



Το περιοδικό του
Ο.Σ.Π.

ΤΡΙΜΗΝΙΑΙΑ ΕΚΔΟΣΗ
ΟΔΟΝΤΙΑΤΡΙΚΟΥ ΣΥΛΛΟΓΟΥ
ΠΕΙΡΑΙΑ

ΤΕΥΧΟΣ 37
ΙΑΝΟΥΑΡΙΟΣ - ΦΕΒΡΟΥΑΡΙΟΣ - ΜΑΡΤΙΟΣ 2024

ΜΠΟΡΕΙΣ!



ΠΛΗΡΩΜΕΝΟ
ΤΕΛΟΣ
Ταχ. Γραφείο
ΚΕΜΠΑ
Αριθμός Αδείας
578



ΕΛΤΑ
Hellenic Post

ΚΩΔΙΚΟΣ ΕΛΤΑ 21-5443

ΟΔΟΝΤΙΑΤΡΙΚΟΣ ΣΥΛΛΟΓΟΣ ΠΕΙΡΑΙΩΣ
www.osp.gr



Το περιοδικό του Ο.Σ.Π.

ΤΡΙΜΗΝΙΑΙΑ ΕΚΔΟΣΗ
ΟΔΟΝΤΙΑΤΡΙΚΟΥ ΣΥΛΛΟΓΟΥ
ΠΕΙΡΑΙΑ

ΙΑΝΟΥΑΡΙΟΣ - ΦΕΒΡΟΥΑΡΙΟΣ
ΜΑΡΤΙΟΣ 2024



Εκδότης:
Μιχάλης Αγρανιώτης
Ζέας 143,
18534 Πειραιάς
Τηλ: 210 4113513

Νοταρά 71,
Τηλ.: 210 4171234 -
Fax: 210 4137751
e-mail: info@osp.gr
site: www.osp.gr

Αρ. Τεύχους 37
Κωδικός Εντύπου:
21-5443

Σχεδίαση -
Εκτύπωση:
STILVOPRESS
Graphic Arts

περιεχόμενα

Μήνυμα Προέδρου3

Μήνυμα Γενικού Γραμματέα.....4
Γενική Συνέλευση της ΕΟΟ5

Δράσεις στα Σχολεία.....6
Εκστρατεία ενημέρωσης «Όλοι Μαζί Μπορούμε»8
Δημιουργία Ταξιδιωτικού Φυλλαδίου10
Μηνύματα στοματικής υγείας στη Δημοτική Συγκοινωνία10

Ορθή επανάληψη ομιλίας Μ. Τζάκη.....11
Βιταμίνη D, γυναίκες και κατάθλιψη12
Ανάλυση μεθοδολογίας αποδεκάτισης της προσαύξησης μονοσυνταξιούχου14
Σεμινάριο πρακτικής εκπαίδευσης του ΟΣΠ16
Σεμινάριο ΟΣΠ «Απομόνωση: Μύθοι & Πραγματικότητα»17
Σεμινάριο ΟΣΠ «Η οδοντιατρική φωτογραφία σε σταυροδρόμι»17

Πα τη Βόρεια Ήπειρο20
Το κάπνισμα μέσα από τα μάτια ενός ηθοποιού22

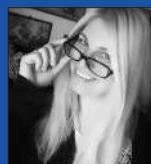
Τελετή κοπής πρωτοχρονιάτης πίτας ΙΣΠ24
«Στροβιλίζοντας τη ζωή»26
«Greece I'm coming home»26
Το αιματοβαμμένο χαμόγελο του Δράκουλα27

Συντακτική Επιτροπή:

Αγραπίδου Μαρία
Πρόεδρος Επιτροπής
Περιοδικού,
Μέλος Δ.Σ. του Ο.Σ.Π.



Βασιλική Σταματάκη
Πρόεδρος
Προληπτικής
Επιτροπής



Ελένη Παναγιώτου
Α' Αντιπρόεδρος
Προληπτικής
Επιτροπής



Κατερίνα Λιαράκου
Β' Αντιπρόεδρος
Προληπτικής Επιτροπής



Καλούμενου Βέρα
Συντονίστρια Επιστημονικού
Τμήματος Ο.Σ.Π.
Μέλος Δ.Σ. του Ο.Σ.Π.



ΜΗΝΥΜΑ ΠΡΟΕΔΡΟΥ

Δημόσια Οδοντιατρική Περίθαλψη

Βλέποντας την προκήρυξη που δημοσιεύτηκε πριν λίγο καιρό για μόνιμες προσλήψεις στο ΕΣΥ, η οποία για άλλη μία φορά δε συμπεριλαμβάνει καθόλου οδοντίατρους και σκεπτόμενος τις όσες κινήσεις και αντιδράσεις που έχει κάνει ο κλάδος μας, βλέπω ότι για άλλη μία φορά βαλτώσαμε στις μαζώξεις - διαμαρτυρίες των 20-30 ατόμων και τις φωτογραφίες με τους υπουργούς. Αναλογιζόμενος την ευθύνη την οποία φέρουμε και με την πλήρη στήριξη του Διοικητικού Συμβουλίου του συλλόγου μας, ξεκινήσαμε πριν λίγους μήνες μία προσπάθεια ενίσχυσης και βελτίωσης των Δημοσίων Οδοντιατρικών Δομών ξεκινώντας από τον Πειραιά.

Επιμείναμε και επιτύχαμε συζητήσεις με εκατέρωθεν ενημερώσεις με τις Διοικήσεις της 2ης Υγειονομικής Περιφέρειας Πειραιά, των νοσοκομείων και τις διευθύνσεις των Κέντρων Υγείας. Αποτέλεσμα όλης αυτής της πολύμηνης προσπάθειας ήταν η δημιουργία δεύτερου οδοντιατρείου στο Γενικό Νοσοκομείο Τζάνειο Πειραιά και προσλήψεις δεύτερου μόνιμου και επικουρικού οδοντίατρου, οι οποίοι στελεχώνουν ήδη τα οδοντιατρεία του νοσοκομείου. Καταγράψαμε και ενημερώσαμε με τη σειρά μας την διοίκηση της ΥΠΕ για τις πραγματικές ανάγκες των Κέντρων Υγείας της περιοχής και τελευταία όπως ενημερωθήκαμε κατόπιν και των δικών μας προσπαθειών είναι ήδη στο Υπουργείο Υγείας σχέδιο πρόσληψης μόνιμων οδοντίατρων τουλάχιστον για όλο το εύρος της 2ης Υγειονομικής Περιφέρειας Πειραιά, τις οποίες βέβαια περιμένουμε να πραγματοποιηθούν και μετά να θριαμβολογούμε. Εάν είναι ο σωστός ή λάθος τρόπος, πιθανόν να μην μπορώ να απαντήσω αλλά σίγουρα οι επίμονες προσπάθειες έχουν αποτέλεσμα.

Είμαστε βέβαιοι ότι εάν αυτή η προσπάθεια επεκταθεί σε όλες τις υγειονομικές περιφέρειες μέσω της ΕΟΟ με ενημερώσεις και συζητήσεις πάνω στις πραγματικές ανάγκες και ελλείψεις του ΕΣΥ όσο αφορά την Οδοντιατρική περίθαλψη, τότε θα έχουμε και την αντίστοιχη επιτυχία στις διεκδικήσεις μας.

Προφανώς και είμαστε γνώστες των προβλημάτων που κουβαλάει το ΕΣΥ και είμαστε οι μόνοι που μπορούμε να διορθώσουμε την κατάσταση αλλά είναι κρίμα να κλαίμε πάνω από το χυμένο γάλα και λοξά να κρυφοκλείνουμε το μάτι.

Αγαπητοί συνάδελφοι, είτε μας αρέσει είτε όχι, σίγουρα θέλει κόπο αλλά και ο τρόπος είναι αυτός που τελικά καθορίζει το θετικό ή αρνητικό αποτέλεσμα.

Ο Πρόεδρος του Ο.Σ.Π.
Μιχάλης Αγρανιώτης



ΜΗΝΥΜΑ ΓΕΝΙΚΟΥ ΓΡΑΜΜΑΤΕΑ

Αγαπητοί συνάδελφοι,

Οι εξελίξεις στον τρόπο που ασκείται το επάγγελμα μας τόσο σε επιστημονικό επίπεδο, με τις εφαρμογές των νέων τεχνολογιών, όσο και με τον τρόπο που εμφανίζεται η παρουσία πολυάριθμων συναδέλφων στα Μέσα κοινωνικής Δικτύωσης αποτελούν αντικείμενο έντονων διαβουλεύσεων έως και αντιπαραθέσεων στην οδοντιατρική κοινότητα.



έματα όπως η χρήση από τον οδοντίατρο του πρωτοξειδίου του αζώτου αλλά και των κοπτικών (Cad-Cam) έρχονται να κάνουν ποιο σύνθετη την καθημερινή κλινική πράξη δίνοντας όμως λύσεις στον οδοντίατρο και τον ασθενή.

Το θεσμικό νομοθετικό πλαίσιο έχει δημιουργηθεί και ο Οδοντιατρικός Σύλλογος Πειραιά πρωταγωνιστεί στην επιμόρφωση αλλά και την θωράκιση των επαγγελματιών δικαιωμάτων των συναδέλφων με δράσεις και σεμινάρια.

Ταυτόχρονα με τις τεχνολογικές εξελίξεις έχουμε μια πληθώρα αυξανόμενων φαινομένων υπέρ έκθεσης συναδέλφων στα Μέσα κοινωνικής δικτύωσης με αποτέλεσμα να συγχέονται η προσωπική με την επαγγελματική παρουσία σε αυτά. Η μεν πρώτη είναι φυσικά ελεύθερη και κατοχυρωμένη η δεύτερη δυστυχώς διέπεται ακόμα από τον νόμο 1026 του 1980 με αποτέλεσμα πληθώρα καταγγελιών, αναχρονιστικών διατάξεων και γενικά μια ανεπίκαιρη νομοθετική ασπίδα.

Στην πρόσφατη ΓΣ της ΕΟΟ, κάποιοι από εμάς θέσαμε το θέμα ψήφισης από την Βουλή του καινούργιου νόμου ή έστω του εκσυγχρονισμένου δεοντολογικού πλαισίου τα οποία είχαν κατατεθεί και προταθεί με σχετική σύμπτωση από τις περισσότερες παρατάξεις στην ΕΟΟ αλλά βαλτώνουν στα συρτάρια του Υπουργείου Υγείας πάνω από 5 χρόνια.

Άσκηση της οδοντιατρικής το 2024 με νόμο του 1980 δεν νοείται.

Φρονώ πως υπάρχει σύμπτωση σε αυτό το κρίσιμο θέμα και πως πρέπει επιτέλους να ενεργοποιηθεί η ΕΟΟ και συνάμα όλοι οι σύλλογοι της χώρας για την προάσπιση των συμφερόντων των οδοντιάτρων αλλά και των ασθενών με την κατάρτιση ενός σύγχρονου πλαισίου σε ένα τόσο μεταβαλλόμενο ψηφιακό περιβάλλον.

Με συναδελφικούς χαιρετισμούς,
Θάνος Καράγεωργας
Γενικός Γραμματέας ΟΣΠ



Γενική Συνέλευση της ΕΟΟ

Στις 12/4 πραγματοποιήθηκε στη Θεσσαλονίκη η τακτική ΓΣ της ΕΟΟ με βασικά θέματα τον οικονομικό και διοικητικό απολογισμό. Ο οικονομικός απολογισμός διαβάστηκε από μέλος της εξελεγκτικής επιτροπής και τέθηκε σε ψηφοφορία. Έγινε αποδεκτός με μεγάλη πλειοψηφία όμως απορίας άξιον είναι το γεγονός ότι δεν ψηφίστηκε από μέλη της Γ.Σ που υπέγραψαν στην έκθεση της εξελεγκτικής.



Ο διοικητικός απολογισμός συνάντησε δυσκολίες και εν τέλει κανείς δεν γνωρίζει το τελικό αποτέλεσμα αφού υπήρξαν διαζυφισμοί για την ορθή καταμέτρηση. Πάντως είναι η πρώτη φορά που δεν πέρασε εύκολα διοικητικός απολογισμός μιας και κάποιες παρατάξεις συνασπίστηκαν με κύριο επιχείρημα ότι ο σχηματισμός προεδρείου δεν έγινε με πολυπαραταξιακό τρόπο. Η ΔΟΦ ψήφισε υπέρ του διοικητικού απολογισμού στο σύνολό του, επισημαίνοντας όμως τα λάθη και τις παραλείψεις της διοίκησης.

1. Η καθυστέρηση ανταπόκρισης σε αιτήματα συλλόγων έως υπερβολικού βαθμού ειδικά σε νομικά θέματα.
2. Η αδυναμία μέχρι σήμερα της λειτουργίας της πλατφόρμας διασύνδεσης ΕΟΟ - συλλόγων.
3. Η στασιμότητα στο θέμα του κτηρίου της στέγης υγειονομικών.



4. Η καθυστέρηση συμπαράστασης σε συλλόγους που πρωτοστατούν σε διεκδικήσεις αιτημάτων για τον κλάδο.
 5. Η έλλειψη ξεκάθαρης στρατηγικής στην καθοδήγηση συναδέλφων με μπλοκακι ή μισθωτών.
 6. Πενιχρά αποτελέσματα σε συνταξιοδοτικό, φορολογικό, μόνο συνταξιούχους.
 7. Η εργασία των συνταξιούχων που δεν αφήνει κενά στους νέους συναδέλφους.
 8. Καμία πρόσληψη οδοντίατρου σε 700 θέσεις ιατρών.
- Τις τελευταίες μέρες προέκυψε μια απρόσμενη εγκύκλιος, που αφαιρεί τη δυνατότητα από τους οδοντίατρους στην χρήση botox και υαλουρονικού, κάτι που έρχεται σε πλήρη αντίθεση με όσα συμβαίνουν διεθνώς

και ιδιαίτερα στην Ευρώπη. Προφανώς σε ένα παιχνίδι lobbying κάποιων ειδικοτήτων δεν είναι δυνατόν να μην αντιδράσουμε ζητώντας αποκατάσταση της ομαλότητας και ανάκληση της απόφασης του υπουργείου υγείας.

Ένα ακόμη σοβαρό θέμα έχει προκύψει με την σοβαρή ταλαιπωρία μικρών ασθενών ΑΜΕΑ σε δημόσιο νοσοκομείο που θεωρητικά έχει τις δυνατότητες αντιμετώπισης των ευάλωτων ομάδων ασθενών.

Η παράταξή μας ετοιμάζει επιστολή που θα κοινοποιηθεί σε όλους τους φορείς ώστε οι ειδικές κατηγορίες ασθενών να βρουν την περιθάλψη που δικαιούνται, όπως και κάθε ασθενής ...

Ένα θέμα το οποίο είχε πάρει διαστάσεις στην προηγούμενη Γ.Σ ήταν η διοργάνωση των Πανελληνίων. Σε συνάντηση των προέδρων που πραγματοποιήθηκε, συμφωνήθηκε τελικά η συμμε-



Γράφει η
Αθανασία Κοντούλη,

**Οδοντίατρος,
MBA in health
economics
Μέλος Δ.Σ ΟΣΠ
Επικεφαλής
παράταξης Δυναμικοί
Οδοντίατροι Πειραιά
Μέλος επιτροπής
Δημόσιας οδοντιατρικής
περίθαλψης ΕΟΟ**



τοχή του Πειραιά στο Πανελλήνιο συνέδριο μέσα στο πλαίσιο του νέου συστήματος διοργανώσεων των συνεδρίων

Επίσης στις 13/4 η ΕΟΟ διοργάνωσε την πρώτη επαγγελματική ημερίδα που στέφθηκε από απόλυτη επιτυχία μιας και οι ομιλητές παρουσίασαν τις νέες μορφές άσκησης της οδοντιατρικής σε εταιρικές μορφές ενώ προσκεκλημένοι ομιλητές από τη Γερμανία παρουσίασαν το πώς ασκείται η οδοντιατρική στην χώρα.

Το μέλος της ΔΟΦ Ι. Τράπαλης παρουσίασε ένα μοντέλο συνεργατικής οδοντιατρικής που είχε ιδιαίτερη ανταπόκριση μιας και η ημερίδα μεταδόθηκε διαδικτυακά και υπάρχει στο κανάλι της ΕΟΟ στο youtube.

