

Η Ελλάδα μέσα στα τρία κράτη με τον υψηλότερο δείκτη γήρανσης στην Ε.Ε.

30/Σεπ/2019 09:48

"Ηπληθυσμιακή γήρανση είναι μια πραγματικότητα που αφορά την Ελλάδα, μιας που είναι ένα από τα τρία κράτη με τον υψηλότερο δείκτη γήρανσης στην ΕΕ. Η πολιτεία και η κοινωνία μας δεν έχουν αναπτύξει την ταχύτητα που χρειάζεται για να αντιμετωπίσουν την τεράστια πρόκληση", επισημαίνει στο ΑΠΕ-ΜΠΕ, με αφορμή την αυριανή (Τρίτη 1η Οκτωβρίου) Παγκόσμια Ημέρα της Τρίτης Ηλικίας, η παθολόγος-γηγίατρος Νατάσσα Κουτσούρη, διευθύντρια του Κέντρου Γηριατρικής Αξιολόγησης που λειτουργεί στο "Ερρίκος Ντυνάν".

Η ίδια πρωταγωνιστεί στη διοργάνωση σειράς εκδηλώσεων και μιας επιστημονικής ημερίδας αυτή την εβδομάδα, με στόχο να αναδειχθεί η ειδικότητα της Γηριατρικής και η αναγκαιότητα της γηριατρικής αξιολόγησης.

"Πολλοί με ρωτάνε γιατί ασχολήθηκα με την γηριατρική και τι ακριβώς είναι γηριατρική. Στην ενασχόληση μου με την παθολογία εδώ και 25 χρόνια πάντα με έλκυαν οι ηλικιωμένοι ασθενείς, άνθρωποι με εμπειρία και προσωπική ιστορία που κουβαλούν μέσα τους τα "χρόνια" οι περισσότεροι όχι ως βάρος, αλλά ως απόδειξη ζωής. Η γηριατρική ασχολείται με τους ηλικιωμένους ανθρώπους και καλύπτει τα κενά μεταξύ αυτού που διδαχτήκαμε κατά την ειδικότητα και την πραγματικότητα, το κενό μεταξύ ενός χειρουργημένου κατάγματος και της λειτουργικής επιστροφής στο σπίτι, το κενό μεταξύ της ευπάθειας και της ανάκτησης της λειτουργικότητας...", τονίζει η κ. Κουτσούρη και προσθέτει: "Είναι επιστημονικά τεκμηριωμένο ότι η γηριατρική αξιολόγηση οδηγεί σε λιγότερες εισαγωγές, συντομότερη παραμονή στο νοσοκομείο, διατήρηση της αυτονομίας και αύξηση δεικτών παραγωγικότητας. Αυτά ανακουφίζουν τα ασφαλιστικά ταμεία και τους άλλους ασφαλιστικούς φορείς και διοχετεύουν κονδύλια σε άλλους τομείς όπως σε μονάδες φροντίδας ηλικιωμένων".

- Τι είναι η Γηριατρική, λοιπόν, και ποιους ακριβώς αφορά;

"Είναι μία ιατρική ειδικότητα που ενδιαφέρεται για τις σωματικές, ψυχικές, λειτουργικές και κοινωνικές καταστάσεις των ηλικιωμένων ασθενών κατά την παροχή φροντίδας: οξείας, χρόνιας αποκατάστασης, προληπτικής και τελικής. Αυτή η ομάδα των ασθενών θεωρείται ότι εμφανίζει έναν υψηλό βαθμό ευπάθειας και μία εξελισσόμενη πολυπαθολογία που απαιτούν μία ολιστική προσέγγιση. Οι ασθένειες μπορεί να εμφανίζονται διαφορετικά στην μεγάλη ηλικία, συχνά είναι

πολύ δύσκολο να διαγνωσθούν, η απάντηση στην θεραπεία είναι συχνά επιβραδυμένη και συχνά υπάρχει ανάγκη για κοινωνική υποστήριξη.

