστόν, αποτελούν μία πηγή διασποράς του ιού στο περιβάλλον και κυρίως αυτοί που κινδυνεύουν είναι τα άτομα στο περιβάλλον που είναι ευάλωτα είτε διότι είναι ανεμβολίαστα, είτε διότι λόγω ηλικίας ή υποκείμενου νοσήματος έχουν μειωμένη ανοσοαπόκριση στους εμβολιασμούς που πιθανώς έχουν κάνει. Τα παιδιά ως πηγές διασποράς του ιού είναι και τα αίτια των επιδημικών εξάρσεων στα σχολεία, μια πραγματικότητα την οποία οι γονείς έχουν ζήσει την προηγούμενη χρονιά, και αυτό το γεγονός εμποδίζει την δια ζώσης εκπαιδευτική διαδικασία αλλά και τις άλλες απαραίτητες εξωσχολικές δραστηριότητες.

Και είναι ιδιαίτερα σημαντικό ότι οι συνεχείς μολύνσεις των παιδιών θα οδηγήσουν σε νέες μεταλλάξεις και σε μείωση της αποτελεσματικότητας των εμβολίων.

Ποια είναι όμως τα βασικά μέτρα ατομικής προστασίας, τρόπους ενστερνισμού τους αλλά και οδηγίες σχετικά με τη διαχείριση και την αντιμετώπιση πιθανής ή επιβεβαιωμένης επαφής με Covid-19. Σε ότι αφορά την **προστατευτική μάσκα** κρίνεται απαραίτητη σε όλους τους χώρους του σχολείου (εσωτερικούς και εξωτερικούς) καθώς και στα μέσα μεταφοράς από και προς το σχολείο (σχολικά λεωφορεία). Βρείτε ευφάνταστους τρόπους κατανόησης. Δημιουργείστε μια ιστορία ώστε να πειστούν τα παιδιά σας (οι σούπερ ήρωες άλλωστε φορούν μάσκες). Μπορείτε επίσης δίνοντας το καλό παράδειγμα (να φοράτε τη μάσκα σας) να τα κάνετε να σας μιμηθούν.

Το επόμενο σημαντικό σημείο είναι η **απολύμανση των χεριών** τόσο πριν τη χρήση της μάσκας όσο και μετά την αφαίρεση αυτής. Σκεφτείτε ένα αγαπημένο τραγούδι του παιδιού σας (διάρκειας πάνω από ένα λεπτό) και πείτε του να το τραγουδά όσο θα πλένει τα χέρια του. Τα παιδιά πλέον είναι εξοικειωμένα με την τεχνολογία συνεπώς ένας ακόμα τρόπος για τη σωστή απολύμανση των χεριών πριν τη χρήση της μάσκας είναι σχετικά βίντεο στο διαδίκτυο. Επιπροσθέτως,

μεγάλης σημασίας είναι η σωστή χρήση της μάσκας, να καλύπτει δηλαδή πλήρως τη μύτη, το στόμα και το πηγούνι. Βάλτε σε εφαρμογή την φαντασία σας και πάλι. Μια ιστορία με βασικό σούπερ ήρωα το παιδί σας που μάχεται ενάντια στον «κακό» εισβολέα covid 19 πιθανά να το πείσει να φορά σωστότερα τη μάσκα του. Μεγίστης σημασίας κρίνεται και η αποφυγή επαφής των χεριών με τη μάσκα κατά τη διάρκεια της χρήσης της. Τέλος, θα αναφερθώ στα πολυχρησιμοποιημένα και πολυακουσμένα διαλύματα αλκοόλης που θα θωρακίσουν σε ένα μεγάλο βαθμό τα παιδιά σας. Τοποθετείστε μερικά από αυτά στην τσάντα τους και ενημερώστε τα για τη χρησιμότητά τους. Διαλέξτε κάποιο με διακριτικό άρωμα ή για παράδειγμα άρωμα τσιχλόφουσкас την οποία λατρεύουν τα παιδιά. Σε αυτό το σημείο να σταθώ λίγο στις σχετικές αποστάσεις που πρέπει να τηρούνται. Αγκαλιές και φιλιά ανάμεσα σε αυτά και στους φίλους τους μπορούν να αποτυπωθούν μέσα από ηχηρές φωνούλες ή απλά σχηματίζοντας μία πρόταση (ευκαιρία για σωστή χρήση της γλώσσας, δε βρίσκετε;)

