

1. ΕΙΜΑΣΤΕ ΦΤΙΑΓΜΕΝΟΙ ΝΑ ΖΟΥΜΕ 132 ΧΡΟΝΙΑ 99

Μέσο:ΠΡΩΤΟ ΘΕΜΑ

Ημ. Έκδοσης: ...23/11/2025 Ημ. Αποδελτίωσης: ...23/11/2025

Σελίδα:1



Ο καθηγητής **Χρούσος**
στον Δανίκα

**“Είμαστε
φτιαγμένοι
να ζούμε
132 χρόνια”**

...αλλά δεν τα καταφέρ-
νουμε λόγω του στρες



ΣΥΝΕΝΤΕΥΞΗ

με τον Δημήτρη Δανίκα

Βρέθηκα σε πεζόδρομο κοντά στα Ιλίσια. Στην είσοδο του κτιρίου μια μεγάλη επιγραφή έγραφε: Εθνικό Καποδιστριακό Πανεπιστήμιο Αθηνών. Ιατρική Σχολή. Και με μικρότερα γράμματα: Μονάδα Κλινικής και Μεταφραστικής Έρευνας στην Ενδοκρινολογία. Και με ακόμα μικρότερα: Διευθυντής, Καθηγητής Γιώργος Χρούσος.

Ο Γιώργος Χρούσος είναι με ταύ των 250 πιο χαρακτηριστικών κλινικών ερευνητών του κόσμου. Έχει συγγράψει περισσότερες από 1.100 επιστημονικές εκδόσεις, έχει επιμεληθεί 29 βιβλία και τα έργα του έχουν χρησιμοποιηθεί περισσότερες από 74.000 φορές. Σύμφωνα με την ιστοσελίδα ISI (που μετρά τις αναζητήσεις για επιστημονικές εκδόσεις), είναι ο πιο αναγνωρισμένος κλινικός παιδίατρος και ενδοκρινολόγος στον κόσμο. Σύμφωνα με τον μετρητή αναφορών της υπηρεσίας Google Μελετών, είναι ο 37ος πιο αναγνωρισμένος επιστήμονας στον κόσμο.

Είναι καθηγητής και πρόεδρος του Τμήματος Παιδιατρικής του Πανεπιστημίου Αθηνών. Ήταν ανώτερος ερευνητής και επικεφαλής του Κλάδου Παιδιατρικής και Αναπαραγωγικής Ενδοκρινολογίας του Εθνικού Ινστιτούτου Παιδικής Υγείας και Ανθρώπινις Εξελίξεις των ΗΠΑ. Υπήρξε διευθυντής κλινικής στην Παιδιατρική, στη Φυσιολογία και τη Βιοχημική του Πανεπιστημίου Τζόρτζια. Είναι διακεκριμένος επισκέπτης ερευνητής στο Ινστιτούτο Παιδικής Υγείας και Ανθρώπινις Εξελίξεις των ΗΠΑ.

Διαβάστε προσεκτικά αυτά που λέει. Είναι τόσο χρήσιμα όσο είναι και μια αόρατη και αδιανέστη προσοπική ασιπδα ηγείας!

Σκηνή 1η «Θανατηφόρο στρες»

ΔΗΜΗΤΡΗΣ ΔΑΝΙΚΑΣ: Σχετικά με αυτή την ανακάλυψη που βγάλατε, μπορούμε να είμαστε νέοι μέχρι τα 200;

ΓΙΩΡΓΟΣ ΧΡΟΥΣΟΣ: Αν' ό,τι φαίνεται, είμαστε φτιαγμένοι για 132 χρόνια, εκεί το έχουν υπολογίσει.

Δ.Δ.: Ποια γενιά;

Γ.Χ.: Όλες. Ο άνθρωπος είναι φτιαγμένος για 132 χρόνια, με τον μισό όρο ζωής γύρω στα 105-110. Όμως, λόγω του στρες κυρίως, των δυσκολιών, της πίεσης που υφίσταμεθα, πεθαίνουμε νωρίτερα.

Δ.Δ.: Μα, λένε ότι το στρες είναι και θετικό.

Γ.Χ.: Όταν είναι διαχειρίσιμο, είναι θετικό. Να δώσω ένα παράδειγμα. Σεκινάω να κάνω κάτι το οποίο έχει μια δυσκολία, αλλά μέσα στην ημέρα το επιτυγχάνω. Στο τέλος έχω ένα θετικό αίσθημα. Αυτό λέγεται «ευ στρες», διότι το χειρίστηκα καλά και το ήξερα.

