



Ένας διάλογος μεταξύ ενός γιατρού και ενός προσώπου/ πολίτη στην εποχή της πανδημίας

Χρήστος Λιονής MD PhD FRCGP(Hon) FESC FWONCA

Αφυπηρετήσας Καθηγητής Γενικής Ιατρικής και Πρωτοβάθμιας Φροντίδας Υγείας
Ιατρική Σχολή Πανεπιστημίου Κρήτης

Επισκέπτης Καθηγητής στο Πανεπιστημίου Linköping Σουηδίας

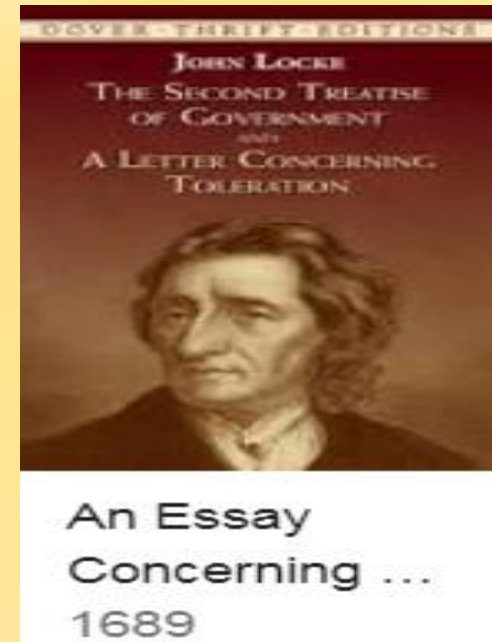
Μέλος της Ομάδας Εργασίας για τις Επενδύσεις στην Υγείας της Ευρωπαϊκής Επιτροπής
Πρόεδρος της Ομάδας Εργασίας της Παγκόσμιας Εταιρίας Γενικής/Οικογενειακής Ιατρικής
για την Ψυχική Υγεία

Μέλος του Επιστημονικού Συμβουλίου του Ευρωπαϊκού Γραφείου Φαρμάκων για τα
Εμβόλια

Τα όρια της ανθρώπινης νόησης

- «Δεν ξέρουμε τίποτε όταν γεννιόμαστε και όλη η γνώση μας πηγάζει από την εμπειρία μας στη ζωή»
- Οι περιορισμοί της ανθρώπινης νόησης (*An Essay Concerning Human Understanding*). (Στόχος του ο προσδιορισμός των ορίων της ανθρώπινης νόησης)
- Οι ιδέες μας αναπαριστούν τον κόσμο για μας αλλά μόνο κάποιες πτυχές αυτού του κόσμου είναι έτσι όπως φαίνονται

<https://plato.stanford.edu/entries/locke/>
Nigel Warburton, 2011



John Lock (1634-1704)

Χρειαζόμαστε να σας ακούσουμε αλλά και να μας ακούσετε!

- Απαραίτητη προϋπόθεση ο διάλογος και ο μεταξύ μας σεβασμός.
- Ας αρχίσουμε από την γλώσσα και την μεταξύ μας επικοινωνία.

«... ο αντιλαμβανόμενος κίνδυνος, η παρότρυνση και η εγγραμματοσύνη υγείας αποτελούν σημαντικούς προσδιοριστές της συμπεριφοράς υγείας και της προσκόλλησης στα προστατευτικά μέτρα»

Towards a European strategy to address the COVID-19 pandemic

Published Online August 9, 2021 [https://doi.org/10.1016/S0140-6736\(21\)01808-0](https://doi.org/10.1016/S0140-6736(21)01808-0)

Θέλουμε να σας γνωρίσουμε-I

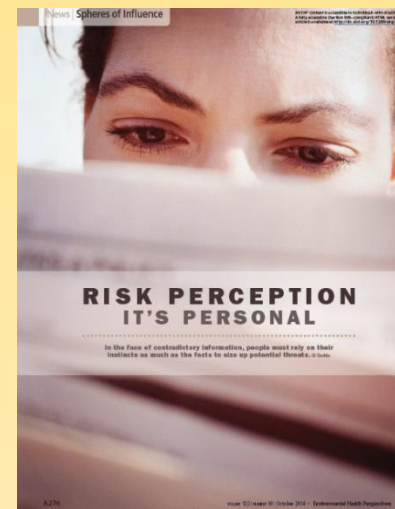
Να μάθουμε:

- την άποψη και τη γνώμη που έχετε για την υγεία
- να κατανοήσουμε την αντίληψη για τον κίνδυνο σχετικά με την υγεία και την αρρώστια.

