

Ημερίδα Iatronet «Βήματα Ασθενών»

«Η γραμμή υποστήριξης ατόμων με ρευματικά νοσήματα και η σημασία της επικοινωνίας»

210 8237302

Δάφνη Αρετάκη
Ψυχολόγος- Ψυχοθεραπεύτρια

Ελληνική Εταιρεία Αντιρευματικού Αγώνα



- Μη Κερδοσκοπικό Σωματείο
- Έτος Ίδρυσης: 1978
- Αριθμεί σήμερα περί τα 500 μέλη
- Στόχοι :
 - ενεργητική συμμετοχή
 - ψυχολογική υποστήριξη- ενδυνάμωση
 - κοινωνική υποστήριξη – βελτιωμένη ποιότητα ζωής
 - ανάπτυξη συνεργασίας με κρατικούς φορείς, ιατρικές ενώσεις και συλλόγους ασθενών, προάγοντας την ενημέρωση, την πρόληψη, την έγκαιρη διάγνωση, τη θεραπεία και την αποκατάσταση των ατόμων με ρευματικά νοσήματα

Ψυχοκοινωνικοί παράγοντες & ρευματικά νοσήματα

A)

- τα ρευματικά νοσήματα επιδρούν στην ψυχοκοινωνική κατάσταση του ατόμου

B)

- ψυχοκοινωνικοί παράγοντες ενισχύουν ή δυσχεραίνουν τη διαχείριση του νοσήματος με σημαντική συνέπεια την καλύτερη ή χειρότερη εξέλιξη του.

Ψυχική υγεία & ρευματικά νοσήματα

- Συμπτώματα ψυχολογικής εξάντλησης, όπως η κατάθλιψη, η κακή διάθεση και το αυξημένο άγχος
- Κοινωνική απομόνωση και μοναξιά
- Χαμηλή αυτοεκτίμηση
- Δυσφορικά συμπτώματα και παραίτηση
- Φοβική, αποφευκτική συμπεριφορά
- Εκνευρισμός και άγχος/ αβεβαιότητα για το μέλλον
- Ανεπαρκής διαχείριση των επιθετικών συναισθημάτων
- Σύγκρουση επιθυμίας μεταξύ αυτονομίας και εξάρτησης
- Δυσκολία ανταπόκρισης στις επαγγελματικές και οικογενειακές υποχρεώσεις
- Υποβαθμισμένη σεξουαλική ζωή
- Μείωση των ψυχαγωγικών δραστηριοτήτων

- Η ενημέρωση, η άρση της απομόνωσης, το μοίρασμα της δυσκολίας, η απασχόληση με δημιουργικές δραστηριότητες, η ανάληψη ευθύνης, η φροντίδα των άλλων και συνολικότερα η υιοθέτηση μιας ενεργούς στάσης απέναντι στην πραγματικότητα διευκολύνει τη διαχείριση και αναβαθμίζει την ποιότητα ζωής των ατόμων με ρευματοπάθεια.

* Backman,C, (2006), “Psychosocial aspects in the management of arthritis pain”

available at : <http://arthritis-research.com/content/8/6/221>

Kidd,B. &al. (2007), “Arthritis and pain. Current approaches in the treatment of arthritic pain”.

available at: <http://arthritis-research.com/content/9/3/214>

Ψυχοκοινωνική Παρέμβαση

Γραμμή Ψυχολογικής Υποστήριξης 2108237302

Ατομικές & Ομαδικές Συνεδρίες Υποστήριξης

Δραστηριότητες ενημέρωσης,
κοινωνικοποίησης & ψυχαγωγίας

Τηλεφωνική γραμμή υποστήριξης

**ΤΗΛΕΦΩΝΙΚΗ ΓΡΑΜΜΗ
ΨΥΧΟΛΟΓΙΚΗΣ ΥΠΟΣΤΗΡΙΞΗΣ
ΓΙΑ ΤΟΥΣ ΑΝΘΡΩΠΟΥΣ ΜΕ ΡΕΥΜΑΤΙΚΑ ΝΟΣΗΜΑΤΑ**



210 8237 302

**ΔΕΥΤΕΡΑ έως
ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ
10:00 - 16:00**

ΕΛΠΙΔΑ
ΕΛΠΙΔΑ ΣΤΗΡΙΞΗ ΑΙΣΙΟΔΟΞΙΑ
ΟΝΕΙΡΟ ΑΥΤΟΠΕΠΟΙΘΗΣΗ
ΕΛΠΙΔΑ ΑΥΤΟΠΕΠΟΙΘΗΣΗ

ΕΛΕΑΝΑ
Hellenic League Against Rheumatism
Ελληνική Ένωση Αντιρευματικών Νοσημάτων

