



Πώς προφυλάσσουμε τα μάτια μας την περίοδο των εορτών;

*Οι παγίδες για τα μάτια και πως μπορείτε να
τα προφυλάξετε.*

ΣΕΛ. 4



Αντώνιος Τερονικολάου
Διευθύνων Σύμβουλος

Στην Αθηναϊκή Mediclinic η παροχή υψηλού επιπέδου θεραπευτικής αγωγής διασφαλίζεται με τα ιατρικά μηχανήματα σύγχρονης και πιστοποιημένης τεχνολογικής αιχμής που διαθέτουμε και με την στελέχωση εξειδικευμένου ιατρικού και νοσηλευτικού προσωπικού.

Η Αθηναϊκή Mediclinic συνεχίζει να εξελίσσεται δυναμικά και να χαράζει τη δική της πορεία ανάπτυξης στο χώρο της υγείας, με ένα νέο και σύγχρονο πρόσωπο. Βρισκόμαστε δίπλα στους ασθενείς μας εκφράζοντας έμπρακτα την ευαισθητοποίηση μας με ευγένεια, φιλικότητα και με σεβασμό στις δικές σας ανάγκες.

Η Αθηναϊκή Mediclinic πρόσφατα εγκατέστησε το τελευταίας τεχνολογίας Ψηφιακό Ακτινογραφικό Σύστημα της PHILIPS, μοναδικό και καινοτόμο με ιδιαίτερα χαρακτηριστικά που αποσκοπούν στη βέλτιστη διαχείριση της δόσης ακτινοβολίας αλλά και στην εξοικονόμηση ενέργειας και το διαφοροποιούν από οποιοδήποτε άλλο σύστημα ψηφιακής ακτινογραφίας.

Συνεχίζοντας τις επενδύσεις, αρχές Ιανουαρίου του 2024 το Κέντρο Μαστού της Αθηναϊκής Mediclinic θα υποστηρίζεται από τον υπερσύγχρονο ψηφιακό μαστογράφο τομοσύνθεσης 3D του κατασκευαστικού οίκου HOLOGIC USA. Επίσης, υπάρχει προγραμματισμός για την προμήθεια συστήματος Αξονικής Τομογραφίας (CT) πολλαπλών τομών σύγχρονης τεχνολογίας.

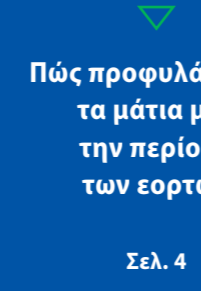
Για τη νέα χρονιά ευχόμαστε σε όλους το 2024 να είναι μία χρονιά καρποφόρα, προόδου και αισιοδοξίας. 🩺

Καλή ανάγνωση!



▼
Η Αθηναϊκή Mediclinic είναι οι άνθρωποί της

Σελ. 3



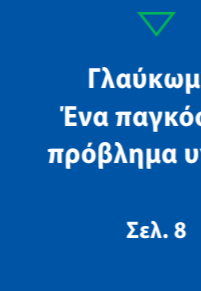
▼
Πώς προφυλάσσουμε τα μάτια μας την περίοδο των εορτών

Σελ. 4



▼
«Floretina», Ρώμη: Συνέδριο Υαλοειδούς-Αμφιβληστροειδούς

Σελ. 6



▼
Γλαύκωμα: Ένα παγκόσμιο πρόβλημα υγείας

Σελ. 8

Δορυλαίου 24, Πλατεία Μαβίλη, 115 21 Αθήνα
Τηλ.: 210 6475000 • Fax: 210 6475005
email: info@athinaiki-mediclinic.gr
www.athinaiki-mediclinic.gr

Η Αθηναϊκή Mediclinic είναι οι άνθρωποί της!



Νικολέττα Θωμοπούλου
Διευθύντρια
Υγειονομικών Υπηρεσιών

Ο ιδρυτής της Interamerican αείμνηστος Δημήτρης Κοντομηνάς συνήθιζε να λέει ότι η Interamerican είναι οι άνθρωποί της. Έτσι και εμείς λέμε ότι η Αθηναϊκή Mediclinic είναι οι άνθρωποί μας. Από τον πρώτο εργαζόμενο που θα συναντήσετε στην είσοδο της Κλινικής, μέχρι τον τελευταίο, κατά την αποχώρησή σας.

