



κάρτα διαβήτη

Σε φροντίζουμε. Σε στηρίζουμε!

ΑΠΟΛΟΓΙΜΟΣ ΔΡΑΣΕΩΝ

ΣΕΠΤΕΜΒΡΙΟΣ-ΔΕΚΕΜΒΡΙΟΣ 2018

ΦΕΒΡΟΥΑΡΙΟΣ 2019

Λίγα Λόγια...

Η **Αστική Μη Κερδοσκοπική Εταιρεία “Με Οδηγό το Διαβήτη”** στο πλαίσιο προαγωγής υγείας των πολιτών της 3^{ης} ηλικίας ξεκίνησε στις **26 Σεπτεμβρίου 2018** πρόγραμμα σε **5 Δήμους της Δυτικής Αττικής με την Ευγενική Στήριξη του Κοινωνικού Ιδρύματος “ΤΙΜΑ”**, για την πρόληψη και αντιμετώπιση του Σακχαρώδους Διαβήτη.

Με αυτή τη δράση, δίνεται η δυνατότητα στα άτομα της 3^{ης} ηλικίας, να ενημερωθούν από ειδικούς, καθώς και να υποβληθούν σε δωρεάν εξετάσεις για τη συγκεκριμένη νόσο, που θεωρείται "μάστιγα" της σύγχρονης εποχής. Επίσης, πραγματοποιούνται δωρεάν εξετάσεις σακχάρου, Γλυκοζυλιωμένης αιμοσφαιρίνης (HbA_{1c}) & συνδρόμου διαβητικής Νευροπάθειας (DPN test).

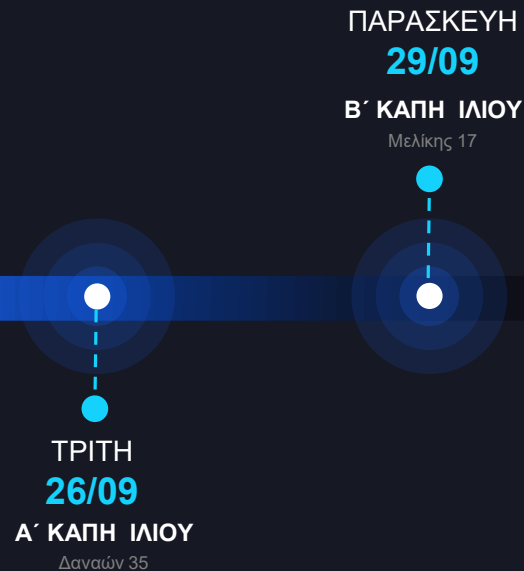
Εξειδικευμένοι επιστήμονες παρευρίσκονται σε κάθε Κέντρο Ανοιχτής Προστασίας Ηλικιωμένων, πραγματοποιώντας ομιλίες και απαντώντας στα ερωτήματα των ασθενών και των υπόλοιπων παρευρισκόμενων.

Παρατηρήθηκαν τα εξής:

- Στη δυτική περιφέρεια και ειδικότερα στους Δήμους Φυλής, Αγ. Αναργύρων και Ίλιου, οι ασθενείς έχουν περιορισμένη προσβασιμότητα στην πρωτοβάθμια περίθαλψη και τη σωστή ενημέρωση.
- Έλλειψη επικοινωνίας των ατόμων της 3^{ης} ηλικίας με τα συγγενικά τους πρόσωπα, μοναξιά, απομόνωση, που έχουν σαν αποτέλεσμα την μη σωστή διαχείριση της υγείας τους.
- Οι δημότες αυτών των προαστίων λόγω του χαμηλού βιοτικού επιπέδου, δεν γνωρίζουν τις βασικές αρχές για να προλάβουν ή και να διαχειριστούν την ασθένεια του σακχαρώδους διαβήτη.
- Δεν υπάρχουν στοιχεία για το ποσοστό των ασθενών που υπάρχουν στους δήμους και ήδη συζητήσαμε με τους δημάρχους να τρέξουμε το πρόγραμμα στους δήμους τους σε ετήσια βάση ώστε να δημιουργηθεί μια βάση δεδομένων για τους ασθενείς με διαβήτη.

