

Αίτημα για συνάντηση του Συντονιστικού της Πρωτοβάθμιας με τον αναπληρωτή υπουργό Οικονομικών

[iatronet.gr/article/117926/clawback-aithma-gia-synanthsh-toy-syntonistikoy-ths-protovathmias-me-ton-ypourgo-oikonomikon](https://www.iatronet.gr/article/117926/clawback-aithma-gia-synanthsh-toy-syntonistikoy-ths-protovathmias-me-ton-ypourgo-oikonomikon)

iatronet.gr

19 Ιουλίου 2023

Τετάρτη, 19 Ιουλίου 2023, 17:41

Αίτημα για συνάντηση με τον αναπληρωτή υπουργό Οικονομικών Νίκο Παπαθανάση, απέστειλε σήμερα το Συντονιστικό Όργανο Φορέων Πρωτοβάθμιας Φροντίδα Υγείας, με κυρίαρχο θέμα τις υποχρεωτικές επιστροφές (clawback).

Στην επιστολή αναφέρονται τα εξής:

"Θα θέλαμε να σας συγχαρούμε για την ανάληψη των νέων σας καθηκόντων ως αναπληρωτή υπουργό Οικονομικών και να σας ευχηθούμε καλή επιτυχία στο έργο σας. Το έργο που έχετε να επιτελέσετε είναι δύσκολο και με αρκετές προκλήσεις. Στις προτεραιότητές σας θεωρούμε ότι είναι αναγκαίο να συμπεριλάβετε τη μέριμνα για την αντιμετώπιση των αναγκών και των προβλημάτων της Πρωτοβάθμιας Φροντίδας Υγείας.

Οι ιδιωτικοί φορείς ΠΦΥ έχουν τη διάθεση να είναι συνεπείς στις τρέχουσες υποχρεώσεις τους, να εξυπηρετούν ποιοτικά τους ασθενείς και να αποτελούν βασικό πυλώνα του συστήματος Υγείας, μιας και έτσι αποσυμφορίζονται τα νοσοκομεία. Οι κλινικοεργαστηριακοί γιατροί και τα διαγνωστικά κέντρα, όμως, έχουν έρθει σε αδιέξοδο λόγω του ανεξέλεγκτου claw back, κινδυνεύουν να χάσουν τα ιατρεία τους.

Σε αυτό το πλαίσιο επιθυμούμε άμεσα τον προγραμματισμό συνάντησης μαζί σας για να βρεθούν οριστικές λύσεις.

Θεωρούμε ότι μέτρα που εξομαλύνουν την υπάρχουσα κατάσταση είναι:

- Η ενίσχυση της χρηματοδότησης της Πρωτοβάθμιας Φροντίδα Υγείας.
- Διαγραφή των παλαιών χρεών claw back, για την οποία χρειάζεται νομοθετική πρωτοβουλία.

Προσδοκώντας σε αγαστή συνεργασία".

Ειδήσεις υγείας σήμερα

Ποια είναι τα οφέλη του μαύρου τσαγιού

Πόσο πιθανή είναι η επιληψία μετά από τραυματισμό στο κεφάλι

Ο προδιαβήτης αυξάνει τον κίνδυνο καρδιακής νόσου

Έγκριση FDA για πρόληψη του RSV σε βρέφη και παιδιά

healthpharma.gr/pharmacy/beyfortus-egkrisi-fda-gia-prolippsi-toy-rsv-se-vrefi-kai-paidia

19 Ιουλίου 2023

Γράφει ο Κοσμάς Ζακυνθινός

Στην έγκριση του Beyfortus (nirsevimab-alip) για την πρόληψη της νόσου της κατώτερης αναπνευστικής οδού από τον ιό του αναπνευστικού συγκυτιακού ιού (RSV) προχώρησε ο Αμερικανικός Οργανισμός Τροφίμων και Φαρμάκων (FDA) για νεογνά, βρέφη και σε παιδιά έως 24 μηνών, που παραμένουν ευάλωτα στη σοβαρή νόσο.

ΔΩΡΕΑΝ ΕΓΓΡΑΦΗ ΣΤΟ NEWSLETTER

«Ο RSV μπορεί να προκαλέσει σοβαρή ασθένεια σε βρέφη και παιδιά με αποτέλεσμα να αυξάνεται ο αριθμός των επισκέψεων στα τμήματα επειγόντων περιστατικών κάθε χρόνο», όπως δηλώνει ο John Farley, MD, MPH, διευθυντής του Γραφείου Λοιμωδών Νοσημάτων στο Κέντρο Αξιολόγησης Φαρμάκων του FDA.