Συνηθίζετε να μας αποκαλείτε με τα ονόματά μας, η Άννα, ο Στέλιος, η Χριστίνα, η Λίτσα και αυτό μας δίνει ιδιαίτερη χαρά γιατί αντιλαμβανόμαστε ότι νιώθετε οικειότητα, νιώθετε σαν να είστε σπίτι σας, όπως πολλές φορές εσείς οι ίδιοι μας αναφέρετε.

Τη διαφορά στην Κλινική μας, που έχει να ανταγωνιστεί τα θεραπευτήρια των μεγάλων funds, την κάνουν οι άνθρωποι μας και το οικογενειακό περιβάλλον που έχουμε δημιουργήσει για όλους εσάς. Από την πρώτη στιγμή, οι διοικητικοί υπάλληλοι με υπομονή και ευγένεια κάνουν το καλύτερο δυνατόν να σας εξυπηρετήσουν, να σας καθοδηγήσουν και να λύσουν όλες σας τις απορίες. Το νοσηλευτικό προσωπικό, οι παρασκευαστές και οι ακτινο-

“
Τη διαφορά στην Κλινική μας, που έχει να ανταγωνιστεί τα θεραπευτήρια των μεγάλων funds, την κάνουν οι άνθρωποι μας
”

τεχνικοί μας πάντα δίπλα σας, κατανοώντας τις αγωνίες, τις ανάγκες σας και του προβληματισμούς σας. Με επαγγελματισμό και ενσυναίσθηση φροντίζουν και λύνουν τα προβλήματα σας, ενώ ταυτόχρονα καθησυχάζουν το οικογενειακό και φιλικό σας περιβάλλον.

Πολλοί από σας μας εκφράζετε καθημερινά πόσο σημαντική ήταν η παρουσία της νοσηλεύτριας δίπλα σας που ανθρώπινα ηρεμούσε την αγωνία σας, καθ' όλη την διάρκεια της παραμονής σας στην Κλινική μας. Οι κυρίες της καθαριότητας και οι τραπεζοκόμοι με το χαμόγελο και πάντα πρόθυμες να εξυπηρετήσουν κάθε ανάγκη σας. Τέλος, το λογιστήριο ασθενών, οι εργαζόμενοι που κάνουν την «άχαρη» εργασία πάντοτε διακριτικοί και εξυπηρετικοί.

Η Κλινική μας παρέχει οικογενειακή φροντίδα και οι άνθρωποί της είναι έμπειροι επαγγελματίες, αυτοί που κάνουν τη διαφορά και σας κάνουν να μας προτιμάτε! 🩺





Στράτος Ικοτζαρίδης
Χειρουργός Οφθαλμίατρος
Συνεργάτης Αθηνναϊκής Mediclinic



Πώς προφυλάσσουμε τα μάτια μας την περίοδο των εορτών;

Ποιες είναι οι παγίδες για τα μάτια και πώς μπορείτε να τα προφυλάξετε;

Το **Χριστουγεννιάτικο δέντρο**: Βεβαιωθείτε ότι βρίσκεται σε μία γωνία του σπιτιού, όπου δεν είναι εύκολο να εκτεθεί κάποιος σε αυτό. Να είστε προσεκτικοί με τα κλαδιά, γιατί είναι αιχμηρά και μπορεί εύκολα να κτυπήσουν το μάτι. Αν έχετε μικρά παιδιά στο σπίτι, βεβαιωθείτε ότι έχετε δημιουργήσει γύρω από το δέντρο φυσικά εμπόδια, ώστε να μην το πλησιάζουν όταν παίζουν.

Οι περισσότεροι άνθρωποι ανοίγουν την Πρωτοχρονιά ένα **μπουκάλι σαμπάνια** «για το καλό». Όμως ο φελλός που εκτοξεύεται μπορεί να φτάσει σε υψηλή ταχύτητα όταν το μπουκάλι έχει ανακινηθεί. Η ταχύτητα αυτή είναι αρκετή για να σπάσει κάποιο τζάμι. Ας αναλογιστούμε λοιπόν, τι ζημιά μπορεί να κάνει αν κτυπήσει το μάτι σας. Οι πιθανοί τραυματισμοί που έχουν αναφερθεί κυμαίνονται από εκδορά στον κερατοειδή έως πληγή που φθάνει βαθιά στο μάτι. Αυτού του είδους οι τραυματισμοί αφενός απαιτούν χειρουργική επέμβαση, αφετέρου μπορεί να οδηγήσουν χρόνια αργότερα στην τύφλωση. Μετά από τέτοιους τραυματισμούς, απαιτείται τακτικός προληπτικός έλεγχος των ματιών, ώστε να εντοπιστούν εγκαίρως τυχόν προβλήματα. Επομένως, παγώστε καλά τον αφρώδη οίνο ή την σαμπάνια, μην την ανακινήσετε και ανοίξτε την προσεκτικά, με τον φελλό υπό γωνία 45 μοιρών και στραμμένο προς μία κατεύθυνση όπου δεν υπάρχει άλλος άνθρωπος και φυσικά ούτε επιφάνεια όπου μπορεί να εξοστρακιστεί.