ΤΑ ΝΕΑ ΤΗΣ ΠΡΟΛΗΠΤΙΚΗΣ

Δράσεις στα Σχολεία το πρώτο τρίμηνο του 2024



Προληπτικά προγράμματα προώθησης της στοματικής υγείας με βιωματική μάθηση στα σχολεία:

- 6^ο Δημοτικό ΜοσχάτουΑ' Τάξη 46 παιδιά
- 5^ο Νηπιαγωγείο Μοσχάτου52 παιδιά
- 3^ο Δημοτικό ΠειραιάΓ' Τάξη 40 παιδιά



Προληπτικά προγράμματα προώθησης της στοματικής υγείας με ομιλία και οδοντιατρικό έλεγχο με την κινητή μονάδα του Χαμόγελου του παιδιού στα σχολεία:

- 1^ο Γυμνάσιο Ρέντη310 παιδιά
- 3^ο Γυμνάσιο Κορυδαλλού260 παιδιά

FREZYDERM ORAL SCIENCE

Η εξειδίκευση στη στοματική υγεία



**CHLORHEXIDINE
DIGLUCONATE
- CYMENOL**

Δράση κατά
της **μικροβιακής πλάκας**

ΥΑΛΟΥΡΟΝΙΚΟ ΟΞΥ

Ενυδάτωση και επούλωση
ερεθισμένων ούλων

ΟΛΙΓΟΠΕΠΤΙΔΙΟ - 83

Μείωση απώλειας οστού
με αναστολή δράσης οστεοκλαστών

PERIODIGUM

Η ολοκληρωμένη συνέργεια
με τις θεραπείες περιοδοντίτιδας



Chlorhexidine 0,12% Chlorhexidine 0,20% Chlorhexidine 0,10%

CHLORHEXENE PRO

Ισχυρή αντισηπτική δράση



Chlorhexidine 0,20%

ΕΚΣΤΡΑΤΕΙΑ ΕΝΗΜΕΡΩΣΗΣ

«ΟΛΟΙ ΜΑΖΙ ΜΠΟΡΟΥΜΕ»



Στο πρώτο τρίμηνο του 2024 η Προληπτική Επιτροπή του ΟΣΠ σχεδίασε, συντόνισε και υλοποίησε την εκστρατεία ενημέρωσης του κοινού «ΟΛΟΙ ΜΠΟΡΟΥΜΕ» στην οποία συμμετέχουν εθελοντικά γνωστά πρόσωπα του αθλητικού, καλλιτεχνικού, εκπαιδευτικού και επιχειρηματικού κόσμου, αλλά και απλοί πολίτες.

Σκοπός της εκστρατείας αυτής είναι να μεταδώσουμε όχι μόνο μηνύματα στοματικής υγείας αλλά και κοινωνικά μηνύματα που ενισχύουν την θέληση του ανθρώπου να καταφέρει πράγματα που θεωρεί ακατόρθωτα.

Η επίσημη έναρξη της καμπάνιας έγινε συμβολικά την Τετάρτη 20 Μαρτίου, Παγκόσμια Ημέρα Στοματικής Υγείας σε μια εκδήλωση - γιορτή, που έλαβε χώρα στο Πνευματικό Κέντρο Κορυδαλλού Μελίνα Μερκούρη με την συμμετοχή πλήθους κόσμου και την παρουσία πολλών πολιτικών προσώπων, κατά την διάρκεια της οποίας τιμήθηκαν όλοι οι παρακάτω συμμετέχοντες:



ΜΑΡΙΑ ΠΟΛΥΖΟΥ, Παγκόσμια Πρωταθλήτρια Μαραθωνίου Δρόμου / ΝΑΣΟΣ ΓΚΑΒΕΛΑΣ, Παραολυμπιονίκης - Παγκόσμιος Ρέκορντμαν Στίβου / ΝΙΚΟΣ ΠΑΠΑΓΓΕΛΗΣ, Παραολυμπιονίκης ποδηλασίας / ΑΛΕΞΑΝΔΡΑ

ΣΤΑΜΑΤΟΠΟΥΛΟΥ, Παραολυμπιονίκης - Παγκόσμια Πρωταθλήτρια Κολύμβησης / ΜΙΧΑΛΗΣ ΣΑΡΑΚΗΝΟΣ, με Σύνδρομο DOWN / ΦΙΛΙΠΠΟΣ ΚΑΤΣΟΥΛΗΣ, Διευθυντής Ειδικού Δημοτικού Σχολείου Τυφλών Καλλιθέας / ΣΟΦΙΑ ΠΙΤΣΙΚΑΛΗ, βραβευμένη δημιουργός υγιεινών γεύσεων / 3^ο ΓΥΜΝΑΣΙΟ ΚΟΡΥΔΑΛΛΟΥ / ΑΝΔΡΙΑΝΟΣ ΛΙΝΑΡΔΑΚΗΣ, Παγκόσμιος Πρωταθλητής Kick Boxing / ΓΕΩΡΓΙΑ ΠΑΝΤΕΛΗ, Ηθοποιός / ΤΑΚΗΣ ΠΕΤΡΟΠΟΥΛΟΣ, Εκπαιδευτής σκύλων βοηθών για παιδιά με αυτισμό / ΜΑΡΘΑ ΕΥΤΑΚΗ, διακοσμήτρια - πρώην μοντέλο / ΕΥΑΓΓΕΛΙΑ ΒΑΣΙΛΙΚΗ, Νηπιαγωγός Ηρωικής Νήσου Ψαρών / ΟΛΥΜΠΙΑ ΣΚΟΡΔΙΛΗ, Ηθοποιός / ΚΑΤΕΡΙΝΑ ΣΤΙΚΟΥΔΗ, Ηθοποιός - Τραγουδίστρια / ΧΑΡΗΣ ΣΙΑΝΙΔΗΣ, επιχειρηματίας - PR Manager

Η εκστρατεία, που είναι υπό την αιγίδα της Περιφέρειας Αττικής, περιλαμβάνει ένα μεγάλο βίντεο (και με αγγλικούς υπότιτλους), 16 μικρά βίντεο (ένα για τον κάθε συμμετέχοντα), έντυπο και ηλεκτρονικό φυλλάδιο, 17 posters, διαδικτυακό κουίζ με δώρα για όσους απαντήσουν σωστά, ραδιοφωνική συνέντευξη του Προέδρου του ΟΣΠ κυρίου Αγρανιώτη και ραδιοφωνική εκπομπή με προώθηση μηνυμάτων στοματικής υγείας με επιλογή σχετικών τραγουδιών. Επίσης δημιουργήθηκαν pdf ενημέρωσης για το κοινό πάνω στα σημαντικά θέματα της στοματικής υγείας. Τα pdf είναι διαθέσιμα στην ιστοσελίδα του Συλλόγου και θα μπορεί κάποιος να τα δει είτε πατώντας πάνω στα button ή σκανάροντας τα QR που θα υπάρχουν πάνω στις αφίσες των συμμετεχόντων στην εκστρατεία και στο είκοσι σελίδων φυλλάδιο που επίσης δημιουργήθηκε.

Μέγας χορηγός της εκστρατείας είναι το διαγνωστικό κέντρο «ΑΠΕΙΚΟΝΙΣΤΙΚΗ ΧΑΛΑΤΣΗ Α.Ε.». Επίσης δώρα στους συμμετέχοντες έδωσε η εταιρία SYNIVIVA, το ταξίδι-δώρα στον μεγάλο νικητή του quiz το τουριστικό γραφείο «Manassis travel» και τα υπόλοιπα δώρα για το quiz η εταιρία INTERMED.

Σας καλούμε να στηρίξετε την εκστρατεία αυτή με την προώθησή της. Είναι μια δομημένη προσπάθεια που έγινε με αγάπη, ενσυναίσθηση και επιστημονική εγκυρότητα και στοχεύει όχι μόνο στην βελ-



Γράφει η Βασιλική Σταματάκη,

Πρόεδρος Προληπτικής Επιτροπής





τίωση της στοματικής υγείας, αλλά στο να ανέβει η κοινωνία μας ένα σκαλοπάτι πιο ψηλά.

Προσωπικά θέλω να ευχαριστήσω όλους τους συναδέλφους που συμμετέχουν στην ομάδα της Προληπτικής Επιτροπής για τις ιδέες, την οργάνωση και την τέλεια συνεργασία για να βγει αυτό το άρτιο αποτέλεσμα, τις γραμματείς του συλλόγου μας κα Ιωάννα Δρακοπούλου και κα Θεοδώρα Βουτσή για την πολύτιμη βοήθειά τους και φυσικά τον πρόεδρό μας κο Μιχάλη Αγρανιώτη για την απόλυτη στήριξη σε όλες μας τις δράσεις.

Grid of 18 promotional cards for the 'ΕΠΙΧΕΙΡΗΣΙΑΚΟ ΣΧΗΜΑΤΟΣ ΠΡΟΛΗΠΤΙΚΗΣ' (Preventive Program) featuring various members and their activities.

- ΜΑΡΙΑ ΠΟΥΖΟΥ** (Επικοινωνία Προληπτικής Επιτροπής Αθήνας): Αυτή είναι η Μαρία. Η Μαρία από μικρή επέλεξε να ασχοληθεί με την υγεία των άλλων στην Ελλάδα και στο εξωτερικό. **Κάνε το όπως η Μαρία!**
- ΜΙΧΑΗΛΗΣ ΣΑΡΑΚΗΝΟΣ** (ΑΝΑΡΤΗΣΤΗΣ ΣΕΛΕΣΤΕΣ ΓΙΑ ΤΟΝ ΠΟΛΙΤΗΝ ΔΟΥΛΟ): Αυτός είναι ο Μιχάλης. Ο Μιχάλης με πολλά χρόνια εμπειρίας, εμπήκε να ασχοληθεί με την υδραυλική και τις ηλεκτρικές εργασίες. **Κάνε το όπως ο Μιχάλης!**
- ΑΝΔΡΙΑΝΟΣ ΑΙΝΑΡΑΚΗΣ** (Προληπτική Επιτροπή, Club Football, Γενναίοις οι Ταξιαρχοί): Αυτός είναι ο Ανδριάνος. Ο Ανδριάνος, αφού τον ασχολήθηκε με την αθλητική σφαιρική, ασχολήθηκε με την αθλητική, ποδοσφαιρική, ποδηλασία, κολύμβηση σε λίμνες και γκολφ. **Κάνε το όπως ο Ανδριάνος!**
- ΑΛΕΞΑΝΔΡΑ ΣΤΑΜΑΤΟΠΟΥΛΟΥ** (Προληπτική Επιτροπή - Παιδαγωγική Έπιτροπή - Παιδαγωγός): Αυτή είναι η Αλεξάνδρα. Η Αλεξάνδρα από το παιδί ξεκίνησε πάντα το ενδιαφέρον με την υγεία των άλλων και μετέπειτα τον έστρεψε στη Διεύθυνση που παρακολούθησε το μάθημα της υγείας. **Κάνε το όπως η Αλεξάνδρα!**
- ΝΑΟΣ ΓΚΑΒΕΛΑΣ** (Παρονομαστικός - Παιδαγωγός, Παιδαγωγός Σχολής): Αυτός είναι ο Ναός. Ο Ναός ασχολήθηκε πάντα στην υγεία, το θέμα της προληπτικής, αλλά και με υδραυλική εργασία. **Κάνε το όπως ο Ναός!**
- ΝΙΚΟΣ ΠΑΠΑΓΕΩΡΓΙΟΣ** (Παρονομαστικός - Παιδαγωγός): Αυτός είναι ο Νίκος. Ο Νίκος ως μηχανικός και αρχιτέκτονας, ασχολήθηκε με την υγεία των ανθρώπων αλλά και με την υγεία των κοινών υδραυλικών και ηλεκτρικών. **Κάνε το όπως ο Νίκος!**
- ΣΟΦΙΑ ΠΙΤΣΙΚΑΛΗ** (Παρονομαστικός - Παιδαγωγός): Αυτή είναι η Σοφία. Η Σοφία ασχολήθηκε με τους μαθητές της, η υγεία και κίνησε πρωτοβουλίες των αλλοδαπών μαθητών, συμμετείχε στη Διεύθυνση και στη Θεωρητική των μαθητών. **Κάνε το όπως η Σοφία!**
- ΟΛΥΜΠΙΑ ΣΚΟΡΔΑΛΗ** (Παιδαγωγός): Αυτή είναι η Ολυμπία. Η Ολυμπία είναι η υγεία της υγείας με την υγεία που ασχολήθηκε με την υγεία των μαθητών και μετέπειτα τον έστρεψε στη Διεύθυνση που παρακολούθησε το μάθημα της υγείας. **Κάνε το όπως η Ολυμπία!**
- ΤΑΣΗΣ ΠΕΤΡΟΠΟΥΛΟΣ** (Παρονομαστικός - Παιδαγωγός): Αυτός είναι ο Τάσης. Ο Τάσης ασχολήθηκε με την υγεία των μαθητών, αλλά και με υδραυλική εργασία, αλλά και με υδραυλική εργασία. **Κάνε το όπως ο Τάσης!**
- ΚΑΤΕΡΙΝΑ ΣΤΙΚΟΥΔΗ** (Παρονομαστικός - Παιδαγωγός): Αυτή είναι η Κατερίνα. Η Κατερίνα αφού την ασχολήθηκε με την υγεία των μαθητών, ασχολήθηκε με την υγεία των μαθητών, αλλά και με υδραυλική εργασία. **Κάνε το όπως η Κατερίνα!**
- ΧΑΡΗΣ ΣΙΑΝΙΔΗΣ** (Παρονομαστικός - Παιδαγωγός): Αυτός είναι ο Χάρης. Ο Χάρης ασχολήθηκε με την υγεία των μαθητών, αλλά και με υδραυλική εργασία, αλλά και με υδραυλική εργασία. **Κάνε το όπως ο Χάρης!**
- 3ο ΓΥΜΝΑΣΙΟ ΚΟΡΥΘΑΛΛΟΥ**: Αυτός είναι το παιδί του 3ου Γυμνασίου Κορυθαλλού. Η υγεία των μαθητών, αλλά και με υδραυλική εργασία, αλλά και με υδραυλική εργασία. **Κάνε το όπως το παιδί!**
- ΜΑΡΘΑ ΒΥΤΑΚΗ** (Παρονομαστικός - Παιδαγωγός): Αυτή είναι η Μάρθα. Η Μάρθα με χρόνια εμπειρία ασχολήθηκε με την υγεία των μαθητών, αλλά και με υδραυλική εργασία, αλλά και με υδραυλική εργασία. **Κάνε το όπως η Μάρθα!**
- ΓΕΩΡΓΙΑ ΠΑΝΤΕΛΗ** (Παρονομαστικός - Παιδαγωγός): Αυτή είναι η Γεωργία. Η Γεωργία με χρόνια εμπειρία ασχολήθηκε με την υγεία των μαθητών, αλλά και με υδραυλική εργασία, αλλά και με υδραυλική εργασία. **Κάνε το όπως η Γεωργία!**
- ΦΙΛΙΠΠΟΣ ΚΑΤΣΟΥΛΗΣ** (Παρονομαστικός - Παιδαγωγός): Αυτός είναι ο Φίλιππος. Ο Φίλιππος ασχολήθηκε με την υγεία των μαθητών, αλλά και με υδραυλική εργασία, αλλά και με υδραυλική εργασία. **Κάνε το όπως ο Φίλιππος!**
- ΕΥΑΓΓΕΛΙΑ ΒΑΣΙΛΙΚΗ** (Παρονομαστικός - Παιδαγωγός): Αυτή είναι η Ευαγγελία. Η Ευαγγελία με χρόνια εμπειρία ασχολήθηκε με την υγεία των μαθητών, αλλά και με υδραυλική εργασία, αλλά και με υδραυλική εργασία. **Κάνε το όπως η Ευαγγελία!**

Δημιουργία Ταξιδιωτικού Φυλλαδίου



Η Προληπτική Επιτροπή του ΟΣΠ σχεδίασε ένα φυλλάδιο για όσους πρόκειται να ταξιδέψουν, ενημερώνοντάς τους για τα απαραίτητα που πρέπει να κάνουν, φροντίζοντας την στοματική τους υγεία.

Το φυλλάδιο είναι γραμμένο όχι μόνο στα Ελληνικά, αλλά και στα Αγγλικά απευθυνόμενο και στους τουρίστες που επισκέπτονται την χώρα μας.