Τέλος, σχετικά με τα προσωπικά αντικείμενα κάθε μαθητή καλό θα ήταν να μην ανταλλάσσονται με τους συμμαθητές του. Είναι όμορφο συναίσθημα το να μοιράζεσαι ή να χαρίζεις αλλά μπορεί να περιμένει για μερικούς μήνες ακόμα. Πέρα από τα μέτρα ατομικής προστασίας ας γίνει και μία αναφορά στο αυτοδιαγνωστικό τεστ. Κρίνεται αναγκαία η χρήση του και αποτελεί ένα ακόμη όπλο στη φαρέτρα για την προστασία από τον ιό. Μιλήστε τους για τα μαγικά ραβδάκια που θα πραγματοποιήσουν τις επιθυμίες τους.

Καλά όλα αυτά έως εδώ, όμως τι γίνεται αν το παιδί μου δε νιώθει καλά; Εύλογη η απορία. Κρατήστε τα παιδιά στο σπίτι αν νιώθουν άρρωστα, επικοινωνήστε άμεσα με γιατρό της πρωτοβάθμιας φροντίδας υγείας, κατά προτίμηση με γιατρό που παρακολουθεί συστηματικά τα παιδιά, και ενημερώστε το σχολείο. Φράσεις όπως «δε βαριέσαι», «δεν έχει τίποτα μωρέ», «δεν έχω που να το αφήσω και πρέπει να πάω για το δουλειά» δε χωρούν στην καθημερινότητά μας. Μετά από σχεδόν 2 χρόνια πανδημίας όλοι οι παιδίατροι αλλά και οι υπόλοιποι επαγγελματίες υγείας είναι

αρκετά καταρτισμένοι ώστε να σας κατευθύνουν σωστά.

Θέλω να θυμίσω μια φράση που είναι ιδιαίτερα σημαντική: «*Τα παιδιά θα πρέπει να μπορούν να είναι παιδιά*», λέει ο *Μακ Μακάλοου, καθηγητής στο Πανεπιστήμιο Αριζόνα Στέιτ*.

Όλοι οι γονείς μπορείτε να βοηθήσετε στην μείωση της διασποράς του ιού. Για τα παιδιά σας είστε πρότυπο. Γίνεται και εσείς μαζί τους υπερήρωες ώστε να κερδίσουμε αυτή τη μάχη. Και μην ξεχάσετε να τα επιβραβεύετε για την προσαρμογή τους στην νέα αυτή πραγματικότητα.

### Η σημασία των εμβολίων στην Παγκόσμια Δημόσια Υγεία



Άρθρο του κ. **Κώστα Ασήμου**, Νοσηλεύτη, Φοιτητή του ΠΜΣ “Δημόσια Υγεία”

Δύο παρεμβάσεις της Δημόσιας Υγείας είναι υπεύθυνες για την εξάλειψη διάφορων λοιμωδών νοσημάτων σε παγκόσμιο επίπεδο. Η παροχή καθαρού πόσιμου νερού και τα εμβόλια. Και αν σήμερα θεωρούνται αυτονόητα, η ανθρωπότητα έχει θρηνήσει εκατομμύρια θύματα στην μακρά ιστορία της όσο αυτά δεν υπήρχαν. Η ανάπτυξη εμβολίων άλλαξε ριζικά το επίπεδο της υγείας του παγκόσμιου πληθυσμού τον 20<sup>ο</sup> αιώνα. Υπολογίζεται ότι πριν την ανάπτυξη των εμβολίων και των προγραμμάτων μαζικού εμβολιασμού στον πληθυσμό, κάθε χρόνο, η πολιομυελίτιδα προκαλούσε παράλυση σε περίπου 350.000 άτομα παγκοσμίως, η ιλαρά πρόσβαλε περίπου 130 εκατομμύρια άτομα, και η ερυθρά προκαλούσε εκ γενετής ελλείματα και νοητική υστέρηση σε περισσότερα από 20.000 νεογέννητα. Το όφελος των εμβολίων είναι αδιαμφισβήτητο καθώς ασθένειες όπως η ευλογιά, της οποίας η θνησιμότητα ήταν 30 %, έχει εξαλειφθεί με τον Παγκόσμιο Οργανισμό Υγείας (ΠΟΥ) να ανακοινώνει την εκρίζωσή της το 1980 και άλλες όπως η ηπατίτιδα Β να τείνουν μειούμενες.

