

Πρόληψη

Ο Κρίσιμος Παράγοντας για ένα Βιώσιμο Σύστημα Υγείας

Γεώργιος Π. Βασιλειάδης

Περιεχόμενα

Εισαγωγή 13

Κεφάλαιο 1: Η Πρόληψη ως Κλειδί για την Υγεία 15

1.1 Ορισμός της Πρόληψης 15

1.1.1 Πρωτογενής Πρόληψη 15

1.1.2 Δευτερογενής Πρόληψη 18

1.1.3 Τριτογενής Πρόληψη 21

1.1.4 Ατομική και Συλλογική Πρόληψη 24

1.2 Εξέλιξη της Πρόληψης στον Τομέα της Υγείας 27

1.2.1 Η Επανάσταση των Εμβολίων 27

1.2.2 Η Εξέλιξη της Πρόληψης τον 20ό Αιώνα 29

1.2.3 Η Εξάπλωση της Τεχνολογίας στην Πρόληψη 31

1.2.4 Η Πρόκληση της Ενσωμάτωσης της Πρόληψης 34

1.3 Παραδείγματα Επιτυχημένων Προληπτικών Προγραμμάτων 38

1.3.1 Εμβολιασμοί κατά λοιμωδών νοσημάτων 38

1.3.2 Προληπτικοί έλεγχοι για καρκίνο 40

1.3.3 Προγράμματα κατά του καπνίσματος 43

1.3.4 Προγράμματα Κατά της Ελονοσίας στην Υποσαχάρια Αφρική	46
1.3.5 Προληπτικά Προγράμματα Κατά της Παχυσαρκίας στη Σιγκαπούρη	48
1.3.6 Προγράμματα Αντιμετώπισης της Χολέρας στην Υεμένη	51
1.3.7 Απολογισμός Προληπτικών Προγραμμάτων	53
1.4 Το Κόστος της Μη Πρόληψης και οι Κοινωνικές Συνέπειες	56
1.4.1 Οικονομικό Κόστος της Μη Πρόληψης	56
1.4.2 Μακροπρόθεσμες Οικονομικές Συνέπειες για τα Συστήματα Υγείας	58
1.4.3 Κοινωνικές Συνέπειες της Μη Πρόληψης	60
1.4.4 Ηθικές Προεκτάσεις της Μη Πρόληψης	62
Βιβλιογραφικές Αναφορές 1ου Κεφαλαίου	65
Κεφάλαιο 2: Η Υποχρεωτική Περιοδική Εξέταση	70
2.1 Έννοια και Στόχοι της Υποχρεωτικής Περιοδικής Εξέτασης	70
2.2 Αναμενόμενα Οφέλη από την Υποχρεωτική Περιοδική Εξέταση	76
2.2.1 Υγειονομικά Οφέλη	76
2.2.2 Οικονομικά Οφέλη	78
2.2.3 Κοινωνικά Οφέλη	80
2.3 Διαδικασία Οργάνωσης των Προληπτικών Εξετάσεων	83
2.3.1 Προληπτικές Εξετάσεις για την Πρώιμη Παιδική Ηλικία (0-5 ετών)	83
2.3.2 Προληπτικές Εξετάσεις για την Παιδική και Εφηβική Ηλικία (5-18 ετών)	86
2.3.3 Προληπτικές Εξετάσεις για Ενήλικες (18-65 ετών)	88
2.3.4 Προληπτικές Εξετάσεις για Ηλικιωμένους (65 ετών και άνω)	91

2.4 Προκλήσεις και Προτάσεις για την Εφαρμογή της Υποχρεωτικής Πε-
ριοδικής Εξέτασης 94