Σεπτέμβριος 2018

ΑΡΧΗ ΔΡΑΣΗΣ



Σεπτέμβριος 2018



26/09

Α' ΚΑΠΗ ΙΛΙΟΥ

Ομιλητές:
ΜΑΝΤΗΣ

1 ΑΔΙΑΓΝΩΣΤΟ



29/09

Β' ΚΑΠΗ ΙΛΙΟΥ

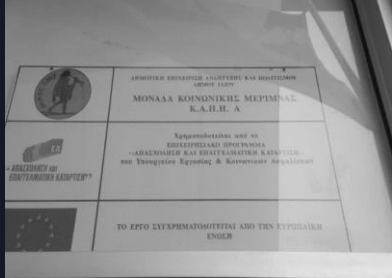
Ομιλητές:
ΜΑΝΤΗΣ

ΔΕΜΕΡΤΖΗΣ ΦΩΤΗΣ

1 ΑΔΙΑΓΝΩΣΤΟ ΜΕ ΝΕΥΡΟΠΑΘΕΙΑ



ΚΑΠΗ ΙΛΙΟΥ



Οκτώβριος 2018 ^(α)



Οκτώβριος 2018 ^[β]



Οκτώβριος 2018 ^(α)



90
ΑΤΟΜΑ

08/10
Ζ' ΚΑΠΗ ΙΛΙΟΥ

Ομιλητές :
ΦΩΤΗΣ ΔΕΜΕΡΤΖΗΣ
ΓΙΩΡΓΟΣ ΖΗΡΟΣ
**2 ΑΔΙΑΓΝΩΣΤΑ &
1 ΑΡΧΗ ΝΕΥΡΟΠΑΘΕΙΑΣ**



60
ΑΤΟΜΑ

01/10
ΣΤ' ΚΑΠΗ ΙΛΙΟΥ

Ομιλητές :
ΜΑΝΤΗΣ
ΦΩΤΗΣ ΔΕΜΕΡΤΖΗΣ



85
ΑΤΟΜΑ

10/10
Γ' ΚΑΠΗ ΙΛΙΟΥ

Ομιλητές :
ΦΩΤΗΣ ΔΕΜΕΡΤΖΗΣ



65
ΑΤΟΜΑ

02/10
5^ο ΚΕΦΙ ΠΕΡΙΣΤΕΡΙΟΥ

Ομιλητές :
ΓΙΩΡΓΟΣ ΖΗΡΟΣ



60
ΑΤΟΜΑ

10/10
Η' ΚΑΠΗ ΙΛΙΟΥ

Ομιλητές :
ΦΩΤΗΣ ΔΕΜΕΡΤΖΗΣ



90
ΑΤΟΜΑ

04/10
3^ο ΚΕΦΙ ΠΕΡΙΣΤΕΡΙΟΥ

Ομιλητές :
ΓΙΩΡΓΟΣ ΖΗΡΟΣ
ΠΕΤΡΟΥΛΑ ΜΑΡΑΚΗ
1 ΑΔΙΑΓΝΩΣΤΟ



70
ΑΤΟΜΑ

28/09
Δ' ΚΑΠΗ ΙΛΙΟΥ

Ομιλητές :
ΔΙΟΝΥΣΗΣ ΒΛΑΧΟΣ
ΦΩΤΗΣ ΔΕΜΕΡΤΖΗΣ
1 ΑΔΙΑΓΝΩΣΤΟ

Οκτώβριος 2018 ^[β]