Κάθε χρόνο εμβολιάζονται περισσότερα από 100 εκατομμύρια παιδιά στον πλανήτη, για ασθένειες όπως η πολιομυελίτιδα, η ιλαρά, η φυματίωση, η ηπατίτιδα Β και άλλες. Ο Παγκόσμιος Οργανισμός Υγείας υπολογίζει ότι κάθε χρόνο προλαμβάνονται 2-3 εκατομμύρια θάνατοι από ασθένειες για τις οποίες οι πληθυσμοί εμβολιάζονται. Ένα δείγμα της σημαντικότητας της μη χαλάρωσης του εμβολιαστικού προγράμματος είναι η πρόσφατη επιδημία ιλαράς στην Ευρώπη το 2017. Το Ευρωπαϊκό Κέντρο Πρόληψης και Ελέγχου Νοσημάτων ( ECDC) είχε καταγεγραμμένες αναφορές για 14,451 κρούσματα ιλαράς στην Ευρώπη εκείνο το έτος με την χώρα μας να κατέχει την τρίτη θέση σε αριθμό κρουσμάτων και μετρώντας δύο νεκρούς. Βλέποντας τα στοιχεία του Εθνικού Οργανισμού Δημόσιας Υγείας (ΕΟΔΥ) στην χώρα μας νόσησαν 968 άτομα οι οποίοι στην πλειοψηφία τους ανήκαν στην κοινότητα των Ρομά. Το στοιχείο αυτό δείχνει ποσό ευάλωτοι είναι οι πληθυσμοί αυτοί και πόσο σημαντικό είναι το έργο της Πολιτείας και των φορέων δημόσιας υγείας για την σωστή ενημέρωση των πληθυσμών αυτών μέσα από δράσεις ευαισθητοποίησης.

Τα εμβόλια όμως στις μέρες μας δεν προστατεύουν μόνο από λοιμώδη νοσήματα. Χαρακτηριστικό παράδειγμα είναι τα εμβόλια έναντι του καρκίνου του τραχήλου της μήτρας. Ο συγκεκριμένος καρκίνος δημιουργείται από την μόλυνση του τραχήλου της μήτρας από ορισμένα στελέχη του ιού των ανθρωπίνων θηλωμάτων (HPV). Έτσι λοιπόν, η απόκτηση ανοσίας μέσου του εμβολιασμού έναντι του ιού αυτού προστατεύει ταυτόχρονα από την εμφάνιση καρκίνου. Δεδομένου ότι μιλάμε για ένα σεξουαλικώς μεταδιδόμενο νόσημα, οι επιτροπές εμβολιασμού ανά τον κόσμο προτείνουν την έναρξη του εμβολιασμού σε κορίτσια 12 ετών. Τα πρώτα θετικά μηνύματα από τον εμβολιασμό έναντι του ιού HPV έρχονται από την Αυστραλία, χώρα πρωτοπόρο στον συγκεκριμένο εμβολιασμό, όπου οι νέες μολύνσεις έχουν μειωθεί κατακόρυφα. Δυστυχώς στις μέρες μας λόγω της πανδημίας του κορονοϊού έχει βγει στο προσκήνιο το περιβόητο αντιεμβολιαστικό «κίνημα». Το

«κίνημα» αυτό όμως δεν είναι καινούριο. Έχει τις ρίζες του τον 18<sup>ο</sup> αιώνα όταν ο Άγγλος ιατρός Edward Jenner ανακάλυψε το εμβόλιο κατά της ευλογίας. Οι αντιεμβολιαστές της εποχής εκείνης πιστεύοντας σε δεισιδαιμονίες και επικαλούμενοι θρησκόληπτες πεποιθήσεις, πίστευαν πως αν κάνουν το εμβόλιο παρεμποδίζουν το θέλημα του Θεού. Γνωστές είναι και οι καρικατούρες του 1802 που έδειχναν ανθρώπους με ζωικά χαρακτηριστικά μετά την λήψη του εμβολίου. Στην σύγχρονη εποχή το αντιεμβολιαστικό «κίνημα» στηρίζεται σε θεωρίες συνωμοσίας και δήθεν επιστημονικά δεδομένα που συνδέουν τον εμβολιασμό με άλλες ασθένειες. Φυσικά έχει παίξει και σημαντικό ρόλο στην εξάπλωση τέτοιων ιδεών και κάποιοι επιστήμονες. Χαρακτηριστικό παράδειγμα είναι Βρετανός ιατρός Andrew Wakefield που το 1998 δημοσίευσε στο εγκυρότατο επιστημονικό περιοδικό The Lancet μελέτη που συσχέτιζε το εμβόλιο έναντι της Ιλαράς-Ερυθράς-Παρωτίτιδας (MMR) με τον αυτισμό. Το 2010 το περιοδικό απέσυρε την μελέτη ως εντελώς ψευδή και 3 μήνες αργότερα το Γενικό Ιατρικό Συμβούλιο της Βρετανίας απαγόρευσε στον Wakefield να ασκεί την ιατρική στην Βρετανία.