2.4.1 Κοινωνική Αποδοχή και Συμμόρφωση 94

2.4.2 Κόστος και Οικονομική Βιωσιμότητα 97

2.4.3 Διοικητική Οργάνωση 98

2.4.4 Νομικές και Ηθικές Προκλήσεις 100

2.5 Συμπεράσματα και Συστάσεις 102

Βιβλιογραφικές Αναφορές 2ου Κεφαλαίου 109

Κεφάλαιο 3: Προληπτικοί Έλεγχοι ανά Ηλικία και Φύλο 114

3.1 Προληπτικοί Έλεγχοι στην Πρώιμη Παιδική Ηλικία (0-5 ετών) 114

3.1.1 Εμβολιασμοί και Λοιμώδη Νοσήματα 114

3.1.2 Αναπτυξιακοί Έλεγχοι 117

3.1.3 Οφθαλμολογικοί και Ακουστικοί Έλεγχοι 120

3.2 Προληπτικοί Έλεγχοι στην Παιδική και Εφηβική Ηλικία (5-18 ετών)
123

3.2.1 Σωματική Ανάπτυξη και Παχυσαρκία 123

3.2.2 Έλεγχοι για Διατροφικές Ανεπάρκειες 125

3.2.3 Έλεγχοι Ψυχικής Υγείας και Κοινωνικής Ανάπτυξης 128

3.2.4 Έλεγχοι Σεξουαλικής Υγείας και Εκπαίδευση 130

3.3 Προληπτικοί Έλεγχοι για Ενήλικες (18-65 ετών) 134

3.3.1 Καρδιολογικοί Έλεγχοι και Πρόληψη Καρδιαγγειακών Νοσημάτων
134

3.3.2 Έλεγχοι για Διαβήτη και Μεταβολικά Νοσήματα 136

3.3.3 Γυναικολογικοί και Ουρολογικοί Έλεγχοι 138

3.3.4 Ψυχική Υγεία και Πρόληψη Ψυχικών Διαταραχών 140

3.4 Προληπτικοί Έλεγχοι για Ηλικιωμένους (65 ετών και άνω)	143
3.4.1 Έλεγχοι για Οστεοπόρωση και Πρόληψη Πτώσεων	143
3.4.2 Έλεγχοι για Καρδιαγγειακές Παθήσεις και Διαχείριση Χρόνιων Νοσημάτων	145
3.4.3 Έλεγχοι για Εκφυλιστικές Νόσους του Νευρικού Συστήματος	147
3.4.4 Ψυχική Υγεία και Κοινωνική Υποστήριξη	150
3.5 Συμπεράσματα και Συστάσεις για τις Προληπτικές Εξετάσεις	154
Βιβλιογραφικές Αναφορές 3ου Κεφαλαίου	157
Κεφάλαιο 4: Η Διατροφή και η Άσκηση ως Μέρος της Πρόληψης	169
4.1 Η Επίδραση της Διατροφής στην Υγεία και την Πρόληψη των Ασθενειών	169
4.1.1 Διατροφή και Καρδιαγγειακές Παθήσεις	169
4.1.2 Διατροφή και Παχυσαρκία	171
4.1.3 Διατροφή και Διαβήτης Τύπου 2	173
4.1.4 Διατροφή και Καρκίνος	175
4.2 Η Σημασία της Σωματικής Άσκησης για την Υγεία και την Πρόληψη των Ασθενειών	178
4.2.1 Άσκηση και Καρδιαγγειακές Παθήσεις	178
4.2.2 Άσκηση και Παχυσαρκία	179
4.2.3 Άσκηση και Διαβήτης Τύπου 2	181
4.2.4 Άσκηση και Καρκίνος	183
4.2.5 Άσκηση και Ψυχική Υγεία	185
4.3 Η Ενσωμάτωση της Υγιεινής Διατροφής και της Άσκησης στο Εκπαιδευτικό Σύστημα	187
4.3.1 Εκπαίδευση για την Υγιεινή Διατροφή στα Σχολεία	187
4.3.2 Σωματική Άσκηση και Φυσική Αγωγή στα Σχολεία	189

4.3.3 Προγράμματα Υγιεινής Διατροφής και Άσκησης σε Σχολεία και Κοι-
νότητες 190

4.4 Επιπτώσεις του Καπνίσματος, της Υπερκατανάλωσης Αλκοόλ και της
Παχυσαρκίας στη Δημόσια Υγεία 193

