



ΓΙΑΝΝΑ ΣΟΥΛΑΚΗ  
gsoulaki@e-typos.com

ΑΣΚΗΣΕΙΣ ΕΤΟΙΜΟΤΗΤΑΣ

# 4 σενάρια ΕΟΔΥ για επόμενη πανδημία

Με επιχειρησιακά σχέδια που εξειδικεύονται για κάθε νοσοκομείο και δομή του υπουργείου Υγείας

Όλοένα και περισσότερες διεθνείς μελέτες εστιάζουν στο τρομακτικό ενδεχόμενο της εμφάνισης ενός νέου παθογόνου -άγνωστου στο σήμερα- που μπορεί να φέρει μια νέα καταστροφική πανδημία για την ανθρωπότητα. Γι' αυτό και τα υγειονομικά συστήματα των προηγμένων χωρών επικεντρώνονται από τώρα να προετοιμαστούν κατάλληλα.

Στο επίκεντρο μιας τέτοιας προετοιμασίας έχει τεθεί ξανά ο καθηγητής Παθολογίας - Λοιμωξιολογίας ΕΚΠΑ, Σωτήρης Τσιόδρας. Ως επιστημονικός συνεργάτης του ΕΟΔΥ και πρόεδρος της Επιτροπής Εμπειρογνομώνων του υπουργείου Υγείας, ο Σωτήρης Τσιόδρας υπήρξε πρωταγωνιστική φυσιογνωμία στην προσπάθεια της Ελλάδας να διαχειριστεί την κρίση του ιού SARS-CoV-2 μεταξύ 2020 και 2022, προσφέροντας καθοδήγηση στην κυβέρνηση και το κοινό.

Σήμερα εξακολουθεί να εργάζεται πάνω στη διαμόρφωση ενός πλήρους σχεδίου που θα θωρακίσει τη χώρα απέναντι σε μια πιθανή νέα πανδημία.

Κατά την ομιλία του στην Πανελλήνια Συνάντηση για το AIDS, τις Ηπατίτιδες και τα Αναδυόμενα Νοσήματα, ο καθηγητής τόνισε ότι η επιστημονική κοινότητα θεωρεί σχεδόν βέβαιο πως κάποια στιγμή θα εμφανιστεί μια νέα πανδημία.

**Ραγδαία διάδοση**

«Δεν έχει σημασία ποια μέτρα λαμβάνονται στις πύλες εισόδου των χωρών, η διάδοση θα είναι ραγδαία», τόνισε ο ίδιος στηριζόμενος στην εμπειρία που αποκόμισε η Ελλάδα και ο κόσμος από την πανδημία του COVID-19.

Ωστόσο, παραμένει άγνωστο ποιο θα είναι το παθογόνο που θα την προκαλέσει ή πόσο σοβαρή θα είναι η υγειονομική απειλή. «Η παγκοσμιοποίηση, η ταχύτητα των μετακινήσεων και η συνεχής εμφάνιση νέων παθογόνων αυξάνουν την πιθανότητα μιας τέτοιας απειλής», όπως ανέφερε ο επιστήμονας.

Με βάση τις εμπειρίες από την πανδημία COVID-19, ο Σωτήρης Τσιόδρας υπογραμμίζει τη σημασία του σχεδιασμού και της έγκαιρης προετοιμασίας.

Η Ελλάδα, όπως και οι άλλες χώρες, πρέπει να διαμορφώσει ένα ολοκληρωμένο σχέδιο δράσης για να ανταποκριθεί αποτελεσματικά σε όποιο νέο παθογόνο εμφανιστεί, όπως είπε.

Ο Εθνικός Οργανισμός Δημόσιας Υγείας (ΕΟΔΥ), σε συνεργασία με το υπουργείο Υγείας, εργάζεται ήδη εντατικά πάνω σε ένα Επιχειρησιακό Σχέδιο, το οποίο έχει καταρτιστεί ειδικά για να αντιμετωπιστούν πανδημικές καταστάσεις.

**Διαχείριση πόρων**

Το σχέδιο αυτό εξειδικεύεται για κάθε νοσοκομείο και δομή Υγείας, προκειμένου να εξασφαλιστεί η βέλτιστη διαχείριση πόρων και προσωπικού.