Διατίθεται σε ηλεκτρονική και

έντυπη μορφή στα κεντρικά περίπτερα του Πειραιά, σε τουριστικά γραφεία και στο αεροδρόμιο και είναι χορηγία της Εντεταλμένης Δημοτικής Συμβούλου Συγκοινωνιών κυρίας Αλέκας Τουμαζάτου.

Προώθηση μηνυμάτων στοματικής υγείας μέσω της Δημοτικής Συγκοινωνίας

Ο Οδοντιατρικός Σύλλογος Πειραιώς «έντυσε» τα λεωφορεία της δημοτικής συγκοινωνίας Πειραιά με τα μηνύματα για την στοματική υγεία.



Τα λεωφορεία με τα μηνύματα καλύπτουν όλο το εύρος του Δήμου Πειραιά και την διαδημοτική γραμμή Πειραιάς-Σχιστό και θα παραμείνουν για αρκετούς μήνες.

Ευχαριστούμε τον Δήμαρχο κ. Γιάννη Μώραλη, την Εντεταλμένη

Δημοτική Σύμβουλο Συγκοινωνιών κα. Αλέκα Τουμαζάτου, την Αντιδήμαρχο Ευρωπαϊκών Προγραμμάτων, Εξωστρέφειας και Τουρισμού κα. Ανδριάντα Ζαρακέλη και όλες τις εμπλεκόμενες υπηρεσίες του Δήμου για την άψογη συνεργασία.

Όλη η δράση είναι χορηγία του Δήμου Πειραιά.



Ορθή επαναδημοσίευση της ομιλίας του Μ. Τζάκη

Στο Τεύχος 36 δημοσιεύσαμε άρθρο για την Ημερίδα του ΟΣΠ, που πραγματοποιήθηκε στις 19 Νοεμβρίου 2023 και όπου ο κ. Μ. Τζάκης βραβεύτηκε από τον Σύλλογο, με τιμητική πλακέτα για την συνεισφορά του στην Επιστημονική Επιτροπή.

Ξεχωριστή, για μένα, ημερίδα εχθές του Οδοντιατρικού συλλόγου Πειραιώς. Σε μια συγκινητική τελετή μου απένειμαν πλακέτα βραβείωσης, για τη συμμετοχή μου στις δραστηριότητες του Οδοντιατρικού συλλόγου Πειραιώς. Επισυνάπτω το κείμενο της απάντησης μου κατά τη βράβευση αυτή, στις 19/11/23, μετά τις συγκινητικές ομιλίες της τέως Προέδρου του Οδοντιατρικού συλλόγου Πειραιώς κ Μ. Μενενάκου, του Προέδρου της Οδοντιατρικής Σχολής ΕΚΠΑ καθηγητή Ν. Νικητάκη, του Προέδρου του Οδοντιατρικού συλλόγου Πειραιώς κ Μ. Αγρανιώτη και του διευθυντή του Τομέα Προσθητικής της Οδοντιατρικής Σχολής ΕΚΠΑ αν καθηγητή Σ. Κούρτη.

Αγαπητοί φίλοι, θέλω να ευχαριστήσω το Διοικητικό συμβούλιο του Οδοντιατρικού Συλλόγου Πειραιά, για την τιμή που μου κάνει να αποφασίσει πως για τη συμμετοχή μου στις δραστηριότητες του συλλόγου μας, έπρεπε να με τιμήσει. Έχω συμπληρώσει, ήδη, 46 χρόνια παρουσίας ως μέλος της οικογένειας των Πειραιωτών Οδοντιάτρων και ελπίζω πως όσο μπορώ και όσο νιώθω χρήσιμος στους ασθενείς, στη δύσκολη και σπάνια εξειδίκευση που έχω, θα συνεχίσω να είμαι παρών.

Περισσότερο από εκατό χρόνια πριν, ο Καβάφης είχε γράψει πως «σα βγεις στον πηγαιμό για την Ιθάκη, να εύχεται να 'ναι μακρὺς ο δρόμος, γεμάτος περιπέτειες και γεμάτος γνώσεις. Πάντα στον νου σου να 'χεις την Ιθάκη και να είναι στόχος ο προορισμός σου, χωρίς να βιάζεις διόλου το ταξίδι.» Δεν σας κρύβω πως όταν διάβασα αυτό το ποίημα για πρώτη φορά, ούτε που μου πέρασε από το μυαλό πως περιέγραφε και το δικό μου ταξίδι και μάλιστα διακοσμημένο με πολλές ευχάριστες δραστηριότητες.

Μια από αυτές είναι και η παρουσία μου στο σύλλογο μας. Δεν προσδοκούσα τίποτε περισσότερο από αυτά που μου πρόσφερε αυτή μου η παρουσία. Φιλίες σταθερές, αγάπη, γνώσεις και συμπαράσταση. Ο σύλλογος μας είναι πολύ σημαντικό κομμάτι του δικού μου ταξιδιού, στη δική μου Ιθάκη γιατί το ομορφαίνει.

Όσον αφορά την παρουσία μου στις επιτροπές του συλλόγου: Θα αναφέρω μερικά ονόματα, κυρίως γιατί δουλεύοντας με τα μέλη των επιτροπών δημιούργησα φιλίες και περνούσα και καλά. Ο Βασίλης Τζωρτζόπουλος, η Καλλιόπη Βοιάτζη, ο Γιώργος Παϊζης, και ο Γιάννης Καλούμενος με τη Τζένη Τζωρτζοπούλου που ήταν δασκάλα μου όταν ήμουν φοιτητής και εκλεκτή και αγαπημένη συνεργάτης και συνάδελφος μου στο Πανεπιστήμιο, στη συνέχεια.

Φυσικά, όσοι συγκροτούσαν τις επιτροπές όλα αυτά τα χρόνια ήταν εξίσου σημαντικοί. Θέλω να με συγχωρέσετε που δεν τους αναφέρω όλους. Σας τονίζω πως όλοι οι συνάδελφοι που πλαισίωσαν τις δραστηριότητες του ΟΣΠ, ήταν για μένα το ίδιο σημαντικοί. Άλλωστε και εγώ μέλος των επιτροπών ήμουν, σε όποια επιτροπή δούλεψα, κυρίως την επιστημονική



και το περιοδικό του συλλόγου.

Η ιδέα να γίνω υπεύθυνος της επιστημονικής επιτροπής ήταν της Μαρίας Μενενάκου και όσοι την γνωρίζετε θα ξέρετε πως είναι αδύνατον να της πει κανείς εύκολα όχι. Εγώ τη γνωρίζω καλά από φοιτήτρια και δεν διπατασα να «υποκύψω». Πήραμε και οι δύο τα ρίσκα μας, γιατί και εγώ δεν είμαι και ο πιο εύκολος άνθρωπος. Από την άλλη πλευρά, η Μαρία γνώριζε την πείρα που είχα αποκτήσει από τη δραστηριοποίηση μου στις επιστημονικές εταιρείες του κλάδου και στα πανελλήνια συνέδρια της Ελληνικής Οδοντιατρικής Ομοσπονδίας και ήθελε να την χρησιμοποιήσει στην επιστημονική επιτροπή του ΟΣΠ.

Τελικά, αυτή η προσπάθεια αγκαλιάστηκε από τα μέλη του συλλόγου μας και οι εκδηλώσεις που διοργανώσαμε είχαν πολύ καλή ανταπόκριση. Βέβαια, η δουλειά αυτή δεν είναι δουλειά ενός ατόμου, υπήρχε μια πολυπληθής και πολύ ενεργή επιτροπή που στις συνεδριάσεις της συμμετείχε το μισό διοικητικό συμβούλιο και μάλιστα ένα μέλος της επιτροπής μας ήταν και ο σύνδεσμός μας με τη διοίκηση. Συνεπώς, από το ξεκίνημα, πολύ σημαντικό ρόλο στις δραστηριότητες της επιτροπής εκτός από την κ Μενενάκου την κ Κοντούλη και τον κ. Αγρανιώτη, είχαν ο κ. Κούρτης, η κ Καλούμενου, η κ. Βασιλειάδου, ο κ. Τζέρμπος, ο κ Καράγιωργας, η κ. Χατζηχαλεπή και φυσικά οι κυρίες της γραμματείας του ΟΣΠ που τόσα χρόνια ήταν δίπλα μου και μπροστά, πάντα πρόθυμες να συμβάλουν στην επιτυχία της επιστημονικής επιτροπής.

Συνεπώς, δέχομαι αυτή τη βράβευση και εκ μέρους αυτών και φυσικά εκ μέρους όλων που κατά καιρούς συμμετείχαν και βοήθησαν σε αυτές τις διοργανώσεις.

Είναι αλήθεια πως η δική μου Ιθάκη έχει διαρκέσει χρόνια και είμαι πλέον κοντά στο τέρμα. Μου πρόσφερε αυτό το απίθανο ταξίδι με στάσεις πολλές και λαμπερές στο ΕΚΠΑ, στη Σουηδία και σε όλα τα μέρη που έζησα ή πέρασα. Είχε πολλές διαδρομές, με πολλές πολύ σημαντικές στάσεις και πραγματικά νιώθω ευλογημένος και πολύ πλούσιος με όσα κέρδισα στον δρόμο. Από τον Πειραιά μέχρι την Κρήτη στην οποία υπηρέτησα, ως σημαιοφόρος οδοντίατρος, για 33 μήνες, στην Κύπρο και την Κεφαλονιά, σε όλη την Ελλάδα θα έλεγα, αλλά και την Ευρώπη και τις ΗΠΑ.

Χωρίς την Ιθάκη μου, ίσως, δεν θα είχα βγει καν στον δρόμο. Από την άλλη πλευρά περνάω τόσο ωραία που δεν είμαι έτοιμος ακόμα να αράξω στο λιμάνι!

Ευχαριστώ τους γονείς μου Γεράσιμο και Μαρία, τη γυναίκα μου Σταυρούλα, τα αδέρφια μου Ανδρέα και Μαργαρίτα, τα παιδιά μου Μαρία, Αγγελική, Γεράσιμο, Αθανάσιο και Πέτρο, τους φίλους μου, τους καθηγητές μου, τους συναδέλφους μου, την οικογένεια μου, και φυσικά όλους εσάς στον ΟΣΠ που μου κάνατε αυτή τη τιμή!

Μιχάλης Τζάκης
Ομότιμος Καθηγητής ΕΚΠΑ

Βιταμίνη D, γυναίκες & κατάθλιψη



**Γράφει ο
ΙΣΙΔΩΡΟΣ
MENTES***

Ο Ισίδωρος Μέντης είναι πτυχιούχος Φαρμακευτικής ΕΚΠΑ, κάτοχος μεταπτυχιακού τίτλου σπουδών στα Οικονομικά Υγείας ΕΚΠΑ, άδειας διδασκαλίας αγγλικής-γαλλικής γλώσσας, συγγραφέας-αξιολογητής άρθρων σε ελληνικά-διεθνή επιστημονικά περιοδικά.

Με θητεία στο 401 Στρατιωτικό Νοσοκομείο και 440 Στρατιωτική Αποθήκη Φαρμακευτικού-Υγειονομικού Υλικού και εμπειρία στον δημόσιο τομέα (ασφαλιστικά ταμεία, υπεύθυνος εναρμόνισης Διεύθυνσης Φαρμάκου ΙΚΑ με σύστημα ποιότητας ISO 9001 στο πλαίσιο ΕΣΠΑ) και ιδιωτικό τομέα (φαρμακεία-φαρμακαποθήκες), εργάζεται στη Διεύθυνση Φαρμάκου (Κεντρική Υπηρεσία ΕΟΠΥΥ), εξ ιδρύσεώς της,

στην έλεγχο συνταγογράφησης, διαθέτοντας πολυετή εμπειρία σε διαδικασίες αποζημίωσης υγειονομικού υλικού-σκευασμάτων διατροφής για ειδικούς ιατρικούς σκοπούς.

Μέλος επιτροπής κοστολόγησης δαπανών διασυννοσημιακής περίθαλψης, ομάδας εργασίας του ευρωπαϊκού δικτύου καταπολέμησης διαφθοράς στον υγειονομικό τομέα, αναπληρωματικό μέλος ομάδας εργασίας για επεξεργασία καταλόγου νοσημάτων με μειωμένη/μηδενική συμμετοχή. Έχει συμμετάσχει σε συνέδρια (Ελλάδα-εξωτερικό) Φαρμακευτικής, Ιατρικής, Πολιτικών Υγείας, Αξιολόγησης Τεχνολογίας Υγείας και ως προσκεκλημένος ομιλητής σε συνέδρια ημεδαπής-εξωτερικού, παρουσιάζοντας δημοσιευμένα άρθρα του.

Στην εργασία με τίτλο «The effects of vitamin D on mood alteration in women's life: Focus on depression» η οποία έχει καταχωριστεί στη βιβλιογραφική βάση pubmed (doi: 10.55782/ane-2023-2436), ο Ισίδωρος Μέντης, φαρμακοποιός ΕΚΠΑ, κάτοχος μεταπτυχιακού τίτλου σπουδών της Σχολής Οικονομικών και Πολιτικών Επιστημών ΕΚΠΑ, με εξειδίκευση στη Διοίκηση Οικονομικών Μονάδων και στέλεχος της Διεύθυνσης Φαρμάκου του ΕΟΠΥΥ, ανέλυσε την αλληλεξάρτηση των επιπέδων της βιταμίνης D με την τροποποίηση της ψυχικής υγείας των γυναικών, υπογραμμίζοντας την πολύπλευρη συμβολή της βιταμίνης D στην υγεία, με παράλληλη ενίσχυση της γυναικείας συναισθηματικής κατάστασης και την προαγωγή της ψυχικής ευεξίας.

Η βιταμίνη D είναι ένα ζωτικής σημασίας για την υγεία λιποδιαλυτό νευροστεροειδές συστατικό. Η διεθνής βιβλιογραφία συσχετίζει τα επαρκή επίπεδα της με την ψυχική ευεξία, μέσω νευροβιολογικών μηχανισμών και ορμονικών διακυμάνσεων, τεκμηριώνοντας ότι τα χα-

μηλά επίπεδα βιταμίνης D συνδέονται με την επί τα χείρω τροποποιημένη ψυχική διάθεση και ανάπτυξη ή/και επιδείνωση της ήδη υφιστάμενης αυτής δυσάρεστης ψυχικής κατάστασης. Συνεκτιμώντας την αυξημένη γυναικεία ευαισθησία στις ορμονικές αλλαγές, διερευνήθηκε η περίπλοκη αλληλεπίδραση μεταξύ της νευροβιολογίας της βιταμίνης D και της ρύθμισης της ψυχικής διάθεσης, μέσω εστιασμένης ανάλυσης μελετών και εμβαθύνοντας στην κατανόηση των ορμονολογικών μηχανισμών.

Ειδικότερα, περιστατικά επιβάρυνσης της ψυχικής διάθεσης και κατάθλιψης που παρατηρούνται στον γυναικείο πληθυσμό συσχετίζονται με περιπτώσεις χαμηλών επιπέδων ορού της βιταμίνης D, η οποία αποκτάται κυρίως μέσω της έκθεσης στον ήλιο (συγκεκριμένα από τις υπεριώδεις ακτίνες B-UVB σε ποσοστό 80-90%) και ως εξωγενής μορφή από τρόφιμα (γάλα και παράγωγά του και από λιπαρά ψάρια).

Οι κύριοι μεταβολίτες της βιταμίνης D, οι οποίοι εισέρχονται στο σώμα μέσω της έκθεσης του δέρματος στον ήλιο και της λήψης τροφών και συμπληρωμάτων διατροφής είναι η εργοκαλσιφερόλη (VD2) και η χοληκαλσιφερόλη (VD3). Η πρώτη λαμβάνεται εύκολα από ιχθυέλαια αυγά, βούτυρο, σκώτι και τα μανιτάρια, με τα βότανα και τα φρούτα να συμβάλλουν στην αύξηση των επιπέδων της στον οργανισμό, ενώ το κρέας και τα ψάρια είναι οι κύριες πηγές της χοληκαλσιφερόλης. Επιπροσθέτως, τα επίπεδα της βιταμίνης D σχετίζονται με το περιβάλλον και τον τρόπο ζωής καθώς και με τους γενετικούς παράγοντες και την κληρονομικότητα. Τα περιβαλλοντικά χαρακτηριστικά (ηλιοφάνεια, γεωγραφικό πλάτος σε συνδυασμό με την έκθεση του δέρματος στον ήλιο) είναι οι κύριοι καθοριστικοί παράγοντες, οι οποίοι συνεκδοχικά αναδεικνύουν την επίδραση της εποχικότητας στο ύψος των επιπέδων της βιταμίνης D στον ανθρώπινο οργανισμό. Η ανεπάρκεια της παρατηρείται συχνότερα το χειμώνα, σε μεγαλύτερα γεωγραφικά πλάτη και σε αστικές περιοχές, κυρίως του τρόπου ζωής, με επαγόμενη τη χαμηλότερη έκθεση στο ηλιακό φως, γεγονός το οποίο επηρεάζει αρνητικά τη νευροψυχιατρική κατάσταση των ατόμων.