4.4.1 Κάπνισμα και Δημόσια Υγεία 193

4.4.2 Υπερκατανάλωση Αλκοόλ και Δημόσια Υγεία 195

4.4.3 Παχυσαρκία και Δημόσια Υγεία 197

4.5 Συστάσεις 201

Βιβλιογραφικές Αναφορές 4ου Κεφαλαίου 204

Κεφάλαιο 5: Παρακολούθηση του Σωματικού Βάρους στα Σχολεία 215

5.1 Η Σημασία της Παρακολούθησης του Σωματικού Βάρους στα Σχολεία
215

5.1.1 Έγκαιρη Ανίχνευση Παιδικής Παχυσαρκίας 215

5.1.2 Προαγωγή Υγιεινών Συνηθειών 217

5.1.3 Βελτίωση της Σχολικής Επίδοσης 220

5.2 Στρατηγικές για την Παρακολούθηση του Σωματικού Βάρους στα
Σχολεία 223

5.2.1 Μέθοδοι Παρακολούθησης του Σωματικού Βάρους 223

5.2.2 Εφαρμογή Τακτικών Ελέγχων 226

5.2.3 Εκπαίδευση και Ευαισθητοποίηση των Εκπαιδευτικών και των Γο-
νέων 229

5.2.4 Διασφάλιση της Ιδιωτικότητας και της Εμπιστευτικότητας 231

5.2.5 Χρήση Τεχνολογίας για την Παρακολούθηση του Βάρους 234

5.3 Προκλήσεις και Προβληματισμοί στην Παρακολούθηση του Σωματι-
κού Βάρους στα Σχολεία 237

5.3.1 Κίνδυνος Στιγματισμού και Αυτοεκτίμησης 237

5.3.2 Αντίδραση των Γονέων	239
5.3.3 Ηθικά Ζητήματα και Διαχείριση Δεδομένων	241
5.3.4 Οικονομικοί Περιορισμοί	244
5.4 Συστάσεις για την Εφαρμογή της Παρακολούθησης του Σωματικού Βάρους στα Σχολεία	247
5.4.1 Ανάπτυξη Ολοκληρωμένων Προγραμμάτων Παρακολούθησης	247
5.4.2 Εξασφάλιση Επαρκούς Χρηματοδότησης και Πόρων	248
5.4.3 Προσαρμογή των Προγραμμάτων στις Ανάγκες των Μαθητών	250
5.4.4 Εφαρμογή Κατευθυντήριων Οδηγιών για την Προστασία της Ιδιωτικότητας	251
5.4.5 Εκπαίδευση και Υποστήριξη των Εκπαιδευτικών και του Προσωπικού	252
5.4.6 Ενίσχυση της Συνεργασίας με τους Γονείς και την Κοινότητα	253
5.4.7 Χρήση Τεχνολογίας για τη Βελτίωση της Παρακολούθησης	254
5.4.8 Συνεχής Αξιολόγηση και Βελτίωση των Προγραμμάτων	255
Βιβλιογραφικές Αναφορές 5ου Κεφαλαίου	257
Κεφάλαιο 6: Ανταμοιβές και Ποινές στο Δημόσιο Σύστημα Υγείας	263
6.1 Θεωρητικές Αρχές του Συστήματος Ανταμοιβών και Ποινών	263
6.1.1 Η Θεωρία της Ενίσχυσης και της Τιμωρίας	263
6.1.2 Η Θεωρία της Συμπεριφορικής Οικονομίας	266
6.1.3 Κοινωνικές και Ηθικές Επιπτώσεις	270
6.2 Ανταμοιβές στο Δημόσιο Σύστημα Υγείας	274
6.2.1 Οικονομικά Κίνητρα	274
6.2.2 Βελτιωμένη Πρόσβαση σε Υπηρεσίες Υγείας	276