«Η έγκριση του φαρμάκου καλύπτει τη μεγάλη ανάγκη για προϊόντα που θα συμβάλλουν στη μείωση του αντίκτυπου της νόσου RSV στα παιδιά, τις οικογένειες και το σύστημα υγειονομικής περίθαλψης».

Ο RSV (συγκυτιακός) είναι ένας ιός που προκαλεί οξεία αναπνευστική λοίμωξη σε άτομα όλων των ηλικιακών ομάδων. Ενώ τα περισσότερα βρέφη και μικρά παιδιά εμφανίζουν ήπια συμπτώματα που μοιάζουν με κρυολόγημα, ορισμένα βρέφη, ειδικά με την πρώτη τους μόλυνση, αναπτύσσουν νόσο του κατώτερου αναπνευστικού συστήματος, όπως πνευμονία και βρογχιολίτιδα (πρήξιμο των μικρών αεραγωγών στους πνεύμονες), που συχνά οδηγεί σε επίσκεψη στο τμήμα επειγόντων περιστατικών.

Επιπολασμός της νόσου

Τα πρόωρα βρέφη και εκείνα με χρόνια πνευμονοπάθεια προωρότητας ή σημαντική συγγενή καρδιοπάθεια, διατρέχουν τον υψηλότερο κίνδυνο για σοβαρή νόσο RSV.

Περίπου 1% έως 3% των παιδιών ηλικίας κάτω των 12 μηνών στις Ηνωμένες Πολιτείες νοσηλεύονται κάθε χρόνο λόγω RSV, σύμφωνα με την Αμερικανική Ακαδημία Παιδιατρικής.

Στις περισσότερες περιοχές των ΗΠΑ, η κυκλοφορία του RSV είναι εποχιακή, συνήθως ξεκινά το φθινόπωρο και κορυφώνεται το χειμώνα. Μεταδίδεται από άτομο σε άτομο, μέσω στενής επαφής, με κάποιον που έχει μολυνθεί.

Το Beyfortus είναι ένα μονοκλωνικό αντίσωμα με δράση κατά του RSV και διατίθεται από την AstraZeneca και τη Sanofi, χρησιμοποιώντας την τεχνολογία YTE της AstraZeneca. Τα μονοκλωνικά αντισώματα είναι εργαστηριακές πρωτεΐνες που μιμούνται την ικανότητα

του ανοσοποιητικού συστήματος να καταπολεμά επιβλαβή παθογόνα, όπως οι ιοί. Μία δόση Beyfortus, που χορηγείται ως εφάπαξ ενδομυϊκή ένεση πριν ή κατά τη διάρκεια της περιόδου έξαρσης του RSV, μπορεί να παρέχει προστασία.

Η ασφάλεια και η αποτελεσματικότητα του Beyfortus υποστηρίχθηκαν από τρεις κλινικές δοκιμές (Δοκιμές 03, 04 και 05). Ο βασικός δείκτης μέτρησης της αποτελεσματικότητας ήταν η επίπτωση της λοίμωξης της κατώτερης αναπνευστικής οδού από RSV, που αξιολογήθηκε στη διάρκεια των 150 ημερών μετά τη χορήγηση του Beyfortus.

Κάντε like στη σελίδα μας στο facebook για να μαθαίνετε όλα τα νέα

- ΕΤΙΚΕΤΤΕΣ
- AstraZeneca
- Beyfortus
- FDA
- John Farley
- nirsevimab-alip
- RSV
- Sanofi
- βρέφη
- Κοσμάς Ζακυνθινός
- παιδιά
- Πνεύμονες
- συγκυτιακός ιός

Watch Video At: https://youtu.be/N7_fhuEZE1g

Κίνδυνοι από τεχνητή νοημοσύνη και μηχανική μάθηση στην έρευνα για τα φάρμακα

[iatronet.gr/article/117913/ema-kindynoi-apo-thn-tehnhth-nohmosynh-kai-mhhanikh-mathshsh-sthn-ereyna-gia-farmaka](https://www.iatronet.gr/article/117913/ema-kindynoi-apo-thn-tehnhth-nohmosynh-kai-mhhanikh-mathshsh-sthn-ereyna-gia-farmaka)

iatronet.gr

19 Ιουλίου 2023

Τετάρτη, 19 Ιουλίου 2023, 13:28

Τους κινδύνους και τις προκλήσεις που ελλοχεύουν από τη χρήση **τεχνητής νοημοσύνης (AI)** και **μηχανικής μάθησης (ML)** στην έρευνα και ανάπτυξη φαρμάκων, επισημαίνουν οι ειδικοί του Ευρωπαϊκού Οργανισμού Φαρμάκων (EMA).