Πλήθος μελετών καταδεικνύουν ισχυρή σχέση μεταξύ της βιταμίνης D και της κατάθλιψης και το γεγονός ότι ο επιπολασμός της ανεπάρκειας της βιταμίνης D ήταν σημαντικά διαφορετικός σε διάφορες γεωγραφικές περιοχές αποκάλυψε τοπικούς παράγοντες κινδύνου. Οι μηχανισμοί της σύνθεσης VD θεωρούνται πολυπαραγοντικοί και οι επιπτώσεις της έλλειψής της από πλήθος παραγόντων (έκθεση στον ήλιο, γεωγραφικές παράμετροι, συνθήκες διαβίωσης, ανεπαρκής πρόσληψη τροφών πλούσιων σε VD) αφορούν ένα ευρύτατο φάσμα συμπτωμάτων στον γυναικείο οργανισμό. Η επίδραση των επιπέδων της βιταμίνης D στη γυναικεία νευροφυσιολογία είναι προφανής με σαφή αλληλεπίδραση μεταξύ των συγκεντρώσεων της βιταμίνης D στον γυναικείο οργανισμό και της τροποποι-

ησης της διάθεσης και των διακυμάνσεων που σχετίζονται με συναισθηματικές αλλαγές. Επιπροσθέτως, τα ευρήματα ανέδειξαν μειωμένα επίπεδα βιταμίνης D σε άτομα με σοβαρή κατάθλιψη και αποκάλυψαν υψηλότερο επιπολασμό ανεπάρκειας βιταμίνης D στις γυναίκες σε σύγκριση με τους άνδρες. Αυτό εξηγείται εν μέρει και από πολιτισμικούς παράγοντες όπως συνήθειες ένδυσης (για πολιτιστικούς / θρησκευτικούς λόγους) σε ορισμένες γεωγραφικές περιοχές (πχ Ηνωμένα Αραβικά Εμιράτα), με συνεπακόλουθη μειωμένη έκθεση στον ήλιο, τονίζοντας εκ παραλλήλου και την αναγκαιότητα πρόσληψης τροφών πλούσιων σε βιταμίνη D καθώς και συμπληρωμάτων βιταμίνης D (κατόπιν ιατρικών συστάσεων) για την αντιμετώπιση των διαταραχών της ψυχικής διάθεσης και της κατάθλιψης και επαληθεύοντας την αντίστροφη σχέση μεταξύ υψηλών επιπέδων βιταμίνης D στον ορό και εμφάνιση/επιδείνωσης της κατάθλιψης.

Η σημασία της βιταμίνης D για την υγεία του ευρύτερου πληθυσμού δεν πρέπει να αγνοηθεί, καθώς η έλλειψη και η ανεπάρκειά της συνιστούν συχνά παρατηρούμενους παράγοντες κινδύνου για ποικίλα προβλήματα υγείας. Εκτός από την αλλαγή ατομικών συνηθειών (όπως συχνότερη έκθεση στον ήλιο και διατροφικές τροποποιήσεις που σχετίζονται με την πρόσληψη τροφών πλούσιων σε βιταμίνη D), συνιστώμενες ως πιο απαραίτητες για τις γυναίκες (των οποίων η ψυχολογική υγεία αποδεικνύεται περισσότερο ευάλωτη στις διακυμάνσεις των επιπέδων της βιταμίνης D), η εθνική πολιτική υγείας θα πρέπει να περιλαμβάνει μέτρα στοχευόντων στη συντήρηση των συγκεντρώσεων βιταμίνης D στα απαιτούμενα επίπεδα. Επιπλέον, δεδομένου ότι κατά προσέγγιση 30% των καταθλιπτικών ατόμων δεν ανταποκρίνονται στη φαρμακοθεραπευτική αγωγή, η χορήγηση συμπληρωμάτων πλούσιων σε βιταμίνη D, κατόπιν των χρηζουσών ιατρικών συστάσεων, ανέδειξε οφέλη στη θεραπεία της διαταραχής της διάθεσης (ιδίως σε μετεμμηνοπαυσιακές γυναίκες με χαμηλά επίπεδα βιταμίνης D) και κατ'επέκταση στη μεγιστοποίηση της ποιότητας ζωής των γυναικών, υπογραμμίζοντας την αναγκαιότητα διατροφικής προσέγγισης και χάραξης πολιτικών υγείας για το θέμα της συχνά παρατηρούμενης υποβιταμίνωσης D προκειμένου να βελτιστοποιηθεί η ποιότητα ζωής των πολιτών.

Εκτιμώντας την πρόληψη ως θεμέλιο λίθο της διασφάλισης της υγείας των πολιτών (και κατ'επέκταση του γυναικείου πληθυσμού), απαιτούνται οι κατάλληλες κρατικές παρεμβάσεις, συμπεριλαμβανομένης της ανίχνευσης της έκτασης του επιπολασμού της έλλειψης και ανεπάρκειας της βιταμίνης D στις γυναίκες και ο προσδιορισμός παραγόντων κινδύνου, με την επείγουσα διεξαγωγή τυχαίοποιημένων κλινικών δοκιμών (RCTs), εστιάζοντας σε υψηλού κινδύνου ομάδες (όπως στις εγκυμονούσες γυναίκες). Τα μέτρα θα πρέπει να στοχεύουν στην ελαχιστοποίηση του επιπολασμού της έλλειψης και ανεπάρκειας της βιταμίνης D και του αρνητικού αντίκτυπου στη δημόσια υγεία, μέσω ολοκληρωμένου σχεδιασμού και στοχευμένων αποφάσεων υγειονομικής περίθαλψης, συμπεριλαμβανομένης της ευαισθητοποίησης των πολιτών, με παράλληλη ενθάρρυνση υιοθέτησης ενός υγιεινότερου τρόπου ζωής.



Συνοπτικά και με βάση τα επιστημονικά ευρήματα, συγκεκριμένα προτεινόμενα μέτρα είναι η προαγωγή της συχνής έκθεσης στο ηλιακό φως, η ανάπτυξη ετησίων κρατικών προγραμμάτων επιδοτήσεων για τη κάλυψη της δαπάνης αγοράς συμπληρωμάτων πλούσιων σε βιταμίνη D σε αξιολογηθείσες σοβαρές περιπτώσεις έλλειψής της, ειδικά για τον γυναικείο πληθυσμό με αυξημένες ανάγκες (προχωρημένη ηλικία, εγκυμοσύνη), η ενθάρρυνση συχνότερης αλληλεπίδρασης του γυναικείου πληθυσμού με τη φύση (επί παραδείγματι, μέσω διοργάνωσης ομαδικών υπαίθριων δραστηριοτήτων-τουριστικών εκδρομών) σε δασικά περιβάλλοντα, πλήρως/τμηματικά κρατικά επιχορηγούμενες και κλιμακωτά (σύμφωνα με επίσημη αξιολόγηση των εξατομικευμένων αναγκών σε βιταμίνη D) και κρατική μέριμνα (εξατομικευμένες παρεμβάσεις) σε περιπτώσεις όπου η τροποποίηση των ενδυματολογικών επιλογών κρίνεται δυσχερής είτε απαγορευτική (για πολιτιστικούς λόγους ή θρησκευτικές συνήθειες). Επίσης, με την αρωγή της εφαρμογής της αξιολόγησης τεχνολογιών υγείας (ΑΤΥ) και της αξιοποίησης των πλεονεκτημάτων της ως χρήσιμο εργαλείο αντιμετώπισης του αυξανόμενου κόστους των υπηρεσιών υγείας σε συνδυασμό με την ικανοποίηση των απαιτήσεων των καταναλωτών (όπως η διασφάλιση επαρκών επιπέδων βιταμίνης D), θα εξοικονομηθούν πολύτιμοι πόροι για το υγειονομικό σύστημα, μέσω παροχής υψηλού επιπέδου υγειονομικής μέριμνας για πρόληψη/διαχείριση περιστατικών κατάθλιψης.

Με αυτόν τον τρόπο, συνυπολογίζοντας την κλινική αποτελεσματικότητα σκευασμάτων βιταμίνης D, την αξιολόγηση των στρατηγικών υγείας αναφορικά με τη διατήρηση των επιπέδων της βιταμίνης D σε αποδεκτά επίπεδα και τον αντίκτυπο στον εθνικό προϋπολογισμό, θα διασφαλισθεί η προάσπιση της δημόσιας υγείας, δίχως αποκλίσεις από τους εθνικούς οικονομικούς στόχους.

Συμπερασματικά, ο ρόλος της βιταμίνης D στη νευροφυσιολογική και ψυχική υγεία του γενικού πληθυσμού (ιδιάζοντως των γυναικών) κρίνεται ως αδιαμφισβήτητος, εγείροντας την ανάγκη διατήρησης των συγκεντρώσεων βιταμίνης D σε αποδεκτά επίπεδα μέσω εφαρμογής μέτρων υγειονομικής περίθαλψης προς επίτευξη του μέγιστου υγειονομικού οφέλους, ιδίως για πρόληψη / θεραπευτική αντιμετώπιση ψυχικών διαταραχών - καταθλιπτικών περιστατικών, η συχνότητα των οποίων εκτιμάται ως αξιοσημείωτα υψηλότερη στον γυναικείο πληθυσμό, υποκείμενος σε ευρείες ορμονικές διακυμάνσεις.

Ανάλυση μεθοδολογίας αποδεκτάισης της προσαύξησης μονοσυνταξιούχου



Στις 18 Φεβρουαρίου 2024 πραγματοποιήθηκε στο Ράλλειο Γυμνάσιο - Λύκειο θηλέων Πειραιά, η κοπή της πίτας του Οδοντιατρικού Συλλόγου Πειραιά και ακολούθησε επαγγελματική ημερίδα του ΟΣΠ στην οποία είχα την τιμή να προσκληθώ ως εισηγητής του Ασφαλιστικού, αναφέρθηκε η αυθαίρετη, άδικη και μη σύννομη μείωση της προσαύξησης των μονοσυνταξιούχων υγειονομικών από το 50% στο 10% μετά από 36 χρόνια καταβολής των νόμιμων ασφαλιστικών εισφορών τους. Επειδή, ο πεπερασμένος χρόνος μιας παρουσίασης δεν επιτρέπει τεχνικές αναλύσεις, επιχειρώ σήμερα μέσα από το φιλόξενο βήμα του περιόδικου του ΟΣΠ, να προσπαθήσω να εκλαϊκεύσω την «επιχειρηματολογία» διαστρέβλωσης και καταστρατήγησης των νόμιμων απολαβών των μονοσυνταξιούχων. Η αντίδραση των ασφαλισμένων, παρά την δεδομένη αρνητική άποψη εργατολογικών γραφείων που εκδίδουν συντάξεις υγειονομικών, θα πρέπει να είναι η κατάθεση ένστασης αμέσως μετά την λήψη της οριστικής πράξης συνταξιοδότησης του κατά της απόφασης αυτής και η ατομική προσφυγή που συλλογικά θα διεκπεραιωθούν από νομικό γραφείο των Αθηνών με απόφαση του ΔΣ της ΕΟΟ.

ΑΝΑΛΥΣΗ ΤΗΣ ΜΗ ΣΥΝΝΟΜΗΣ & ΑΥΘΑΙΡΕΤΗΣ ΜΕΙΩΣΗΣ ΤΩΝ ΜΟΝΟΣΥΝΤΑΞΙΟΥΧΩΝ ΑΠΟ 50% ΣΕ 10%.

Επί της νομιμότητας

Το υπ. αριθ. 172767/14.5.2021 έγγραφο της Δ/σης Νομοθεσίας & Συντονισμού του Τμήματος Συντονισμού Συντάξεων Μη Μισθωτών στο οποίο αναλύεται ο νέος τρόπος υπολογισμού του ασφάλιστρου των μονοσυνταξιούχων υγειονομικών, είναι έγγραφο πλη-



ροφοριακού χαρακτήρα και δεν έχει την εκτελεστότητα διοικητικής πράξης, κατά συνέπεια δεν προσβάλλεται ενώπιον του Συμβουλίου της Επικρατείας (άρθρο 95, παρ. 1 στ. α' Συντ. σε β). (ΓΙΑ ΝΑ ΜΗΝ ΠΡΟΣΒΑΛΕΤΑΙ ΝΟΜΙΚΑ)

Ο «συντάκτης» του εν λόγω εγγράφου, παραβλέποντας:

1^{ον} την ισχύουσα νομοθεσία βάσει της οποίας, οι αλλαγές στο ποσοστά των ασφαλιστρών και των εισφορών απαιτούν νομοθετική ρύθμιση, και

2^{ον} ότι δεν είναι νόμο επιτρεπτή η έκδοση υπουργικής απόφασης για την αλλαγή του ασφάλιστρου από 50% σε 10% χωρίς ανάλογη νομοθετική ρύθμιση και μάλιστα με αναδρομική ισχύ και σε ήδη καταβληθείσες ασφαλιστικές εισφορές. (ΠΑΡΑΤΗΡΗΣΗ: ΟΙ ΤΡΟΠΟΠΟΙΗΣΕΙΣ ΣΤΗ ΝΟΜΟΘΕΣΙΑ ΓΙΝΟΝΤΑΙ ΜΕΣΩ ΝΟΜΟΣΧΕΔΙΩΝ ΠΟΥ ΨΗΦΙΖΟΝΤΑΙ ΣΤΗ ΒΟΥΛΗ).

νομοθετεί νέο τρόπο υπολογισμού του ασφάλιστρου των Μονοσυνταξιούχων υγειονομικών με την μείωση αυτού από 50% σε 10% ώστε να ελαττωθεί αντίστοιχα και το ύψος της προσαύξησης, θεσπίζοντας έτσι μονομερώς νέο κανόνα δίκαιου, πλην όμως ο κανόνας αυτός στερείται εκτελεστότητας εφ' όσον:

(α) δεν υπάρχει δημοσίευση αυτού σε ΦΕΚ (βλ. ΣτΕ 2037/2023) αλλά ούτε

(β) δημοσίευση σε ΦΕΚ διοικητής πράξης που να τροποποιεί το άρθρο 18 εδ. 2β του Ν.1976/1991.



Ο «συντάκτης», με την παράνομη μείωση του ασφάλιστρου επέβαλε με έμμεσο τρόπο τον καθορισμό του ύψους της προσαύξησης με έκδοση Υπουργικής απόφασης παρακάμπτοντας έτσι την τροποποίηση του 2ου & 3ου εδ' της §5 του άρθρου 94, του Ν.4387/2016 από την §11, του άρθρου 234, του Ν.4389/2016 (ΦΕΚ Α' 94/27.5.2016) με την οποία έχει καταργηθεί η εξουσιοδοτική διάταξη για έκδοση Υπουργικής απόφασης με την οποία θα ορίζονταν το ύψος τη προσαύξησης των μονοσυνταξιούχων υγειονομικών ενώ επιπλέον αγνοεί και την §6 του άρθρου 94, του Ν.4387/2016 με την οποία ορίζεται ότι «Κάθε διάταξη που ρυθμίζει διαφορετικά τα θέματα του άρθρου αυτού καταργείται». (ΠΑΡΑΤΗ-



ΡΗΣΗ: ΔΕΝ ΥΦΙΣΤΑΤΑΙ ΕΞΟΥΣΙΟΔΟΤΙΚΗ ΔΙΑΤΑΞΗ ΓΙΑ ΕΚΔΟΣΗ ΥΠΟΥΡΓΙΚΗΣ ΑΠΟΦΑΣΗΣ)

Ο «συντάκτης» του έγγραφου για να ενίσχυσει την νομιμότητα της ενέργειας του επικαλείται:

1^{ον} Το υπ.αριθ.Φ.10043/5247/349/10.2.2021 εγγράφου του Υπουργείου Εργασίας & Κοινωνικής Ασφάλισης προς τους Συλλόγους Υγειονομικών. Το έγγραφο αυτό περιλαμβάνει ρυθμίσεις για τους ασφαλισμένους στην κατηγορία των μονοσυνταξιούχων με χρόνο ασφάλισης μικρότερο των 25 ετών (αφορά νέους ασφαλισμένους μετά 1.1.1992) οι όποιοι εμπίπτουν στον προϊσχύοντα του Ν.4387/2016 τρόπο υπολογισμού της συνταξιοδοτικής παροχής τους και

2^{ον} Την ΚΥΑ 52331/1861/30.6.2017 (ΦΕΚ Β' 2379/2017), περί αναπροσαρμογής των ήδη καταβαλλόμενων την 13/5/2016 συντάξεων, στην οποία ως ασφάλιστρο για τον Κλάδο των μονοσυνταξιούχων ορίζεται

αυθαίρετα το 10%. Αυτή αναφέρεται στον επανυπολογισμό των ήδη καταβαλλόμενων μέχρι 12.5.2016 (και όχι των καταβαλλόμενων ΜΕΤΑ τον νόμο Κατρούγκαλου) συντάξεων των Μονοσυνταξιούχων με την οποία ορίστηκε ως ασφάλιστρο το μη νόμιμο ποσοστό 10%.

