

Α' ΕΡΓΑΣΤΗΡΙΟ ΦΑΡΜΑΚΟΛΟΓΙΑΣ
ΙΑΤΡΙΚΟΥ ΤΜΗΜΑΤΟΣ Α.Π.Θ.

Εκπαιδευτικό πρόγραμμα



med@school

Παρουσίαση εκπαιδευτικού προγράμματος
“Med_School”

Εκπαιδευτικό πρόγραμμα «Med_School»

Αγαπητοί συνάδελφοι,

Το επίπεδο υγείας των παιδιών μας αποτελεί βασική προϋπόθεση εύρυθμης λειτουργίας της κοινωνίας και ταυτόχρονα αναφαίρετο δικαίωμα κάθε παιδιού και κάθε ενήλικα στη συνέχεια. Οι παράγοντες που καθορίζουν την υγεία ποικίλουν, αποτελώντας ένα ετερόκλητο σύνολο καταστάσεων και συνθηκών (συντελεστές υγείας). Πολλές φορές ξεφεύγουν από τη δυνατότητα να τους τροποποιούμε και να παρεμβαίνουμε ευνοϊκά σε αυτούς, καθιστώντας ιδιαίτερα επίπονη τη διαδικασία ελέγχου τους.

Υπάρχουν διάφορα μοντέλα που επιχειρούν να περιγράψουν τη σχέση μεταξύ των συντελεστών αυτών και της υγείας. Το μοντέλο των Dahlgren και Whitehead¹ που χρησιμοποιείται από τον Παγκόσμιο Οργανισμό Υγείας (Π.Ο.Υ.) αναπαριστά τις αιτίες των ανισοτήτων με τη μορφή «στρώσεων του ουράνιου τόξου». (Εικόνα 1)².



Εικόνα 1. : μοντέλο των Dahlgren και Whitehead

Συμπεριφορές που συνδέονται με την υγεία όπως η διαίτα, τα επίπεδα φυσικής άσκησης, το κάπνισμα, η κατανάλωση αλκοόλ και η σεξουαλική συμπεριφορά επηρεάζονται από κοινωνικοοικονομικούς και πολιτιστικούς παράγοντες. Αυτό μπορεί να εξηγήσει εν μέρει τις διαφορές στην ποιότητα της υγείας που παρατηρούνται μεταξύ κοινωνικών ομάδων ή χωρών και περιοχών. Στην πλειονότητά τους, οι μελέτες καταδεικνύουν ότι **η ατομική συμπεριφορά ευθύνεται κατά 25–35 % για τις διαφορές στην υγεία των ανθρώπων**³.

Υπάρχουν σημαντικές διαφορές μεταξύ των ευρωπαϊκών λαών σε διάφορες κοινωνικοοικονομικές ομάδες όσον αφορά την υγιεινή διατροφή, τον επιπολασμό του

¹ Ανάθεση εκπόνησης από την ΠΟΥ για κοινωνικούς καθοριστικούς παράγοντες στον τομέα της υγείας, 2008, Closing the gap in a generation

² Επιτροπή της ΠΟΥ για τους κοινωνικούς συντελεστές στον τομέα της υγείας http://www.who.int/social_determinants/thecommission/finalreport/about_csdh/en/index.html

³ Whitehead, M., 1990, The concepts and principles of equity and health. Κοπεγχάγη, ΠΟΥ, Ευρωπαϊκό Περιφερειακό Γραφείο της Ευρώπης, 1990

καπνίσματος, την κατανάλωση αλκοόλ και τη σωματική άσκηση. Συνέπειες αυτών των παραγόντων αποτελούν η παχυσαρκία και η κακή υγεία⁴.

Αντιλαμβανόμενοι τα προαναφερθέντα προβλήματα, λάβαμε την πρωτοβουλία της οργάνωσης ενός προγράμματος «παρέμβασης» στη σχολική κοινότητα, με στόχο την τροποποίηση - βελτίωση των «Ατομικών παραγόντων τρόπου ζωής».

Επειδή οι ανήλικοι μαθητές γυμνασίου και λυκείου είναι το μέλλον και η συνέχιση της κοινωνίας μας, θεωρήσαμε αυτές τις ομάδες καταλληλότερες για να συμμετέχουν στο πρόγραμμα. Η υιοθέτηση ενός υγιούς τρόπου ζωής από τις συγκεκριμένες ηλικιακές ομάδες, θέτει τα χέγγυα για «περισσότερη» υγεία στο μέλλον.