Όσο αφορά τα εμβόλια έναντι του κορονοϊού τα δεδομένα είναι σημαντικά. Λίγους μήνες μετά την έναρξη των εμβολιασμών έναντι της νόσου covid-19 βλέπουμε την σαφή αποκλιμάκωση της πανδημίας, με τα καθημερινά κρούσματα να μειώνονται σε παγκόσμιο επίπεδο, οι εισαγωγές σε νοσοκομεία να έχουν μειωθεί και αυτές καθώς επίσης και τα περιστατικά που χρήζουν εισαγωγή σε ΜΕΘ να είναι κατά 90% ανεμβολίαστα. Οι πολίτες άνω των 60 ετών και ειδικά αυτοί με υποκείμενα νοσήματα (Πνευμονοπάθειες, ασθενείς με καρδιαγγειακά νοσήματα, ασθενείς με Σακχαρώδη Διαβήτη, Παχύσαρκα άτομα με BMI >40 κ.α.) πρέπει να σπεύσουν να εμβολιαστούν καθώς αυτός είναι ο μόνος τρόπος πρόληψης της βαριάς νόσου και των επιπλοκών της covid -19. Τέλος, σε αυτό το σημείο θα πρέπει να επισημανθεί πως τα άτομα που ανήκουν στις ευπαθείς ομάδες πρέπει να εμβολιαστούν και έναντι της γρίπης. Κάθε χρόνο η χώρα μας καταγράφει περίπου 200 άτομα από τις επιπλοκές της γρίπης.

Δεδομένου ότι πέρυσι λόγω των μέτρων κοινωνικής αποστασιοποίησης αλλά και των μέτρων ατομικής προστασίας έναντι του κορονοϊού, δεν είχαμε κρούσματα γρίπης, οι πολίτες δεν θα πρέπει να επαναπαύονται. Σκεφτείτε πόση πίεση στο σύστημα υγείας της χώρας μας θα επέφερε η διπλή απειλή του κορονοϊού και της γρίπης.

Συμπερασματικά, ο εμβολιασμός έναντι των λοιμωδών νοσημάτων είναι ο καλύτερος τρόπος πρωτογενούς πρόληψης. Τα εμβόλια είναι ένα πολύ σημαντικό επίτευγμα της επιστήμης και είναι στο χέρι μας να μην επιστρέψουμε σε περιόδους που το προσδόκιμο επιβίωσης ήταν πολύ μικρότερο από το σημερινό αλλά και διάφορα είδη αναπηρίας συντρόφευαν στους ανθρώπους σε όλη τους την ζωή. Η οργανωμένη Πολιτεία θα πρέπει να ενσκήψει σε ευάλωτους πληθυσμούς όπως είναι αυτοί που διαβιούν σε συνθήκες φτώχειας, σε πρόσφυγες και μετανάστες, σε κοινότητες Ρομά, και να δημιουργήσει δράσεις ενημέρωσης για τα οφέλη του εμβολιασμού αλλά και προγράμματα εμβολιασμού στις κοινωνίες αυτές.