(ΠΑΡΑΤΗΡΗΣΗ: ΑΜΦΟΤΕΡΑ ΕΚ ΤΗΣ ΓΡΑΜΜΑΤΙΚΗΣ ΤΟΥΣ ΔΙΑΤΥΠΩΣΗΣ ΔΕΝ ΑΦΟΡΟΥΝ ΤΟΥΣ ΜΟΝΟΣΥΝΤΑΞΙΟΥΧΟΥΣ ΑΣΦΑΛΙΣΜΕΝΟΥΣ ΠΟΥ ΣΥΝΤΑΞΙΟΔΟΤΟΥΝΤΑΙ ΜΕΤΑ ΤΗΝ 12η .5.2016)

ΤΟ ΣΟΦΙΣΜΑ eΕΦΚΑ & Η ΔΙΑΣΤΡΕΒΛΩΣΗ ΤΗΣ ΑΛΗΘΕΙΑΣ

Το Ταμείο eΕΦΚΑ ισχυρίζεται ότι «...η μηνιαία εισφορά κλάδου σύνταξης και αναλογικά η ετήσια, υπολογίζεται στο 20% επί του μέσου μηνιαίου ή αναλογικά του μέσου ετησίου εισοδήματος (ΑΛΗΘΗΣ ΙΣΧΥΡΙΣΜΟΣ). Αυτό το ποσοστό 20%, αντιστοιχεί 20 ποσοστιαίες μονάδες (ΜΗ ΑΛΗΘΗΣ ΙΣΧΥΡΙΣΜΟΣ)»

...« η εισφορά για τον κλάδο των Μονοσυνταξιούχων είναι το 50% επί της μηνιαίας και αναλογικά ετήσιας εισφοράς κλάδου σύνταξης και άρα επί του ίδιου μέσου μηνιαίου και αναλογικά ετησίου ποσού που θα αποτελούσε εισόδημα, (ΑΛΗΘΗΣ ΙΣΧΥΡΙΣΜΟΣ) του οποίου και αποτελεί το 10%, δηλαδή 10 ποσοστιαίες μονάδες (%) (ΜΗ ΑΛΗΘΗΣ ΙΣΧΥΡΙΣΜΟΣ)».

ΑΝΑΛΥΣΗ ΤΟΥ ΣΟΦΙΣΜΑΤΟΣ

Με λανθασμένο τρόπο αντιστοιχίζει ο ΕΦΚΑ, τον συντελεστή 20% δηλαδή το ποσοστό 20%, που όρισε ο νομοθέτης ότι αποτελεί το σύνολο των υποχρεωτικών ασφαλιστικών εισφορών, (το σύνολο είναι το 100% των εισφορών) που καταβάλλονται από ελεύθερο επαγγελματία υγειονομικό για τον Κλάδο Σύν-

ταξης και υπολογίζονται επί του μέσου μηνιαίου ετησίου εισοδήματος ή του συντάξιμου μισθού, με 20 ποσοστιαίες μονάδες που αντιστοιχούν όμως στο 20% του συντάξιμου μισθού και όχι στο 100% του συντάξιμου μισθού ως θα έπρεπε ώστε στη συνέχεια να γίνει αποδεκτό ότι το 50% της μηνιαίας και αναλογικά ετήσιας εισφοράς κλάδου σύνταξης και άρα επί του ίδιου μέσου μηνιαίου ποσού που θα αποτελούσε εισόδημα, να αποτελεί το ήμισυ των ασφαλιστικών εισφορών που αντιστοιχούν στο 20% του συντάξιμου μισθού δηλαδή αντιστοιχούν στο 10% του συντάξιμου μισθού και άρα σε, 10 ποσοστιαίες μονάδες ασφαλιστικές εισφορές και κατά συνέπεια να μειώσει το ασφάλιστρο από 50% σε 10%.

Βασίλης Σταθόπουλος,
Μέλος Συμβουλευτικής Επιτροπής
Επιστημόνων e-ΕΦΚΑ,
Μέλος ΔΣ ΟΣΑ & ΕΟΟ

Σεμινάριο Πρακτικής Εκπαίδευσης Οδοντιατρικού Συλλόγου Πειραιώς

• ΣΑΒΒΑΤΟ 11 ΝΟΕΜΒΡΙΟΥ 2023

Το Σάββατο 11 Νοεμβρίου, στην ειδική αίθουσα στα γραφεία του Οδοντιατρικού Συλλόγου Πειραιώς, πραγματοποιήθηκε σεμινάριο πρακτικής εκπαίδευσης με ομιλητή τον Επίκουρο Καθηγητή του ΕΚΠΑ κο Σπυρίδων Σιλβέστρο και θέμα τη συρραφή μαλακών ιστών.



Εικόνα 1: Συρραφή μαλακών ιστών, θεωρητικό μέρος, ομιλητής κ. Σιλβέστρος

πότε επιλέγουμε ποιά συρραφή, ποιά ράμμα είναι κατάλληλο για την κάθε περίπτωση και πώς να αποφυγούμε συμβάματα, ενώ απέκτησαν και 5,5 μόρια επαγγελματικής επιμόρφωσης οδοντιάτρων (ΜΕΕΟ). (Εικόνα 1)

Μεταξύ θεωρητικού και πρακτικού μέρους, οι συμμετέχοντες είχαν την ευκαιρία να απολαύσουν ένα ελαφρύ γεύμα με χυμό ή καφέ. Κατά τη διάρκεια του σεμιναρίου οι συμμετέχοντες παρακολούθησαν επίσης τον ομιλητή κο Σιλβέστρο να επιδεικνύει συρραφές σε αυτί χοίρου και ξανά, σε γνάθο χοίρου (Εικόνα 2), και είχαν την ευκαιρία να κάνουν τις ίδιες συρραφές μετά κι εκείνοι ο καθένας τόσο στο αυτί όσο και στη γνάθο χοίρου που τους δόθηκαν (Εικόνα 3).

Σε κάθε συμμετέχοντα δόθηκαν από ένα αυτί και μια γνάθος χοίρου, καθώς και γάντια, μάσκες, ράμματα, λούπες, ενώ ανά δύο συμμετέχοντες είχαν τη δυνατότητα να χρησιμοποιήσουν κατά τη διάρκεια του σεμιναρίου τα κατάλληλα εργαλεία (μια κασετίνα ανά δυο άτομα). Το σεμινάριο διήρκεσε περισσότερο από τον προβλεπόμενο χρόνο, καθώς οι συμμετέχοντες είχαν πολλές απορίες και ο ομιλητής συζήτησε με κάθε συμμετέχοντα.

Ευχαριστούμε τον επίκουρο καθηγητή κο Σιλβέστρο για το εξαιρετικό σεμινάριο και τους χορηγούς μας για τα υλικά και εργαλεία που το έκαναν δυνατό.



Γράφει η
Καλουμένου Βέρα

Γναθολόγος,
Μέλος ΔΣ ΟΣΠ,
Συντονίστρια
Επιστημονικής
Επιτροπής ΟΣΠ

Η συμμετοχή ήταν μεγάλη, έκλεισαν όλες οι θέσεις, και όλοι οι συμμετέχοντες απόλαυσαν ένα εξαιρετικό σεμινάριο που έδωσε πρακτική εμπειρία και έλυσε πολλές απορίες, όπως σχετικά με τους τύπους ραμμάτων και βελονών, τα εξειδικευμένα εργαλεία (βελονοκάτοχα και λούπες) και την σωστή χρήση του κάθε εργαλείου, τη συνεχή ραφή mattress (εσωτερική και εξωτερική), το



Εικόνα 2: Επίδειξη συρραφών σε αυτί χοίρου



Εικόνα 3: Οι συμμετέχοντες κάνουν οι ίδιοι ράμματα σε ιστούς χοίρου

Σεμινάριο Πρακτικής Εκπαίδευσης Οδοντιατρικού Συλλόγου Πειραιώς «Απομόνωση: Μύθοι και πραγματικότητα - από τη θεωρία στην πράξη»

Το Σάββατο 9/3/2024 ένα ακόμα πρακτικό σεμινάριο πραγματοποιήθηκε στον χώρο του Οδοντιατρικού Συλλόγου Πειραιώς. Το θέμα αφορούσε σε ένα κλινικό ζήτημα που απασχολεί πολλούς κλινικούς στην καθ' ημέρα πράξη: την απομόνωση με ομιλητές τους Δρ. Ελευθέριο Τέρρου Φαρμάκη, Επίκουρο Καθηγητή Ενδοδοντίας ΕΚΠΑ και Ευάγγελο Έντυ (Eddy) Φαρμάκη, Παιδοδοντίατρο, Επιστημονικός συνεργάτη ΕΚΠΑ.

Στο πρακτικό σεμινάριο παρουσιάστηκαν εφαρμογές του ελαστικού απομονωτήρα στην καθημερινή οδοντιατρική πράξη (Ενδοδοντία, Οδοντική Χειρουργική, Παιδοδοντία, Ακίνητη Προσθετική), τα πλεονεκτήματα και μειονεκτήματα του συστήματος καθώς και τους περιορισμούς εφαρμογής του.



Βασικός σκοπός του σεμιναρίου ήταν να τονιστεί η σημαντικότητα υιοθέτησης της χρήσης απομόνωσης από το σώμα των συναδέλφων σε καθημερινή βάση. Μέσα από το σεμινάριο έγινε κατανοητό ότι ο μοναδικός τρόπος εξοικείωσης με το σύστημα του ελαστικού



απομονωτήρα είναι η πρακτική διδασκαλία του (hands-on) και στη συνέχεια, η σταδιακή χρήση του στην καθ' ημέρα κλινική πράξη, και εφαρμογή του σε σταδιακά αυξανόμενο βαθμό δυσκολίας, περιστατικά. Οι συμμετέχοντες είχαν την ευκαιρία να εφαρμόσουν την τεχνική της τοποθέτησης απομόνωσης και να συζητήσουν με τους ομιλητές τυχόν απορίες και προβληματισμούς πάνω στην απομόνωση.

Το σεμινάριο πραγματοποιήθηκε με την ευγενική χορηγία της εταιρείας Denco Dental την οποία ευχαριστούμε πολύ.

Θερμές ευχαριστίες και στους ομιλητές μας για την αναλυτική, κατατοπιστική και πρακτική τους παρουσία αυτού του σεμιναρίου του ΟΣΠ!

Χατζηχαλεπή Χαρά
οδοντίατρος, Ταμίας ΔΣ ΟΣΠ και
συντονίστρια Επιστημονικής Επιτροπής του ΟΣΠ.

Σεμινάριο Πρακτικής Εκπαίδευσης Οδοντιατρικού Συλλόγου Πειραιώς

«Η ΟΔΟΝΤΙΑΤΡΙΚΗ ΦΩΤΟΓΡΑΦΙΑ ΣΕ ΣΤΑΥΡΟΔΡΟΜΙ»



Με μεγάλη επιτυχία, το Σάββατο 10/2/2024 πραγματοποιήθηκε το πρακτικό σεμινάριο με θέμα «η Οδοντιατρική φωτογραφία σε σταυροδρόμι» από τον Δρ. Γεράσιμο Αγγελόπουλο, Ορθοδοντικό, Επιστημονικό Συνεργάτη της Οδοντιατρικής Σχολής Αθηνών, ΕΚΠΑ.

Στην σύγχρονη εποχή κάθε ιατρείο προσπαθεί ενσωματώσει την οδοντιατρική φωτογραφία ως διαδικασία ρουτίνας και να παρέχει κλινικά σωστές φωτογραφίες ασθενών. Με σωστή εκπαίδευση στις απαιτήσεις και τις τεχνικές της οδοντιατρικής φωτογραφίας και εξοικείωση με τον εξοπλισμό της κάμερας, η κλινική φωτογραφία μπορεί να λαμβάνεται από τον ίδιο οδοντίατρο αλλά ακόμα και από τους βοηθούς του ιατρείου. Επιπρόσθετα τα έξυπνα τηλέφωνα με τα κατάλληλα επικουρικά συστήματα φωτισμού μπορούν να αποδίδουν απόλυτα ικανοποιητικά φωτογραφικά αρχεία ασθενών.

Στο σεμινάριο συζητήθηκαν τρόποι λήψης ενδοστοματικής και εξωστοματικής φωτογραφίας τόσο με την χρήση φωτογραφικής κάμερας όσο και των έξυπνων τηλεφώνων. Δόθηκαν πρακτικές συμβουλές επιλογής εξοπλισμού, τυποποίησης της φωτογραφίας, επιτάχυνσης της ροής εργασίας της φωτογράφισης, αποφυγής συχνών σφαλμάτων, βελτίωσης του επιπέδου άνεσης του ασθενούς και εξειδίκευσης στην οδοντιατρική φωτογραφία.

Στη συνέχεια οι συμμετέχοντες ανά ζευγάρια εφάρμοσαν τεχνικές και τρόπους λήψης οδοντιατρικών φωτογραφιών με φωτογραφική κάμερα και έξυπνου τηλεφώνου.

Ευχαριστούμε θερμά τον κο Γεράσιμο Αγγελόπουλο γι' αυτό το εξαιρετικό σεμινάριο που μας παρείχε στον Οδοντιατρικό Σύλλογο Πειραιώς!

Χατζηχαλεπή Χαρά, οδοντίατρος, Ταμίας ΔΣ ΟΣΠ και συντονίστρια Επιστημονικής Επιτροπής του ΟΣΠ.



ΣΥΝΕΧΙΖΟΜΕΝΗ ΕΠΑΓΓΕΛΜΑΤΙΚΗ ΕΠΙΜΟΡΦΩΣΗ ΟΔΟΝΤΙΑΤΡΩΝ

ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΣΕΜΙΝΑΡΙΟΥ ΕΞ'ΑΠΟΣΤΑΣΕΩΣ ΕΚΠΑΙΔΕΥΣΗΣ **ΙΟΥΝΙΟΥ 2024**
ΟΔΟΝΤΙΑΤΡΙΚΟΣ ΣΥΛΛΟΓΟΣ ΠΕΙΡΑΙΑ
(12^{ος} Κύκλος, Ιανουάριος-Δεκέμβριος 2024)

Χορήγηση 1 Μορίου Επαγγελματικής Επιμόρφωσης Οδοντιάτρων

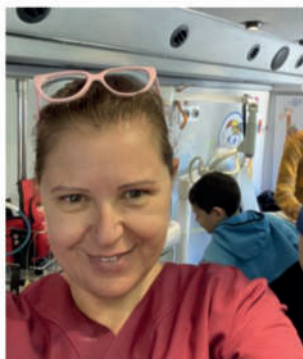
ΔΩΡΕΑΝ ΠΑΡΑΚΟΛΟΥΘΗΣΗ ΜΕΣΩ ΔΙΑΔΙΚΤΥΟΥ

ΜΕ ΤΗΝ ΕΥΓΕΝΙΚΗ ΧΟΡΗΓΙΑ ΤΗΣ Glaxosmithkline

(Για την παρακολούθηση των σεμιναρίων **εάν δεν διαθέτετε κωδικούς** για την πλατφόρμα saba meeting, κάντε εκ των προτέρων αίτηση στο <https://services.akonkorimvos.gr/> κι ακολουθήστε οδηγίες).