Η Γηριατρική συνεπώς υπερβαίνει την προσανατολισμένη στα ανθρώπινα όργανα ιατρική, προσφέροντας επιπρόσθετη θεραπεία στα πλαίσια μίας πολυεπαγγελματικής/ διεπιστημονικής ομάδας, κύριος στόχος της οποίας είναι η βελτιστοποίηση της λειτουργικής κατάστασης των ηλικιωμένων ατόμων και η βελτίωση της ποιότητας ζωής και της αυτονομίας - ικανότητας αυτοεξυπηρέτησης.

Στην πορεία της γήρανσης, παρατηρείται φθορά στις γνωστικές, κινητικές, αισθητηριακές και καρδιαγγειακές λειτουργίες, σε τέτοιο βαθμό, μάλιστα, ώστε να χάνεται η αυτονομία. Ο στόχος του γηριάτρου είναι λοιπόν η πρόληψη, αλλά και η αντιμετώπιση αυτών των πολύπλοκων καταστάσεων, όπου πολύ συχνά τα συμπτώματα είναι άτυπα και η επικοινωνία με το πάσχον άτομο δύσκολη. Ιδιαίτερη φροντίδα δίνεται στην αξιολόγηση και αντιμετώπιση των επονομαζόμενων γηριατρικών συνδρόμων, δηλαδή καταστάσεων που προκύπτουν στην πορεία της γήρανσης και σχετίζονται με την άθροιση με τη φυσιολογικά εμφανιζόμενη έκπτωση των λειτουργικών εφεδρειών του ατόμου, την εμφάνιση πολλαπλών νοσογόνων καταστάσεων, την αλληλεπίδραση της πολυφαρμακίας. Ενδεικτικά αναφέρουμε τις πτώσεις, την έκπτωση της λειτουργικότητας και την έκπτωση των γνωστικών λειτουργιών, την ευπάθεια (frailty)".

- Πώς ορίζουμε σήμερα την έννοια του ηλικιωμένου; Ποια είναι η παγκόσμια και ποια η ελληνική πραγματικότητα;

"Ο όρος ηλικιωμένος αντιπροσωπεύει ανθρώπους άνω των 65 ετών ενώ κατά άλλους άνω των 70 ετών. Σήμερα τα άτομα άνω των 65 ετών αντιπροσωπεύουν πάνω από 1/3 του πληθυσμού των ασθενών της πρωτοβάθμιας περίθαλψης. Οι υπέργηροι άνω των 85 είναι επίσης μια ταχέως αυξανόμενη ομάδα με διπλάσια αύξηση σε σχέση με αυτή των ανθρώπων άνω των 65 και τετραπλάσια σε σχέση με τον γενικό πληθυσμό. Αν το 2006 αυτή η κατηγορία αντιπροσώπευε γύρω στο 3,8% του ευρωπαϊκού πληθυσμού, σήμερα έχει φτάσει στο 5% και το 2040 θα έχει υπερδιπλασιαστεί και θα πλησιάσει το 9,5%. Θα γίνουμε λοιπόν μάρτυρες ενός αναπόφευκτου πολλαπλασιασμού των ηλικιωμένων ατόμων με εύθραυστη υγεία και με αυξημένες ανάγκες, ακόμα κι όταν δεν πάσχουν από συγκεκριμένη βαριά ασθένεια. Σύμφωνα με την τελευταία δημοσίευση της Eurostat τον Ιούνιο 2016, η δημογραφική γήρανση της Ευρώπης θα είναι ένα από τα σημαντικότερα θέματα που θα απασχολήσουν την ΕΕ. Ο πληθυσμός της ΕΕ το 2015 ήταν 508,5 εκατομμύρια με τους άνω των 65 ετών να αντιπροσωπεύουν το 20% του πληθυσμού, με το μεγαλύτερο ποσοστό να το κατέχουν η Ιταλία 21,7%, η Γερμανία 21% και η Ελλάδα 20,9%, με την τελευταία να αυξάνει ακόμα περισσότερο τα ποσοστά της. Οι αριθμοί φανερώνουν την ανάγκη για ειδικευμένη αντιμετώπιση του πληθυσμού που γεννά με στόχο την πρόληψη, την βελτίωση της ποιότητας της ζωής μέσω θεραπευτικών παρεμβάσεων και την αυτονομία.