Ο πρόεδρος του ΕΟΔΥ, Χρήστος Χατζηχρηστοδούλου, υποστήριξε στην ίδια εκδήλωση, ότι το νέο σχέδιο στηρίζεται στα μαθήματα που αντλήθηκαν από την πανδημία COVID-19, με σκοπό τη διατήρηση της αποτελεσματικότητας του συστήματος Υγείας.

«Περίπου κάθε 4-5 χρόνια έχουμε ένα νεοεμφανιζόμενο παθογόνο. Δεν ξέρουμε ποιο



**ΠΩΣ ΘΑ ΓΙΝΕΙ Η ΔΙΑΧΕΙΡΙΣΗ ΤΗΣ ΚΡΙΣΗΣ**

**ΤΟ ΕΠΙΧΕΙΡΗΣΙΑΚΟ** Σχέδιο του ΕΟΔΥ περιλαμβάνει τέσσερα διαφορετικά σενάρια, ανάλογα με τη σοβαρότητα της πανδημίας:

- ▶ **Πράσινο Επίπεδο:** Το σύστημα Υγείας λειτουργεί κανονικά, χωρίς διαταραχές.
- ▶ **Κίτρινο Επίπεδο:** Αναφέρεται σε μια πανδημία ήπιας σοβαρότητας, όπως η γρίπη H1N1. Σε αυτή την περίπτωση, η θνητότητα και ο δείκτης μετάδοσης (RO) είναι χαμηλά και οι Μονάδες Εντατικής Θεραπείας (ΜΕΘ) λειτουργούν στο 40-50% της δυναμικότητάς τους.
- ▶ **Πορτοκαλί Επίπεδο:** Η νόσος είναι μεγάλης σοβαρότητας, όπως ο COVID-19, και το σύστημα Υγείας δέχεται σημαντική πίεση. Οι ΜΕΘ λειτουργούν στον μέγιστο δυνατό βαθμό, ενώ τα μέτρα περιορισμού είναι απαραίτητα.
- ▶ **Κόκκινο Επίπεδο:** Σενάριο πολύ μεγά-

λης σοβαρότητας, με θνητότητα μεγαλύτερη από 20% σε σχέση με τον COVID-19 και δείκτη μετάδοσης άνω του 3. Σε αυτή την περίπτωση, οι ΜΕΘ αυξάνουν τη δυναμικότητά τους κατά 40%, ενώ λαμβάνονται ακραία μέτρα για την αποφυγή της εξάπλωσης της νόσου.

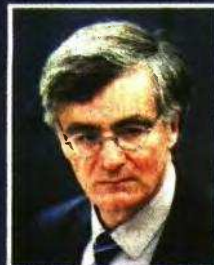
Η ενίσχυση της επιδημιολογικής επίτηρησης και η διεξαγωγή τακτικών ασκήσεων αποτελούν επίσης προτεραιότητες του ΕΟΔΥ, καθώς η πανδημία COVID-19 απέδειξε την αναγκαιότητα της γρήγορης ανταπόκρισης και της αποτελεσματικής διαχείρισης.

Η δημιουργία ενός σύγχρονου Κέντρου Επιχειρήσεων, με τεχνολογία αιχμής, θα ενισχύσει περαιτέρω τις δυνατότητες του Οργανισμού να αντιμετωπίσει τις μελλοντικές προκλήσεις, όπως κατέληξαν οι ομιλήτες.

θα είναι το παθογόνο που θα προκαλέσει την επόμενη πανδημία, ούτε πόσο βαριά θα είναι», ανέφερε στην ομιλία του. Και πρόσθεσε:

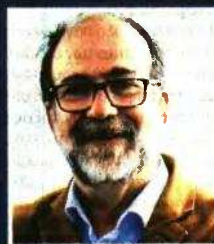
«Εμείς πρέπει να κάνουμε ένα σχέδιο, ώστε να είμαστε προετοιμασμένοι για όλα τα σενάρια. Εν μέρει γνωρίζουμε πόσο γρήγορα θα εξα-