80

ΑΤΟΜΑ

17/10

Ε' ΚΑΠΗ ΙΛΙΟΥ

Ομιλητές :
ΦΩΤΗΣ ΔΕΜΕΡΤΖΗΣ
1 ΑΔΙΑΓΝΩΣΤΟ



85

ΑΤΟΜΑ

25/10

1^ο ΤΜΗΜΑ ΑΝΘΟΥΠΟΛΗΣ

Ομιλητές :
ΔΗΜΗΤΡΗΣ ΜΠΕΡΤΖΙΑΣ
1 ΑΔΙΑΓΝΩΣΤΟ



75

ΑΤΟΜΑ

19/10

4^ο & 8^ο ΤΜΗΜΑ ΑΓ. ΙΕΡΩΘΕΟΥ

Ομιλητές :
ΠΑΡΑΣΚΕΥΑΣ ΠΟΥΛΧΡΟΝΗΣ
1 ΑΔΙΑΓΝΩΣΤΟ



75

ΑΤΟΜΑ

30/10

6^ο ΤΜΗΜΑ ΑΓ.ΤΡΙΑΔΑΣ

Ομιλητές :
ΓΙΩΡΓΟΣ ΖΗΡΟΣ
1 ΑΔΙΑΓΝΩΣΤΟ



70

ΑΤΟΜΑ

23/10

7^ο ΤΜΗΜΑ Λ.ΑΞΙΩΜΑΤΙΚΩΝ

Ομιλητές :
ΓΙΩΡΓΟΣ ΖΗΡΟΣ



95

ΑΤΟΜΑ

31/09

Δ' ΚΑΠΗ ΙΛΙΟΥ

Ομιλητές :
ΓΙΩΡΓΟΣ ΖΗΡΟΣ
3 ΑΔΙΑΓΝΩΣΤΑ



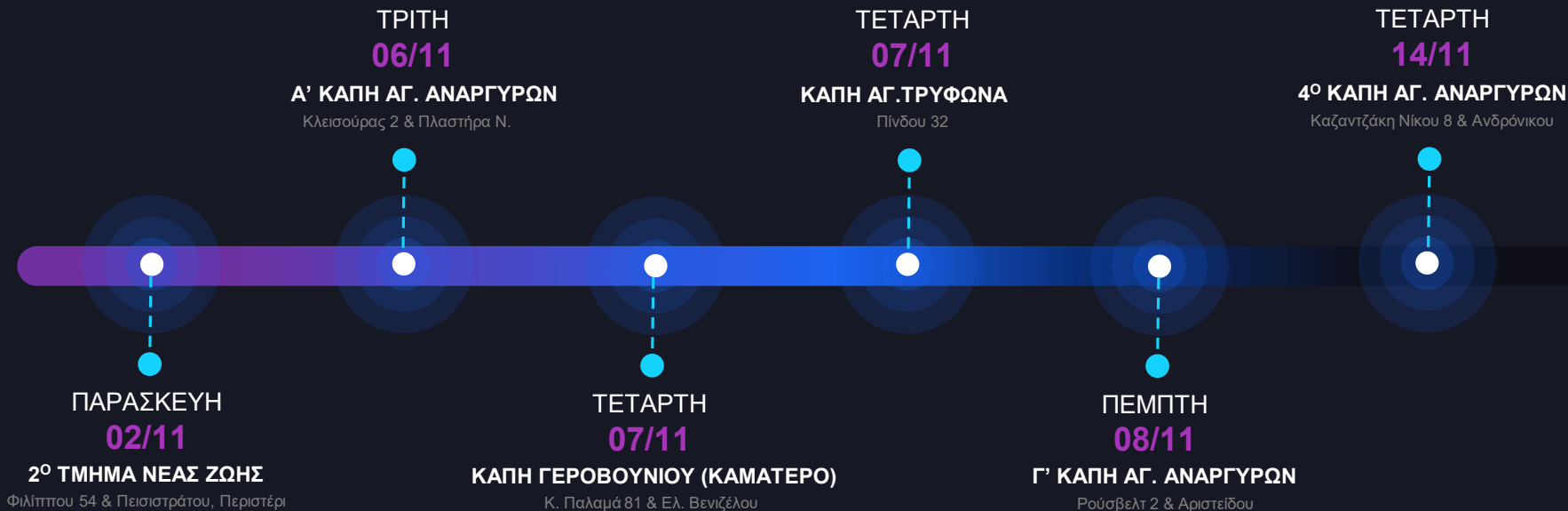
ΚΑΠΗ ΙΛΙΟΥ



ΚΑΠΗ ΠΕΡΙΣΤΕΡΙΟΥ



Νοέμβριος 2018 (α)



Νοέμβριος 2018 (β)

ΔΕΥΤΕΡΑ

19/11

Β' ΚΑΠΗ ΑΓ. ΑΝΑΡΓΥΡΩΝ

Πλαπούτα 2

ΤΕΤΑΡΤΗ

22/11

ΚΑΠΗ ΖΕΦΥΡΙΟΥ

Πίνδου 32



ΤΡΙΤΗ
16/10

ΚΑΠΗ ΚΑΜΑΤΕΡΟΥ

Βασιλέως Γεωργίου Β, Καματερό



ΤΡΙΤΗ
20/11

1^ο ΚΑΠΗ ΛΙΟΣΙΩΝ (ΦΥΛΗΣ)

Λ. Φυλής 165



ΠΕΜΠΤΗ
27/11

ΚΑΠΗ ΧΑΣΙΑΣ

Ανδρούτσου

Νοέμβριος 2018 (α)