Η υπάρχουσα εμπειρία στηρίζεται στην εμπειρία κέντρων του εξωτερικού. Η ελληνική γηριατρική πραγματικότητα αφορά κυρίως γενικούς ιατρούς, παθολόγους πρωτοβάθμιας περίθαλψης καθώς και δομές γηροκομείων ή κλινικών χρονίως πασχόντων. Από μια έρευνα αγοράς που

πραγματοποίησα διαπίστωση ότι οι κλίνες σε μονάδες φροντίδας ηλικιωμένων στην Αττική - δημόσιες, ιδιωτικές και της εκκλησίας - αριθμούν γύρω στις 3800 - 4000 κλίνες αριθμός εξαιρετικά μικρός για τις ανάγκες του πληθυσμού. Οι μονάδες αυτές (nursing houses) είναι επανδρωμένες στην συντριπτική πλειοψηφία με προσωπικό χωρίς ειδική κατάρτιση. Από την άλλη πλευρά η δομή της ελληνικής οικογένειας και οι μετανάστες καλύπτουν ανάγκες φροντίδας των ηλικιωμένων ανθρώπων που συνεχίζουν να διαβιούν στο οικείο περιβάλλον, γεγονός που είναι επιθυμητό τόσο από τους ηλικιωμένους όσο και από την οικογένεια και την πολιτεία.

Ο Παγκόσμιος Οργανισμός Υγείας (WHO) εκπόνησε πρόγραμμα για ολοκληρωμένη φροντίδα για τους ηλικιωμένους - Integrated Care for Older People (ICOPE) - από το 2017. Παράλληλα όρισε την

size="3" face="Courier New">"Δεκαετία της υγιούς γήρανσης 2020-2030

size="3" face="Courier New">" ως μια ευκαιρία για κοινή δράση από κυβερνήσεις, κοινωνικούς φορείς, διεθνείς οργανισμούς, επαγγελματίες υγείας, την ακαδημαϊκή κοινότητα, τα ΜΜΕ, και τον ιδιωτικό τομέα σε μια εντατικοποιημένη προσπάθεια με στόχο την βελτίωση της ζωής των ηλικιωμένων ανθρώπων. Το πρόγραμμα περιλαμβάνει τρεις άξονες: 1) Αντιμετώπιση της λειτουργικής έκπτωσης που περιλαμβάνει περιορισμό κινητικότητας, κακή θρέψη, γνωσιακή έκπτωση, βαρηκοΐα, κατάθλιψη. 2) Τα γηριατρικά σύνδρομα που έχουν σχέση με την απώλεια της αυτονομίας όπως κίνδυνος πτώσεων, ακράτεια, οστεοπόρωση, σαρκοπενία κ.α. και 3) Υποστήριξη φροντιστών ηλικιωμένων ασθενών".

- Η γηριατρική αξιολόγηση τι μπορεί να προσφέρει;

Η γηριατρική αξιολόγηση, το κύριο εργαλείο της γηριατρικής είναι ένας ευρύς όρος που περιγράφει την εκτίμηση της υγείας των ηλικιωμένων ασθενών, που δίνει έμφαση σε διαφορετικά στοιχεία από αυτά της συνηθισμένης ιατρικής εκτίμησης. Αυτή η προσέγγιση αναγνωρίζει ότι η κατάσταση της υγείας των ασθενών μεγαλύτερης ηλικίας εξαρτάται από τις επιδράσεις παραγόντων πέρα από τα ιατρικά τους νοσήματα. Μεταξύ αυτών, κοινωνικοί, ψυχολογικοί παράγοντες και η κατάσταση της πνευματικής υγείας καθώς και περιβαλλοντικοί παράγοντες. Η γηριατρική εκτίμηση επιπλέον δίνει μεγάλη βαρύτητα στη λειτουργική κατάσταση, τόσο ως παραμέτρου προς εκτίμηση, όσο και ως αποτελέσματος που πρέπει να βελτιωθεί ή να διατηρηθεί.

