

## Αγαπητοί συμπολίτες

Ο Δήμος Κορινθίων έχοντας στο επίκεντρο του ενδιαφέροντος τον ίδιο τον άνθρωπο δείχνει ιδιαίτερη ευαισθησία και έμφαση στην κοινωνική πολιτική και κυρίως σε θέματα που αφορούν την κοινωνική μέριμνα, την ενίσχυση της κοινωνικής δικαιοσύνης, την ενδυνάμωση της κοινωνίας των πολιτών,

την βιώσιμη ανάπτυξη και την προάσπιση και προστασία της δημόσιας υγείας. Στα πλαίσια σχεδιασμού και υλοποίησης δράσεων για την αντιμετώπιση των σύγχρονων προβλημάτων του ανθρώπου και της κοινωνίας γενικότερα, βάζοντας ως προτεραιότητα την προστασία της ανθρώπινης υγείας, ο Δήμος μας προχώρησε στην ίδρυση Κέντρου πρόληψης υγείας, με σκοπό την προαγωγή και την προάσπιση της δημόσιας υγείας, δημιουργώντας τις απαραίτητες συνθήκες που απαιτούνται για την βελτίωση της ποιότητας ζωής και την ευημερία των πολιτών του.

Με την ίδρυση του Κέντρου Πρόληψης Υγείας (ΚΕΠ Υγείας), σε συνεργασία με το Εθνικό Διαδημοτικό Δίκτυο Υγιών Πόλεων, ο Δήμος μας προγραμματίζει εκστρατείες δωρεάν προληπτικών εξετάσεων προσυμπτωματικού ελέγχου, και ευαισθητοποιεί τους πολίτες, με τη συμμετοχή τους σε εκδηλώσεις, προγράμματα ενημέρωσης (μέσω εντύπων και ηλεκτρονικών μέσων) και δράσεις, στοχεύοντας στην έγκαιρη διάγνωση των κυριότερων και συνηθέστερων νοσημάτων, που προτείνει ο Παγκόσμιος Οργανισμός Υγείας.

Ο Δήμαρχος Κορινθίων  
Βασίλης Νανόπουλος

## Μήνυμα Προέδρου Ελληνικού Δικτύου Υγιών Πόλεων

Το Ελληνικό Δίκτυο Υγιών Πόλεων έχει ως αποκλειστικό του σκοπό την Πρόληψη των Νοσημάτων, την Προαγωγή της Υγείας, τον Προσυμπτωματικό Έλεγχο των πληθυσμιακών ομάδων υψηλού κινδύνου και γενικότερα την προώθηση ολοκληρωμένων Πολιτικών και Δράσεων στο πεδίο της Δημόσιας Υγείας.

Στο πλαίσιο αυτό υλοποιεί το πρόγραμμα «Δημιουργία και δικτύωση δημοτικών Κέντρων Πρόληψης Υγείας (ΚΕΠ Υγείας) για την ανάπτυξη προγραμμάτων πρόληψης και προαγωγής Υγείας» Σκοπός του προγράμματος αυτού είναι να δημιουργήσει μια Εθνική Στρατηγική Πρόληψης η οποία να ιεραρχεί τεκμηριωμένα προτεραιότητες, να ενημερώνει συστηματικά και οργανωμένα τους πολίτες, να παρακολουθεί στόχους βελτίωσης των γνώσεων και των συμπεριφορών του κοινωνικού συνόλου και τέλος να ανακοινώνει δείκτες υγείας και επιδημιολογικά δεδομένα σε μια σταθερή και αξιόπιστη βάση.

Σήμερα 107 Δήμοι μέλη έχουν λάβει τις σχετικές αποφάσεις ίδρυσης ΚΕΠ Υγείας από τα Δημοτικά τους Συμβούλια και ευελπιστούμε τα ΚΕΠ Υγείας να γίνουν σημείο αναφοράς των δημοτών σε θέματα προληπτικής ιατρικής επιφέροντας σημαντική βελτίωση της δημόσιας υγείας του κάθε Δήμου.