Συστάθηκε για να εξυπηρετήσει κυρίως :

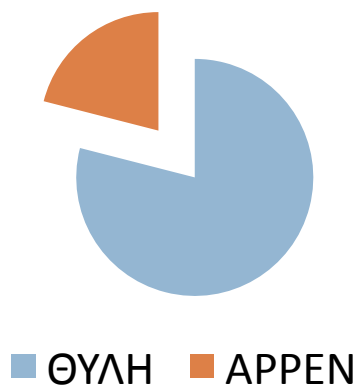
- ❑ άτομα που δυσκολεύονται να μετακινηθούν λόγω σωματικής κατάστασης, έλλειψης χρόνου, υψηλού κόστους ή απομακρυσμένου τόπου διαμονής.
- ❑ άτομα που μόλις έχουν διαγνωσθεί και αναζητούν τις πρώτες συμβουλές για τη διαχείριση μιας δύσκολης και στρεσογόνας καινούριας κατάστασης
- ❑ άτομα που διστάζουν να απευθυνθούν σε έναν επαγγελματία ψυχικής υγείας ή θέλουν να διαφυλάξουν την ανωνυμία τους.

Λειτουργεί ως σύνδεσμος για την ένταξη των ατόμων στις ομάδες ψυχολογικής υποστήριξης αλλά και τις υπόλοιπες δραστηριότητες της ΕΛ.Ε.ΑΝ.Α. (δημιουργικού, ψυχαγωγικού και ενημερωτικού χαρακτήρα)

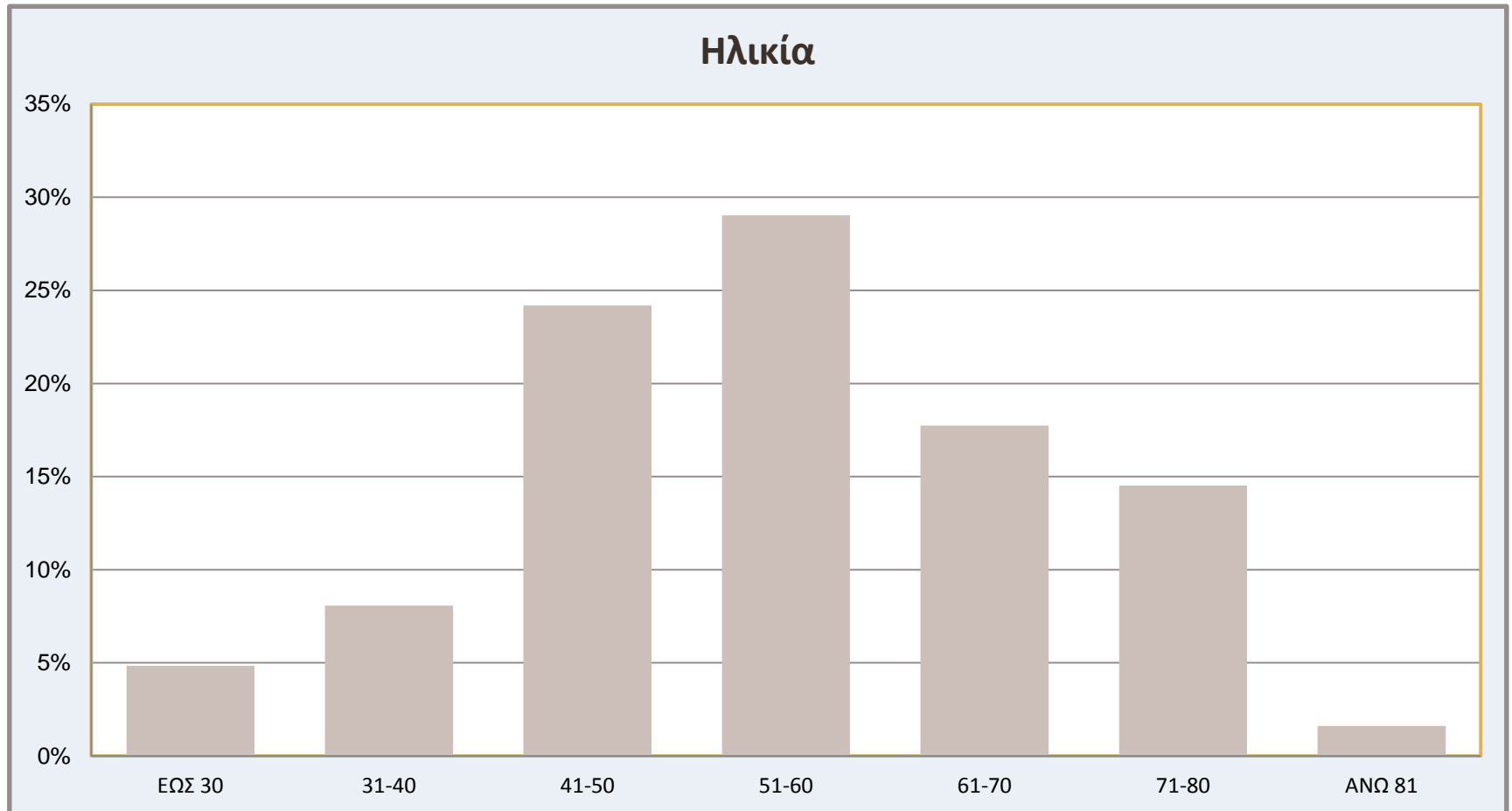
Παρουσίαση στοιχείων από το 1^ο τρίμηνο του 2016 (έως 22.3.16)