Δεν είναι καθόλου καλή ιδέα να κοιτάζετε επίμονα τους **λαμπτήρες LED** και τα **λείζερ**. Και τα δύο μπορεί να

προκαλέσουν στο βυθό των ματιών, στα κύτταρα-υποδοχείς του φωτός στον αμφιβληστροειδή χιτώνα και στην ωχρά κηλίδα. Γι' αυτό δεν πρέπει ποτέ να αφήνετε τα μικρά παιδιά να παίζουν με παιχνίδια λείζερ.

Η αλλαγή του χρόνου με τα **πυροτεχνήματα** να φωτίζουν τον σκοτεινό ουρανό αποτελεί αγαπημένη παράδοση σε όλο τον κόσμο. Αυτά μπορεί να αποδειχθούν πολύ επικίνδυνα στα χέρια των μη ειδικών, όλων των ηλικιών. Αν δεν είστε ειδικός, μην τα χρησιμοποιήσετε. Και αν παρευρεθείτε σε κάποιον εορτασμό με πυροτεχνήματα, διατηρήστε απόσταση ασφαλείας. Πρόσφατη έρευνα έδειξε ότι στο 65% των ατυχημάτων, τραυματίζονται οι παρευρισκόμενοι και όχι οι χρήστες τους. Επιπλέον, από τους τραυματισμούς με πυροτεχνήματα το 15% συμβαίνει στα μάτια.

Τα **παιδικά πυροτεχνήματα**, τα οποία περιέχουν πολύχρωμες λωρίδες και κομψοί με συμπιεσμένο αέρα, είναι επίσης επικίνδυνα διότι το περιεχόμενό τους εκτοξεύεται με αρκετή δύναμη ώστε να φτάσουν σε απόσταση αρκετών μέτρων. Αν λοιπόν δεν προσέξετε την κατεύθυνση όπου θα κινηθεί το περιεχόμενό τους, μπορεί εύκολα να συμβεί τραυματισμός στο μάτι. Μην αφήνετε τα μικρά παιδιά να τα χρησιμοποιούν χωρίς επίβλεψη.

Τέλος να **προσέχετε που πατάτε**. Η νύχτα της Πρωτοχρονιάς είναι η πιο επικίνδυνη απ' όλες για τους πεζούς, οι οποίοι συχνά έχουν καταναλώσει αλκοόλ με συνέπεια να μην έχουν καλή ισορροπία. Η μεγαλύτερη απειλή για τα μάτια είναι οι πτώσεις, οι οποίες αποτελούν τη δεύτερη συχνότερη αιτία μεταφοράς στο νοσοκομείο με τραυματισμό στο μάτι, μετά τους καβγάδες. +

Η καλύτερη δυνατή εμπειρία για εσάς και την οικογένειά σας



Ευαγγελία Κουτάντου
Διευθύντρια Λειτουργιών και Διασφάλισης Ποιότητας

Κατανοούμε ότι η είσοδος σε μια Κλινική αποτελεί ένα στρεσογόνο γεγονός για τους ασθενείς και τα αγαπημένα τους πρόσωπα. Η Αθηνναϊκή Mediclinic δεσμεύεται να παρέχει εξαιρετικές υπηρεσίες στους ασθενείς της. Είτε κάνετε εισαγωγή στην Κλινική, είτε χρησιμοποιείτε μία από τις εξωτερικές εγκαταστάσεις μας, θέλουμε εσείς και η οικογένειά σας να έχετε την καλύτερη δυνατή εμπειρία.