Το πρόγραμμα «**Med_School**» αποτελεί το φορέα υλοποίησης του παραπάνω σχεδιασμού. Είναι πρόγραμμα εκπαιδευτικού χαρακτήρα που απευθύνεται σε μαθητές γυμνασίου- λυκείου και εντάσσεται στα πλαίσια των προγραμμάτων αγωγής υγείας.

Περιλαμβάνει πέντε θεματικές ενότητες:

1. διατροφή - σωματική δραστηριότητα- παιδική και εφηβική παχυσαρκία- διαταραχές πρόσληψης τροφής
2. καπνιστική συνήθεια (παθητικό κάπνισμα, συμβατικό κάπνισμα, ηλεκτρονικές μορφές καπνίσματος-προσπάθειες διακοπής)⁵
3. αιθυλική αλκοόλη (αλκοόλ)⁶
4. λοιπές εξαρτησιογόνες ουσίες
5. σεξουαλικά μεταδιδόμενα νοσήματα (ΣΜΝ)

⁴ Eurohealthnet, 2007, Closing the Gap — Strategies for Action to tackle Health Inequalities. Taking Action on Health Equity

⁵ Carlton L. Owens, *Nicotine Dependence, Smoking Cessation and Effects of Secondhand Smoke*, 1st ed., Nova Science Publishers, New York, 2015.

⁶ Μ. Μυρωνίδου-Τζουβελέκη, *Αλκοόλ και Κεντρικό Νευρικό Σύστημα*, 1^η εκδ., University Studio Press, Θεσσαλονίκη, 2002.

Διοργάνωση

Το εκπαιδευτικό πρόγραμμα «Med_School» διοργανώνεται από το Α' Εργαστήριο Φαρμακολογίας του τμήματος Ιατρικής της Σχολής Επιστημών Υγείας του Αριστοτελείου Πανεπιστημίου Θεσσαλονίκης (ΑΠΘ) σε συνεργασία με την Επιστημονική Εταιρεία Φοιτητών Ιατρικής Ελλάδας (Ε.Ε.Φ.Ι.Ε.), παράρτημα Θεσσαλονίκης.

Την επιστημονική επιμέλεια και οργανωτική ευθύνη κατέχει αποκλειστικά η επιστημονική επιτροπή του προγράμματος.

Η επιστημονική επιτροπή του προγράμματος απαρτίζεται από:

- την κα Μαρία Μυρωνίδου- Τζουβελέκη αναισθησιολόγο- καθηγήτρια φαρμακολογίας Α' Εργαστηρίου Φαρμακολογίας, η οποία και προΐσταται
- τον κ. Παναγιώτη Τζιτζή ιατρό, υπεύθυνο συντονισμού του προγράμματος
- τον εκάστοτε πρόεδρο του παραρτήματος Θεσσαλονίκης της Ε.Ε.Φ.Ι.Ε. ή εξουσιοδοτημένο εκπρόσωπο αυτού.

Η λειτουργία του Α' εργαστηρίου Φαρμακολογίας αρχίζει με το Νομοθετικό διάταγμα με αριθμό 1021/10-1-1942 οπότε και ιδρύεται η Ιατρική Σχολή Θεσσαλονίκης και σε εφαρμογή του προηγούμενου θα εκδοθεί Διάταγμα το Μάρτιο του 1942 με το οποίο ορίζεται μεταξύ άλλων και η ίδρυση της έδρας της Πειραματικής Φαρμακολογίας με το αντίστοιχο Εργαστήριο. Σε εφαρμογή του νόμου 1268/1982 το Εργαστήριο Πειραματικής Φαρμακολογίας εντάχθηκε αρχικά στις 14.3.1983, στον Λειτουργικό Κλινικοεργαστηριακό Τομέα και στη συνέχεια στον Τομέα Φυσιολογίας-Φαρμακολογίας της Ιατρικής Σχολής του ΑΠΘ με την Α. 3446/1992 Πρυτανική Πράξη «Κατανομή των εργαστηρίων, κλινικών και μουσείων του Τμήματος Ιατρικής του ΑΠΘ σε Τομείς» (ΦΕΚ 282/1992 τ. Β). Μετονομάστηκε σε Α' Εργαστήριο Φαρμακολογίας με το ΦΕΚ 723/16-4-2009. Το Α' Εργαστήριο Φαρμακολογίας αναλαμβάνει την προπτυχιακή και μεταπτυχιακή διδασκαλία των γνωστικών αντικειμένων της Φαρμακολογίας σε φοιτητές της Ιατρικής Σχολής του ΑΠΘ. Επίσης, αναλαμβάνει την προπτυχιακή και μεταπτυχιακή διδασκαλία των γνωστικών αντικειμένων της Φαρμακολογίας σε φοιτητές άλλων Τμημάτων, όπως π.χ. της Οδοντιατρικής, του ΑΠΘ, μετά από σχετική απόφαση της Συγκλήτου ή της Γ.Σ. της Σχολής.