Η αντίληψη του κινδύνου

“Η κρίση ενός ατόμου σχετικά με έναν συγκεκριμένο κίνδυνο, επηρεασμένο από γεγονότα, προσωπικές προτιμήσεις και στάσεις, εκτιμήσεις του ατόμου και τον κοινωνικό του ρόλο”.

(Cori, Bianchi and Cadum, 2021)



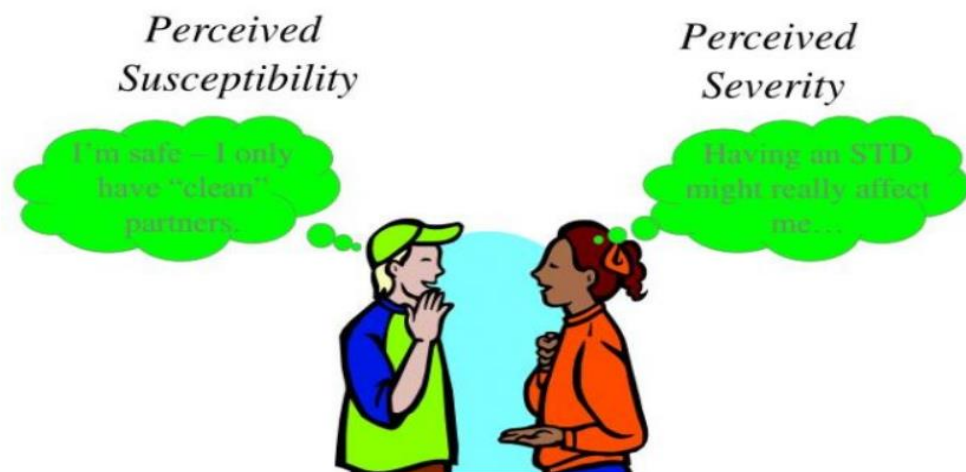
Θέλουμε να σας γνωρίσουμε-II

Να μάθουμε:

- Πόσο σοβαρή θεωρείτε τη λοίμωξη από κορωνοϊό
- Πόσο εσείς κινδυνεύετε από τη λοίμωξη, την αρρώστια.

Health Belief Model- An Interesting Model for Behavior Change !

© November 22, 2019 Sandesh Adhikari Health Promotion and Education 0



Θέλουμε να σας γνωρίσουμε-III

Να μάθουμε για σας:

- Από που διαβάζετε την πληροφορία για την υγεία,
- Εάν την καταλαβαίνετε και την αξιολογείτε,
- Την επιρροή που είχε πάνω σας, και εάν αναγνωρίζετε την ωφελιμότητά της στην υγεία σας
- Την πρόθεση σας να την εφαρμόσετε στη ζωή σας