## Πρόσφατα Άρθρα για τη Δημόσια Υγεία από διδάσκοντες του ΠΜΣ Δημόσια Υγεία

### Patient-reported outcomes in HIV clinical trials evaluating antiretroviral treatment: a systematic review

Karolina Akinosoglou, Stefania Antonopoulou, Ioannis Katsarolis & Charalambos A. Gogos (2021) *AIDS Care*, 33:9, 1118-1126, DOI: 10.1080/09540121.2020.1852160

**Abstract:** We aimed to assess patterns of patient-reported outcomes (PRO) instruments' utilization in HIV clinical trials in relation to antiretroviral therapy (ART). PubMed/MEDLINE, Scopus, and EMBASE were searched using the terms "Patient-Reported Outcomes" and "HIV/AIDS" or "Antiretroviral Treatment" or "ART" or "Antiretroviral Therapy" from 1 January 1990 until 1 December 2019.

In total, 173 studies were identified and 26 were directly related to ART. Study population included treatment-naïve patients ( $n = 4$ ), treatment-experienced ( $n = 20$ ), or both ( $n = 2$ ). Instruments were implemented to assess general experience with ART ( $n = 3$ ), single-tablet regimens (STR) ( $n = 2$ ), monotherapy ( $n = 4$ ), regimen switch ( $n = 9$ ), or regimen comparison ( $n = 8$ ).

### Three-Dimensional Cell Metabolomics Deciphers the Anti-Angiogenic Properties of the Radioprotectant Amifostine

Theodora Katsila, Styliani A Chasapi, Jose Carlos Gomez Tamayo, Constantina Chalikiopoulou, Eleni Siapi, Giorgos Moros, Panagiotis Zoumpoulakis, Georgios A Spyroulias, Dimitrios Kardamakis, (2021), 13(12), 2877, DOI: 10.3390/cancers13122877

**Abstract:** Aberrant angiogenesis is a hallmark for cancer and inflammation, a key notion in drug repurposing efforts. To delineate the anti-angiogenic properties of amifostine in a human adult angiogenesis model via 3D cell metabolomics and upon a stimulant-specific manner, a 3D cellular angiogenesis assay that recapitulates cell physiology and drug action was coupled to untargeted metabolomics by liquid chromatography-mass spectrometry and nuclear magnetic resonance spectroscopy. The early events of angiogenesis upon its most prominent stimulants (vascular endothelial growth factor-A or deferoxamine) were addressed by cell sprouting measurements. Data analyses consisted of a series of supervised and unsupervised methods as well as univariate and multivariate approaches to shed light on mechanism-specific inhibitory profiles. The 3D untargeted cell metabolomes were found to grasp the early events of angiogenesis. Evident of an initial and sharp response, the metabolites identified primarily span amino acids, sphingolipids, and nucleotides. Profiles were pathway or stimulant specific. The amifostine inhibition profile was rather similar to that of sunitinib, yet distinct, considering that the latter is a kinase inhibitor. Amifostine inhibited both.



The 3D cell metabolomics shed light on the anti-angiogenic effects of amifostine against VEGFA-and deferroxamine-induced angiogenesis. Amifostine may serve as a dual radioprotective and anti-angiogenic agent in radiotherapy patients.

### Natural radiation and high metal soil content are linked with higher cancer mortality rates

A Katsifara, E Sazakli, E Jelastopulu, M Leotsinidis, European Journal of Public Health, Volume 31, Issue Supplement\_3, October 2021, ckab165.220, DOI: 10.1093/eurpub/ckab165.220

**Abstract:** General population is at continuous risk of exposure to both natural and anthropogenic pollutants via the oral, respiratory and dermal routes. In Greece, there are areas where the geological background is rich in both radioactivity and toxic elements, whereas anthropogenic activities, like lignite or metal mining, augment the general population exposure. The aim of the study was to compare cancer mortality rates among neighboring prefectures that share similar demographic and socio-economic characteristics, but differ in natural radioactivity and in carcinogenic metals' burden in soils. Based on radiological and geochemical maps, five prefectures of North Greece with high radioactivity and metal's content in soil were chosen. Two similar prefectures with low radioactivity and metals' content served as control areas.