Δ.Δ.: Όταν μαθαίνω όμως ότι έχω καρκίνο, δεν μπορώ να έχω θετικό στρες.

Γ.Χ.: Αυτό είναι αρνητικό στρες, καταρχάς ψυχολογικό. Αρχίζεις να σκέφτεσαι «τι θα μου συμβεί, θα προχωρήσει...». Καλό είναι βέβαια, τώρα που έχουμε τρόπους να αντιμετωπίσουμε τον καρκίνο, να τον αντιμετωπίσουμε μαχητικά και με ελπίδα ότι θα κρατήσουμε πολλά χρόνια. Και πραγματικά, ξέρω γυναίκες με καρκίνο του μαστού που, αν τον θεωρήσουν έναν εχθρό που μπορούν να τον αντιμετωπίσουν, τον αντιμετωπίζουν σωστά και ζουν περισσότερα.

Δ.Δ.: Αυτά που κάνουν οι γυναίκες με τις πλαστικές, με τα υαλουρονικά, δημιουργούν προβλήματα στον οργανισμό;

Γ.Χ.: Όχι, όχι, δεν μπορεί να κάνει κάτι κακό το υαλουρονικό.

Σκηνή 2η «Γεννιούνται παιδιά με προβλήματα»

Δ.Δ.: Μπορεί κανείς να διατηρηθεί νέος; Τα κύτταρα δεν πεθαίνουν;

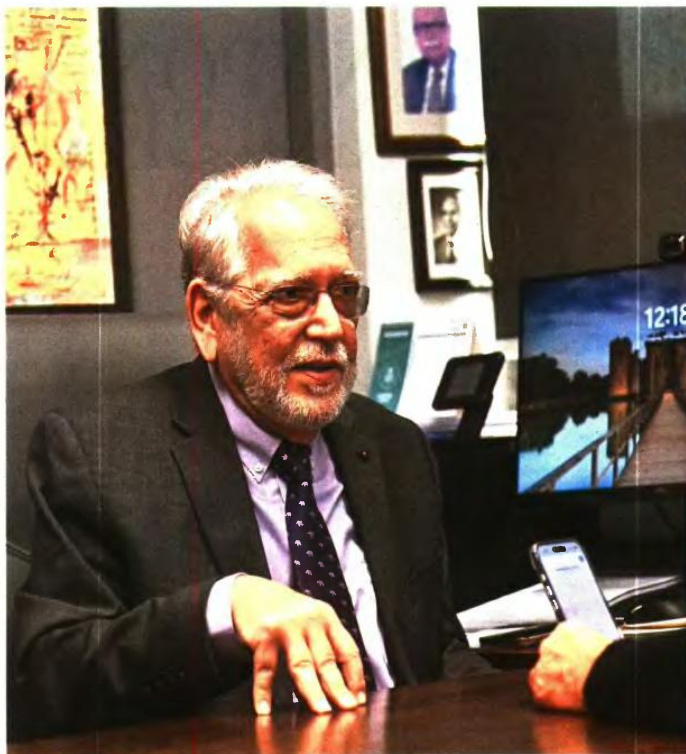
Γ.Χ.: Τα κύτταρα πεθαίνουν - και είναι προγραμματισμένα να πεθαίνουν. Όμως αυτό βέβαια πάει λίγο μακριά στο μέλλον - ξέρουμε πλέον πώς να κάνουμε την αναγέννηση ενός κυττάρου. Να σκεφτείτε ότι οι γαμύτες, δηλαδή τα ωάρια και τα σπερματοζωάρια, είναι νέα κύτταρα, έχουν επανέλθει σε πολύ νεανική μορφή.

Δ.Δ.: Δηλαδή τα κύτταρα ενός άνδρα 70 ετών στην εκπομπή τους είναι νέα;

Γ.Χ.: Τα κύτταρα αυτά είναι νέα, δυστυχώς όμως, λόγω του ότι έχουν περάσει 70 χρόνια, έχουν μαζέψει μεταλλάξεις πάνω τους. Έχουν γίνει αλλαγές στο DNA. Γι' αυτό και όταν έχουμε μεγαλύτερους γονείς, δηλαδή πατέρες και μητέρες που είναι μεγάλης ηλικίας, τα παιδιά αυτά έχουν μεγαλύτερη πιθανότητα να έχουν προβλήματα γενετικά, τα οποία μπορεί να εμφανιστούν με διάφορους τρόπους.