πλωθεί. Το ζήσαμε στον Covid και ξέρουμε ότι η εξάπλωση θα είναι ταχύτατη. Σήμερα, με την παγκοσμιοποίηση και την ταχύτητα στα ταξίδια, θα μεταδοθεί πάρα πολύ γρήγορα, όποια μέτρα και να πάρουμε στις πύλες εισόδου και υπάρχουν αποδείξεις γι' αυτό», όπως επισήμανε. ■



«Δεν έχει σημασία ποια μέτρα λαμβάνονται στις πύλες εισόδου των χωρών, η διάδοση θα είναι ραγδαία»

ΣΩΤΗΡΗΣ ΤΣΙΟΔΡΑΣ,  
ΚΑΘΗΓΗΤΗΣ  
ΛΟΙΜΩΞΙΟΛΟΓΙΑΣ



«Περίπου κάθε 4-5 χρόνια έχουμε ένα νεοεμφανιζόμενο παθογόνο. Δεν ξέρουμε ποιο θα προκαλέσει την επόμενη πανδημία, ούτε πόσο βαριά θα είναι»

ΧΡΗΣΤΟΣ ΧΑΤΖΗΧΡΗΣΤΟΔΟΥΛΟΥ,  
ΠΡΟΕΔΡΟΣ ΕΟΔΥ

## 2. ΣΕ ΚΙΝΔΥΝΟ Η ΥΓΕΙΑ ΤΩΝ ΠΑΙΔΙΩΝ ΑΠΟ ΤΗΝ ΚΑΘΙΣΤΙΚΗ ΖΩΗ

Μέσο: . . . . . ΚΑΘΗΜΕΡΙΝΗ

Ημ. Έκδοσης: . . .02/10/2024 Ημ. Αποδελτίωσης: . . .02/10/2024

Σελίδα: . . . . . 8



# Σε κίνδυνο η υγεία των παιδιών από την καθιστική ζωή

Της **PENNYS ΜΠΟΥΛΟΥΤΖΑ**

**Χαμηλή** κατανάλωση φρούτων και λαχανικών και καθιστική ζωή μπροστά σε μία οθόνη, είναι τα «στατικά» της καθημερινότητας των παιδιών στη χώρα μας, που θέτουν σε σοβαρό κίνδυνο τη μελλοντική τους υγεία. Πανελλαδική έρευνα που διενεργήθηκε για λογαριασμό του υπουργείου Υγείας και της UNICEF έδειξε ότι λιγότερο από τα μισά παιδιά στην Ελλάδα καταναλώνουν καθημερινά φρούτα και λαχανικά, ενώ καθημερινή άσκηση κάνει μόλις ένα στα τρία παιδιά.

Ειδικότερα, σύμφωνα με τα ευρήματα της έρευνας που έγινε από την MARC την περασμένη άνοιξη, σε δείγμα 1.000 γονέων με παιδιά ηλικίας έως 17 ετών, καθημερινά πρωινό καταναλώνουν τρία στα τέσσερα παιδιά, με το ποσοστό να μειώνεται σημαντικά (55,4% από 74,2%) στην ηλικία άνω των 15 ετών. Στον αντίποδα ένα στα δέκα παιδιά (9,3%) καταναλώνει πρωινό από μία φορά την εβδομάδα έως ποτέ. Το δεκατιανό είναι μία ισχυ-

ρή συνήθεια για εννέα στα δέκα παιδιά. Μάλιστα έξι στους δέκα γονείς δηλώνουν πως προετοιμάζουν το δεκατιανό στο σπίτι με υλικά που διαθέτουν πριν φύγει το παιδί για το σχολείο.

Σε χαμηλά ποσοστά καταγράφεται η καθημερινή κατανάλωση φρούτων και λαχανικών (42,2% και 33% αντίστοιχα). Γαλακτοκομικά (γάλα, γιαούρτι, τυρί) καταναλώνουν καθημερινά δύο στα τρία παιδιά. Το 17% των παιδιών τρώει τουλάχιστον πέντε φορές την εβδομάδα γλυκά/σοκολάτες, και το 21,7% κρουασάν, κέικ ή μπισκότα. Ένα στα τρία παιδιά καταναλώνει γαριδάκια/πατατάκια περισσότερες φορές από μία την εβδομάδα. Το 15% των γονέων δηλώνει πως παραγγέλνει φαγητό (πίτσα, σουβλάκια κ.λπ.) με συχνότητα μεγαλύτερη της μιας φοράς την εβδομάδα. Συνήθως μία φορά την εβδομάδα παραγγέλνει το 35,4% των νοικοκυριών, ενώ αραιότερα το 41,2%.