	Πρόσβαση / λήψη πληροφοριών σχετικών με την υγεία	Κατανοήστε τις πληροφορίες που σχετίζονται με την υγεία	Επεξεργασία / αξιολόγηση πληροφοριών σχετικών με την υγεία	Εφαρμογή / χρήση πληροφοριών σχετικών με την υγεία
Φροντίδα υγείας	Δυνατότητα πρόσβασης σε πληροφορίες για ιατρικά ή κλινικά θέματα	Ικανότητα κατανόησης ιατρικών πληροφοριών και απόκτησης νοήματος	Ικανότητα ερμηνείας και αξιολόγησης ιατρικών πληροφοριών	Ικανότητα λήψης τεκμηριωμένων αποφάσεων σε ιατρικά θέματα
Πρόληψη ασθενείας	Ικανότητα πρόσβασης σε πληροφορίες σχετικά με παράγοντες κινδύνου για την υγεία	Ικανότητα κατανόησης πληροφοριών σχετικά με παράγοντες κινδύνου και παράγει νόημα	Ικανότητα ερμηνείας και αξιολόγησης πληροφοριών σχετικά με παράγοντες κινδύνου για την υγεία	Ικανότητα λήψης τεκμηριωμένων αποφάσεων σχετικά με παράγοντες κινδύνου για την υγεία
Προαγωγή της υγείας	Δυνατότητα ενημέρωσης για τους καθοριστικούς παράγοντες της υγείας στο κοινωνικό και φυσικό περιβάλλον	Ικανότητα κατανόησης πληροφοριών σχετικά με τους καθοριστικούς παράγοντες της υγείας στο κοινωνικό και φυσικό περιβάλλον και παράγει νόημα	Ικανότητα ερμηνείας και αξιολόγησης πληροφοριών σχετικά με τους καθοριστικούς παράγοντες της υγείας στο κοινωνικό και φυσικό περιβάλλον	Ικανότητα λήψης τεκμηριωμένων αποφάσεων σχετικά με τους καθοριστικούς παράγοντες της υγείας στο κοινωνικό και φυσικό περιβάλλον

«Τα προσωπικά χαρακτηριστικά και οι κοινωνικοί πόροι που χρειάζονται τα άτομα και οι κοινότητες για να καταλάβουν, να αξιολογήσουν και να χρησιμοποιήσουν τις πληροφορίες και τις υπηρεσίες ώστε να λάβουν αποφάσεις για την υγεία τους» [WHO. Health Literacy Toolkit for Low and Middle Income Countries. 2015](#)

Χρειαζόμαστε αρκετές δεξιότητες για να συμβάλλουμε στην αλλαγή της συμπεριφοράς

- Theory of planned behaviour
- Health beliefs model
- Motivational interviewing



Training General Practitioners in Evidence-Based Tobacco Treatment: An Evaluation of the Tobacco Treatment Training Network in Crete (TiTAN-Crete) Intervention

Charis Girvalaki, MPH¹, Sophia Papadakis, PHD, MHA^{1,2,3}, Constantine Vardavas, MD, PhD¹, Andrew L. Pipe, MD, PhD^{2,3}, Eleni Petridou, MD, PhD⁴, Ioanna Tsiligianni, MD, PhD¹, and Christos Lionis, MD, PhD, FRCGP⁵, on behalf of the TiTAN Crete Partners

