



Ίλιον, 10.01.2014

ΕΛΛΗΝΙΚΗ ΔΗΜΟΚΡΑΤΙΑ
ΝΟΜΟΣ ΑΤΤΙΚΗΣ
ΔΗΜΟΣ ΙΛΙΟΥ

Α Ν Α Κ Ο Ι Ν Ω Σ Η

Πρόγραμμα μη Φαρμακευτικής Αντιμετώπισης της Υπέρτασης στον Δήμο Ιλίου

Ο Δήμος Ιλίου σε συνεργασία με την Ιατρική Σχολή Αθηνών του Εθνικού και Καποδιστριακού Πανεπιστημίου Αθηνών, πραγματοποιεί ένα καινοτόμο παρεμβατικό πρόγραμμα μη φαρμακευτικής αντιμετώπισης της υπέρτασης, με επιστημονικές μεθόδους διαχείρισης του στρες, σε προ-υπερτασικούς και υπερτασικούς ασθενείς.

Το πρόγραμμα απευθύνεται σε άτομα ηλικίας 18 έως 65 ετών, οι οποίοι θα υποβληθούν σε **δωρεάν** εξέταση για:

- Διάγνωση της Υπέρτασης
- Μετρήσεις του Στρες, του Τρόπου Ζωής και των Καθημερινών Συνηθειών σύμφωνα με τη νέα αντίληψη της Υγείας
- Εκτίμηση του Συνολικού Καρδιομεταβολικού Κινδύνου

Στόχοι του προγράμματος είναι: η εκπαίδευση των ατόμων στην αυτορρύθμιση της υπέρτασης με εκμάθηση επιστημονικών μεθόδων διαχείρισης του στρες, η πρόληψη των επιπλοκών της αρτηριακής πίεσης, η πρόωμη ανίχνευση της υπέρτασης σε φαινομενικά υγιή άτομα και η προφύλαξή τους από την εμφάνιση της πάθησης, η ελάττωση του κόστους θεραπείας και περίθαλψης, η μείωση των παρενεργειών των φαρμάκων, η διαχείριση του στρες, η βελτίωση της ποιότητας ζωής και η προαγωγή της υγείας, η ενδυνάμωση και η απόκτηση ελέγχου στην υγεία με την εκμάθηση συγκεκριμένων δεξιοτήτων, η ολιστική προσέγγιση και βελτίωση της συνολικής υγείας σε όλους τους τομείς.

Οι ενδιαφερόμενοι μπορούν να επικοινωνούν καθημερινά 9:00π.μ. – 17:00μ.μ. (εκτός Σαββάτου και Κυριακής) με την γραμματεία του προγράμματος στα τηλέφωνα 210 65 34 507 και 697 8101 567, η οποία θα ορίζει ραντεβού για την αρχική εξέταση που θα πραγματοποιείται κάθε Τρίτη 3:00μ.μ. - 5:00μ.μ. στα Δημοτικά Ιατρεία του Αγίου Φανουρίου (Γρηγορίου Ε΄ 25, Ίλιον), εφόσον πληρούν συγκεκριμένα ιατρικά κριτήρια για την ένταξή τους στο πρόγραμμα.

Μετά την αρχική εξέταση που θα περιλαμβάνει την ανίχνευση ατόμων με προϋπέρταση ή αρτηριακή υπέρταση από εξειδικευμένη ομάδα Ιατρών και Επαγγελματιών Διαχείρισης του Στρες & Προαγωγής της Υγείας, οι συμμετέχοντες στο πρόγραμμα θα παραπέμπονται στο Λαϊκό Νοσοκομείο και συγκεκριμένα στο Καρδιαγγειακό Εργαστήριο της Α΄ Προπαιδευτικής Παθολογικής Κλινικής του Πανεπιστημίου, όπου και θα υποβληθούν σε εξειδικευμένες εξετάσεις **ΔΩΡΕΑΝ**, σχετικές με την αρτηριακή πίεση και την εκτίμηση του συνολικού καρδιαγγειακού κινδύνου.