Η Ε.Ε.Φ.Ι.Ε. αποτελεί μία από τις ενεργότερες επιστημονικές εταιρείες της χώρας μας με μέλη φοιτητές Ιατρικής. Ιδρύθηκε το Σεπτέμβριο του 1993 και αποτελεί Αστική Εταιρεία μη Κερδοσκοπική, μη Κυβερνητική με πολλαπλή δραστηριοποίηση στα πλαίσια της επιστημονικής έρευνας, του εθελοντισμού και της ανάπτυξης εκπαιδευτικών δραστηριοτήτων στην Ελλάδα και στο εξωτερικό. Βασικές αρχές λειτουργίας της αποτελούν η ενεργοποίηση των φοιτητών ιατρικής και η ενασχόλησή τους με θέματα επιστημονικού, κοινωνικού και εκπαιδευτικού προσανατολισμού, ενώ στόχο της αποτελεί η παραγωγή έργου επιστημονικής και κοινωνικής φύσεως με άξονα την ανιδιοτελή προσφορά των φοιτητών και έμφαση στην ανάπτυξη του εθελοντισμού. Περισσότερες πληροφορίες για το παράρτημα της Θεσσαλονίκης μπορείτε να βρείτε στο www.eefie.org.gr.

Υλοποίηση- Σχεδιασμός προγράμματος

Σύμφωνα με τη διεθνή και την εγχώρια βιβλιογραφία αλλά και την προσωπική μας εμπειρία, σταθμίσαμε το γνωστικό επίπεδο, τις εκπαιδευτικές ανάγκες και την ωριμότητα της κάθε ηλικιακής ομάδας σε σχέση με την εκάστοτε θεματική ενότητα και συναποφασίσαμε τις θεματικές ενότητες που θα αναπτυχθούν στις επιμέρους ηλικιακές ομάδες.

Αναλυτικά οι θεματικές ενότητες που καλούνται να παρακολουθήσουν οι μαθητές είναι οι εξής:

Θεματικές ενότητες (διάρκεια εισηγήσεων)					
	Διατροφή Άσκηση Διαταραχές	Εξαρτησιογόνες Ουσίες			ΣΜΝ
		Κάπνισμα	Αλκοόλ	Λοιπές εξαρτησιογόνες ουσίες	
μαθητές Γυμνασίου	• (35')	• (30')	• (25')		
μαθητές Λυκείου		• (30')	• (25')	• (15')	• (15')

Η ανάπτυξη της κάθε ενότητας περιλαμβάνει ολιγόλεπτη σχετική εισήγηση με τη χρήση σύγχρονων οπτικοακουστικών μέσων (διαφάνειες παρουσίασης, βίντεο) και εν συνεχεία ελεύθερη συζήτηση με τους μαθητές.

Οι εισηγήσεις πραγματοποιούνται από κατάλληλα εκπαιδευμένους αποφοίτους και φοιτητές της ιατρικής υπό την *επίβλεψη μου*.

Το περιεχόμενο της κάθε ενότητας αναπτύσσεται με τρόπο άμεσο και εύληπτο προς το γνωστικό επίπεδο των εφήβων μαθητών, σύμφωνα με τις αρχές της επιστημονικής τεκμηρίωσης και επιχειρηματολογίας, όσο καθίσταται φυσικά εφικτό για τους έφηβους μαθητές.

Η διάρκεια του προγράμματος έχει οριστεί στις *δύο ώρες (120 λεπτά)*, συμπεριλαμβανομένης της συζήτησης με τους μαθητές καθώς και ολιγόλεπτο διάλλειμα, κατόπιν συνεννόησης με το ακροατήριο.