Ο Πρόεδρος του Ελληνικού Δικτύου Υγιών Πόλεων  
& Περιφερειάρχης Αττικής  
Γιώργος Πατούλης

[www.korinthos.gr/kepυgeias](http://www.korinthos.gr/kepυgeias)

Η ΔΙΑΤΗΡΗΣΗ

Της ΥΓΕΙΑΣ

Είναι στο

ΧΕΡΙ σου



**ΦΤΙΑΞΕ** το προφίλ υγείας σου  
**ΕΝΗΜΕΡΩΣΟΥ** για τα Προγράμματα Πρόληψης  
**ΚΑΝΕ** ιατρικές προληπτικές  
εξετάσεις μέσω του δήμου σου

Δήμος  
Κορινθίων



# Πρωτόκολλο Προληπτικών Εξετάσεων



Επί Υπόπτων Ευρημάτων ο πολίτης παύει να ακολουθεί το πρωτόκολλο και τον αναλαμβάνει ο θεράπων ιατρός του.

1. **ΑΝΕΥΡΥΣΜΑ ΚΟΙΛΙΑΚΗΣ ΑΟΡΤΗΣ**

ΓΥΝΑΙΚΕΣ 65 - 85 ΕΤΩΝ

ΑΝΔΡΕΣ

**ΥΠΕΡΗΧΟΓΡΑΦΗΜΑ ΚΟΙΛΙΑΚΗΣ ΑΟΡΤΗΣ (ΑΠΑΞ)**

Ο έλεγχος ξεκινάει από το 55ο έτος ηλικίας, αν υπάρχει ιστορικό σε πρώτου βαθμού συγγενή, ή και νωρίτερα αν υπάρχει υποπτη κλινική εικόνα (π.χ. σφύζουσα μάζα στην κοιλιά)

2. **ΜΕΛΑΝΩΜΑ**

ΓΥΝΑΙΚΕΣ 20 ΕΤΩΝ & ΑΝΩ

ΑΝΔΡΕΣ

**ΧΑΡΤΟΓΡΑΦΗΣΗ ΣΠΙΛΩΝ & ΚΛΙΝΙΚΗ ΕΞΕΤΑΣΗ ΥΠΟΠΤΩΝ ΣΠΙΛΩΝ ΚΑΘΕ 1 ΕΤΟΣ**

Ο έλεγχος ξεκινάει από το 13ο έτος ηλικίας, αν υπάρχει ιστορικό υπερβολικής έκθεσης στον ήλιο ή καρκίνου του δέρματος.

3. **ΚΑΡΔΙΑΓΓΕΙΑΚΑ ΝΟΣΗΜΑΤΑ**

ΓΥΝΑΙΚΕΣ 15-30 ΕΤΩΝ ΚΑΘΕ 5 ΕΤΗ

ΑΝΔΡΕΣ 30 ΕΤΩΝ & ΑΝΩ ΚΑΘΕ 3 ΕΤΗ

**ΛΗΨΗ ΑΡΤΗΡΙΑΚΗΣ ΠΙΕΣΗΣ ΚΑΙ ΕΞΕΤΑΣΕΙΣ ΑΙΜΑΤΟΣ ΓΙΑ ΟΛΙΚΗ ΧΟΛΗΣΤΕΡΟΛΗ, LDL ΧΟΛΗΣΤΕΡΟΛΗ, HDL ΧΟΛΗΣΤΕΡΟΛΗ, ΤΡΙΓΛΥΚΕΡΙΔΙΑ & ΣΑΚΧΑΡΟ ΑΙΜΑΤΟΣ. ΑΠΑΡΑΙΤΗΤΗ Η ΜΕΤΡΗΣΗ ΤΟΥ ΚΑΡΔΙΑΓΓΕΙΑΚΟΥ ΚΙΝΔΥΝΟΥ**

Επί ορισκών ενδείξεων, επί υπάρξεως ατομικού ή οικογενειακού ιστορικού, ενδέχεται να χρειάζεται ετήσιος έλεγχος σύμφωνα και με τις υποδείξεις του θεράποντος ιατρού.