75

ΑΤΟΜΑ

02/11

2^ο ΤΜΗΜΑ ΝΕΑΣ ΖΩΗΣ

Ομιλητές :
ΔΙΟΝΥΣΙΟΣ ΒΛΑΧΟΣ



90

ΑΤΟΜΑ

07/11

ΚΑΠΗ ΑΓ.ΤΡΥΦΩΝΑ

Ομιλητές :
ΑΠΟΣΤΟΛΟΣ ΚΑΤΣΑΡΟΣ
1 ΑΔΙΑΓΝΩΣΤΟ



90

ΑΤΟΜΑ

06/11

Α' ΚΑΠΗ ΑΓ. ΑΝΑΡΓΥΡΩΝ

Ομιλητές :
ΕΡΜΙΟΝΗ ΤΣΕΝΙΚΛΙΔΗ
ΠΕΤΡΟΥΛΑ ΜΑΡΑΚΗ
**4 ΑΔΙΑΓΝΩΣΤΑ & 1 ΑΡΧΗ
ΝΕΥΡΟΠΑΘΕΙΑΣ**



95

ΑΤΟΜΑ

08/11

Γ' ΚΑΠΗ ΑΓ.ΑΝΑΡΓΥΡΩΝ

Ομιλητές :
ΕΡΜΙΟΝΗ ΤΣΕΝΙΚΛΙΔΗ



75

ΑΤΟΜΑ

07/11

ΚΑΠΗ ΓΕΡΟΒΟΥΝΙΟΥ

Ομιλητές :
ΒΑΣΙΛΙΚΗ ΛΙΟΣΗ
**1 ΑΔΙΑΓΝΩΣΤΟ & ΑΡΧΗ
ΝΕΥΡΟΠΑΘΕΙΑΣ**



80

ΑΤΟΜΑ

14/11

4^ο ΚΑΠΗ ΑΓ.ΑΝΑΡΓΥΡΩΝ

Ομιλητές :
ΕΡΜΙΟΝΗ ΤΣΕΝΙΚΛΙΔΗ
ΠΕΤΡΟΥΛΑ ΜΑΡΑΚΗ

Νοέμβριος 2018 (B)



85

ΑΤΟΜΑ

15/11

ΚΑΠΗ ΚΑΜΑΤΕΡΟΥ

Ομιλητές :

ΚΑΤΣΑΟΥΝΗ ΠΑΝΑΓΙΩΤΑ
ΠΕΤΡΟΥΛΑ ΜΑΡΑΚΗ



75

ΑΤΟΜΑ

22/11

ΚΑΠΗ ΖΕΦΥΡΙΟΥ

Ομιλητές :
ΤΡΙΠΟΔΙΚΑ

1 ΑΔΙΑΓΝΩΣΤΟ &
1 ΑΔΙΑΓΝΩΣΤΟ
ΝΕΥΡΟΠΑΘΕΙΑ



90

ΑΤΟΜΑ

19/11

Β' ΚΑΠΗ ΑΓ.ΑΝΑΡΓΥΡΩΝ

Ομιλητές :

ΓΕΩΡΓΟΥΣΗΣ
ΠΕΤΡΟΥΛΑ ΜΑΡΑΚΗ
1 ΑΔΙΑΓΝΩΣΤΟ



65

ΑΤΟΜΑ

27/11

ΚΑΠΗ ΧΑΣΙΑΣ

Ομιλητές :
ΤΡΙΠΟΔΙΚΑ



70

ΑΤΟΜΑ

20/11

1^ο ΚΑΠΗ ΛΙΟΣΙΩΝ

Ομιλητές :