Το πρόγραμμα έχει λάβει *έγκριση υλοποίησης* στις σχολικές μονάδες της Περιφέρειας Κεντρικής Μακεδονίας για το έτος 2016-2017 από το ΥΠΕΠΘ με το υπ' αριθμόν έγγραφο: Αρ. πρωτ. Φ20.1/116920/Δ2/15.7.2016.

Στόχοι του προγράμματος

Βασική στόχευση του προγράμματος αποτελεί η τεκμηριωμένη και εμπειριστατωμένη εκπαίδευση –ενημέρωση– ευαισθητοποίηση (υιοθέτηση ασφαλών στάσεων και συμπεριφορών) μαθητών γυμνασίου και λυκείου σε ζητήματα αυξημένου ιατρο-κοινωνικού ενδιαφέροντος.

Επιπρόσθετος στόχος του προγράμματος αποτελεί η εμπλοκή-ενεργοποίηση, σε εθελοντική βάση, κατάλληλα εκπαιδευμένων αποφοίτων και φοιτητών του τμήματος Ιατρικής του ΑΠΘ στην ενημέρωση των μαθητών και η καλλιέργεια αισθήματος ευθύνης σχετικά με την ενημέρωση και τη διασφάλιση της υγείας της κοινότητας.

Το πρόγραμμα εντάσσεται στις προσπάθειες εξωστρέφειας του ΑΠΘ προς την πόλη της Θεσσαλονίκης και της ευρύτερης περιοχής και ανάπτυξης δημιουργικών σχέσεων μεταξύ πανεπιστημίου και κοινωνίας.

Ιστορία του προγράμματος

Το εκπαιδευτικό πρόγραμμα «Med_School» ξεκίνησε τη λειτουργία του την άνοιξη του 2014 σε συνεργασία με το Δίκτυο Περιφερικών Βιβλιοθηκών του Δήμου Θεσσαλονίκης (Δ.Π.Β.Δ.Θ.). Οι διευθυντές των σχολικών μονάδων και οι εκπαιδευτικοί των μαθητών κατόπιν ανοικτής πρόσκλησης από την πλησιέστερη σε κάθε εκπαιδευτική μονάδα-σχολείο περιφερική βιβλιοθήκη του δήμου Θεσσαλονίκης δήλωναν το ενδιαφέρον τους για την παρακολούθηση του προγράμματος σε προκαθορισμένη ημέρα και ώρα στην αντίστοιχη βιβλιοθήκη και σε συνεννόηση με τη δευτεροβάθμια εκπαίδευση.

Μέχρι στιγμής έχουν διοργανωθεί τρεις κύκλοι του προγράμματος:

1ος κύκλος: Μάρτιος- Απρίλιος 2014 (423 μαθητές γυμνασίων και λυκείων του Δήμου Θεσσαλονίκης)

2ος κύκλος: Οκτώβριος- Νοέμβριος 2014 (803 μαθητές γυμνασίων και λυκείων του Δήμου Θεσσαλονίκης)

3ος κύκλος: Νοέμβριος- Δεκέμβριος 2015 (1243 μαθητές γυμνασίων και λυκείων του Δήμου Θεσσαλονίκης)

Ο 3^{ος} κύκλος του προγράμματος έλαβε την αιγίδα της Ελληνικής Εταιρείας Μελέτης Εξαρτησιογόνων Ουσιών (Ε.Ε.Μ.Ε.Ο.) με έδρα το πανεπιστημιακό νοσοκομείο ΑΧΕΠΑ (<http://eemeo.web.auth.gr/>).

Χρηματοδότηση

Το εκπαιδευτικό πρόγραμμα «Med_School» χρηματοδοτείται μέχρι στιγμής από τον τακτικό προϋπολογισμό του Α' Εργαστηρίου Φαρμακολογίας του τμήματος Ιατρικής του ΑΠΘ και την Επιστημονική Εταιρεία Φοιτητών Ιατρικής Ελλάδας, Παράρτημα Θεσσαλονίκης.

Παρουσίαση του προγράμματος-Δημοσιεύσεις

Το εκπαιδευτικό πρόγραμμα «Med_School» παρουσιάστηκε στο 9^ο Πανελλήνιο Παιδοψυχιατρικό Συνέδριο (διοργάνωση Παιδοψυχιατρική Εταιρεία Ελλάδος), στην Αθήνα στις 27-29 Νοεμβρίου 2015 από την ομάδα μας. Απέσπασε θετικές κριτικές καθώς και προτάσεις για μελλοντικούς σχεδιασμούς.