Την ίδια στιγμή, επτά στους δέκα γονείς έχουν τη γνώμη ότι το παιδί τους τρέφεται υγιεινά. Στη σχετική ερώτηση το 18,2%

### 1 στα 10

**παιδιά** καταναλώνει πρωινό μία φορά την εβδομάδα ή καθόλου.

### 15%

**των γονέων** παραγγέλνουν φαγητό (πίτσα, σουβλάκια κ.λπ.) περισσότερες από μία φορές την εβδομάδα.

### 1 στα 3

**παιδιά** έχει καθημερινή σωματική δραστηριότητα για τουλάχιστον μία ώρα την ημέρα.

### 2,4

**ώρες** την ημέρα αφιερώνουν κατά μέσον όρο τα παιδιά μπροστά σε οθόνες.

### 17,6%

**των γονέων** δεν θέτουν κανόνες στη χρήση κινητών, τάμπλετ, υπολογιστών ή κονσολών για βιντεοπαιχνίδια.

απαντά «σίγουρα ναι», το 55%, «σε γενικές γραμμές ναι», το 18,2% «ούτε ναι, ούτε όχι», το 6,4% «όχι και τόσο» και το 2,3% «σίγουρα όχι».

Καθημερινή σωματική δραστηριότητα για τουλάχιστον μία ώρα την ημέρα έχει ένα στα τρία παιδιά (34,1%). Το 15,8% ασκείται 5-6 ημέρες μέσα στην εβδομάδα, και το 38,2% 2-4 ημέρες την εβδομάδα. Ένα στα δέκα παιδιά έχει σωματική δραστηριότητα για τουλάχιστον μία ώρα το πολύ μία φορά την εβδομάδα.

Κατά δήλωση των γονέων τους τα παιδιά αφιερώνουν κατά μέσον όρο 2,4 ώρες την ημέρα σε δραστηριότητες οθόνης όπως παρακολούθηση τηλεόρασης, κινητό, τάμπλετ, βιντεοπαιχνίδια. Το 15% δαπανά περισσότερες από 15 ώρες μπροστά στην οθόνη. Λιγότεροι από τους μισούς γονείς θέτουν με επιτυχία περιορισμούς στη χρήση κινητών, τάμπλετ, υπολογιστών ή κονσολών για βιντεοπαιχνίδια, ενώ το 17,6% δεν θέτει καν κανόνες.

Οι γονείς εκτιμούν ότι εάν υπήρχαν περισσότερες ώρες γυ-

μναστικής στο σχολείο, εάν τα παιδιά είχαν λιγότερο διάβασμα στο σπίτι και εάν υπήρχαν περισσότεροι χώροι άθλησης ή για παιχνίδια στις γειτονιές, θα βοηθούσε στο να αυξηθεί η σωματική τους δραστηριότητα.

«Τα παιδιά μας πρέπει να μεγαλώνουν ως υγιή άτομα που θα ζήσουν περισσότερο και πιο ποιοτικά, και αυτό αφορά όλα τα παιδιά, χωρίς διακρίσεις», δήλωσε η αναπληρώτρια υπουργός Υγείας Ειρήνη Αγαπηδάκη, η οποία σημείωσε ότι σε λίγες ημέρες θα ανακοινωθούν επιμέρους δράσεις του εθνικού προγράμματος κατά της παχυσαρκίας και οι οποίες σχεδιάστηκαν και με βάση τα ευρήματα της έρευνας. «Το να ακούμε τις φωνές των παιδιών, των οικογενειών και των φροντιστών και να τις συμπεριλαμβάνουμε στις διαδικασίες σχεδιασμού και λήψης αποφάσεων παραμένει βασική προτεραιότητα για τη συνεργασία μεταξύ της UNICEF και του υπουργείου Υγείας», δήλωσε από την πλευρά του ο διπλωματικός εκπρόσωπος της UNICEF στην Ελλάδα, δρ Ghassan Khalil.