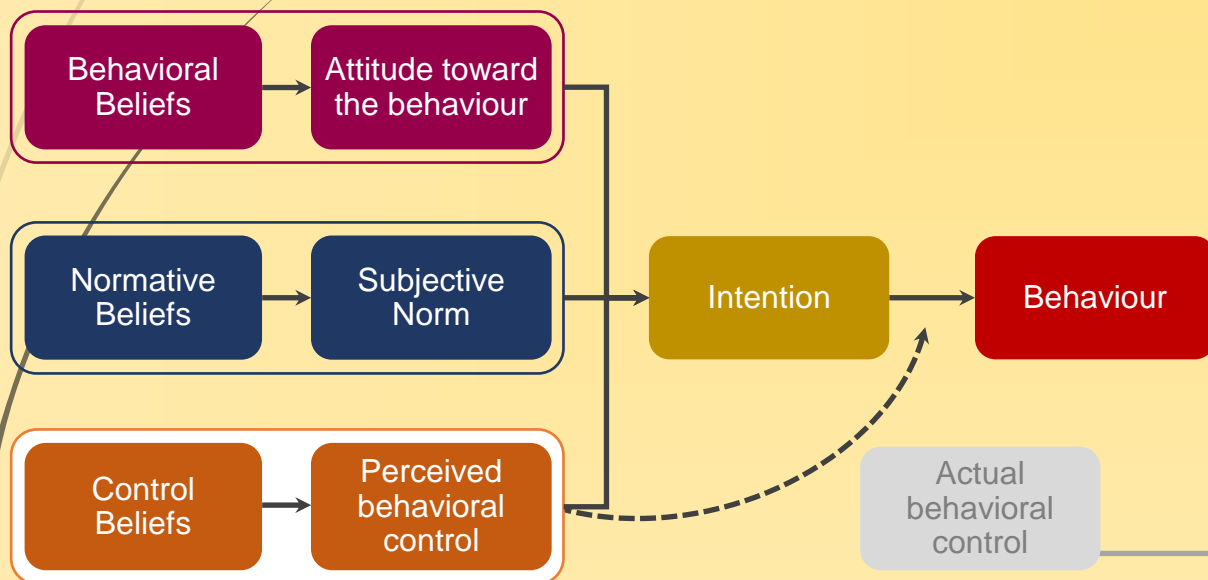


Table 4. General Practitioners' Performance in 4As Delivery Following Exposure to the TiTAN Intervention Compared With That of the Control Group.

Parameter	Control (n = 317), n (%)	TiTAN (n = 460), n (%)	TiTAN vs. control	
			AOR [95% CI] ^a	p ^a
Ask	166 (52.5)	381 (82.8)	4.12 [1.31, 13.0]	.0158
Advise: Quit smoking	149 (47.2)	375 (81.5)	5.03 [1.87, 13.6]	.0014
Advise: Health hazards	94 (29.8)	306 (66.8)	5.43 [2.94, 10.0]	<.001
Assist: General ^c	13 (4.1)	298 (64.8)	45.45 [18.24, 113.3]	<.001
Assist: Set quit date ^c	2 (0.6)	57 (12.6)	19.13 [3.57, 102.5]	.0006
Assist: Self-help materials ^c	3 (0.9)	120 (26.1)	37.51 [9.27, 151.8]	<.0001
Assist: Discuss medications	7 (2.2)	152 (33.0)	23.40 [10.08, 54.4]	<.0001
Assist: Prescribe medications ^d	0 (0.0)	7 (1.6)	—	—
Arrange ^e	3 (1.0)	70 (15.2)	15.07 [3.49, 65.1]	.0003

Η σημασία της γλώσσας και της επικοινωνίας: εστίαση στην κινητοποίηση/ παρακινητική συνέντευξη (motivational interviewing)

Ενας ορισμός:

“Παρακινητική συνέντευξη είναι ένα στυλ μιας συνεργατικής συνομιλίας για την ενίσχυση ενός ατόμου να αποκτήσει την κινητοποίηση που χρειάζεται για να δεσμευθεί στην αλλαγή της συμπεριφοράς-
Motivational interviewing is a collaborative conversation style for strengthening a person’s own motivation and commitment to change.”

The Founders of MI
(από το 1989)

Miller and Rollnick, 2013



William Miller

Stephen Rollnick

Motivational Interviewing (resources for clinicians, researchers, and trainers)

<http://www.motivationalinterview.org/>

Το πνεύμα του MI:

Συνεργασία: Συνεργαστείτε

Αποδοχή: Σεβασμός στην αυτονομία, την ενσυναίσθηση

Συμπόνια: Φροντίδα για τον πλησίον

Επίκληση: Σχεδιάστε ιδέες και λύσεις

Η εστίαση στην ευαλωτότητα



- Οι ευάλωτοι για ιατρικούς λόγους
- Οι κοινωνικά περιθωριοποιημένοι
- Οι επαγγελματίες σε υπηρεσίες υγείας και φροντίδας.
- Οι ψυχικά και ψυχολογικά ευάλωτοι
- Οι οικονομικά ευάλωτοι

(European Union 2020, modified)

Θέλουμε να μας γνωρίσετε

- Να μάθετε από μας για την πορεία της πανδημίας,
- Να διαβάσουμε μαζί τους αριθμούς και τους δείκτες
- Να μιλήσουμε για την υγεία σας και όχι μόνο για τον COVID-19
- Να συζητήσουμε για τη ζωή και την ευδαιμονία.

Για το λόγο αυτό πρέπει να ξανασυναντηθούμε

- Στο σπίτι σας μαζί με την οικογένειά σας
- Στο ιατρείο
- Στη γειτονιά σας ή στο χωριό σας
- Αλλά και ηλεκτρονικά, στο facebook ή σε όποιο άλλο μέσο κοινωνικής δικτύωσης χρησιμοποιείτε.