Κάθε μέλος του προσωπικού, των ιατρών και της διοίκησης είναι βαθιά αφοσιωμένο στο να παρέχει σε εσάς και τις οικογένειές σας την ασφαλέστερη και αποτελεσματικότερη ποιοτική φροντίδα.

Εργαζόμαστε ακούραστα για να κάνουμε την Κλινική, ένα ασφαλές περιβάλλον το οποίο στοχεύει όχι μόνο σε απλά, αλλά και σε δύσκολα ζητήματα, όπως η πρόληψη λοιμώ-

ξεων που αποκτώνται από την υγειονομική περίθαλψη. Κάθε μέρα, εργαζόμαστε για να βελτιώσουμε την ποιότητα και την ασφάλεια της φροντίδας που παρέχει η Κλινική σε εσάς και τους αγαπημένους σας. Ακολουθούμε τα εθνικά και τα διεθνή πρότυπα περίθαλψης για πολλές κοινές ασθένειες που έχουν οι ασθενείς μας, επιδιώκοντας πάντα να παρέχουμε την καλύτερη και πιο ενημερωμένη φροντίδα. Ένας από τους τρόπους με τους οποίους το κάνουμε αυτό είναι να μετρήσουμε τους εαυτούς μας. 50 δείκτες ποιότητας και λειτουργίας παρακολουθούνται σταθερά έτσι ώστε να έχουμε τα καλύτερα θεραπευτικά αποτελέσματα. Ο πιο δύσκολος όμως τρόπος είναι η πιστοποίηση μας με το EN 15224:2016 από την Swiss Approval.

Οι δείκτες ικανοποίησης πελατών όπως αυτοί έχουν διαμορφωθεί μέχρι στιγμής για το 2022 αντικατοπτρίζουν τα παραπάνω ευρήματα:



NPS
εξωτερικών
ασθενών:
57



NPS
εσωτερικών
ασθενών:
61

Αναπόσπαστο μέρος της λειτουργίας της Κλινικής αποτελεί η αφοσίωση μας στην παροχή ποιοτικών υπηρεσιών υγείας για τις οποίες είμαστε εξαιρετικά περήφανοι. +

Είπαν για εμάς:

Μόνο καλά λόγια έχω να πω, για το προσωπικό, για τον προγραμματισμό και την οργάνωση του νοσοκομείου. Μπήκα για επέμβαση χιαστών στο γόνατο και όλα κύλησαν ομαλά όπως τα είχαμε οργανώσει.

Στάθης Ρ.



Από την εμπειρία της νοσηλείας μου, οφείλω ένα μεγάλο ευχαριστώ στους γιατρούς και τους νοσηλευτές γιατί δίνουν νόημα στις λέξεις περίθαλψη και φροντίδα.

Ελένη Μ.



«Floretina»: Συνέδριο Υαλοειδούς- Αμφιβληστροειδούς



▲ Ο κ. Αντώνης Γερονικολάου με τον κ. Στράτο Γκοτζαρίδη.



▲ Ο κ. Στράτος Γκοτζαρίδης κατά τη διάρκεια πραγματοποίησης υαλοειδεκτομής επί ρηγματογενούς αποκόλλησης αμφιβληστροειδούς σε απ' ευθείας αναμετάδοση.

Στο πλαίσιο της διεξαγωγής του Συνεδρίου Υαλοειδούς-Αμφιβληστροειδούς «Floretina» που πραγματοποιήθηκε στην Ρώμη, στις 30 Νοεμβρίου, 1, 2 και 3 Δεκεμβρίου 2023, περιλάμβανε επιστημονικές παρουσιάσεις στον τομέα της παθολογίας και της χειρουργικής του αμφιβληστροειδούς με τη συμμετοχή διακεκριμένων Ευρωπαίων ομιλητών.

Κατά τη διάρκεια του συνεδρίου παρουσιάστηκαν επεμβάσεις οπίσθιου ημιμορίου υαλοειδεκτομής που πραγ-

ματοποιήθηκαν σε ασθενείς στις χειρουργικές αίθουσες της Αθηναϊκής Mediclinic με απ' ευθείας αναμετάδοση live streaming στο Συνέδριο «Floretina» στην Ρώμη.

Οι χειρουργικές επεμβάσεις πραγματοποιήθηκαν την Παρασκευή 1η Δεκεμβρίου 2023 από τον χειρουργό οφθαλμίατρο και την ομάδα συνεργατών του κυρίου Στράτου Γκοτζαρίδη εξειδικευμένου στην χειρουργική του υαλοειδούς, του αμφιβληστροειδούς και της ωχράς κηλίδας.