4. **ΚΑΡΚΙΝΟΣ ΜΑΣΤΟΥ**

ΓΥΝΑΙΚΕΣ 39-49 ΕΤΩΝ ΚΑΘΕ 2 ΕΤΗ

50 ΕΤΩΝ & ΑΝΩ ΚΑΘΕ ΕΤΟΣ

**ΜΑΣΤΟΓΡΑΦΙΑ**

Ο έλεγχος ξεκινάει από το 30ό έτος ηλικίας ή και νωρίτερα, αν υπάρχει οικογενειακό ιστορικό ή συγγεκριμένα γονίδια. Συμπληρωματικός έλεγχος με υπερηχογράφημα ή εντοπιστική μαστογραφία κατά περίπτωση.

5. **ΚΑΡΚΙΝΟΣ ΤΡΑΧΗΛΟΥ ΜΗΤΡΑΣ**

ΓΥΝΑΙΚΕΣ 13-26 ΕΤΩΝ

21 ΕΤΩΝ & ΑΝΩ ΚΑΘΕ 1 ΕΤΟΣ

**ΕΜΒΟΛΙΑΣΜΟΣ ΓΙΑ HPV**

**ΡΑΡ ΤΕΣΤ**

Ενδείκνυται να πραγματοποιείται την περίοδο της εφηβείας.

6. **ΚΑΡΚΙΝΟΣ ΠΑΧΕΟΣ ΕΝΤΕΡΟΥ**

ΓΥΝΑΙΚΕΣ 50 - 75 ΕΤΩΝ

ΑΝΔΡΕΣ

**ΑΝΙΧΝΕΥΣΗ ΑΙΜΟΣΦΑΙΡΙΝΗΣ ΚΟΠΡΑΝΩΝ ΚΑΘΕ 1 ΕΤΟΣ ή ΚΟΛΟΝΟΣΚΟΠΗΣΗ ΚΑΘΕ 5 ΕΤΗ**

Ο έλεγχος ξεκινάει από το 40ό έτος ηλικίας ή και νωρίτερα, αν υπάρχει ιστορικό καρκίνου του παχέος εντέρου ή αδενωματώδη πολύποδα σε συγγενή πρώτου βαθμού, ή σε παρουσία κληρονομικών συνδρόμων.

7. **ΚΑΡΚΙΝΟΣ ΠΡΟΣΤΑΤΟΥ**

ΑΝΔΡΕΣ 55 - 75 ΕΤΩΝ

**ΟΥΡΟΛΟΓΙΚΗ ΕΞΕΤΑΣΗ & ΕΞΕΤΑΣΗ PSA ΚΑΘΕ 1 ΕΤΟΣ ΑΝ Η ΤΙΜΗ ΤΟΥ PSA ΕΙΝΑΙ ΠΑΝΩ ΑΠΟ 2,5ng/ml & ΚΑΘΕ 2 ΕΤΗ ΑΝ Η ΤΙΜΗ ΤΟΥ PSA ΕΙΝΑΙ ΚΑΤΩ ΑΠΟ 2,5ng/ml**

Ο έλεγχος ξεκινάει από το 40ο έτος ηλικίας αν υπάρχουν συγγενείς πρώτου βαθμού με καρκίνο του προστάτη σε ηλικία κάτω των 65 ετών.

8. **ΚΑΤΑΘΛΙΨΗ**

ΓΥΝΑΙΚΕΣ ΑΠΟ 18 ΕΤΩΝ ΚΑΘΕ ΕΤΟΣ

ΑΝΔΡΕΣ

**ΚΛΙΜΑΚΑ ΑΥΤΟΑΞΙΟΛΟΓΗΣΗΣ ΚΑΤΑ ZUNG**

Παράγοντας κινδύνου είναι και οι αγχώδεις διαταραχές, η διαταραχή πανικού, η κοινωνική φοβία ή αναφερόμενη δυσθυμία, η κατάχρηση ουσιών, η διαταραχή ελλειμματικής προσοχής και οι διαταραχές προσωπικότητας.