Δ.Δ.: Δηλαδή η γυναίκα μέχρι πόσων ετών είναι καλό να γεννάει;

Γ.Χ.: Το καλό είναι μέχρι τα 37 να έχει ολοκληρώσει τον κύκλο. Διότι μετά πλέον αρχίζει και το αναπα-



Γιώργος Χρούσος

«Είμαστε φτιαγμένοι να ζούμε 132 χρόνια

αλλά πεθαίνουμε νωρίτερα από στρες»

Ο καθηγητής Παιδιατρικής, ένας εκ των 250 σημαντικότερων κλινικών ερευνητών στον κόσμο, εξηγεί τι κρύβεται πίσω από τα μαθησιακά προβλήματα των παιδιών και περιγράφει τον χρυσό κανόνα της μακροζωίας: «Νο1 είναι ο ύπνος, το δεύτερο η διατροφή και το τρίτο η άσκηση»



— Για το στρες: «Όταν είναι διαχειρίσιμο, είναι θετικό. Ας πούμε, ξεκινάω να κάνω κάτι το οποίο έχει μια δυσκολία, αλλά μέσα στην ημέρα το επιτυγχάνω. Στο τέλος έχω θετικό αίσθημα. Αυτό λέγεται “ευ στρες”, διότι το χειρίστηκα καλά και το ήλγεα» —



Το μεγάλο λάθος των γονέων: «Είναι που αφήνουν τα παιδιά τους να παίρνουν τα smartphones και τις οθόνες στο κρεβάτι. Τα παιδιά αυτά αργούν να κοιμηθούν και όταν κοιμηθούν έχουν κακή ποιότητα ύπνου»

τι συμβαίνει και την αντιμετωπίζουμε. Υπάρχουν πλέον και φάρμακα και μεταγγίσεις και σύντομα θα έχουμε και γονιδιακή θεραπεία. Τα μονογονιδιακά νοσήματα θα μπορούμε γρήγορα, τα επόμενα χρόνια, να τα θεραπεύσουμε διότι πλέον μπορούμε να βάλουμε γονίδια μέσα στο γονίδιο.

Δ.Δ.: Αρα θα λυθεί το πρόβλημα αυτό.

Γ.ΧΡ.: Προβλήματα τέτοιου είδους, μονογονιδιακά, που έχουμε ποιο είναι το γονίδιο που έχει το πρόβλημα, θα λυθούν. Τα πράγματα είναι πολύ αισιόδοξα.

Δ.Δ.: Με το ΑΙ δεν θα εμπεραστεί η δουλειά σας; Αν έμένα μου λέει «δεν χρειάζεται να πάς στον γιατρό, έχεις αυτό, έχεις εκείνο, κάνε το ένα, κάνε το άλλο»;

Γ.ΧΡ.: Το μέθαμε, το χρησιμοποιούμε πια το ΑΙ. Είναι καλό, αλλά πρέπει να το βλέπουμε ως μοχλό. Δεν έχει κρίση, δεν έχει συναίσθημα. Και το συναίσθημα είναι σημαντικό.

Δ.Δ.: Δεν κινδυνεύει το λεπτομήνισμά σας;

Γ.ΧΡ.: Οχι, θα βελτιωθεί. Διότι πλέον μέσω του ΑΙ μια ακτινογραφία θα μας δίνει πολύ περισσότερες πληροφορίες απ' όσες μπορούμε να έχουμε τώρα. Όπως με το στηθοσκόπιο, που υπάρχει 200 χρόνια τώρα και χρησιμοποιείται ακόμα. Αλλά τώρα με τον φορητό υπέρηχο μπορούμε να δούμε μέσα στο σώμα - μπορεί να σας πω αν έχετε πέτρες στη χολή, κάτι που με το στηθοσκόπιο δεν μπορώ να το κάνω. Δηλαδή η ΑΙ πρέπει να χρησιμοποιηθεί από τον άνθρωπο ως βοηθητικό εργαλείο, έναν μοχλό που μας αυξάνει τη δυνατότητα να σπρώχνουμε μεγαλύτερο γνωστικό βάρος. Όταν έχουμε 44.000 γονίδια, είναι αδύνατον ένας άνθρωπος να τα θυμάται όλα αυτά.

