

## Από το Διοικητικό Συμβούλιο



### **Αγαπητοί Αναγνώστες,**

Ανατρέχοντας σε κάποιες δηλώσεις από συναδέλφους μας για την νοσηλευτική στα πλαίσια της διάστασής της σαν λειτουργήμα που ασκούμε ως επαγγελματίες υγείας, θα ήθελα να αναφέρω το εξής: «Αυτό που μετράει τελικά κατά την εκτέλεση των νοσηλευτικών μας καθηκόντων, είναι το αποτέλεσμα».

Επειδή όμως από μόνο του αυτό δεν είναι αρκετό, υπενθυμίζω ότι τούτο αποτελεί ένα μέρος της συνολικής μας προσπάθειας που επικεντρώνεται στην παροχή φροντίδας προς τον άνθρωπο. Αλλά και η παροχή φροντίδας από μόνη της δεν είναι αρκετή. Ωστόσο, υπάρχει η δυνατότητα η καθημερινή νοσηλευτική πρακτική να βελτιωθεί, εαν συνοδεύεται από αναστοχασμό. Η συνταγή της επιτυχίας στο έργο που επιτελούμε συμπεριλαμβάνει προβληματισμό και συνεργασία με τους υπόλοιπους επαγγελματίες υγείας μέσα στα πλαίσια μιας σω-στής και ολοκληρωμένης επικοινωνίας.

Οι προκλήσεις που αντιμετωπίζουμε στον εργασιακό μας χώρο παρέχοντας φροντίδα είναι απαιτητικές και πολυδιάστατες.

Σίγουρα δεν αρκεί η εκτέλεση της νοσηλευτικής φροντίδας μέσα από το μοτίβο της νοσηλευτικής διεργασίας για έναν απλούστατο λόγο: η πράξη επικεντρώνεται στα δεδομένα και τις δεξιότητες. Αυτό που οφείλουμε να κάνουμε ως νοσηλευτές είναι να ατενίσουμε μπροστά, πέρα από τη διάσταση της καθημερινότητας και πέρα από τον εαυτό μας. Να ερευνήσουμε κάθε παράμετρο που ενδεχομένως να επηρεάζει τις προσεγγίσεις μας στην καθημερινή άσκηση της νοσηλευτικής με τη σκέψη μας στραμμένη στις εμπειρίες που αποκομίζουμε κατά τη παροχή της φροντίδας, χρησιμοποιώντας τη γνώση μας, προς όφελος της νοσηλευτικής και της ποιότητας ζωής των ασθενών μας.

Είμαστε τοποθετημένοι σε μια καίρια θέση όσον αφορά στην εφαρμογή στρατηγικών φροντίδας. Μπορούμε και πρέπει να συνεισφέρουμε στην εισαγωγή καινοτομιών που αφορούν την άσκηση της νοσηλευτικής.

Η συνεχιζόμενη εκπαίδευση παρέχει μια στέρεη και ακλόνητη βάση σε αυτό, διευκο-λύνοντας σε μέγιστο βαθμό την υποστήριξη της προσωπικής αλλαγής και της προσαρ-μογής στα νέα δεδομένα. Όλα αυτά είναι θεμελιώδη χαρακτηριστικά που βοηθούν στην επιτυχία του έργου μας.

**Ιωάννης Λεοντίου**  
**Πρόεδρος ΠΑΣΥΝΜ**

## **Η ψυχοθεραπεία στην αρχαιότητα**

### **Χατζηδημητρίου Ελένη, M.D.**

Ιατρός, Επιστ. Συνεργάτης Νοσ. "Υγεία", Αθηνών

### **Αθανασία Νέστωρ, RN, Ph.D.,**

Αναπληρώτρια Καθηγήτρια Νοσηλευτικής,  
ΑΤΕΙ Αθηνών

### **Παππά Ολυμπία-Ελένη, M.D.**

Ιατρός, Νοσ. "Ιασώ", Αθηνών

### **Βαγενά Κων/να, RN**

Νοσηλεύτρια, Νοσ/μείο NIMITΣ, Αθηνών

### **Chadjidimitriou Helen, M.D.**

Physician, Hospital "Ygia" of Athens

### **Nestor Athanassia, rn, Ph.D.,**

Associate Professor at the Nursing Department  
of Athens's Institution of Technological Education

### **Pappa Olympia-Helen, M.D**

Physician, Hospital "Laso" of Athens

### **Konstantina Vagena, RN**

Nurse at "NIMITS" Hospital, Athens

## **Περίληψη**

Στην παρούσα εργασία παρέχονται στοιχεία, σύμφωνα με τα οποία, η αντιμετώπιση της Ψυχοθεραπείας ξεκίνησε από την Αρχαιότητα. Σημαντικοί ιατροί όπως οι Ιπποκράτης, Ασκληπιάδης, Σωρανός, Γαληνός, κ.α., καθώς και φιλόσοφοι όπως ο Πλάτων και ο Αντιφώνας, ασχολήθηκαν με τη θεραπεία ψυχικά αρρώστων. Ειδικά ο Αντιφώνας μπορεί να θεωρηθεί πρόδρομος της Ψυχοθεραπείας και δη της Στηρικτικής μορφής αυτής.