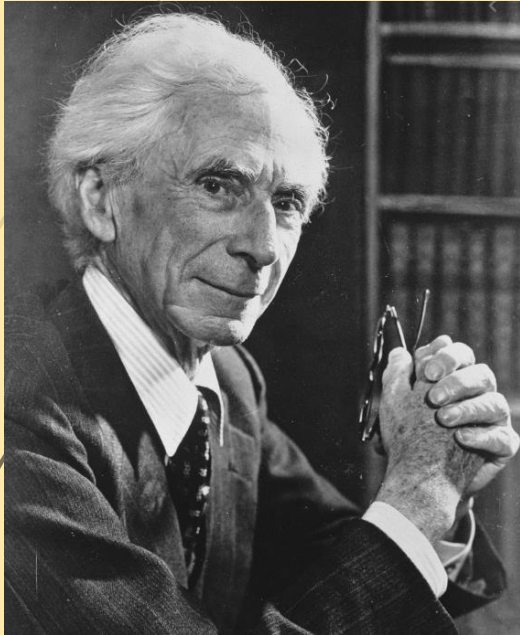
Τώρα, όμως τι πρέπει να προσέξουμε;

Παράλληλα με τον εμβολιασμό

1. Χρήση της μάσκας ανεξαρτήτως της εμβολιαστικής κάλυψης. Ιδιαίτερη προσοχή στην επαφή με ευάλωτα πρόσωπα
2. Αξιολόγηση των συμπτωμάτων και γρήγορη εξέταση και ενημέρωση του προσωπικού γιατρού
3. Τήρηση της παραμονής στο σπίτι στη διάρκεια της λοίμωξης
4. Εστίαση στην υγεία μας και στον έλεγχο της-Ολοκλήρωση του σχήματος και των άλλων εμβολιασμών και συμμετοχή στις δράσεις πρόληψης και προαγωγής της υγείας μας
5. Ενίσχυση του κοινωνικού δικτύου και έλεγχος των συναισθημάτων και ιδιαίτερα του θυμού.

Επίλογος

Τι είναι αληθές και τι ψευδές-τα παράδοξα στη γλώσσα

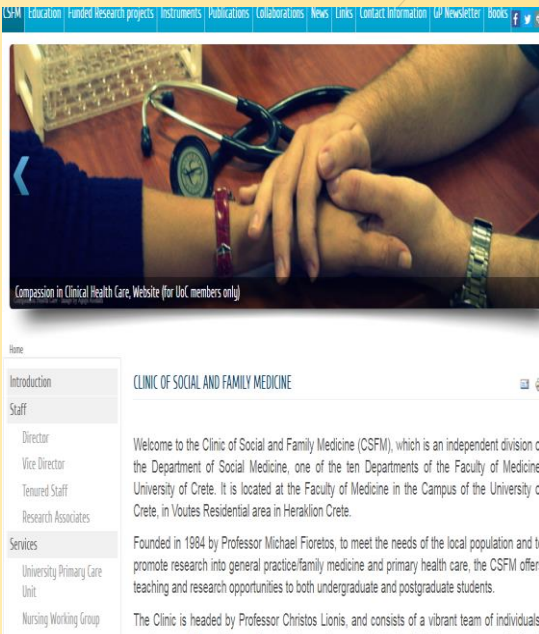


Bernard Russel (1872-1970)

- Μια πρόταση δε μπορεί να είναι ταυτόχρονα αληθής και ψευδής (παράδοξο)
- Η γλωσσική στροφή στη φιλοσοφία και η σύνδεση μαθηματικών και φιλοσοφίας μέσω της Λογικής
- Είναι έργο του φιλοσόφου να ανακαλύψει μια λογικά ιδανική γλώσσα-μια γλώσσα ικανή να περιγράψει τον κόσμο με τέτοιο τρόπο που να μην πλανάται από την περιστασιακή και επιφανειακά ανακριβή δομή της φυσικής γλώσσας»

<https://plato.stanford.edu/entries/russell/>
Nigel Warburton, 2011

Θερμές ευχαριστίες



www.fammed.uoc.gr/Joomla/