Δ.Δ.: Έχουμε τόσα γονίδια;

Γ.ΧΡ.: Ναι, κάθε κίτταρδός μας εκφράζει 44.000 γονίδια. Με τη βοήθεια λοιπόν της ΑΙ, που μπορεί να κάνει μεγάλους υπολογισμούς γρήγορα.

Σκηνή 4η «Παιδί 6 ετών έχει λογική και ηθική»

Δ.Δ.: Οι γονείς παίζουν μεγάλο ρόλο.

Γ.ΧΡ.: Τεράστιο. Τα δύο πρώτα χρόνια της ζωής είναι σημαντικά, γιατί εκεί σχηματίζεται η εμπιστοσύνη του ανθρώπου προς τον άνθρωπο, που είναι αυτή του παιδιού προς τη μητέρα. Η μητέρα παίζει τεράστιο ρόλο. Και μετά βέβαια οι πατέρες, οι συγγενείς, τα αδέρφια

και ούτω καθεξής. Τα δύο πρώτα χρόνια είναι ο δεσμός, έτσι λέγεται αυτό. Μετά, τα επόμενα τρία με τέσσερα χρόνια γίνεται ο σχηματισμός της κρίσης, δηλαδή της λογικής και της ηθικής.

Δ.Δ.: Από ποια ηλικία;

Γ.ΧΡ.: Στα έξι χρόνια έχει ολοκληρωθεί αυτό, δηλαδή ο τρόπος που σκεφτόμαστε, η λογική, και ο τρόπος που βλέπουμε τους άλλους ανθρώπους, η ηθική. Το αίσθημα του δικαίου, το οποίο είναι έμφυτο στον άνθρωπο. Και η λογική μας και η ηθική μας είναι γραμμένα στο DNA μας.

Δ.Δ.: Υπάρχει ήδη το αίσθημα της δικαιοσύνης και της ηθικής στο DNA μας;

Γ.ΧΡ.: Όταν γεννιέται το παιδί το έχει ήδη μέσα του.

Δ.Δ.: Δεν είναι η Εκκλησία που το επιβάλλει;

Γ.ΧΡ.: Οχι, αυτό είναι έμφυτο. Ετσι αναπτύχθηκε ως ανθρωπότητα.

Δ.Δ.: Και τότε ένας δολοφόνος πώς σκωτώνει;

Γ.ΧΡ.: Αν πάτε στις αμερικανικές φυλακές, θα δείτε ότι περίπου το 85% των φυλακισμένων -ανδρών και γυναικών- τους είχαν κακοποιήσει τα πρώτα πέντε χρόνια της ζωής τους. Οι γονείς τους, οι συγγενείς τους, όποιοι είχαν τη φροντίδα τους. Τα παιδιά αυτά μετά αναπτύσσουν ψυχοπαθητικότητα δευτερογενώς. Δηλαδή δεν το έχουν στο DNA τους, αλλά επειδή τα έχουν κακοποιήσει τόσο πολύ, δεν γίνεται σωστά ούτε η ανάπτυξη της λογικής ούτε της ηθικής, οπότε αργότερα έχουν προβλήματα.

Σκηνή 5η Υπνος, διατροφή, άσκηση

Δ.Δ.: Μία γυναίκα που την εγκαταλείπει ο άνδρας της και αισθάνεται πάρα πολύ άσχημα, δεν μπορεί να ελέγξει τον εαυτό της, μπορεί να κάνει πράγματα απίστευτα - να φτάσει π.χ. και στην αυτοκτονία.

Γ.ΧΡ.: Δυστυχώς υπάρχουν αυτά, δεν είναι όμως το 100%, είναι ένα μικρό ποσοστό. Η ζωή είναι γεμάτη στρες, πρέπει από μικροί να μάθουμε να τα ελέγχουμε αυτά. Ο χαρισμός είναι ένα τεράστιο στρες - όσα και για τους δύο βέβαια.