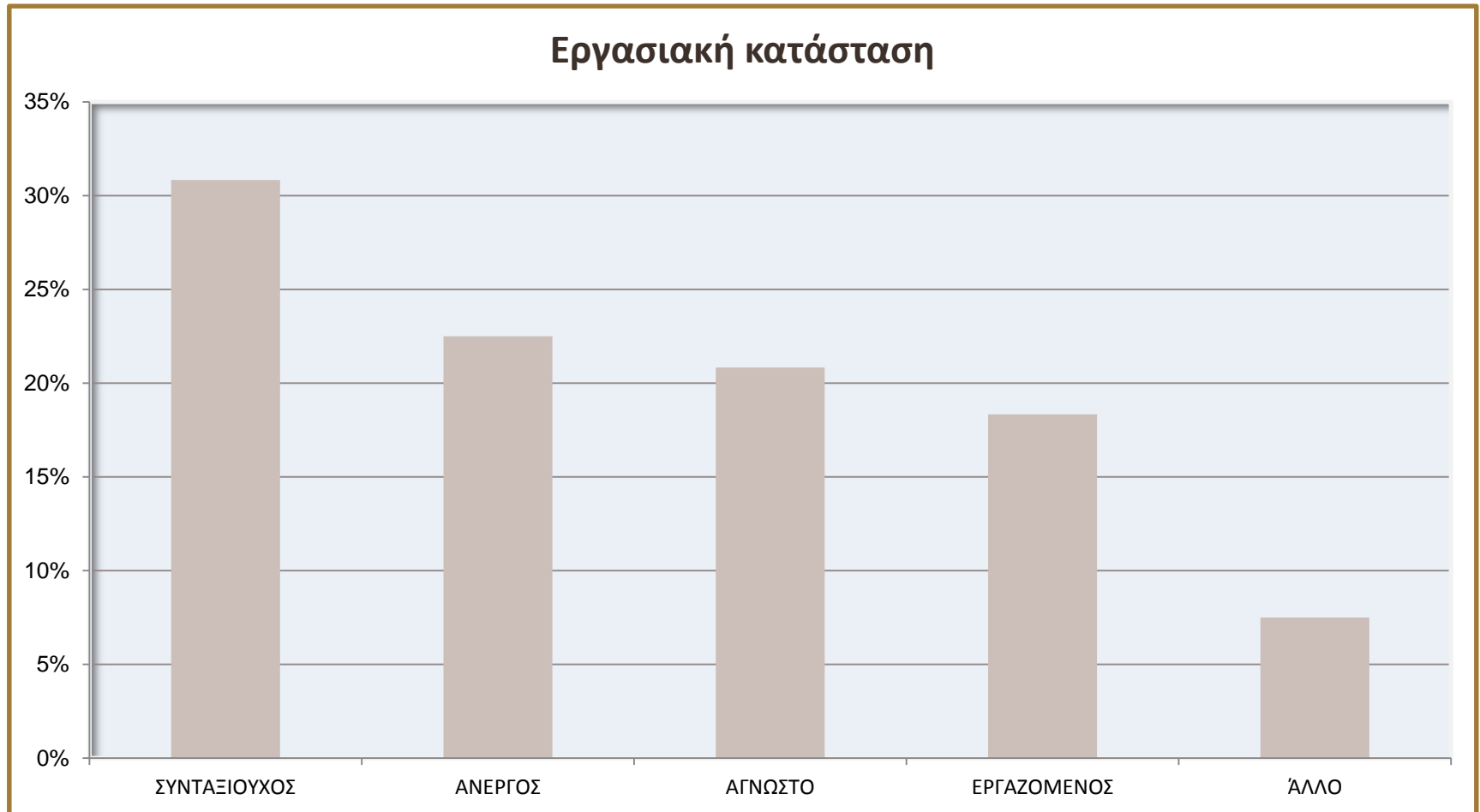
- Η γραμμή ψυχολογικής υποστήριξης δέχτηκε στη διάρκεια του 1^{ου} τριμήνου 120 κλήσεις, μέσης διάρκειας 23 λεπτών και με κύριο τόπο προέλευσης την Αθήνα (σε ποσοστό 63%).
- Οι εξυπηρετούμενοι ήταν στη συντριπτική τους πλειονότητα **γυναίκες** σε ποσοστό 79%, κατά μέσο όρο **54 ετών** και καλούσαν στην πλειονότητα τους **για πρώτη φορά** (σε ποσοστό 65% , περίπου το 35% είχε ξανακαλέσει).
- Σε μικρότερο ποσοστό , 27%, οι κλήσεις αφορούσαν σε συγγενικά ή φιλικά πρόσωπα. Στην πλειονότητα, το τηλεφώνημα αφορούσε στις **ίδιες** .