### Women's knowledge, awareness and prevention of cervical cancer and infection from HPV in Greece

B Giota, KS Kitsou, M Bakola, P Kallianezos, G Charalambous, E Jelastopulu, European Journal of Public Health, Volume 31, Issue Supplement\_3, October 2021, ckab165.386, DOI: 10.1093/eurpub/ckab165.386

#### Background:

Cervical cancer prevention can be obtained by regular screening with Papanicolaou test. However, in recent years HPV DNA test and mRNA HPV test are available for the screening for

cervical cancer. The HPV vaccine helps protect against HPV- related cancers. Our aim was to investigate the beliefs and knowledge of women living in a city in northwestern Thessaly, Greece, regarding the prevention of cervical cancer. Methods: A cross sectional study was conducted among 119 women, 18- 65 years old and living in Trikala, Greece. They completed a 45-item self-administered questionnaire, investigating their knowledge, perceptions, and behaviors regarding the prevention of cervical cancer, the infection with HPV, the Papanicolaou test and vaccination. Furthermore, associations between knowledge and behaviors as well as with various demographic factors were explored. Results: Most of the women had at least university education (77%). More than 90% declared to visit an obstetrician-gynecologist at least once a year and 68.4% regularly have a Pap smear once a year. 95.8% were aware of the importance of a Pap smear and 82% declared a positive attitude regarding HPV vaccination. Higher knowledge regarding examination and vaccination, was associated with marital status (married) ( $p = 0.002$ ) and educational level (higher educational level) ( $p = 0.001$ ).

#### Conclusions:

The majority of women in our sample know why they should do the Pap test; however, they need to be further informed with additional details about the diagnostic test. Although most of the women were aware about the importance of testing, one third of them were not regularly tested for cervical cancer detection or had lacked knowledge about vaccination. Key messages: A high percentage of women is aware about the benefits of cervical cancer screening. However, information campaigns and establishment of national screening programs are required to facilitate the access to such programs for all women.

#### Key messages

- A high percentage of women is aware about the benefits of cervical cancer screening.
- However, information campaigns and establishment of national

screening programs are required to facilitate the access to such programs for all women.

### Applications of biosensors for bacteria and virus detection in food and water-A systematic review

Zoi Kotsiri, Jasmina Vidic, Apostolos Vantarakis, Journal of Environmental Sciences, Volume 111, 2022, Pages 367-379, ISSN 1001-0742, DOI: 10.1016/j.jes.2021.04.009

#### Abstract

Biosensors for sensitive and specific detection of foodborne and waterborne pathogens are particularly valued for their portability, usability, relatively low cost, and real-time or near real-time response. Their application is widespread in several domains, including environmental monitoring. The main limitation of currently developed biosensors is a lack of sensitivity and specificity in complex matrices. Due to increased interest in biosensor development, we conducted a systematic review, complying with the PRISMA guidelines, covering the period from January 2010 to December 2019. The review is focused on biosensor applications in the identification of foodborne and waterborne microorganisms based on research articles identified in the Pubmed, ScienceDirect, and Scopus search engines. Efforts are still in progress to overcome detection limitations and to provide a rapid detection system which will safeguard water and food quality. The use of biosensors is an essential tool with applicability in the evaluation and monitoring of the environment and food, with great impact in public health.

# 3ο Newsletter

Τεύχος 3<sup>ο</sup> , Δεκέμβριος 2021

ΠΜΣ "Δημόσια Υγεία-Public Health"

1 Υψηλού επιπέδου Μεταπτυχιακή Εκπαίδευση

2 Σχεδιασμός, υλοποίηση και αξιολόγηση προγραμμάτων & δράσεων Δημόσιας Υγείας

3 ΔΜΣ με τίτλο "Δημόσια Υγεία-Public Health" στις εξής ειδικοότητες:  
α) Περιβάλλον  
β) Προληπτική & Κοινωνική Ιατρική

Συντονιστική Επιτροπή ΠΜΣ  
Βανταράκης Απόστολος  
Γελαστοπούλου Ελένη  
Γώγος Χαράλαμπος  
Δημητρίου Γαβριήλ  
Λεοτσινίδης Μιχαήλ

 mscpubhealth@upatras.gr

- ✓ Τηλέφωνο: 2610 969876 & 2610 969169
- ✓ Website: <http://publichealth.med.upatras.gr/>
- ✓ Facebook page: M.Sc in Public Health - Δημόσια Υγεία

- ✓ Σύνταξη: Μαρία Σερμεντζέλη, ΠΕ Οικονομικών Επιστημών, Υπεύθυνη Διοικητικής Υποστήριξης ΠΜΣ "Δημόσια Υγεία-Public Health"
- ✓ Επιμέλεια: Απόστολος Βανταράκης, Καθηγητής Υγιεινής Τμήματος Ιατρικής Πανεπιστημίου Πατρών, Διευθυντής ΠΜΣ "Δημόσια Υγεία-Public Health"