Δ.Δ.: Για τη γυναίκα κυρίως;

Γ.ΧΡ.: Οχι, και για τον άνδρα το ίδιο είναι. Όταν ένα ζευγάρι χωρίζεται, πάει να πει ότι τουλάχιστον ο ένας από τους δύο έχει πρόβλημα. Ο ένας καταπιέζεται και ο άλλος καταπιέζεται, να το πούμε έτσι. Κι εγώ νόμιζα ότι θα στρεσορριζούσαν και οι δύο σε έναν χωρισμό, αλλά

πολλές φορές ο ένας ανακουφίζεται και ο άλλος υποφέρει. Δεν είναι απαραίτητο δηλαδή ότι ο χωρισμός θα επηρεάσει το ίδιο και τους δύο. Ανακουφίζεται αυτός που υποφέρει κατά τη διάρκεια της σχέσης. Αυτός σπώνεται και φεύγει. Ο άλλος όμως πάλι υποφέρει. Βέβαια, όταν έχεις ζήσει με κάποιον και έχεις παιδιά, συμφέροντα κοινά, ο χωρισμός θα επηρεάσει και τους δύο πάρα πολύ.

Δ.Δ.: Ο ύπνος τι ρόλο παίζει στη ζωή μας;

Γ.ΧΡ.: Ο ύπνος είναι Νο1. Εγινε τώρα μια μεγάλη μελέτη στην Αμερική για το τι είναι πιο σημαντικό για τη δική σου ανθρωπότητα. Κοιτάζανε διατροφή, άσκηση και ύπνο. Το πιο σημαντικό, λοιπόν, είναι ο ύπνος. Το δεύτερο είναι η διατροφή και το τρίτο η άσκηση. Και τα τρία είναι σημαντικά, αλλά πρέπει να φροντίζουμε όλοι να κοιμόμαστε καλά. Είναι βασικό αυτό, διότι μας βοηθάει να αντιμετωπίσουμε το στρες της ημέρας.

Δ.Δ.: Πώς μπορούμε να κοιμηθούμε καλά;

Γ.ΧΡ.: Το βράδυ πρέπει να αναπαινεθείς. Ποιός κόποσ παίρνει τα προβλήματα της δουλειάς - ή του σχολείου του παιδι - και τα φέρνει στο σπίτι.

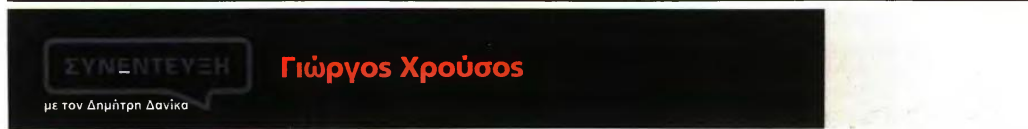
Σκηνή 6η Τα ευεργετικά κύματα Δέλτα

Δ.Δ.: Τι μέρος του πληθυσμού έχει αυτά τα προβλήματα του ύπνου, του στρες, της κακοποίησης;

Γ.ΧΡ.: Της κακοποίησης είναι άγνωστο, γιατί πολλά γίνονται μέσα στα σπίτια και δεν φαίνονται ποτέ εκτός του σπιτιού. Τα κρύβουν, γιατί είναι και στήγνα.

Δ.Δ.: Για τον ύπνο υπάρχει στατιστική; Πόσοι Έλληνες κοιμούνται κανονικά και πόσοι όχι;

Γ.ΧΡ.: Για τους Έλληνες δεν ξέρω να σας πω. Στην Αμερική βέβαια έχουν γίνει λεπτομερείς μελέτες. Καθώς μεγαλώνουμε, μετά τα 35, είναι που αρχίζουν τα προβλήματα του ύπνου. Και αυτό συμβαίνει διότι αυξάνεται η ευαισθησία του εγκεφάλου στο στρες. Δηλαδή, μετά τα 35, κάτι μέσο όρο, δεν σε αφήνει να κοιμηθείς. Όλες αυτές οι βιολογικές ιδιότητες, όπως το να σε ξυπνάει το στρες και να μη σε αφήνει να κοιμηθείς, είναι κωδικοποιημένες χαμηλότερα. Δηλαδή ο πόνος, η ευαισθησία είναι κάπου στη μέση, είναι όμως μερικοί που είναι πολύ ευαίσθητοι και μερικοί που δεν τους πειράζει τίποτα. Λοιπόν, όλη αυτή η καμπύλη στον δικό τρόπο ζωής έχει μεταφερθεί προς τα



Πώς φτάνει κανείς στο έγκλημα: «Αν πάτε στις αμερικανικές φυλακές, θα δείτε ότι το 85% των φυλακισμένων -ανδρών και γυναικών- τους είχαν κακοποιήσει στα πρώτα πέντε χρόνια της ζωής τους. Τα παιδιά αυτά μετά αναπτύσσουν ψυχοπαθητικότητα»

ΣΥΝΕΧΕΙΑ ΑΠΟ ΤΗ ΣΕΛΙΔΑ 37

κοιμούνται 12 ώρες, τα μωρά ακόμη περισσότερο. Αλλά όπως περνάνε τα χρόνια, φτάνουμε στον 18χρονο ή τον 20χρονο, ο οποίος πρέπει να κοιμηθεί επτά με οκτώ ώρες το εικοσπετράωρο.