Η πλειονότητα των κλήσεων έγιναν από άτομα 41-60 χρόνων με τις νεαρές ηλικίες να υποεκπροσωπούνται (13%)



Το μεγαλύτερο ποσοστό των κλήσεων έγιναν από άτομα που λαμβάνουν σύνταξη (αναπηρίας ή γήρατος), ενώ περίπου το 1/4 των ατόμων είναι άνεργοι.

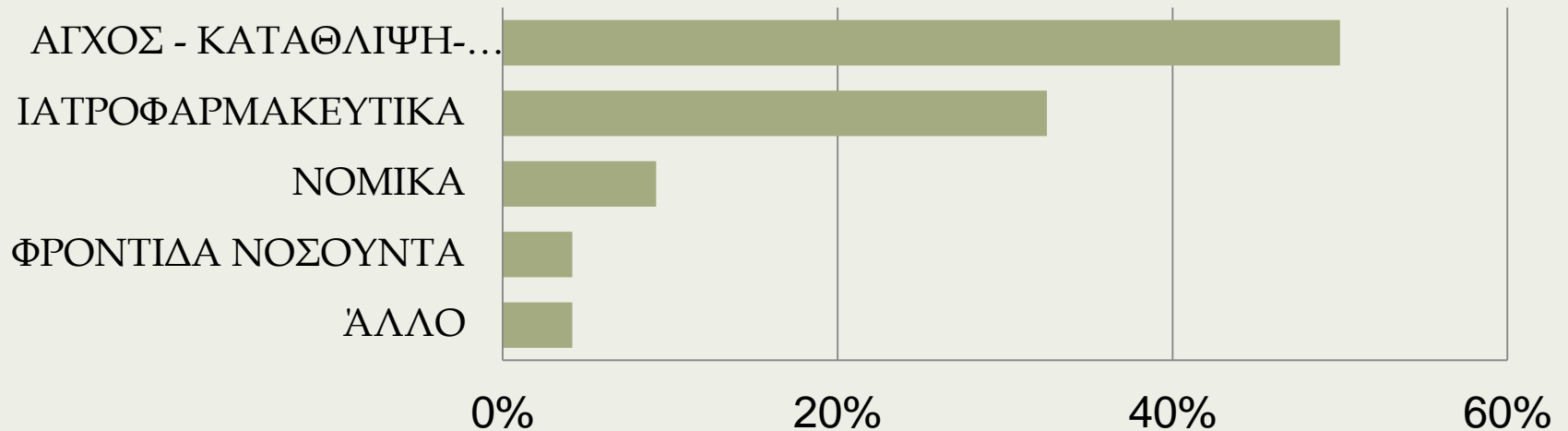


Σε αυτό το τρίμηνο τα άτομα που κάλεσαν είχαν διαγνωσθεί σε μεγαλύτερα ποσοστά με ΣΕΛ , ΡΑ, ΑΣ και Ινομυαλγία. Τα ποσοστά αυτά έχουν σημαντικές διακυμάνσεις με τη Ρευματοειδή Αρθρίτιδα σταθερά στις πρώτες τρεις θέσεις.