Λέξεις κλειδιά: Αρχαιότητα, Ψυχική νόσος, Ψυχοθεραπεία, Ιατρός, Φιλόσοφος.

## **Abstract**

In the present study we show evidence which prove that psychotherapy was first met in Ancient Greece. Famous doctors such as Hippocrates, Asclepiads, Soranos, Galen, and more others, as well as philosophers as Plato and Antiphon and more, had studied therapy of people with mental health problems. In addition, Antiphon (an Athenian sophist of the 5th cent. BC) was the forerunner of supportive psychotherapy.

Key words: Ancient times, Mental illness, Psychotherapy, Doctor, Philosopher.

## **Δημόσιο Νοσοκομείο Vs Ιδιωτικό Νοσοκομείο Συγκριτική μελέτη για τον προγραμματισμό και την οργάνωση τους**

### **Σωκράτης Σωκράτους - Socratous Socratis**

Ανώτερος Νοσηλευτικός Λειτουργός - Νοσηλευτική Σχολή  
RGN, RMN, Diploma in Nursing,  
PGDiploma in Psychiatric Nursing,  
Diploma in Post-Compulsory Education,  
BSc (Hons) Nursing Education, Diploma in Education,  
Πτυχίο Παιδαγωγικής Αθηνών, MSc Candidate

### **Ανδρέας Χαραλάμπους - Andreas Charalambous**

BSc (Hons) Nursing Science,  
MSc (WBL) Developing Nursing Services,  
PGCERT Social Research Methods,,  
PhDC Nursing

### **Περίληψη**

Η φύση του αγαθού υγείας και η ιδιομορφία του σε σχέση με όλα τα άλλα αγαθά επιβάλλει την λήψη συγκεκριμένων μέτρων που αφορούν ιδιαιτερότητες την οργάνωση, διοίκηση και λειτουργία των μονάδων παροχής υγείας.

Οι Υπηρεσίες Υγείας αποτελούν σύνθετα πολύπλοκα και πολυδιάστατα συστήματα που για την επιτυχή λειτουργικότητα, αποτελεσματικότητα, αποδοτικότητα και επιβίωση επιβάλλεται η όλη δομή τους να στηρίζεται σε ένα σωστό στρατηγικό προγραμματισμό, σε μια δομημένη οργάνωση και κατ' επέκταση σε μια ορθολογική διοίκηση.

### **Abstract**

The nature of the asset of "health" and its distinctiveness in relation to other assets calls for specific measures in terms of the organization, the administration and the operation of the units providing health services.

Health services are complex and multidimensional systems which in order to operate efficiently and effectively, their structure need to be based on an appropriate strategic planning, on a structural organization and therefore a pertinent administration.

## Η χοληστερόλη και η σχέση της με τις καρδιακές παθήσεις

**Ελένη Αβραάμ**

Αν. Νοσ. Λειτουργός

Μ.Ε.Φ Γ.Ν. Λάρνακος

**Eleni Avraam**

Senior Nursing Officer

M.E.F. Larnaca

### Περίληψη

Η στεφανιαία νόσος αποτελείτο κυριότερο αίτιο θανάτου στις αναπτυγμένες χώρες.

Η λήψη κεκορεσμένων λιπών έχει άμεση σχέση με τα επίπεδα χοληστερόλης του αίματος και σε συνδυασμό με άλλους προδιαθεσικούς παράγοντες κινδύνου, όπως το κάπνισμα, την παχυσαρκία, την έλλειψη άσκησης και το στρες μπορεί να οδηγήσουν στη στεφανιαία νόσο.

Στην μελέτη αυτή παρουσιάζεται, μέσα από βιβλιογραφική ανασκόπηση η χοληστερόλη και η σχέση της με τις καρδιοπάθειες. Η θετική συσχέτιση της στεφανιαίας νόσου με την υπερχοληστερολαιμία έχει προκύψει από πλήθος πειραματικών και επιδημιολογικών μελετών. Διαφαίνεται στην συνέχεια το γεγονός ότι η τροποποίηση των υψηλών επιπέδων χοληστερόλης μειώνει σημαντικά την πιθανότητα ανάπτυξης της νόσου, τόσο σε άτομα αυξημένου κινδύνου όσο και σε άτομα με ήδη εγκατεστημένη στεφανιαία νόσο. Σωστή και προγραμματισμένη στρατηγική πρόληψη από την παιδική ηλικία μπορεί να αποδώσει σε πολλαπλάσιο βαθμό.

### Abstract

Coronary illness constitutes the main reason of death in the developed countries.

The reception of saturated fats has direct relation with the levels of cholesterol of blood and in combination with other factors of danger, as smoking, obesity, the lack of exercise and stress it can lead to coronary illness.

In this study is presented, through bibliographic examination, cholesterol and its relation with heart disease. The positive cross-correlation of coronary illness with hypercholesterolemia has resulted from crowd experimental and epidemiologic studies.

It emerges that the modification of high levels of cholesterol decreases considerably the probability of growth of illness, as much as in individuals of increased dangerous in individuals with already installed coronary illness. Right and programmed strategic prevention from childhood can attribute in multiple degree.