Δ.Δ.: Και οι μεγαλύτεροι;

Γ.Χ.Ρ.: Το ίδιο, επτά με οκτώ ώρες, τόσο χρειάζομαστε όλοι. Είναι λίγοι αυτοί οι οποίοι μπορούν να κοιμηθούν τρεις ή τέσσερις ώρες το εικοσπετράωρο και να είναι εντάξει. Και αυτοί έχουν μεταλλάξεις σε

Γ.Χ.Ρ.: Δεν έχει σημασία τι ώρα, αλλά πόση διάρκεια - και να το κρατάμε το ίδιο.

Δ.Δ.: Αν εγώ κοιμάμαι 5 το πρωί και ξυπνώ 12 το μεσημέρι;

Γ.Χ.Ρ.: Αν το κάνετε αυτό κάθε ημέρα, είστε ΟΚ. Ο βιολογικός ρυθμός προσαρμόζεται. Αυτό που είναι κακό είναι να κοιμάσαι πέντε βράδια στις 11 και μετά δύο βράδια. Παρασκευή και Σάββατο, στις 3-4 το πρωί. Αυτό είναι σκότωμα για τον οργανισμό.

Δ.Δ.: Του αλλάζεις τη συνήθεια.

Γ.Χ.Ρ.: Είμαστε συνδεδεμένοι με τη φύση. Ο άνθρωπος είναι συνδεδεμένος με τον εικοσπετράωρο ρυθμό.

Δ.Δ.: Τι φύση την καταστρέφουμε.

Γ.Χ.Ρ.: Με τα φώτα και μόνο. Τα δυνατό φώτα, το πολύ φως, που σημαίνει ότι δεν κοιμάσαι κανονικά, όπως θα έπρεπε, έχει συσχετιστεί με αύξηση των καρδιαγγειακών νοσημάτων και των καρκίνων.

Δ.Δ.: Αυτό είναι φοβερό που μου λέτε τώρα.

Γ.Χ.Ρ.: Καινούριες μελέτες είναι αυτές. Αν δεν κοιμάσαι κανονικά και μένεις ξύπνιος πολλές ώρες, το ανοσοποιητικό σύστημα του οργανισμού δεν δουλεύει καλά. Χάνεις δηλαδή τη δυνατότητα άμυνας και προς τα μικρόβια και προς τους καρκίνους. Επιπλέον, αν δεν κοιμάσαι καλά και έχεις στρες, έχεις συνεχώς ανεβασμένη κορτιζόλη και άλλες ορμόνες του στρες.

κύματα», τα κύματα Δέλτα.

Δ.Δ.: Τι είναι αυτά;

Γ.Χ.Ρ.: Αυτά είναι κύματα που συμβαίνουν μέσα στον βαθύ ύπνο. Όταν έχουμε τον βαθύ ύπνο, για μερικές ώρες κατά τη διάρκεια της νύχτας ανοίγουν οι κρουνοί του εγκεφαλονωτιαίου υγρού - είναι το υγρό που περνάει μέσα από τον εγκέφαλο και τον καθαρίζει.

Δ.Δ.: Είναι ενεργητικός ο βαθύς ύπνος δηλαδή.

Γ.Χ.Ρ.: Πολύ ενεργητικός. Όταν ξυπνάς τον πρωί και αισθάνεσαι φρέσκος, πάει να πει ότι ο εγκέφαλός σου έχει καθαρίσει καλά.

Δ.Δ.: Αυτοί πόσοι είναι στατιστικά;

Γ.Χ.Ρ.: Οι φυσιολογικοί άνθρωποι και τα παιδιά έχουν βαθύ ύπνο. Δεν έχουν αυτοί που είναι χρόνια στρεσοαριστεμένοι, αυτοί που παίρνουν το κινητό στο κρεβάτι, αυτοί που πίνουν το βράδυ πολύ...