Πέμπτη
13/06/2024
20:30-21:30

Δρ. ΜΕΝΕΝΑΚΟΥ ΜΑΡΙΑ ΠΑΙΔΟΔΟΝΤΙΑΤΡΟΣ
**«Χρήση του πρωτοξειδίου του αζώτου στο οδοντιατρείο -
ένας πρακτικός οδηγός»**



Η **Δρ. Μαρία Μενενάκου** είναι ειδικευθείσα στην Παιδοδοντιατρική (Eastman, Rochester, NY) και διδάκτωρ του ΕΚΠΑ. Πολύ πρόσφατα απέκτησε MBA στα Οικονομικά της Υγείας από το Εθνικό και Καποδιστριακό Πανεπιστήμιο Αθηνών. Μιλάει Αγγλικά Γαλλικά και Γερμανικά. Είναι μέλος του ΔΣ της ΕΟΟ, μέλος της Εθνικής Επιτροπής Στοματικής Υγείας, και εταίρος στην Οδοντολυσισ ΟΕ.

Η διαχείριση του πόνου και του άγχους είναι υψίστης σπουδαιότητας στην οδοντιατρική. Ένα ποσοστό της τάξης από 10 έως 30% ενηλίκων και παιδιών μπορεί να έχουν κάποια μορφή φόβου ή άγχους που σχετίζεται με την οδοντιατρική θεραπεία.

Υπάρχουν τεκμηριωμένα αποδεικτικά στοιχεία ότι οι ασθενείς αυτοί θα ωφεληθούν από τη χαλάρωση με πρωτοξείδιο του αζώτου (N₂O) και ότι αυτή η μορφή χαλάρωσης είναι εξαιρετικά ασφαλής και αποτελεσματική στα «χέρια του εκπαιδευμένου οδοντιάτρου».

Η εφαρμογή του N₂O διευρύνεται, καθώς διευρύνεται η εμβέλεια και η πολυπλοκότητα των περιπτώσεων που χρήζουν θεραπευτικής αντιμετώπισης.

Στόχος της παρουσίασης με τίτλο «Χρήση του πρωτοξειδίου του αζώτου στο οδοντιατρείο - ένας πρακτικός οδηγός» είναι να γίνει μια αρχική ενημέρωση των οδοντιάτρων σχετικά με το θέμα αυτό.



Ημερίδα Οδοντιατρικού Συλλόγου Πειραιώς «Σύγχρονες τεχνολογίες στο οδοντιατρείο»

ΣΑΒΒΑΤΟ 1 ΙΟΥΝΙΟΥ 2024

ΡΑΛΛΕΙΟ ΓΥΜΝΑΣΙΟ – Πειραιώς & Επονιτών 21 Πειραιάς

(έναντι Εθνικής Στατιστικής Υπηρεσίας)

ΠΑΡΑΚΟΛΟΥΘΗΣΗ ΔΩΡΕΑΝ

ΧΟΡΗΓΟΥΝΤΑΙ **3** ΜΟΡΙΑ ΕΠΑΓΓΕΛΜΑΤΙΚΗΣ ΕΠΙΜΟΡΦΩΣΗΣ ΟΔΟΝΤΙΑΤΡΩΝ (Μ.Ε.Ε.Ο.)
Στους συμμετέχοντες από άλλο νομό θα αποδοθεί **1** επιπλέον μόριο παρακολούθησης.

Συντονιστές Ημερίδας

Βίλλιας Αριστείδης, Επ. Καθηγητής, Τομέας Προσθετολογίας, Οδοντιατρική Σχολή ΕΚΠΑ

Καλουμένου Βέρα, Γναθολόγος



ΟΜΙΛΗΤΕΣ ΗΜΕΡΙΔΑΣ

- ⇒ **Βίλλιας Αριστείδης**, Επ. Καθηγητής, Τομέας Προσθετολογίας, Οδοντιατρική Σχολή ΕΚΠΑ
- ⇒ **Αποστολάκης Δημήτριος** MSc (DMFRad), MSc (Oral Surg)
- ⇒ **Ραχιώτης Χρήστος** Αναπληρωτής Καθηγητής, Εργαστήριο Οδοντικής Χειρουργικής, Οδοντιατρική Σχολή ΕΚΠΑ
- ⇒ **Σέργης Κωνσταντίνος**, Προσθετολόγος – Οδοντίατρος DDS(Athens), MClinDent Pros(Edinburgh)
- ⇒ **Χατζηχαλεπλή Χαρά**, Στοματική Χειρουργός, (MSc Παθολογίας Στόματος), Οδοντιατρική Σχολή ΕΚΠΑ



Για τη Βόρεια Ήπειρο



Αφορμή για να γραφτεί αυτό το άρθρο στάθηκε η δίκη του εκλεγμένου δημάρχου Χειμάρας Φρέντυ Μπελέρη. Μια δίκη που έχει πολλά κοινά με τη δίκη του Κάφκα και όλα αυτά από το ασύδοτο κράτος της Αλβανίας.

Η Βόρεια Ήπειρος είναι μια και ενιαία. Ιστορικά στο Αλβανικό κράτος ουδέποτε αναφέρεται στα ανατολικά περιοχή με το όνομα Ήπειρος. Το όνομά της σημαίνει άπειρος = απέραντη. Κατοικείται από τους προϊστορικούς ακόμα χρόνους από αυτόνομα πελασγικά φύλα όπως και η υπόλοιπη Ελλάδα. Αργότερα θα κατοικηθεί και από Δωρικά και Ιωνικά φύλα.

Ο μύθος λέει ότι την αποίκισαν κάτοικοι της Βοιωτίας με γενάρχη τον Ιλλύριο, γιο του Κάδμου και της Αρμονίας. Εξ ου και το όνομα που θα τους δοθεί – Ιλλυρία. Το κράτος της Ιλλυρίας θα ενσωματωθεί από τους Ρωμαίους τον 3ο αιώνα και οι κάτοικοι θα συμπλεύσουν έκτοτε με τη Ρωμαϊκή Αυτοκρατορία. Όσο για τους Αλβανούς, οι οποίοι θα κατοικήσουν αργότερα την Αλβανία, το Κόσσοβο και άλλες βαλκανικές περιοχές όπως τα Σκόπια και η Βοσνία - Ερζεγοβίνη, θα έρθουν με τους Ούννους στα μέσα του 5ου αιώνα μ.Χ. Νωρίτερα, το 69-65 π.Χ. οι Αλβανοί θα πολεμήσουν κατά των Ρωμαίων των οποίων ηγείται ο στρατηγός Λούκουλλος και ο Πομπήιος.

Όσο για το όνομα Αλανοί-Αλβανοί, μεταφράζεται ως οι περιτριγυρίζοντες. Ζουν σε μικρές κοινωνίες και ομιλούν πάνω από είκοσι διαλέκτους. Πιστεύουν στον Ήλιο, τη Σελήνη, το Δία κ.α. Οι Αλανοί-Αλβανοί φημίζονται για την κορμιοστασιά τους αλλά και την κλίση τους στις πολεμικές τέχνες γι' αυτό θα υπάρξουν πολύ καλοί μισθοφόροι, πρώτα στους Ρωμαίους, μετά στους Βυζαντινούς και τελευταία στους Οθωμανούς.

Κάτω από την Οθωμανική Αυτοκρατορία, προκειμένου να μη στερούνται προνομίων, θα ασπαστούν το ισλαμικό δόγμα. Κάποιες ομάδες που επιμένουν στην Ορθοδοξία θα φύγουν και θα αποικήσουν την Καλαβρία και τη Σικελία. Χωρίς δικό τους κράτος οι Αλβανοί και ως μισθοφόροι δεν δημιουργούν ούτε πολιτισμό ούτε γραπτή γλώσσα. Γραπτή γλώσσα θα αποκτήσουν μόλις πριν έναν αιώνα με στοιχεία από τη Λατινική και την Ελληνική γλώσσα.

Η σημερινή Αλβανία εκτός από τους Βορειοηπειρώτες Έλληνες, κατοικείται από Τούρκους, Ιταλούς, Λογγοβάρδους, Σλάβους και άλλους. Όλες οι ανασκαφές που γίνονται τα τελευταία χρόνια όλες οι επιγραφές

είναι γραμμένες στα Ελληνικά με ελάχιστες εξαιρέσεις, το ίδιο και οι πόλεις (Βουθρωτό, Αντιγόνη, Επίδαμνος, Αντιλάτρη, Απολλωνία, Βύλλιδα, Αστάκη, Αμανδία, Χίμαιρα, Πάνορμος, Φινίκη, Ογχησμός, Αδριανούπολη, Δρυουνούπολη, Νυμφαίο κ.α.). Ελληνικές πόλεις γεμάτες από αρχαία μνημεία αφιερωμένα στη Δήμητρα, τον Ερμή, τον Απόλλωνα, τον Δωδωναίο Δία, την Αθηνά και άλλους, που όλα μαζί μαρτυρούν την έντονη παρουσία του Ελληνισμού για τρεις χιλιετίες.

Οι Τούρκοι θα προσπαθήσουν να εξισλαμίσουν βίαια τους ορθόδοξους Αλβανούς και Έλληνες, με πρώτη γενναία αντίσταση κατά της Οθωμανικής λαίλαπας της οποίας ηγείται ο Έλληνας Γεώργιος Καστριώτης μετονομαζόμενος και ως Σκερντέμπεης (Αλέξανδρος) τον οποίο οι Αλβανοί διεκδικούν ως δικό τους ήρωα.

Και σε τούτα τα άγια μέρη, όπως και στην υπόλοιπη Ελλάδα, η Ορθόδοξη Εκκλησία θα αντισταθεί με όπλο της την πίστη, το εκκλησιαστικό που γίνεται στα Ελληνικά, να μην αλλοτριωθεί ο Ελληνισμός ούτε να χαθεί η γλώσσα του. Στα τέλη του 19ου αιώνα ο Πατροκοσμάς ο Αιτωλός, εθνομάρτυρας και άγιος του Ελληνισμού, θα επισκεφθεί και την τουρκοκρατούμενη Βόρεια Ήπειρο, θα χτίσει σχολεία και θα τους μιλάει για το ποθούμενο από αιώνες σκλαβωμένο έθνος για την ελευθερία τους γένους. Γίνεται επικίνδυνος, θα συλληφθεί από τους Τούρκους και θα τον απαγχονίσουν το 1779. Μόνο που ο σπόρος που έσπειρε ανθίζει και καρπίζει τα επόμενα χρόνια.

Το 1912-1913 με τους βαλκανικούς πολέμους ο ελληνικός στρατός ελευθερώνει και τη Β. Ήπειρο και σηκώνει την Ελληνική σημαία στην Κορυτσά. Το ίδιο θα γίνει και το 1940, μόνο που τα συμφέροντα μεγαλύτερων δυνάμεων, όπως η Αυστρία και η Ιταλία, την θέλουν δικό τους προτεκτοράτο και με το έτσι θέλω θα δημιουργήσουν εκ του μηδενός το Αλβανικό κράτος και για τη βιωσιμότητα του θα ενσωματώσουν και την Ελληνική Βόρειο Ήπειρο.

Το 1914 οι Βορειοηπειρώτες Έλληνες ξεσηκώνονται στο Αργυρόκαστρο και ζητούν αυτονομία και ορκίζονται στη δική τους κυβέρνηση. Με τη Συνθήκη της Κέρκυρας που θα ακολουθήσει οι Έλληνες της Β. Ηπείρου αποκτούν μειονοτικά δικαιώματα, μόνο που αυτά καταστρατηγούνται από το αλβανικό καθεστώς.

Στο Β Παγκόσμιο Πόλεμο η εξόριστη ελληνική κυβέρνηση στη Μ. Ανατολή της οποίας ηγείται ο Παναγιώτης Κανελλόπουλος απαιτεί από τον Υπουργό Εξωτερικών της Αγγλίας Ίντεν για τη θυσία των Ελλήνων στον πόλεμο, μετά την ήττα του άξονα, Κύπρος,

Δωδεκάνησα και Β. Ήπειρος να ενωθούν με την Ελλάδα. Θα μεσολαβήσει ο εμφύλιος κι εκεί που μας υποσχέθηκαν και μας χρωστούσαν μας πήραν και το βόδι. Θα μας δοθούν μόνο τα Δωδεκάνησα κι αυτά με παρέμβαση του Στάλιν. Η Αγγλία ήθελε να τα παραχωρήσει στην Τουρκία. Η Κύπρος παραμένει Βρετανική βάση και η Β. Ήπειρος καταδικάζεται να ενσωματωθεί στην Αλβανία.

Στα χρόνια που θα ακολουθήσουν με τη δικτατορία του Χότζα, ο ελληνισμός της Ηπείρου θα υποστεί τα πάνδεινα χωρίς το ελληνικό κράτος να μπορεί να αν-

γαρίας θα φτάνει στην Κωνσταντινούπολη και τα Αλβανόπουλα θα σπουδάζουν δωρεάν σε τουρκικά πανεπιστήμια. Και για το σκοπό αυτό επενδύει χτίζοντας στην Αλβανία σχολεία και νοσοκομεία αλλά και λιμάνια και στρατιωτικές βάσεις.

Το σχέδιο του Οζάλ συνεχίζει ακάθεκτος και ο Ερντογάν, ο οποίος θέλει να γίνει χαλίφης όλου του ισλαμικού κόσμου. Στο σχέδιο αυτό, απ' ό,τι φαίνεται, αντιστέκονται Γερμανία και Ιταλία οι οποίες δεν επιθυμούν η Τουρκία μέσω της Αλβανίας να εισέλθει στη Ευρώπη. Φυσικά η Αλβανία εισήρθε στην ατλαντική

Η Βόρεια Ήπειρος είναι μια και ενιαία.

Ιστορικά στο Αλβανικό κράτος ουδέποτε αναφέρεται στα ανατολικά περιοχή με το όνομα Ήπειρος. Το όνομά της σημαίνει άπειρος = απέραντη. Κατοικείται από τους προϊστορικούς ακόμα χρόνους από αυτόνομα πελασγικά φύλα όπως και η υπόλοιπη Ελλάδα.

Αργότερα θα κατοικηθεί και από Δωρικά και Ιωνικά φύλα.

Ο μύθος λέει ότι την αποίκησαν κάτοικοι της Βοιωτίας με γενάρχη τον Ιλλύριο, γιο του Κάδμου και της Αρμονίας. Εξ ου και το όνομα που θα τους δοθεί – Ιλλυρία. Το κράτος της Ιλλυρίας θα ενσωματωθεί από τους Ρωμαίους τον 3ο αιώνα και οι κάτοικοι θα συμπλεύσουν έκτοτε με τη Ρωμαϊκή Αυτοκρατορία.

Όσο για τους Αλβανούς, οι οποίοι θα κατοικήσουν αργότερα την Αλβανία, το Κόσσοβο και άλλες βαλκανικές περιοχές όπως τα Σκόπια και η Βοσνία - Ερζεγοβίνη, θα έρθουν με τους Ούννους στα μέσα του 5ου αιώνα μ.Χ. Νωρίτερα, το 69-65 π.Χ. οι Αλβανοί θα πολεμήσουν κατά των Ρωμαίων των οποίων ηγείται ο στρατηγός Λούκουλλος και ο Πομπήιος.

τιδράσει. Με την πτώση του υπαρκτού σοσιαλισμού το 1989 το Αλβανικό κράτος γίνεται φιλελεύθερο όπως και τα υπόλοιπα κράτη της πρώην Σοβιετικής Ένωσης.

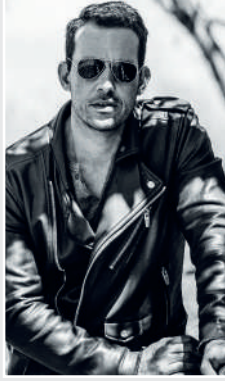
Η μικρή Ελλάδα θα απορροφήσει δύο εκατομμύρια Αλβανούς οικονομικούς μετανάστες οι οποίοι με τα εμβάσματα πλουτίζουν την τριτοκοσμική Αλβανία. Ο λαός λέει «Στην αναμπουμπούλα ο λύκος χαίρεται» και η Τουρκία του Οζάλ ονειρεύεται τη μεγάλη Αλβανία και το ισλαμικό Τουρκικό τόξο που θα ενώνει την Τουρκία και μέσω των Βαλκανίων φτάνει στην Αλβανία και την Αδριατική θάλασσα. Η Εγνατία οδός θα αρχίζει από το Δυρράχιο και μέσω Σκοπίων και Βουλ-

συμμαχία και δεν ξέρουμε τα σχέδια που έχουν γι' αυτήν οι Η.Π.Α.