Ο κ. Αντώνης Γερονικολάου Γενικός Διευθυντής της Αθηναϊκής Mediclinic δάλωσε:

Έχει γίνει θεσμός πλέον η συμμετοχή διαδικτυακά της Αθηναϊκής Mediclinic στο Συνέδριο Αμφιβληστροειδούς «Floretina», εκπροσωπώντας την Ελλάδα σε έναν ιδιαίτερα σημαντικό συνέδριο στην χειρουργική οφθαλμολογία.

Η Αθηναϊκή Mediclinic συνεχίζοντας την παράδοση μιας μακροχρόνιας και επιτυχημένης πορείας στην χειρουργική οφθαλμολογία πραγματοποιεί έναν ιδιαίτερα

μεγάλο αριθμό χειρουργικών επεμβάσεων καταρράκτη, γλαυκώματος, αποκόλλησης αμφιβληστροειδούς, οφθαλμικού τραύματος, διαβητικής αμφιβληστροειδοπάθειας, ωχράς κηλίδας κ.α.

Το οφθαλμολογικό τμήμα της Αθηναϊκής Mediclinic διαθέτει τελευταίου τύπου χειρουργικά μηχανήματα φακοθρυψίας, χειρουργικά μικροσκόπια οφθαλμού και λοιπό σύγχρονο ιατρικό εξοπλισμό.



Υαλοειδεκτομή ή βιτρεκτομή (χειρουργική αφαίρεση του υαλοειδούς)

Η υαλοειδεκτομή μπορεί να πραγματοποιηθεί για την αντιμετώπιση της αιμορραγίας του υαλοειδούς, την αφαίρεση της μεμβράνης σε περιοχές του βυθού ή για να χαλαρώσει μια έλξη στον αμφιβληστροειδή. Η αιμορραγία, τα φλεγμονώδη κύτταρα, τα ιζήματα αλλά και οι μεμβράνες δυσκολεύουν τη δίοδο του φωτός κατά την πορεία του προς τον αμφιβληστροειδή, προκαλώντας θολή όραση.

Οφθαλμικές παθήσεις που χρήζουν υαλοειδεκτομής είναι οι πιο κάτω:

- ▶ Διαβητική αμφιβληστροειδοπάθεια
- ▶ Εκφύλιση ωχράς κηλίδας
- ▶ Ρηγματογενής αποκόλληση αμφιβληστροειδούς
- ▶ Ενδοϋαλοειδική αιμορραγία
- ▶ Οφθαλμικό τραύμα ή λοίμωξη του οφθαλμού



Μοναδική τεχνολογία μείωσης του χρόνου έκθεσης

*Εξειδικευμένο πακέτο επεξεργασίας
και βελτιστοποίησης της εικόνας*

Νέο ψηφιακό Ακτινογραφικό

Η Αθηναϊκή Mediclinic πρόσφατα εγκατέστησε το τελευταίας τεχνολογίας Ψηφιακό Ακτινογραφικό Σύστημα PHILIPS DigitalDiagnost C50, μοναδικό και καινοτόμο με ιδιαίτερα χαρακτηριστικά που αποσκοπούν στη βέλτιστη διαχείριση της δόσης ακτινοβολίας αλλά και στην εξοικονόμηση ενέργειας και το διαφοροποιούν από οποιοδήποτε άλλο σύστημα ψηφιακής ακτινογραφίας.

Μείωση του χρόνου έκθεσης

Το νέο Ψηφιακό Ακτινογραφικό Σύστημα διαθέτει μοναδική τεχνολογία μείωσης του χρόνου έκθεσης και επομένως μείωση της δόσης, αυτοματοποιημένα πρωτόκολλα εξετάσεων με εναρμόνιση του contrast μέσω τεχνολογίας αλγορίθμων, εξειδικευμένο πακέτο επεξεργασίας και βελτιστοποίησης εικόνας κατάλληλο για την ανάδειξη και των πλέον μικρών ανατομικών δομών. Επίσης, διαθέτει αλγόριθμο για όξυνση της ποιότητας εικόνας, αναδεικνύοντας μικρές ανατομικές δομές επιτυγχάνοντας εντυπωσιακή λεπτομέρεια.