Δ.Δ.: Πόση ώρα πρέπει να κοιμάστε το βράδυ;

Γ.Χ.Ρ.: Είναι ανάλογα με τις ηλικίες. Τα παιδιά πρέπει να

πρόβλημα στην κλινική και του ζήτησα να κάνει κάτι, το έκανε. Οι προηγούμενοι πολλές φορές μου έλεγαν «ναι, ναι» και δεν γινόταν τίποτα - δεν θέλω να πιο ονόματα. Σε αυτές τις επιτελικές θέσεις χρειάζομαστε ανθρώπους οι οποίοι μπορούν να πάρουν αποφάσεις και να τις εκτελέσουν. Δεν μου είπε ποτέ κανείς «όχι» όταν ζήτησα κάτι. Αλλά δεν έκαναν τίποτα.

Επίλογος
«Το όνειρό μου»

Δ.Δ.: Γιατί επιστρέψατε;

Γ.Χ.Ρ.: Για να βοηθήσω.

Δ.Δ.: Τι μισό παίρνατε στην Αμερική;

Γ.Χ.Ρ.: Ο μισθός μου έπρεπε κατά πέντε φορές. Επαιρνα 200.000 δολάρια τον χρόνο τότε και έπρεπε στις 30 τσέτες.

Δ.Δ.: Και η σύζυγος, γιατίρός είναι;

Γ.Χ.Ρ.: Ναι, ορθοβλαχίτρος.

Δ.Δ.: Αυτή τη στιγμή τι έρευνα κάνετε;

Γ.Χ.Ρ.: Η έρευνα που κάνουμε είναι λιγότερο βασική από αυτήν που κάναμε στην Αμερική, διότι εκείνη ήταν πολύ ακριβή. Αυτή η έρευνα δεν μπορεί να γίνει εδώ.

Η γραμματέας του, η κυρία Ελένη, άνοιξε την πόρτα. Είπατε να φύγω. Και φετιγόνα τις ρώτησα:

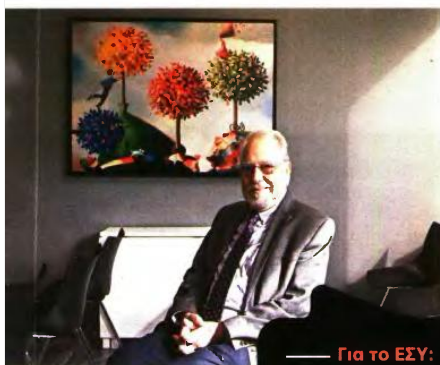
Δ.Δ.: Ποιο θα λέγατε ότι είναι το όνειρό σας;

Γ.Χ.Ρ.: Το όνειρό μου είναι να φτιάξουμε μια χώρα με καλή Ιατρική, καλή Υγεία και να αναπτύξουμε τα παιδιά μας από μικρά ώστε να γίνουν καλοί πολίτες. Και υγιείς - φυσικά και σωματικά.

Δ.Δ.: Γιατί οι γονείς είναι εκείνοι που φτιάχνουν τα παιδιά.

Γ.Χ.Ρ.: Οι γονείς και εν συνεχεία, λόγω του ότι δουλεύουν οι μητέρες, είναι και οι παιδικοί σταθμοί. Τα παιδιά τα παρκάρουμε στη χώρα μας. Δεν θέλουν παρκάρισμα τα παιδιά, θέλουν μόρφωση. Όχι τη μόρφωση του σχολείου, τη μόρφωση της κριτικής, της κοινωνικότητας, όλα αυτά.

Τα ακούτε; Από το ένα αυτί μπαίνουν, από το άλλο βγαίνουν. Το όνειρό του Γιώργου Χρούσου και δικό μου. Μα, τι άνθρωπος είναι αυτός!



Για το ΕΣΥ:
«Είμαστε πολύ καλά από πλευράς Ιατρικής. Εγώ ήρθα από την Αμερική ως διευθυντής παιδιατρικής κλινικής και η κλινική που βρήκα ήταν ισότιμη, ίσως και καλύτερη από του Τζόρτζιας»

διάφορα γονίδια - τώρα αρχίζουμε να τα απομονώνουμε.

Σκηνή 7η
«Καρδιαγγειακά από το πολύ φως»!

Δ.Δ.: Εσείς πώς κοιμάστε; Δεν βλέπετε υπνολόραση, δεν παίρνετε κινητό το βράδυ;

Γ.Χ.Ρ.: Όχι, τα αφήνω απέξω. Τουλάχιστον δύο ώρες πριν.