Έτσι λοιπόν η γηριατρική εκτίμηση από την ομάδα επαγγελματιών υγείας που περιλαμβάνει το κέντρο μας, ξεπερνάει το φάσμα της παραδοσιακής αναζήτησης νοσημάτων και περιλαμβάνει εκτίμηση της σωματικής, νοητικής, συναισθηματικής, λειτουργικής, κοινωνικής και περιβαλλοντικής κατάστασης του μεγαλύτερου ατόμου. Οι πληροφορίες που συλλέγονται από αυτή την εκτίμηση, και που βασίζεται σε κλίμακες που εφαρμόζονται σε όλα τα γηριατρικά τμήματα μπορούν να εστιάσουν την προσοχή σε θέματα που αφορούν τον κάθε ασθενή ξεχωριστά και να προταθούν παρεμβάσεις που θα επιβραδύνουν την εξέλιξη και ενδεχομένως θα οδηγήσουν σε ανάκτηση λειτουργικού επιπέδου.

"Μεγαλώνοντας"

Μεαφορμή την Παγκόσμια Ημέρα της Τρίτης Ηλικίας, υπό τον γενικό τίτλο "Μεγαλώνοντας", στο Αμφιθέατρο του Ερρίκος Ντυνάν θα πραγματοποιηθούν αύριο (11:00 -13:00):

α) Έκθεση φωτογραφίας και video installation, με πρωτότυπα έργα των φωτογράφων Μαριλένας Σταφυλίδου και Πάνου Μαζαράκη

β) Παρουσίαση του Κέντρου Γηριατρικής Αξιολόγησης του Νοσοκομείου

γ) Συζήτηση με προσωπικότητες της διάνοησης και της Τέχνης για ένα θέμα που μας αφορά όλους.

Σεμιά από τις σπάνιες παρεμβάσεις τους, θα μιλήσουν για τη σχέση τους με τον χρόνο και θα καταθέσουν τις δικές τους εμπειρίες ζωής, σε τέσσερα διαφορετικά πάνελ, ο ποιητής Τίτος Πατρίκιος και ο συγγραφέας - ακαδημαϊκός Θανάσης Βαλτινός, ο συνθέτης - τραγουδοποιός Διονύσης Σαββόπουλος και ο καρδιοχειρουργός Σωτήρης Πράπας, οι ηθοποιοί Κάτια Δανδουλάκη και Μάρω Κοντού και η μεγάλη φωνή του ελληνικού τραγουδιού Μαρινέλλα, καθώς και ο διεθνούς φήμης ενδοκρινολόγος, ακαδημαϊκός Φώτης Παυλάτος με τον καθηγητή Χειρουργικής, Διονύση Βώρο.

Οιεκδηλώσεις για την Τρίτη Ηλικία θα ολοκληρωθούν το Σάββατο 5 Οκτωβρίου με την επιστημονική ημερίδα "Γηριατρική: η ειδικότητα του μέλλοντος", στο Αμφιθέατρο του νοσοκομείου (8:30-15:00). Στην ημερίδα, που μοριοδοτείται από τον Πανελλήνιο Ιατρικό Σύλλογο, θα συμμετάσχουν ιατροί και επαγγελματίες υγείας που ασχολούνται με τη γηριατρική, ενώ επίσημη προσκεκλημένη είναι η Prof. Nele Van Den Noortgate, Head of the Geriatric Department University Hospital Ghent, President of the European Academy for Medicine of Ageing (EAMA).

Πηγή: ΑΠΕ-ΜΠΕ

[Διαβάστε το άρθρο στο Capital.gr](#)