Ο EMA δημοσίευσε σήμερα ένα **προσχέδιο εγγράφου** προβληματισμού που περιγράφει την τρέχουσα σκέψη σχετικά με τη χρήση της σύγχρονης τεχνολογίας για την ασφαλή και αποτελεσματική ανάπτυξη φαρμάκων για ανθρώπινη και κτηνιατρική χρήση.

Το έγγραφο έχει τεθεί σε δημόσια διαβούλευση έως τις 31 Δεκεμβρίου και αναφέρεται στις αρχές που σχετίζονται με την εφαρμογή της τεχνητής νοημοσύνης και της μηχανικής μάθησης σε οποιοδήποτε στάδιο του κύκλου ζωής ενός φαρμάκου: από την ανακάλυψη έως και μετά την έγκριση.

Το έγγραφο προβληματισμού αποτελεί μέρος των κοινών πρωτοβουλιών της Ομάδας Big Data του EMA (**BDSG**), της Επιτροπής Φαρμάκων για Ανθρώπινη Χρήση του Οργανισμού (**CHMP**) και της Επιτροπής Κτηνιατρικών Φαρμάκων (**CVMP**).

Εφαρμογή

Η χρήση εργαλείων τεχνητής νοημοσύνης και μηχανικής μάθησης **μπορούν να υποστηρίξουν αποτελεσματικά την απόκτηση, μετασχηματισμό, ανάλυση και ερμηνεία δεδομένων σε όλο τον κύκλο ζωής του φαρμακευτικού προϊόντος.**

Η εφαρμογή τους μπορεί να περιλαμβάνει, για παράδειγμα, προσεγγίσεις μοντελοποίησης για την αντικατάσταση, τη μείωση και τη βελτίωση της χρήσης ζωικών μοντέλων κατά την προκλινική ανάπτυξη.

Σε κλινικές δοκιμές, τα συστήματα τεχνητής νοημοσύνης και μηχανικής μάθησης μπορούν να υποστηρίξουν την επιλογή ασθενών με βάση ορισμένα χαρακτηριστικά της νόσου ή άλλες κλινικές παραμέτρους.

Μπορούν, επίσης, να υποστηρίξουν την καταγραφή και αναλύσεις δεδομένων, οι οποίες με τη σειρά τους θα υποβληθούν στις ρυθμιστικές αρχές στις διαδικασίες χορήγησης άδειας κυκλοφορίας.

Προκλήσεις

Σύμφωνα με τους ειδικούς του EMA, αυτή η γκάμα εφαρμογών **φέρνει προκλήσεις, όπως η κατανόηση των αλγορίθμων, οι κίνδυνοι τεχνικών αστοχιών και ο ευρύτερος αντίκτυπος που θα είχαν στην υιοθέτηση της τεχνητής νοημοσύνης στην ανάπτυξη φαρμάκων και στην υγεία.**

Το έγγραφο προβληματισμού υπογραμμίζει ότι **μία ανθρωποκεντρική προσέγγιση θα πρέπει να καθοδηγεί όλη την ανάπτυξη και ανάπτυξη της τεχνητής νοημοσύνης και της μηχανικής μάθησης.**

Η χρήση της τεχνητής νοημοσύνης στον κύκλο ζωής του φαρμακευτικού προϊόντος θα πρέπει πάντα να πραγματοποιείται σύμφωνα με τις υπάρχουσες νομικές απαιτήσεις, να λαμβάνει υπόψη τη δεοντολογία και να διασφαλίζει τον δέοντα σεβασμό των θεμελιωδών δικαιωμάτων.

Εάν ένα σύστημα τεχνητής νοημοσύνης και μηχανικής μάθησης χρησιμοποιείται στο πλαίσιο της ανάπτυξης, αξιολόγησης ή παρακολούθησης φαρμάκων και αναμένεται να επηρεάσει τη σχέση οφέλους - κινδύνου ενός φαρμάκου, ο EMA συμβουλεύει τους προγραμματιστές να αναζητήσουν έγκαιρη ρυθμιστική υποστήριξη, όπως μεθόδους ανάπτυξης (για ανθρώπινα φάρμακα) ή επιστημονικές συμβουλές.