ΤΡΙΠΟΔΙΚΑ ΕΥΡΙΔΙΚΗ
1 ΑΔΙΑΓΝΩΣΤΟ



ΚΑΠΗ ΑΓ. ΑΝΑΡΓΥΡΩΝ



ΚΑΠΗ ΚΑΜΑΤΕΡΟΥ



Δεκέμβριος 2018

ΤΕΤΑΡΤΗ

05/12

ΚΕΦΑ ΑΓ.ΒΑΡΒΑΡΑΣ

Ηρακλείου 20

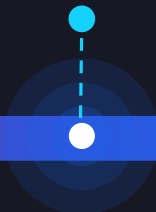


ΔΕΥΤΕΡΑ

03/12

7^ο ΚΑΠΗ ΑΓ.ΒΑΡΒΑΡΑΣ

Καλατσάκου 7



ΠΕΜΠΤΗ

06/12

3^ο ΚΑΠΗ ΑΓ.ΒΑΡΒΑΡΑΣ

Αθ. Διάκου 97 & Ματσούκα

ΤΕΡΜΑΤΙΣΜΟΣ ΔΡΑΣΗΣ ΓΙΑ ΤΟ 2018

Δεκέμβριος 2018



03/12
7^ο ΚΑΠΗ ΑΓ.ΒΑΡΒΑΡΑΣ

Ομιλητές:
ΠΕΤΡΟΥΛΑ ΜΑΡΑΚΗ
ΔΙΟΝΥΣΗΣ ΒΛΑΧΟΣ
**2 ΑΔΙΑΓΝΩΣΤΑ
ΜΕ ΝΕΥΡΟΠΑΘΕΙΑ**



06/12
3^ο ΚΑΠΗ
ΑΓ.ΒΑΡΒΑΡΑΣ

Ομιλητές:
ΠΕΤΡΟΥΛΑ
ΜΑΡΑΚΗ
2 ΑΔΙΑΓΝΩΣΤΑ



05/12
ΚΕΦΑ ΑΓ.ΒΑΡΒΑΡΑΣ

Ομιλητές:
ΠΕΤΡΟΥΛΑ ΜΑΡΑΚΗ
**1 ΑΔΙΑΓΝΩΣΤΟ
ΜΕ ΝΕΥΡΟΠΑΘΕΙΑ**

ΦΕΒΡΟΥΑΡΙΟΣ 2019

ΤΡΙΤΗ
26/02

1^ο ΚΑΠΗ ΑΙΓΑΛΕΩ
ΘΗΒΩΝ & ΜΟΣΧΟΝΗΣΙΩΝ

ΔΕΥΤΕΡΑ
25/02

4^ο ΚΑΠΗ ΑΙΓΑΛΕΩ
ΚΕΦΑΛΛΗΝΙΑΣ 30

ΤΕΤΑΡΤΗ
27/02

3^ο ΚΑΠΗ ΑΙΓΑΛΕΩ
ΔΕΛΦΩΝ 49

ΦΕΒΡΟΥΑΡΙΟΣ 2019



25/02
4^ο ΚΑΠΗ ΑΙΓΑΛΕΩ

Ομιλητές:
ΣΠΥΡΟΣ ΖΑΡΟΓΙΑΝΝΗΣ
5 **ΑΔΙΑΓΝΩΣΤΑ**



27/12
3^ο ΚΑΠΗ ΑΙΓΑΛΕΩ

Ομιλητές:
ΓΙΩΤΑ
ΜΠΑΛΩΜΕΝΟΥ
4 **ΑΔΙΑΓΝΩΣΤΑ**



26/02
1^ο ΚΑΠΗ ΑΙΓΑΛΕΩ

Ομιλητές:
ΣΠΥΡΟΣ ΖΑΡΟΓΙΑΝΝΗΣ
6 **ΑΔΙΑΓΝΩΣΤΑ**
2 **ΑΡΧΕΣ ΝΕΥΡΟΠΑΘΕΙΑΣ**



Με βάση αυτή την ενέργεια που πραγματοποιήσαμε με την πολύτιμη υποστήριξή σας και τις εκτιμήσεις των συμμετεχόντων ιατρών, μεταξύ άλλων παρατηρήθηκε, ότι, πρέπει να δημιουργηθούν οι κατάλληλες συνθήκες, ώστε ο πληθυσμός μας να γηράσκει σε καλή υγεία, παραμένοντας οικονομικά και κοινωνικά δραστήριος και παραγωγικός. Η τρίτη ηλικία και ειδικότερα οι άνθρωποι που ανήκουν σε χαμηλό βιοτικό επίπεδο, έχουν περιορισμένη προσβασιμότητα στην Πρωτοβάθμια περίθαλψη και τη σωστή ενημέρωση.

Παρατηρήθηκε επίσης, ότι ακόμα και σε διαγνωσμένους ασθενείς, να μην δίνουν την απαραίτητη σημασία στην πάθησή τους διότι δεν ήταν σωστά ενημερωμένοι, μην έχοντας καταλάβει τις σοβαρές επιπλοκές που προκαλεί η νόσος στην υγεία τους.

Με τη βοήθειά σας, ολοκληρώθηκε το πρόγραμμα -για το έτος 2018/2019- σε **32** ΚΑΠΗ των Δήμων Περιστεριού, Αιγάλεω, Φυλής, Αγ. Βαρβάρας, Ιλίου και Αγ. Αναργύρων, όπου στους **2575** επωφελούμενους, βρέθηκαν **37** αδιάγνωστα περιστατικά και **10** περιστατικά με νευροπάθεια ή αρχή διαβητικής νευροπάθειας.

Για όλους μας πρέπει η «υγιής γήρανση» να αποτελεί, ένα αντίδοτο στη δημογραφική γήρανση.

Ευχαριστούμε
για την προσοχή
και τη στήριξή σας.