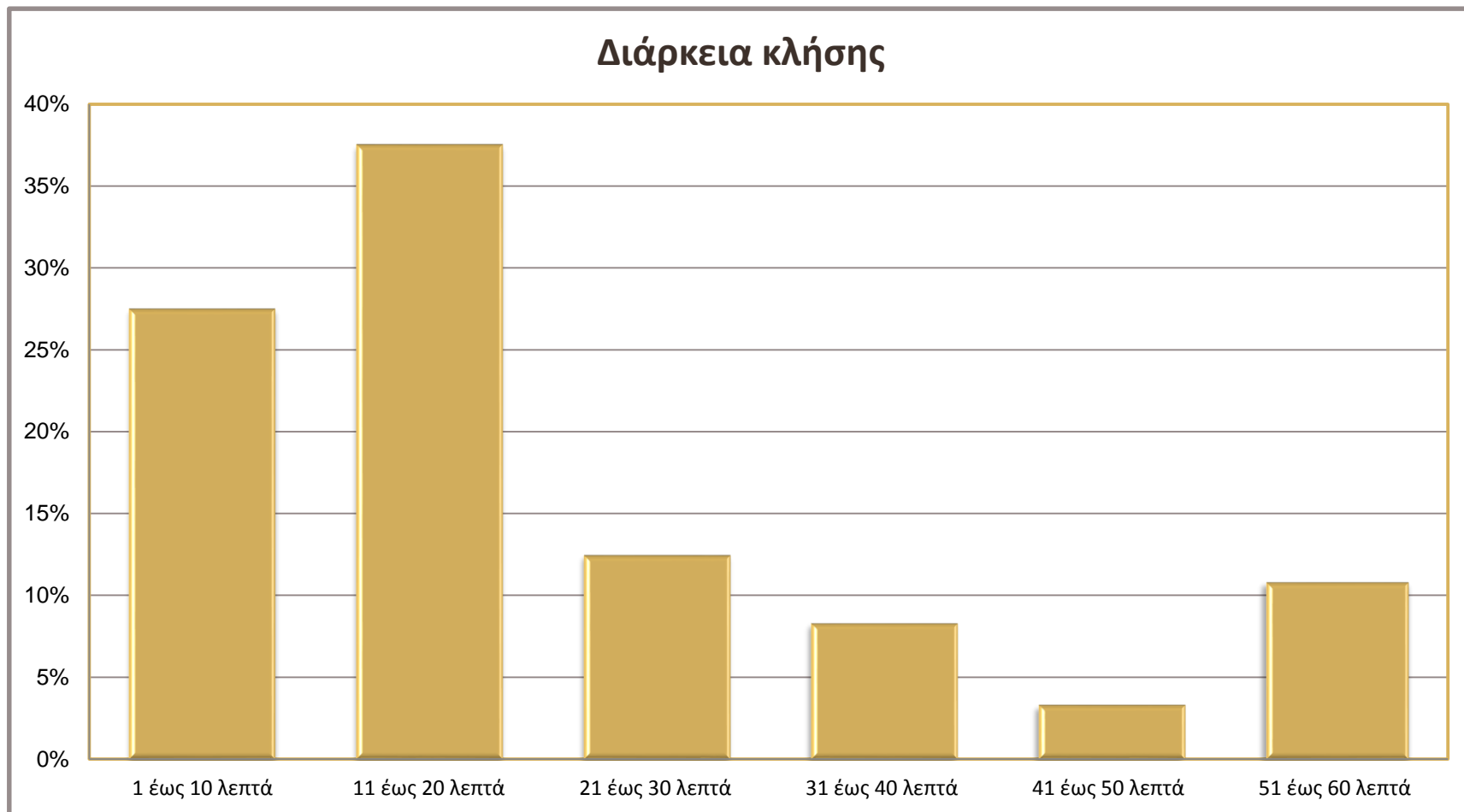


Από το σύνολο των κλήσεων η πλειονότητα αφορούσε σε θέματα ψυχικής υγείας (καταθλιπτικό συναίσθημα, άγχος, δυσκολίες στις διαπροσωπικές σχέσεις).

Περιεχόμενο αιτήματος

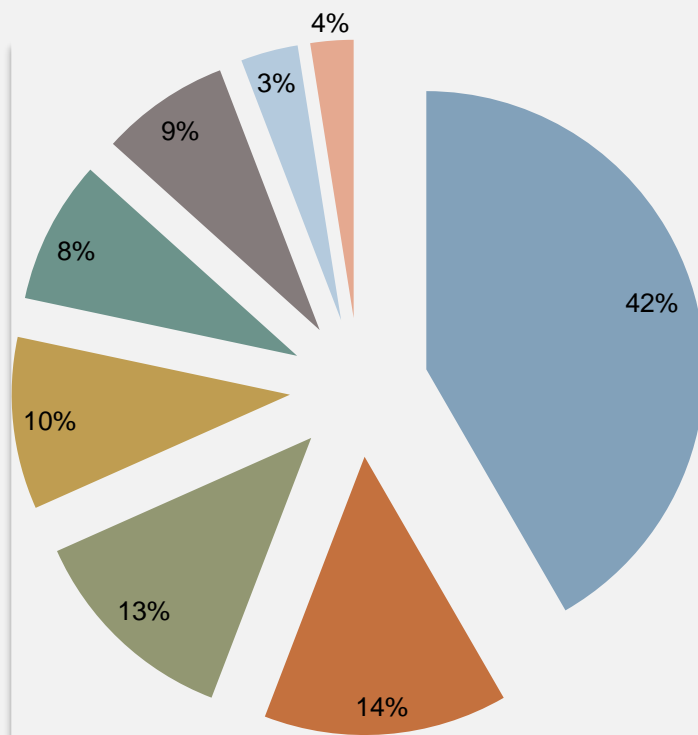


Η πλειονότητα των κλήσεων διήρκησαν έως 20 λεπτά (66%), οι υπόλοιπες έχουν διάρκεια έως και 60 λεπτά που είναι ο μέγιστος χρόνος που μπορεί να αφιερωθεί σε μια τηλεφωνική επικοινωνία.



Σύμφωνα με την καταγραφή των κλήσεων του 1^{ου} τριμήνου του 2016, η γραμμή προτάθηκε κατά κύριο λόγο από 3^ο πρόσωπο ή γνωστοποιήθηκε μέσω του διαδικτύου.

Πηγή πληροφόρησης



- ΑΓΝΩΣΤΟ
- Άλλο άτομο
- ΕΝΤΥΠΙΟ
- INTERNET
- ΜΜΕ
- ΜΕΛΟΣ
- ΕΡΕ
- ΙΑΤΡΟΣ

Ευχαριστούμε το Iatronet για την πρόσκληση και όλους εσάς για
το ενδιαφέρον σας!

Γραμμή ψυχολογικής υποστήριξης : 210 8237302

Διεύθυνση ηλεκτρονικού ταχυδρομείου : helpline@arthritis.org.gr

Ελληνική Εταιρεία Αντιρευματικού Αγώνα

Κυψέλης 2, 11362 Αθήνα

210 8847268

info@arthritis.org.gr