Ευκαιρίες

"Η χρήση της τεχνητής νοημοσύνης αναπτύσσεται ραγδαία στην κοινωνία και ως ρυθμιστές βλέπουμε όλο και περισσότερες εφαρμογές στον τομέα των φαρμάκων. Η τεχνητή νοημοσύνη φέρνει συναρπαστικές ευκαιρίες για τη δημιουργία νέων πληροφοριών και τη βελτίωση των διαδικασιών. Για να τα αγκαλιάσουμε πλήρως, θα χρειαστεί να είμαστε προετοιμασμένοι για τις ρυθμιστικές προκλήσεις που παρουσιάζει αυτό το ταχέως εξελισσόμενο οικοσύστημα", δήλωσε ο **Jesper Kjær**, διευθυντής του Κέντρου Ανάλυσης Δεδομένων στον Οργανισμό Φαρμάκων της Δανίας και συμπρόεδρος του BDSG.

"Με αυτό το έγγραφο, ανοίγουμε διάλογο με προγραμματιστές, ακαδημαϊκούς και άλλους ρυθμιστικούς φορείς, για να συζητήσουμε τρόπους για να προχωρήσουμε, διασφαλίζοντας ότι το πλήρες δυναμικό αυτών των καινοτομιών μπορεί να αξιοποιηθεί προς όφελος της υγείας των ασθενών και των ζώων", δήλωσε ο **Peter Arlett**, επικεφαλής του Data Analytics and Methods του EMA και συμπρόεδρος του BDSG.

Δημ.Κ.

Ειδήσεις υγείας σήμερα

Ποια είναι τα οφέλη του μαύρου τσαγιού

Πόσο πιθανή είναι η επιληψία μετά από τραυματισμό στο κεφάλι

Ο προδιαβήτης αυξάνει τον κίνδυνο καρδιακής νόσου

10.000 υγειονομικοί εκτός ΕΣΥ τα τελευταία δύομισι χρόνια

[iatronet.gr/article/117922/arnhtiko-rekor-40etias-10000-ygeionomikoi-ektos-esy-ta-teleytaia-dyomisi-hronia](https://www.iatronet.gr/article/117922/arnhtiko-rekor-40etias-10000-ygeionomikoi-ektos-esy-ta-teleytaia-dyomisi-hronia)

Δημήτρης Καραγιώργος

19 Ιουλίου 2023

Τετάρτη, 19 Ιουλίου 2023, 16:00

Δημήτρης Καραγιώργος

Διευθυντής Σύνταξης

"Αιμορραγία" διαρκείας προκαλούν στο ΕΣΥ οι αποχωρήσεις προσωπικού. Οι **πρόσφατες ανακοινώσεις** του πρωθυπουργού για 10.000 προσλήψεις θα καλύψουν απλά τα κενά που δημιουργήθηκαν τους τελευταίους μήνες και εφόσον υλοποιηθούν άμεσα.

Ο πρόεδρος της Ομοσπονδίας εργαζομένων στα νοσοκομεία (ΠΟΕΔΗΝ), **Μιχάλης Γιαννάκος**, επικαλείται επίσημα στοιχεία, σύμφωνα με τα οποία, τα τελευταία δύομισι χρόνια, έχουν αποχωρήσει 10.000 εργαζόμενοι από το ΕΣΥ.

"Με βάση το Μητρώο Ανθρώπινου Δυναμικού του υπουργείου Εσωτερικών, **ο αριθμός των αποχωρήσεων είναι ρεκόρ από τη σύσταση του Εθνικού Συστήματος Υγείας**", τονίζει.

Σύμφωνα με τον κ. Γιαννάκο (φωτογραφία), από τους 10.000 που αποχώρησαν, **ορισμένοι συνταξιοδοτήθηκαν και άλλοι πήγαν να εργαστούν σε νοσοκομεία του εξωτερικού**.

Όπως εξηγεί, οι μαζικές αυτές αποχωρήσεις οφείλονται στις χαμηλές αμοιβές των υγειονομικών, στις συνθήκες εργασίας, στον εμπαιγμό του κράτους για τη μονιμοποίηση των 20.000 συμβασιούχων και στη μη ένταξη στα Βαρέα και Ανθυγιεινά Επαγγέλματα.