Δρ. Δημήτρης Κουκούτας
Χειρουργός - Οφθαλμίατρος
Διδάκτωρ Ιατρικής Σχολής Πανεπιστημίου
Αθηνών, Μέλος της Αμερικανικής
(AGS) και της Ευρωπαϊκής Εταιρείας
Γλαυκώματος (EGS), τ. Δντης Τμήματος
Γλαυκώματος, 401 Γενικού Στρατιωτικού
Νοσοκομείου Αθηνών, Συνεργάτης
Αθηναϊκής Mediclinic



Γλαύκωμα: Ένα παγκόσμιο πρόβλημα υγείας

Τι είναι το γλαύκωμα;

Το γλαύκωμα είναι μια εξελικτική, μη αναστρέψιμη βλάβη του οπτικού νεύρου, που οδηγεί σε σταδιακή απώλεια της όρασης και μόνιμη τύφλωση. Καθώς η βλάβη εμφανίζεται αργά και σταδιακά, αρχικά η νόσος είναι χωρίς συμπτώματα και περνά απαρατήρητη μέχρι να είναι πολύ αργά. Έτσι, λόγω του ασυμπτωματικού χαρακτήρα της νόσου, περισσότερο από το 50% των περιπτώσεων γλαυκώματος παραμένουν αδιάγνωστες παγκοσμίως. Καθώς εξελίσσεται, το γλαύκωμα μπορεί να οδηγήσει σε κακή ποιότητα ζωής, αυξημένο κίνδυνο πτώσεων, μειωμένη κινητικότητα και δυσκολία στην οδήγηση.

Ποια είναι τα συμπτώματα;

Στα αρχικά στάδια της νόσου και για πολλά χρόνια, οι περισσότεροι άνθρωποι με γλαύκωμα, ιδιαίτερα εκείνοι με χρόνιο γλαύκωμα (ανοιχτής ή κλειστής γωνίας), μπορεί να μην έχουν καθόλου ή ελάχιστα συμπτώματα. Έτσι, δεν προκαλεί έκπληξη το γεγονός ότι, περίπου το 50% των περιπτώσεων γλαυκώματος είναι αδιάγνωστα, τονίζοντας την ανάγκη για τακτική προληπτική οφθαλμολογική εξέταση, σε άτομα ηλικίας 40 ετών και άνω.

Ποιες θεραπείες είναι διαθέσιμες;

Αν και δεν υπάρχει επί του παρόντος θεραπεία για την αποκατάσταση της βλάβης του οπτικού νεύρου στο γλαύκωμα, η έγκαιρη έναρξη θεραπείας μπορεί να σταματήσει ή να επιβραδύνει την εξέλιξη της νόσου και την απώλεια της όρασης. Η θεραπεία στοχεύει στη μείωση της πίεσης των οφθαλμών και μπορεί να περιλαμβάνει φάρμακα, λέιζερ ή/και χειρουργική επέμβαση.

Η σημασία της έγκαιρης διάγνωσης

Κάθε ενήλικας (ιδιαίτερως εάν υπάρχει οικογενειακό ιστορικό) πρέπει να υποβληθεί σε μια αρχική οφθαλμολογική εξέταση στην ηλικία των 40 ετών, ακόμα κι αν η όρασή είναι φυσιολογική. Σκοπός της εξέτασης είναι ο εντοπισμός παραγόντων κινδύνου και η πρώιμη ανίχνευση γλαυκωματικών αλλοιώσεων. Ο ασυμπτωματικός χαρακτήρας της νόσου του γλαυκώματος (στα αρχικά στάδια) και το γεγονός ότι οι βλάβες είναι μη αναστρέψιμες τονίζουν την αναγκαιότητα και τη σημασία της έγκαιρης διάγνωσης και αντιμετώπισης της νόσου. Η απώλεια όρασης από το γλαύκωμα μπορεί να ελαχιστοποιηθεί με τη θεραπεία, επομένως η έγκαιρη ανίχνευση και θεραπευτική αντιμετώπιση παίζουν σημαντικό ρόλο στη διατήρηση της οπτικής λειτουργίας του ασθενή. +

*Ιατρείο Γλαυκώματος
στην Αθηναϊκή Mediclinic
για τον έλεγχο και
την αντιμετώπιση ασθενών
που πάσχουν ή είναι ύποπτοι
για γλαύκωμα.*