OR.15 "MED SCHOOL": ΕΝΑ ΠΡΩΤΟΠΟΡΙΑΚΟ ΕΚΠΑΙΔΕΥΤΙΚΟ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΓΙΑ ΤΗΝ ΕΝΗΜΕΡΩΣΗ ΚΑΙ ΕΥΑΙΣΘΗΤΟΠΟΙΗΣΗ ΜΑΘΗΤΩΝ

**Ο. Καλαμπαλίκη, Π. Τζιτζής, Ε. Τζιτζή, Π. Παπαλέξης, Ν. Στάικογλου,
Α. Παπακωνσταντίνου, Δ. Παπαδημητρίου, Ι. Τζουβελέκης,
Μ. Μυρωνίδου-Τζουβελέκη**

Α' Εργαστήριο Φαρμακολογίας,
Τμήμα Ιατρικής Σχολής Επιστημών Υγείας ΑΠΘ

Μελλοντικοί σχεδιασμοί

- Εισαγωγή επιπρόσθετων ενοτήτων ανάλογα με τις εκπαιδευτικές απαιτήσεις
- Δημιουργία επιπρόσθετου έντυπου εκπαιδευτικού υλικού για διανομή στους συμμετέχοντες του προγράμματος
- Αναζήτηση χορηγιών για κάλυψη λειτουργικών εξόδων και απόκτηση ιδιόκτητου εξοπλισμού
- Δημιουργία ηλεκτρονικής πλατφόρμας δομημένης επικοινωνίας με τους συμμετέχοντες του προγράμματος μετά την ολοκλήρωσή του
- Διεύρυνση του προγράμματος σε μαθητικές κοινότητες εκτός του πολεοδομικού συγκροτήματος της Θεσσαλονίκης

Στοιχεία επικοινωνίας

- Σχολή Επιστημών Υγείας
Τμήμα Ιατρικής
Εργαστήριο Α΄ Φαρμακολογίας
καθ. Μαρία Μυρωνίδου-Τζουβελέκη
Τηλ/Fax. 2310-999345
e-mail: mmyronid@auth.gr
mmyronidauth@gmail.com
- Παναγιώτης Τζιτζής (συντονιστής)
ιατρός
Καραϊσκάκη 50
56626, Συκιές Θεσσαλονίκης
Τηλ: 6946621179/ 2310-200301
e-mail: ptzitzis@auth.gr / ptzitzis@gmail.com
- Επιστημονική Εταιρεία Φοιτητών Ιατρική Ελλάδα
Παράρτημα Θεσσαλονίκης
ισόγειο του κτιρίου Βιολογίας Ιατρικής ΑΠΘ
τηλ./φαξ: 2310.999030
e-mail: efiethessalonikis@gmail.com
web site: www.effie.org

Αγαπητοί συνάδελφοι- εκπαιδευτικοί

στην προσπάθειά μας αυτή σας καλώ να σταθείτε αρωγοί και συνεργάτες, δίνοντας την ευκαιρία στους μαθητές σας να ενημερωθούν και να συζητήσουν μείζονα ζητήματα υγείας που θα διαμορφώσουν ένα υγιές πρότυπο ενήλικης ζωής.

Καλείστε να **προετοιμάσετε** την τάξη σας, ενημερώνοντας κατ' αρχήν για το τι πρόκειται να παρακολουθήσουν και εν συνεχεία, παροτρύνοντας τους μαθητές σας να οργανώσουν απορίες και προβληματισμούς σχετικούς με το περιεχόμενο των αντίστοιχων θεματικών ενοτήτων.

Για οτιδήποτε μη διστάσετε να επικοινωνήσετε είτε προσωπικά είτε με τους συνεργάτες μου.

Η δημιουργική συνεργασία μας αποτελεί ιδιαίτερη τιμή και χαρά καθώς και κίνητρο για επιπρόσθετη προσφορά στους μαθητές μας.

Με εκτίμηση,



Μαρία Μυρωνίδου- Τζουβελέκη
αναισθησιολόγος- καθ. Φαρμακολογίας
Επιστημονική υπεύθυνη του προγράμματος