Ο πρόεδρος της ΠΟΕΔΗΝ εκτιμά πως **δεν είναι μακριά η ώρα που νοσοκομεία, Κέντρα Υγείας και σταθμοί ΕΚΑΒ θα βάλουν "λουκέτο", όχι γιατί δεν γίνονται προκηρύξεις μόνιμου προσωπικού, αλλά επειδή δεν ενδιαφέρεται κανένας να εργαστεί στο ΕΣΥ, λόγω πενιχρών απολαβών**.

"**Ποιος γιατρός θα εργαστεί με 1.850 ευρώ το μήνα, ποιος νοσηλευτής ή διασώστης με 800 ευρώ και ποιος τραυματιοφορέας για 650 ευρώ και μάλιστα μακριά από τον τόπο κατοικίας του;**", αναρωτιέται.

Τονίζει πως τα 50 ευρώ τον μήνα, που εξαγγέθηκαν με το νέο μισθολόγιο, δεν αποτελούν επαρκές κίνητρο για να αναστραφεί η κατάσταση: "Ποιός νοσηλευτής ή διασώστης μπορεί να ζήσει σε νησί με 850 ευρώ το μήνα; **Δεν φτάνουν ούτε για το νοίκι**", τονίζει, για να σημειώσει:

"Φεύγουν γιατροί, νοσηλευτές για το εξωτερικό και σε 7 χρόνια θα βγάλουν τα χρήματα που θα κέρδιζαν εδώ σε 40 χρόνια. Εκεί θα έχουν ταυτόχρονα φορολογικές ελαφρύνσεις, οικογενειακές διευκολύνσεις και εισιτήρια δωρεάν για τη πατρίδα".


Ειδήσεις υγείας σήμερα

Ποια είναι τα οφέλη του μαύρου τσαγιού

Πόσο πιθανή είναι η επιληψία μετά από τραυματισμό στο κεφάλι

Ο προδιαβήτης αυξάνει τον κίνδυνο καρδιακής νόσου

Οδηγίες από το υπουργείο Υγείας για την πρόληψη των επιπτώσεων του καύσωνα

 [iatronet.gr/article/117925/odhgies-apo-to-yπουργeio-ygeias-gia-thn-prolhps-h-ton-epiptoseon-apo-ton-kaysona](https://www.iatronet.gr/article/117925/odhgies-apo-to-yπουργeio-ygeias-gia-thn-prolhps-h-ton-epiptoseon-apo-ton-kaysona)

iatronet.gr

19 Ιουλίου 2023

Τετάρτη, 19 Ιουλίου 2023, 16:35

Συστάσεις για την αποφυγή των επιπτώσεων από τον επικείμενο καύσωνα, απευθύνει το υπουργείο Υγείας. Επιστήμονες - μέλη της Επιτροπής Δημόσιας Υγείας θα πραγματοποιήσουν αύριο έκτακτη ενημέρωση και θα δώσουν οδηγίες προστασία από τις ακραίες καιρικές συνθήκες που αναμένονται τις επόμενες ημέρες.

Σε σημερινή εγκύκλιο της αναπληρώτριας υπουργού Ειρήνης Αγαπηδάκη, η οποία παρατίθεται πιο κάτω, σημειώνεται πως ο καύσωνας αποτελεί εποχικό φαινόμενο που παρατηρείται κατά τους θερινούς μήνες και γίνεται πιο έντονο στις πόλεις.

Καλούνται να είναι σε ετοιμότητα οι δημόσιες υπηρεσίες, ενώ οι Δήμοι θα πρέπει να διαθέσουν δροσερούς και κλιματιζόμενους χώρους για το κοινό.

Οι αρμόδιες υπηρεσίες θα πρέπει να εξετάσουν το ενδεχόμενο, εφόσον κριθεί αναγκαίο, εκτάκτων μεταβολών στα ωράρια λειτουργίας των διαφόρων υπηρεσιών του δημοσίου και ιδιωτικού τομέα, με έμφαση στον περιορισμό της μετακίνησης μεγάλου αριθμού ατόμων κατά τις θερμότερες ώρες.