Τα προσεχή χρόνια τόσο η Αλβανία όσο και άλλες χώρες των Βαλκανίων θα ενταχθούν στην Ε.Ε. κι αυτό μόνο μπορεί να αποκόψει τα σχέδια της Τουρκίας, κι αυτό φυσικά αν η Ευρώπη συνεχίζει να υπάρχει ενωμένη αλλά και με ευρωπαϊκά σύνορα.

«Έλληνες εισίν Ηπειρώται καλούμενοι, άχρως Επιδάμνου πόλεως ήτις επιθαλαττία οικείται» (Προκόπιος). Και συνεχίζει ο Κλαύδιος Πτολεμαίος (2ος αι. μ.Χ.) «Αρχέγονος Ελλάς Ήπειρος», και με τον Αριστοτέλη να χαρακτηρίζει την Ήπειρο «Ελλάδα των αρχαίων».

Δημήτρης Μαυραειδόπουλος



Γράφει ο
ΘΩΜΑΣ ΠΑΝΔΗΣ*

Ο Θωμάς Πανδής γεννήθηκε το 1985 στην Κέρκυρα. Είναι Αριστούχος απόφοιτος της Ανωτέρας Σχολής Δραματικής Τέχνης Κάλβου - Καλαμπόκη "Αθηναϊκή Σκηνή" (με καθηγητές τους Ν. Χαραλάμπους, Γ. Ιορδανίδης, Σ. Αθηναίος, Κ. Ιμπροχώρη,

Θ. Κάλβος, Μ. Καλαμπόκης, Χ. Βασιλοπούλου, Μ. Θεοδωράκη, Α. Βουτζουράκη, Δ. Κουτσιαμπασάκος, Ν. Βουτενιώτης, Ε. Μπούντρη κ.α.) [Με έγκριση εισαγωγής και διπλωματικών από το Υπουργείο Πολιτισμού] Έχει παρακολουθήσει σεμινάρια Θεάτρου στην Αθηναϊκή Σκηνή με τους Ν. Χαραλάμπους, Δέσποινα Μπεμπεδέλη, Εύα Κοταμανίδου, Μαρία Χορς, Ισίδωρος Σιδέρης, Διαγόρας Χρονόπουλος, Ερρίκος Μπελιές, Κωστής Κολώτας, Γιώργος Ζιάκας, Ροδή Στεφανίδου αλλά και Σεμινάριο Αριστοφανικού Τραγουδιού με τη Μάρω Θεοδωράκη. Ακόμα σεμινάριο μουσικοκινητικών-βιωμάτων και παραδοσιακών χορών στη Σχολή χορού της Παναγιώτας Τσεκούρα. Έχει παρακολουθήσει Master class Αρχαίου Δράματος με εισηγητές: Ν.Χαραλάμπους, Δ.Μπεμπεδέλη και μαθήματα Ελληνικών χορών με τη Χρυσούλα Τζαρδή. Ακόμα έχει κάνει μαθήματα Μεταγλώττισης και Σπικάζ στην Αθηναϊκή Σκηνή και Ορθοφωνία Ωδείο Bolero Θεσσαλονίκης. Τέλος, Μαθήματα Υποκριτικής με το Χρήστο Παπαστεργίου. Παρακολούθηση Μαθημάτων Θεάτρου στο Μικρό Λαϊκό Πανεπιστήμιο, (Διαπολιτιστικό Κέντρο Επιμόρφωσης & Επικοινωνίας). Φωνητική Ιόνιο Ωδείο Κέρκυρας. Θεωρία - Αρμονία Ιόνιο Ωδείο Κέρκυρας. Κλασικό Αρμόνιο Ιόνιο Ωδείο Κέρκυρας. Υπήρξε Μουσικός παραγωγός ραδιοφωνικής εκπομπής σε τοπικό ραδιοφωνικό σταθμό της Κέρκυρας και είναι κάτοχος διπλώματος ECDL.

Το κάπνισμα μέσα από τα μάτια ενός ηθοποιού

Η καπνοβιομηχανία έχει προχωρήσει πολύ από το 1860, φτάνοντας στο αποκορύφωμά της κατά τον Α' Παγκόσμιο Πόλεμο, όπου η χρήση των τσιγάρων εξεργάγη και τα τσιγάρα ονομάζονται πλέον στρατιώτες καπνού.

Πριν από τον Πρώτο Παγκόσμιο Πόλεμο, το γυναικείο κάπνισμα συνδέθηκε με τα χαλαρά ήθη των ιεροδούλων και των περιθωριοποιημένων επαναστατημένων γυναικών.

Οι Ολλανδοί επιχειρηματίες που ανέλαβαν την καπνοβιομηχανία το 1921 ανέτρεψαν με επιτυχία αυτόν τον μύθο της δεκαετίας του 1920 και του 1930, συνδέοντας το κάπνισμα με το γυναικείο απελευθερωτικό κίνημα και χρησιμοποιώντας το τσιγάρο ως ανεξάρτητο σύμβολό τους.

Όταν αναφέρουμε τη δεκαετία του '20, αυτό που οι περισσότεροι έχουν στο μυαλό τους είναι ότι οι γυναίκες σε garson style, οι οποίες αρχίζουν να γίνονται ανεξάρτητες. Ήταν η περίοδος που τα αυτοαποκαλούμενα flapper girls ζούσαν τεταμένη και προκλητική ζωή και οι γυναίκες κάπνιζαν έχοντας πλέον σεξουαλική ελευθερία και δικαίωμα να ψηφίζουν. Οι γυναικείοι χαρακτήρες στο Σινεμά κυριαρχούν, αλλά η αλήθεια είναι ότι το κοινό χαρακτηριστικό των θανατηφόρων γυναικών (femme fatales) είναι ότι τις βλέπουμε συχνά να καπνίζουν.

Τα χρόνια πέρασαν και οι περισσότεροι αστέρες της θόνης έπαιρναν 3.000 δολάρια για να καπνίζουν στην προσωπική τους ζωή και στις δημόσιες εμφανίσεις τους. Ως αποτέλεσμα, οι περισσότεροι από αυτούς εισέρχονται στο συλλογικό υποσυνείδητο ως καπνιστές και το κάπνισμα ως συνήθεια γίνεται πάθος, αυτοκαταστροφικό, αλλά όμορφο sex symbol θηλυκότητας, επανάστασης, ονειροπόλησης και συντροφικότητας με το τσιγάρο να γίνεται σύμβολο του Γαλλικού Νέου Κύματος (La Nouvelle Vague).

Όλοι έχουμε παιδικές αναμνήσεις, από εκείνες που καταγράφηκαν τόσο χωρίς στη μνήμη μας που όταν τις ανακαλούμε αναρωτιόμαστε αν υπήρξαν πραγματικότητα ή όνειρο. Μία τέτοια, πολύ έντονη για μένα είναι εκείνες οι μεγάλες διαφημιστικές πινακίδες με τις περσίδες που ανάλογα με την κλίση τους εναλλάσσονταν δύο προϊόντα. Εκείνο που δεν ξεχνάω είναι μια διαφήμιση τσιγάρων slim με μία γυναικεία πλάτη.

Υπήρξε λοιπόν μια εποχή, που σίγουρα δεν ήταν όνειρο, όπου τα τσιγάρα διαφημιζόνταν στο δρόμο, στην τηλεόραση, στον Τύπο. Το να καπνίζει ο πρωταγωνιστής ή η πρωταγωνίστρια μίας ταινίας δεν ήταν έκπληξη, ήταν δεδομένο και πρόσδιε πάντα κάτι στο χαρακτηριστικό. Από τα άφιλτρα του Humphrey Bogart στην "Casablanca",

μέχρι τη μακριά πίπα τσιγάρου της Τζένης Καρέζη, το τσιγάρο πρωταγωνιστούσε μάλλον ισάξια με τους ηθοποιούς – αν όχι περισσότερο. Για παράδειγμα η ανακοίνωση της εγκυμοσύνης της Lula (Laura Dern) στο "Wild at heart" του David Lynch δεν θα ήταν η ίδια αν ο Sailor (Nicolas Cage) δεν άναβε και κάπνιζε ταυτόχρονα δύο τσιγάρα. Η Marla (Helena Bonham Carter) του "Fight Club" δεν θα ήταν το ίδιο εμβληματική αν ο καπνός δεν έβγαине από το στόμα της σαν μια ψυχή που εγκαταλείπει το σώμα.

Η πρώτη αντίδραση της επιστημονικής κοινότητας στους κινδύνους του καπνίσματος θα ερχόταν στα μέσα της

δεκαετίας του 1960, όπου βλέπουμε την Brigitte Bardot και τον Jean-Paul Belmondo να καπνίζουν. Το ερώτημα παραμένει. Μπορεί ο James Dean με το τσιγάρο στο στόμα και τη σκανταλιάρικη ματιά να σε πείσει να αρχίσεις το κάπνισμα;

Μπροστά στην αυξανόμενη επικράτηση του καπνού καθημερινά, οι μεγάλοι της Έβδομης Τέχνης δεν είναι αδιάφοροι, ο Γκρέγκορι Πεκ, ο Ζαν Πολ Μπελμοντό, η Μπριζίτ Μπαρντό, η Ρίτα Χέιγουορθ, ο Τσάρλι Τσάπελ Λιν, η Μαρλέν Ντίτριχ. Όσοι αρχίζουν να κινηματογραφούνται θα θυμούνται τις εικόνες αυτών των ανθρώπων για να καταλάβουν τη δύναμη του καπνού και πόσο εύκολα εισάγεται στη ζωή μας και μας επιβάλλεται. Η Sharon Stone και η Kim Basinger, τώρα, απλώς επιβεβαιώνουν εκείνες τις θέσεις που συνδέουν το τσιγάρο με τον αχαλίνωτο ηδονισμό, που ταιριάζουν να αναπαρασταθούν και να εκφραστούν μέσα από τοπία κινησιολογίας, στυλ, καπνού. Σύμμαχοι για να αποκομίσουν κέρδη και να καθιερωθούν ως διαμορφωτές των μη προνομιούχων η κοινή γνώμη, η οποία χρειάζεται και εξακολουθεί να χρειάζεται τα πιο λαμπρά και γνωστά πρόσωπα για να αποκαταστήσει ξανά τις απαραίτητες γραμμές επικοινωνίας. Οι εταιρείες παραγωγής έτοιμες τσιγάρων ακολούθησαν την τακτική της προβολής μέσω προσωπικτήτων από το χώρο του θεάματος. Οι τελευταίοι, δεχόμενοι ως αντάλλαγμα τα υψηλά ποσά, θα ενδώσουν και μόνο κατά τις αρχές του 21ου αιώνα, η διαφήμιση θα διακόψει την πρακτική της αυτή.

Τουλάχιστον μέχρι τη δεκαετία του '70, η σχέση του τσιγάρου με τους θρύλους του κινηματογράφου ήταν αμοιβαία επωφελής. Η καπνοβιομηχανία αποκτά πολύτιμη προβολή όταν τα προϊόντα της εμφανίζονται στα εντυπωσιακά και περιζήτητα χείλη και από την άλλη, τα αστέρια φαίνονται δροσερά και ερωτικά μέσα από το σύννεφο καπνού. Τα πακέτα τσιγάρων της εποχής, τα χρυσά φίλτρα και τα υπέροχα χρωματιστά κουτιά των τσιγάρων σε στυλ Αρ Νουβό (στα γαλλικά Art Nouveau, σημαίνει Νέα Τέχνη) που απεικονίζουν βασιλικές κυρίες της Ανατολής, δημιούργησαν έναν θρύλο που ταίριαζε απόλυτα στην ατμόσφαιρα του Μεσοπολέμου και προωθήθηκε από την καπνοβιομηχανία.

Από τη δεκαετία του '80, τα πράγματα θα αλλάξουν καθώς οι άνθρωποι έχουν πλέον συνειδητοποιήσει τους κινδύνους του καπνίσματος. Τότε το Χόλιγουντ αναγκάστηκε να συμμορφωθεί, οπότε ο ήρωας των ταινιών απλώς κάπνιζε για ιστορικούς λόγους. Όλοι έχουμε παιδικές αναμνήσεις, από εκείνες που καταγράφηκαν τόσο νωρίς στη μνήμη μας που όταν τις ανακαλούμε αναρωτιόμαστε αν υπήρξαν πραγματικότητα ή όνειρο. Μία τέτοια, πολύ έντονη για μένα είναι εκείνες οι μεγάλες διαφημιστικές πινακίδες με τις περσίδες που ανάλογα με την κλίση τους εναλλάσσονταν δύο προϊόντα. Εκείνο που δεν ξεχνάω είναι μια διαφήμιση τσιγάρων slim με μία γυναίκα πλάτη.

Υπήρξε λοιπόν μια εποχή, που σίγουρα δεν ήταν όνειρο, όπου τα τσιγάρα διαφημιζόνταν στο δρόμο, στην τηλεόραση, στον Τύπο. Το να καπνίζει ο πρωταγωνιστής ή η πρωταγωνίστρια μίας ταινίας δεν ήταν έκπληξη, ήταν δεδομένο και πρόσδιδε πάντα κάτι στο χαρακτήρα. Από τα άφιλτρα του Humphrey Bogart στην “Casablanca”, μέχρι τη μακριά πίπα τσιγάρου της Τζένης Καρέζι, το τσιγάρο πρωταγωνιστούσε μάλλον ισάξια με τους ηθοποιούς – αν όχι περισσότερο. Για παράδειγμα η ανακάλυψη της εγκυμοσύνης της Lula (Laura Dern) στο “Wild at heart” του David Lynch δεν θα ήταν η ίδια αν ο Sailor (Nicolas Cage) δεν άναβε και κάπνιζε ταυτόχρονα δύο τσιγάρα. Η Marla (Helena Bonham Carter) του “Fight Club” δεν θα ήταν το ίδιο εμβληματική αν ο καπνός δεν έβγαине από το στόμα της σαν μια ψυχή που εγκαταλείπει το σώμα.

Ήδη από το 2002 διεθνείς υγειονομικές αρχές αλλά και εισαγγελείς είχαν εισηγηθεί πως το κάπνισμα επί της οθόνης μπορεί να ωθήσει τους νέους να ξεκινήσουν να καπνίζουν και οι ίδιοι. Σύμφωνα με έρευνα του Surgeon General, αν η έκθεση στο κάπνισμα σε ταινίες και σειρές συνεχίζονταν με τους ρυθμούς εκείνης της εποχής, 5,6 εκατομμύρια νέοι αναμένονταν να πεθάνουν από ασθένειες που σχετίζονται με το κάπνισμα το χρόνο.

Παρά τις αρχικές της αντιστάσεις, η Motion Picture Association (δηλαδή το συνδικάτο των 6 μεγαλύτερων studio της Αμερικής, Warner Bros, Universal, Disney, Sony, Netflix και Paramount, το οποίο και διαχειρίζεται το rating των ταινιών) το 2007 αποδέχτηκε την anti – smoking πολιτική στο Hollywood συμπεριλαμβάνοντας σταδιακά όλες τις πιθανές απεικονίσεις του καπνίσματος ως παράγοντα rating PG ή PG-13 για όλες τις ταινίες. Ας κάνουμε όμως ένα rewind. Η κουλτούρα του καπνίσματος ή της διακοπής του ως μια βλαβερή για τον ανθρώπινο οργανισμό συνήθεια υπήρξε κομμάτι της μυθοπλασίας πολύ πριν τους επίσημους κανόνες. Ο εθισμός του Chandler στο κάπνισμα αποτελεί βασικό στοιχείο του χαρακτήρα του που επανέρχεται τακτικά στο Friends και οι αντιδράσεις όλης της παρέας, αλλά και συγκεκριμένα της Monica όχι μόνο όταν έχει καπνίσει ο Chandler, αλλά και όταν για παράδειγμα η Rachel έχει αναγκαστεί να “καπνίσει” για να κάνει fit in στη νέα της δουλειά είναι εκφράσεις αηδίας, θυμός και απόρριψη. Παράλληλα, η πλέον εμβληματική Carrie Bradshaw κάπνιζε αρειμανίως στις πρώτες σεζόν του Sex and The City, αλλά καταφέρνει καλυμμένη με τσιρότα νικωτίνης να εγκαταλείψει τα αγαπημένα της Marlboro Lights την τρίτη σεζόν έπειτα από παρότρυνση του Aidan, ο οποίος δεν άντεχε την απαίσια κι επικίνδυνη συνήθεια της. Μάλιστα το Sex & The City κέρδισε το βραβείο PRISM το 2001 για την ακριβή απεικόνιση του εθισμού στη νικωτίνη. Η Carrie “ξανακυλάει” όταν βρίσκεται στο Παρίσι, όπου “όλοι καπνίζουν”. Το τότε αγόρι της, Aleksandr Petrovsky, όταν τη βλέπει να καπνίζει της λέει “I like the smoking. It’s sexy” κι εκείνη του απαντά ειρωνικά “It’s killing me!”. Επίσης, στα νέα επεισόδια του reboot της σειράς “And Just Like That”, την βλέπουμε να έχει υιοθετήσει και πάλι την συνήθεια μετά τον θάνατο του Big.