9. **ΑΝΟΙΑ**

ΓΥΝΑΙΚΕΣ ΑΠΟ 65 ΕΤΩΝ ΚΑΘΕ ΕΤΟΣ

ΑΝΔΡΕΣ

**ΝΕΥΡΟΨΥΧΟΛΟΓΙΚΟΣ ΕΛΕΓΧΟΣ - ΤΕΣΤ ΜΝΗΜΗΣ**

Ο έλεγχος ξεκινάει νωρίτερα από τα 65 έτη εφόσον υπάρχουν ελλείμματα μνήμης και προδιαθεσικοί παράγοντες για άνοια και νόσο Alzheimer όπως υπέρταση, σακχαρώδης διαβήτης, παχυσαρκία, κάπνισμα, υπερχοληστεριναιμία, κατάθλιψη και οικογενειακό ιστορικό άνοιξης

10. **ΟΣΤΕΟΠΟΡΩΣΗ**

ΓΥΝΑΙΚΕΣ 65 ΕΤΩΝ ΚΑΘΕ 4 ΕΤΗ

ΑΝΔΡΕΣ 70 ΕΤΩΝ ΚΑΘΕ 4 ΕΤΗ

Η προληψη ξεκινάει πριν τα 65 σε μετεμμηνοπαυσιακές γυναίκες με παράγοντες κινδύνου & άτομα που έχουν υποστεί κάταγμα σε ηλικία άνω των 50 ετών

Η προληψη ξεκινάει πριν τα 70 σε άνδρες που είναι 50 έως 69 ετών με παράγοντες κινδύνου & άτομα που έχουν υποστεί κάταγμα σε ηλικία άνω των 50 ετών

## Ο ρόλος του ΚΕΠ Υγείας είναι να διασυνδέει τις υπηρεσίες υγείας του Δήμου αλλά και όλων των φορέων που ασχολούνται με προγράμματα πρόληψης και προαγωγής υγείας

Ο πολίτης μέσω του ΚΕΠ Υγείας

Εφόσον το επιθυμεί θα δημιουργεί ένα ηλεκτρονικό ιατρικό φάκελο με τις προληπτικές του εξετάσεις.

Το προσωπικό του ΚΕΠ Υγείας τον ενημερώνει για τους παρόχους Ιατρούς και τα Διαγνωστικά Εργαστήρια που συνεργάζονται με τα πρόγραμμα πρόληψης του Δήμου.

- Οι πάροχοι Ιατροί αλλά και ο ίδιος ο Δημότης μπορεί να ενημερώνει τον ιατρικό φάκελο των προληπτικών του εξετάσεων μέσω του ΚΕΠ Υγείας.
- Ο Δημότης που έχει ιατρικό φάκελο στο ΚΕΠ Υγείας μέσω ειδικού λογαριασμού θα ενημερώνεται για την ημερομηνία που πρέπει να επαναλάβει τις προληπτικές εξετάσεις του.

Το ΚΕΠ Υγείας αναλαμβάνει τον συντονισμό εκστρατειών ενημέρωσης κυρίως για τα 10 συνηθέστερα και πλέον θανάσιμα νοσήματα αλλά και για τους προδιαθεσικούς παράγοντες αυτών.

ΚΕΠ Υγείας Δήμου Κορινθίων  
Δ/ση: Πυλαρινού 67 Κόρινθος  
(ισόγειο του Τμήματος Κοινωνικής Προστασίας)

Πληροφορίες: Σούκουλη Μαρία & Αργυροπούλου Χριστίνα  
Τηλ.: 2741362117 & 2741362113  
e-mail: m.soukouli@korinthos.gr  
c.argyropoulou@korinthos.gr

Συντονίστρια Προγράμματος:  
Σούκουλη Αμαλία, τηλ.: 2741361074  
e-mail: a.soukouli@korinthos.gr