Παθολογικές καταστάσεις από υψηλές θερμοκρασίες και οδηγίες αντιμετώπισης τους

Όταν η θερμοκρασία του περιβάλλοντος ανέλθει σε όρια μη ανεκτά από τον ανθρώπινο οργανισμό σε συνέργεια με άλλους παράγοντες (υγρασία, άπνοια), δημιουργούνται παθολογικές καταστάσεις ποικίλου βαθμού βαρύτητας, που μπορούν να οδηγήσουν σε βαριά νόσηση έως και στο θάνατο.

Τα αρχικά συμπτώματα μπορεί να είναι: δυνατός πονοκέφαλος, ατονία, αίσθημα καταβολής, τάση για λιποθυμία, πτώση της αρτηριακής πίεσης, ναυτία, έμετοι και ταχυπαλμία.

Το σύνδρομο της θερμοπληξίας, εκδηλώνεται με: ξαφνική αύξηση της θερμοκρασίας του σώματος (>40.5 ο C), κόκκινο, ζεστό και ξηρό δέρμα (η εφίδρωση έχει σταματήσει), ξηρή πρησμένη γλώσσα, ταχυπαλμία, ταχύπνοια, έντονη δίψα, πονοκέφαλος, ναυτία, έμετος, ζάλη, σύγχυση, αδυναμία προσανατολισμού και καθαρής ομιλίας, επιθετική ή παράξενη συμπεριφορά, σπασμοί, απώλεια συνείδησης ή κώμα.

Η θεραπεία των ατόμων που παρουσιάζουν τα παραπάνω συμπτώματα, όταν η θερμοκρασία του περιβάλλοντος είναι υψηλή, πρέπει να γίνεται κατά προτίμηση σε νοσηλευτικά ιδρύματα, αλλά ως πρώτες βοήθειες μέχρι τη διακομιδή τους σε αυτά θα πρέπει να εφαρμοστούν άμεσα μέτρα ελάττωσης της θερμοκρασίας του σώματος: Μεταφορά του θερμόπληκτου άμεσα σε μέρος δροσερό, ευάερο, σκιερό κατά προτίμηση κλιματιζόμενο, πλήρης έκδυση από τα ρούχα, τοποθέτηση παγοκύστεων ή κρύων επιθεμάτων στον τράχηλο, τις μασχάλες και τη βουβωνική περιοχή, εμβάπτιση σε μπανιέρα με κρύο νερό ή ντους ή ψεκάσμο με κρύο νερό, παροχή μικρών γουλιών δροσερών υγρών (νερού ή αραιωμένου χυμού φρούτων, 1 μέρος χυμού σε 4 μέρη νερού) αν μπορεί να καταπιεί.

Ποιός κινδυνεύει από τις υψηλές θερμοκρασίες

- Ηλικιωμένοι.
- Μωρά και μικρά παιδιά.
- Έγκυες και θηλάζουσες γυναίκες.
- Άτομα που είναι υπέρβαρα ή παχύσαρκα.
- Άτομα που εργάζονται ή ασκούνται έντονα σε ζεστό περιβάλλον.
- Άτομα με χρόνιες παθήσεις (καρδιαγγειακές παθήσεις, υπέρταση, σακχαρώδη διαβήτη, πνευμονοπάθειες, νεφροπάθειες, ηπατοπάθειες, ψυχική νόσο, άνοια, αλκοολισμό ή κατάχρηση ναρκωτικών ουσιών κ.λ.π.).
- Άτομα με οξεία νόσο, όπως λοίμωξη με πυρετό ή γαστρεντερίτιδα (διάρροια ή / και έμετο).
- Άτομα που για καθαρά ιατρικούς λόγους παίρνουν φάρμακα για τα χρόνια νοσήματά τους, όπως π.χ. διουρητικά, αντιχολινεργικά, ψυχοφάρμακα, ορμονούχα (συμπεριλαμβανομένης της ινσουλίνης και των αντιδιαβητικών δισκίων). Ιδιαίτερα κατά την περίοδο των υψηλών θερμοκρασιών περιβάλλοντος θα πρέπει να συμβουλευονται το γιατρό τους για την ενδεχόμενη τροποποίηση της δοσολογίας.