Δ.Δ.: Και πότε πέψετε για ύπνο;

Γ.Χ.Ρ.: Κανονικά, κατά τις 11.00-11.30. Κοιμάμαι αυτές τις επτά με οκτώ ώρες που πρέπει.

Δ.Δ.: Έχει σημασία τι ώρα θα κοιμηθείτε;

Δ.Δ.: Δηλαδή, ένας που δεν κοιμάται καλά έχει περισσότερες πιθανότητες να πάθει καρκίνο, αυτό μου λέτε τώρα;

Γ.Χ.Ρ.: Αυξάνονται οι πιθανότητες - πάντα με πιθανότητες μιλάμε. Όλα αυτά που σας λέω είναι στατιστικές μελέτες, επιδημιολογικές. Είναι δημοσιευμένες έρευνες σε καλά περιοδικά.

Σκηνή 8η
«Ο Γεωργιάδης έχει βοηθήσει το ΕΣΥ»

Δ.Δ.: Είναι χρήσιμος ο ύπνος το μεσημέρι;

Γ.Χ.Ρ.: Απόλυτα. Είναι πολύ καλός για τον οργανισμό, αιμοδοτημένος.

Δ.Δ.: Ποια είναι η διαφορά μας στην Ελλάδα σε σχέση με την Αμερική όσον αφορά την Παιδιατρική και την Ενδοκρινολογία;

Γ.Χ.Ρ.: Είμαστε καλά. Εγώ ήμουν στο Τζόρτζιας και κρατάω επαφή - πηγαίνω συχνά εκεί, είμαι σε εταιρείες. Είμαστε πολύ καλά από πλευράς Ιατρικής στη χώρα μας και είμαι περήφανος γι' αυτό. Όχι μόνο Παιδιατρικής και Ενδοκρινολογίας, αλλά και Ιατρικής γενικά μπορώ να σας πω. Δηλαδή, ενώ το Εθνικό Σύστημα Υγείας της Αγγλίας ήταν Νο1 στον κόσμο, αυτή τη στιγμή έχουμε Έλληνες οι οποίοι έρχονται εδώ από την Αγγλία για να κάνουν τη φροντίδα τους. Διότι έχουμε καλύτερη ιατρική φροντίδα.

Δ.Δ.: Το ΕΣΥ είναι βελτιωμένο τώρα;

Γ.Χ.Ρ.: Αν το συγκρίνουμε με το εγγλέζικο, είναι καλύτερο. Και ραντεβού βρίσκεσαι άμεσα, και γιατρούς οι οποίοι είναι πολύ καλά εκπαιδευμένοι. Εγώ ήρθα από την Αμερική ως διευθυντής παιδιατρικής κλινικής και η κλινική που βρήκα ήταν ισότιμη, ίσως και καλύτερη από του Τζόρτζιας.

Δ.Δ.: Ήταν η πανεπιστημιακή όμως, όχι η κανονική.

Γ.Χ.Ρ.: Κοιτάξτε, μέσα στο νοσοκομείο του ΕΣΥ είμαστε. Τα έβλεπα. Δεν ήταν μόνο η πανεπιστημιακή στο Παιδίον.

Δ.Δ.: Για να το πάρω λίγο πολιτικά τώρα, μια και μιλάτε για βελτίωση, ο Γεωργιάδης έχει βοηθήσει σε αυτό;

Γ.Χ.Ρ.: Η γνώμη μου είναι ότι έχει βοηθήσει και κάνει ό,τι μπορεί. Και έχω δουλέψει με πολλούς υπουργούς Υγείας. Και την προηγούμενη φορά που ήταν, όταν ήμουν εγώ εν ενεργεία...

Δ.Δ.: Και τώρα εν ενεργεία δεν είστε;

Γ.Χ.Ρ.: Τώρα είμαι εν ενεργεία, αλλά μετά τη συνταξιοδότηση. Είναι αυτό που λέγεται «active retirement». Πήρα σύνταξη αλλά παραμένω, γιατί είμαι από αυτούς που δεν σταματάνε.

Δ.Δ.: Και ο Γεωργιάδης, δηλαδή, αποδείχθηκε καλύτερος υπουργός. Δεν το βάζω πολιτικά.

Γ.Χ.Ρ.: Ούτε εγώ το βάζω πολιτικά. Αλλά όταν είχα κάποιο