(Συνέχεια στο επόμενο)

Τελετή κοπής της πρωτοχρονιάτικης πίτας του Ιατρικού Συλλόγου Πειραιά

Με τη μεγαλύτερη προσέλευση από ποτέ άλλοτε πραγματοποιήθηκε η τελετή κοπής της πρωτοχρονιάτικης πίτας του Ιατρικού Συλλόγου Πειραιά στο "Salty" του Ναυτικού Αθλητικού Συνδέσμου στο Μικρολίμανο. Εκπρόσωποι της Κυβέρνησης, βουλευτές, στελέχη της Περιφερειακής και της Τοπικής Αυτοδιοίκησης, εκπρόσωποι Ιατρικών Συλλόγων, εκατοντάδες ιατροί - μέλη του ΙΣΠ, εκπρόσωποι φορέων και δημοσιογράφοι παρευρέθηκαν σε μια εκδήλωση, η οποία χαρακτηρίζεται ως μία από τις σημαντικότερες για την κοινωνική ζωή του Πειραιά.



Τον Πρωθυπουργό και Πρόεδρο της Νέας Δημοκρατίας κ. Κυριάκο Μητσοτάκη εκπροσώπησε ο Σύμβουλος του επί θεμάτων Υγείας, υποψήφιος Ευρωβουλευτής και πρώην αναπληρωτής Υπουργός κ. Βασίλης Κοντοζαμάνης.

Ισχυρή ήταν και η παρουσία στελεχών της Κυβέρνησης. Στην πρόσκληση του Ιατρικού Συλλόγου Πειραιά ανταποκρίθηκαν η Υπουργός Εργασίας και Κοινωνικής Ασφάλισης κ. Δόμνα Μιχαλίδου, ο Υφυπουργός Εργασίας κ. Βασίλης Σπανάκης και η Γενική Γραμματέας του Υπουργείου Υγείας, αρμόδια για τη Δημόσια Υγεία κ. Φωφώ Καλύβα.

Τη Βουλή των Ελλήνων εκπροσώπησαν οι βουλευτές κ.κ. Νικόλαος Βλαχάκος, Γεώργιος Βρεττάκος, Κωνσταντίνος Κατσαφάδος, Μιχαήλ Λιβανός, Δημήτριος Μαρκόπουλος, Κατερίνα Μονογυιού, καθώς και ο αρχαιότερος εν ενεργεία κοινοβουλευτικός κ. Ιωάννης Τραγάκης.

Παρόντες ήταν επίσης οι πρώην βουλευτές κ.κ. Νικόλαος Μανωλάκος και Ιωάννης Μελάς.



Από την Περιφέρεια Αττικής συμμετείχαν η Αντιπεριφερειάρχης Πειραιώς κ. Σταυρούλα Αντωνάκου, ο Αντιπεριφερειάρχης Υγείας Αττικής Δρ. Θάνος Ασκητής και οι Περιφερειακοί Σύμβουλοι κ.κ. Σταύρος Βοϊδονικόλας και Ευγενία Μπαρμπαγιάννη.

Παρέστησαν επίσης, ο Γενικός Γραμματέας του Δήμου Πειραιά κ. Βασίλης Ταταρόπουλος, οι Αντιδήμαρχοι κ.κ. Αθηνά Γλύκα-Χαρβαλάκου, Αλέξανδρος Καμαράτος, Αντωνία Καρακατσάνη, Δημήτρης Καρύδης, Τάσος Μαρκαργιάν, Κυριακή Μπουρδάκου, Παναγιώτης Ρέππας, καθώς και οι Δημοτικοί Σύμβουλοι κ.κ. Γιώργος Βίτσας, Άννα Καψή, Άγγελος Μπουλντούμης και Αλέκα Τουμαζάτου.

Από τον Δήμο Νίκαιας – Αγίου Ιωάννη Ρέντη παρευρέθηκαν ο Δήμαρχος κ. Κώστας Μαραγκάκης και ο Αντιδήμαρχος κ. Κώστας Αρβανίτης, ενώ από το Δήμο Περάματος, ο Δήμαρχος κ. Γιάννης Λαγουδάκος και ο Αντιδήμαρχος κ. Παναγιώτης Μαυρέας.

Ο ιατρικός κόσμος συμμετείχε μαζικά στην εκδήλωση, όχι μόνο με φυσική παρουσία, αλλά και με την ύψιστη δυνατή θεσμική εκπροσώπηση του.

Παρόντες ήταν οι Πρόεδροι του Πανελληνίου Ιατρικού Συλλόγου κ. Αθανάσιος Εξαδάκτυλος, του Ιατρικού Συλλόγου Αθηνών κ. Γιώργος Πατούλης και του Ιατρικού Συλλόγου Κέρκυρας κ. Δημήτρης Καλούδης. Τον Οδοντιατρικό Σύλλογο Πειραιά εκπροσώπησαν ο Πρόεδρος κ. Μιχάλης Αγρανιώτης και το μέλος του δ.σ. κ. Μαρία Αγραπίδου. Προσήλθαν επιπροσθέτως, ο Υποδιοικητής της 2ης ΔΥΠΕ Πειραιώς & Νήσων κ. Περικλής Αλεβίζος, ο Διοικητής του Αντικαρκινικού Νοσοκομείου Πειραιά "Μεταξά" κ. Σαράντος Ευσταθόπουλος και ο Διοικητής του Γενικού Κρατικού Νοσοκομείου Νίκαιας κ. Ανδρέας Πλεμμένος.

Τους παραγωγικούς φορείς εκπροσώπησαν ο Πρόεδρος του Εμπορικού Βιομηχανικού Επιμελητηρίου Πειραιώς κ. Βασίλης Κορκίδης και ο Γ.Γ. του ΕΒΕΠ κ. Δημήτρης Μαρκομιχάλης. Παρευρέθηκε επίσης ο Πρόεδρος του Δικηγορικού Συλλόγου Πειραιώς κ. Ηλίας Κλάππας. Πρόληψη και διασφάλιση της Δημόσιας Υγείας το βασικό μήνυμα του Ιατρικού Συλλόγου Πειραιά.



Στροβιλίζοντας την ζωή

Η μαγευτική παράσταση που ταξιδεύει τους θεατές της στα βάθη της ανθρώπινης ψυχής και της τέχνης του χορού, το «Στροβιλίζοντας την ζωή» του Χρήστου Αρφάνη και της Μαρίας Αγραπίδου είναι ένα έργο που αγγίζει τις καρδιές και τις σκέψεις.

Η παράσταση – ύμνος στη ζωή και τις ανεξάντλητες δυνατότητές της, παρουσιάστηκε την Παρασκευή 12 Απριλίου 2024 και ώρα 11:15, στην αίθουσα πολλαπλών χρήσεων του 1ου ΕΠΑΛ Σιβιτανιδείου, σε σκηνοθεσία Χρήστου Αρφάνη με τους Εύη Ασλάνογλου, Μαρία Αυλωνίτου, Άγγελο Γιαλιαδάκη, την Μαρία Αγραπίδου στην αφήγηση. Φιλική Συμμετοχή: Κωνσταντίνος Μενούκος.

Το τραγούδι Αγκαλιά Αγάπης (Ο Ύμνος της Αγάπης) σε στίχους Μαρίας Αγραπίδου και τα μουσικά κομμάτια από το άλμπουμ Crystal Child του Harry Giann, συνόδευσαν την παράσταση, προσθέτοντας μια ακόμη διάσταση στην ήδη πλούσια ατμόσφαιρα.

Μετά το τέλος της, ακολούθησε συνομιλία με τις μαθήτριες και τους μαθητές από την Κυρία Ζωή Γερούλιανου, πρόεδρο του Κέντρου «Σκύλοι Οδηγοί Ελλάδας» η οποία έκανε ενημέρωση τους αναφορικά σε σχέση την προσβασιμότητα προϊόντων και υπηρεσιών για άτομα με αναπηρία.

«Greece I'm coming home»

Το δρώμενο «Greece I'm coming home»: Ελλάδα, έρχομαι σπίτι» από ένα θεατρικό κείμενο που έγραψε η Μαρία Αγραπίδου και ο Χρήστος Αρφάνης, παρουσιάστηκε με απόδοση και στην νοηματική σε εκδήλωση του Δήμου Ηλιούπολης με αφορμή την Επιστροφή των Γλυπτών του Παρθενώνα, που έλαβε χώρα στο Μουσείο Εθνικής Αντίστασης της Πόλης στις 18 Απριλίου 2024.



Η εκδήλωση συνέπεσε μαζί με την Παγκόσμια Ημέρα Μνημείων και Τοποθεσιών, επίσης γνωστή ως Παγκόσμια Ημέρα Κληρονομιάς.

Την σκηνοθεσία ανέλαβε ο Χρήστος Αρφάνης. Το Make Up – Body Paint ανέλαβαν οι Δέσποινα Αποστολοπούλου, Μάρω Κοκκώνη, ενώ έπαιξαν οι Χάρρυ Τζιάνν, Μαρία Αγραπίδου και ο Εξηκίας Τριβουλίδης στο ρόλο του Φειδία.

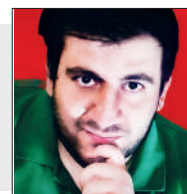
Η απόδοση στην νοηματική ήταν μια ευγενική χορηγία από τον Χρήστο Δαγρέ και το Εκπαιδευτικό κέντρο Ελληνικής Νοηματικής Γλώσσας “Κρατύλος”, ενώ την παρουσίαση της εκδήλωσης ανέλαβε η Μάρω Κοκκώνη.

Μετά το θεατρικό μονόπρακτο ακολούθησε τοποθέτηση του κ. Γιώργου Δήμου, ηθοποιού – φιλόλογου για το έργο και στη συνέχεια απαγγελία ποιήματος και προβολή βίντεο με πίνακες από την Κατερίνα Ζαφειράκη ζωγράφο – ποιήτρια.

Το αιματοβαμένο χαμόγελο του Δράκουλα στον Κινηματογράφο

Βιογραφικό Αρθρογράφου:

Ο Χρήστος Αρφάνης (αγγλικά: Christos Arfanis) είναι δημιουργός ταινιών (παραγωγός ταινιών, σεναριογράφος και σκηνοθέτης) και αρθρογράφος / δημοσιογράφος ψυχαγωγίας.



Ο δράκουλας είναι ένας φανταστικός χαρακτήρας που δημιουργήθηκε από τον Μπραμ Στόκερ το 1897. Είναι ένας βρικόλακας που προέρχεται από την Τρανσυλβανία και έχει την ικανότητα να μεταμορφώνεται σε διάφορα ζώα και να ελέγχει το νου των ανθρώπων.

Ο δράκουλας έχει πρωταγωνιστήσει σε πολλές ταινίες, σειρές και θεατρικά έργα, και έχει ενσαρκωθεί από διάφορους ηθοποιούς. Μερικοί από τους πιο γνωστούς είναι οι εξής:

- **Μπέλα Λούγκοσι:** Ήταν ο πρώτος ηθοποιός που έπαιξε τον δράκουλα στην ομώνυμη ταινία του 1931, η οποία θεωρείται ένα κλασικό έργο του κινηματογράφου τρόμου. Ο Λούγκοσι έδωσε στον ρόλο του έναν αέρα μυστηρίου και εξωτισμού, και έγινε συνώνυμος με τον χαρακτήρα.

- **Κρίστοφερ Λι:** Ήταν ένας από τους πιο δημοφιλείς και παραγωγικούς ηθοποιούς που έπαιξαν τον δράκουλα, καθώς εμφανίστηκε σε 10 ταινίες της Hammer Films από το 1958 έως το 1976. Ο Λι έδωσε στον ρόλο του έναν πιο σκοτεινό και βίαιο χαρακτήρα, και έγινε ένας από τους πιο αναγνωρίσιμους ηθοποιούς του είδους.

- **Γκάρι Όλντμαν:** Ήταν ο ηθοποιός που έπαιξε τον δράκουλα στην ταινία του Φράνσις Φορντ Κόπολα του 1992, η οποία βασίστηκε πιστά στο βιβλίο του Στόκερ. Ο Όλντμαν έδειξε τις διάφορες πτυχές του χαρακτήρα, από τον ηλικιωμένο και απελπισμένο κόμη, μέχρι τον νεαρό και γοητευτικό εραστή, και τον άγριο και αιμοδιψή θηρίο.



Όσον αφορά το χαμόγελο του δράκουλα, μπορεί να έχει διάφορες ερμηνείες. Μπορεί να είναι ένα χαμόγελο σαρκασμού, που δείχνει την ανωτερότητά του και την περιφρόνησή του για τους ανθρώπους. Μπορεί να είναι ένα χαμόγελο πονηριάς, που αποκαλύπτει τα σχέδιά του και την επιθυμία του για αίμα. Μπορεί να είναι ένα χαμόγελο μελαγχολίας, που φανερώνει την μοναξιά του και την ανάγκη

του για αγάπη. Ή μπορεί να είναι ένα χαμόγελο ειρωνείας, που αντικατοπτρίζει την τραγική του μοίρα και την αδυναμία του να πεθάνει. Το χαμόγελο του δράκουλα είναι ένα χαμόγελο που κρύβει πολλά μυστικά και συναισθήματα, και που μας προκαλεί να τον φοβόμαστε, να τον θαυμάζουμε, ή να τον συμπονούμε.

Πηγές: • Ελεύθερο βιβλίο *Dracula* στο Project Gutenberg: <https://www.gutenberg.org/ebooks/345>

• Λίστα με (μερικούς από) τους ηθοποιούς που ερμήνευσαν τον Δράκουλα στον κινηματογράφο στο IMDb: <https://www.imdb.com/list/ls064974170/>

Denfil flow

- Φωτοπολυμεριζόμενη ακτινοσκιερή λεπτόρρευστη σύνθετη ρητίνη
- Αποχρώσεις: A1,A2,A3,A3.5,B2,B3,C2,OA2,OA3,I

ΣΥΣΚΕΥΑΣΙΑ:

- Κασετίνα 4συρ x 2gr (2 x A2, 2 x A3)
- ΑΞΙΑ: **59.00€**
ΜΕ ΦΠΑ: 66.67 €



ΠΡΟΣΦΟΡΑ

Αγοράζοντας 2 κασετίνες
4συρ Denfil flow
αξίας 118,00€ με ΦΠΑ 133,34
ΔΩΡΟ
1 σύρ. Carpule της επιλογής σας

Σύριγγες CARPULE

MA DENTAL

6003-1

Σύριγγα carpule
μέταλλο και
πλαστικό
ΑΞΙΑ: **48.00€**
ΜΕ ΦΠΑ: 59.52 €



6002-1

Σύριγγα carpule
1,8mm σπαστή
χωρίς δακτύλιο
ΑΞΙΑ: **42.00€**
ΜΕ ΦΠΑ: 52.08 €



6006

Σύριγγα carpule
2,2ml με δακτύλιο
ΑΞΙΑ: **42.00€**
ΜΕ ΦΠΑ: 52.08 €



ΝΙΚΟΛΑΟΣ ΑΛΕΞΟΠΟΥΛΟΣ

ΕΜΠΟΡΙΟ ΟΔΟΝΤΙΑΤΡΙΚΩΝ ΥΛΙΚΩΝ ΕΡΓΑΛΕΙΩΝ & ΜΗΧΑΝΗΜΑΤΩΝ

ΚΡΗΤΩΝ 65 & ΔΗΜΗΤΡΙΟΥ ΤΖΕΒΑ 17Α | ΤΗΛ.: 210 9210741, 210 9210742, 210 9016096

EMAIL: naldental@gmail.com | www.facebook.com/NalDental12