Γενικές οδηγίες προφύλαξης

- Παραμονή σε **χώρους που κλιματίζονται**.
- **Ντύσιμο ελαφρύ** και άνετο με ανοιχτόχρωμα ρούχα από πορώδες υλικό, ώστε να διευκολύνεται ο αερισμός του σώματος και η εξάτμιση του ιδρώτα.
- **Χρήση καπέλου** από υλικό που να επιτρέπει τον αερισμό του κεφαλιού.
- **Χρήση μαύρων ή σκουρόχρωμων γυαλιών ηλίου** με φακούς που προστατεύουν από την ηλιακή ακτινοβολία.
- **Αποφυγή έκθεσης στον ήλιο**, ιδίως για τα βρέφη και τους ηλικιωμένους.
- **Αποφυγή βαριάς σωματικής εργασίας**.
- **Αποφυγή πολύωρων ταξιδιών** με μέσα συγκοινωνίας που δε διαθέτουν κλιματισμό.
- **Τα μέσα μαζικής μεταφοράς** πρέπει να φροντίζουν για την καλή λειτουργία του κλιματισμού τους λαμβάνοντας υπόψη τις γενικές οδηγίες για την καλύτερη εξυπηρέτηση του κοινού.

- **Πολλά χλιαρά ντους** κατά τη διάρκεια της ημέρας και τοποθέτηση δροσερών επιθεμάτων στο κεφάλι και στο λαιμό.
- **Μικρά σε ποσότητα και ελαφριά γεύματα** φτωχά σε λιπαρά, με έμφαση στη λήψη φρούτων και λαχανικών.
- **Λήψη άφθονων υγρών** (νερού και χυμών φρούτων), ιδιαίτερα από τα βρέφη και τους ηλικιωμένους και αποφυγή του αλκοόλ. Αν η εφίδρωση είναι μεγάλη, συστήνεται η πρόσθετη λήψη μικρών δόσεων αλατιού.
- **Άτομα που πάσχουν από χρόνια νοσήματα θα πρέπει να συμβουλευτούν τον θεράποντα ιατρό τους, από τον οποίο θα λάβουν επιπρόσθετες οδηγίες ανάλογα με την κατάστασή τους καθώς και οδηγίες για την πιθανή αλλαγή της δοσολογίας της φαρμακευτικής τους αγωγής.**
- **Οι ηλικιωμένοι να μην εγκαταλείπονται μόνοι τους αλλά να εξασφαλίζεται κάποιο άτομο για την καθημερινή τους φροντίδα.**

Οι χώροι εργασίας πρέπει να διαθέτουν κλιματιστικά μηχανήματα ή απλούς ανεμιστήρες, κατά προτίμηση οροφής, και σε κάθε περίπτωση φυσικό αερισμό των χώρων. Το ίδιο ισχύει και για τα ιδρύματα, που περιθάλπουν νεογνά, βρέφη, παιδιά, ηλικιωμένους και άτομα με ειδικές ανάγκες.

Ιδιαίτερη βαρύτητα θα πρέπει να δίδεται όταν οι υψηλές θερμοκρασίες συνδυάζονται και με φαινόμενα αυξημένων επιπέδων ατμοσφαιρικής ρύπανσης.

Συγκεκριμένα:

Για την περίπτωση **υπέρβασης των ορίων του όζοντος στον ατμοσφαιρικό αέρα**, το υπουργείο Υγείας έχει εκδώσει σχετικές οδηγίες για την ενημέρωση του κοινού με μέτρα προφύλαξης ειδικά των ευπαθών πληθυσμιακών ομάδων, οι οποίες έχουν ως εξής:

"Άτομα με αναπνευστικές και καρδιαγγειακές παθήσεις και γενικότερα άτομα ευαίσθητα στην ατμοσφαιρική ρύπανση συνιστάται να παραμένουν σε εσωτερικούς χώρους και να αποφεύγουν την κυκλοφορία στο εξωτερικό περιβάλλον. Επίσης, συνιστάται στα παραπάνω άτομα καθώς και τα παιδιά να αποφεύγουν την έντονη σωματική άσκηση, η οποία μπορεί να προκαλέσει ερεθισμό της αναπνευστικής οδού και να οδηγήσει σε αναπνευστικά προβλήματα".

Δημ.Κ.

Επιπλέον Πληροφορίες

Εγκύκλιος αναπληρώτριας υπουργού Υγείας

Ειδήσεις υγείας σήμερα

Ποια είναι τα οφέλη του μαύρου τσαγιού

Πόσο πιθανή είναι η επιληψία μετά από τραυματισμό στο κεφάλι

Ο προδιαβήτης αυξάνει τον κίνδυνο καρδιακής νόσου