6.2.3 Ανταμοιβές Μέσω Εργασιακών Προγραμμάτων Υγείας	279
6.3 Ποινές στο Δημόσιο Σύστημα Υγείας	282
6.3.1 Αυξημένες Εισφορές Υγείας για Ανθυγιεινές Συμπεριφορές	282
6.3.2 Περιορισμένη Πρόσβαση σε Υπηρεσίες Υγείας	284
6.3.3 Ποινές Μέσω Απώλειας Παροχών	287
6.4 Ηθικά και Κοινωνικά Ζητήματα της Εφαρμογής Ανταμοιβών και Ποινών	290
6.4.1 Η Ισότητα στην Υγεία	290
6.4.2 Ηθική της Επιβολής Ποινών για Προσωπικές Επιλογές	293
6.4.3 Κοινωνικές Επιπτώσεις της Εφαρμογής Ανταμοιβών και Ποινών	296
6.5 Εφαρμογή του Συστήματος Ανταμοιβών και Ποινών στην Πράξη	299
6.5.1 Σχεδιασμός και Προσαρμογή των Πολιτικών Ανάλογα με τις Ανάγκες των Πολιτών	299
6.5.2 Δημιουργία Υποδομών και Πόρων για την Εφαρμογή του Συστήματος	302
6.5.3 Εκπαίδευση και Ευαισθητοποίηση του Κοινού	304
6.5.4 Αξιολόγηση και Βελτίωση του Συστήματος	307
6.5.5 Διαφάνεια και Λογοδοσία στη Διαχείριση του Συστήματος	309
6.6 Διεθνή Παραδείγματα Εφαρμογής Ανταμοιβών και Ποινών	313
6.6.1 Ηνωμένο Βασίλειο: Το Σύστημα "Fit for Work"	313
6.6.2 Σιγκαπούρη: Το Εθνικό Πρόγραμμα Υγείας	315
6.6.3 Ηνωμένες Πολιτείες: Τα Προγράμματα Εργασιακής Ευεξίας	317
6.6.4 Ιαπωνία: Το Πρόγραμμα Μετά-Μεταβολικού Συνδρόμου (Metabo Law)	320

6.6.5 Συμπεράσματα από τα Διεθνή Παραδείγματα	322
6.7 Μελλοντικές Κατευθύνσεις και Προκλήσεις	326
6.7.1 Ανάπτυξη Νέων Τεχνολογιών για τη Βελτίωση της Παρακολούθησης	326
6.7.2 Αντιμετώπιση των Ηθικών Ζητημάτων της Ιδιωτικότητας και της Ελευθερίας Επιλογής	329
6.7.3 Βελτίωση της Εκπαίδευσης και της Ευαισθητοποίησης των Πολιτών	331
6.7.4 Ενίσχυση της Διεθνούς Συνεργασίας για την Ανταλλαγή Βέλτιστων Πρακτικών	333
6.7.5 Συμπεράσματα για τις Μελλοντικές Κατευθύνσεις και Προκλήσεις	335
Βιβλιογραφικές Αναφορές 6ου Κεφαλαίου	338
Κεφάλαιο 7: Οικονομική Αξιολόγηση του Προγράμματος Πρόληψης	347
7.1 Ορισμός και Σκοπός της Οικονομικής Αξιολόγησης	347
7.1.1 Είδη Οικονομικών Αξιολογήσεων	347
7.1.2 Η Σημασία της Οικονομικής Αξιολόγησης στην Πρόληψη	349
7.2 Μεθοδολογίες Οικονομικής Αξιολόγησης	352
7.2.1 Ανάλυση Κόστους-Αποτελεσματικότητας (Cost-Effectiveness Analysis - CEA)	352
7.2.2 Ανάλυση Κόστους-Οφέλους (Cost-Benefit Analysis - CBA)	354
7.2.3 Ανάλυση Κόστους-Χρησιμότητας (Cost-Utility Analysis - CUA)	357
7.2.4 Ανάλυση Κόστους-Ελαχιστοποίησης (Cost-Minimization Analysis - CMA)	359

7.2.5 Σύγκριση των Μεθοδολογιών και Επιλογή της Κατάλληλης Μεθόδου	362
7.3 Παραδείγματα Εφαρμογής Οικονομικής Αξιολόγησης στην Πρόληψη	364
7.3.1 Πρόγραμμα Εμβολιασμού Παιδιών	364
7.3.2 Πρόγραμμα Διακοπής του Καπνίσματος	366
7.3.3 Πρόγραμμα Πρόληψης και Διαχείρισης του Διαβήτη	368
7.4 Οικονομικά Οφέλη από την Υλοποίηση Προγραμμάτων Πρόληψης	371
7.4.1 Αύξηση της Παραγωγικότητας και Μείωση της Απώλειας Εργασίας	373
7.4.2 Μακροπρόθεσμη Αποταμίευση για το Σύστημα Υγείας	375
7.4.3 Βελτίωση της Ποιότητας Ζωής και Μείωση των Κοινωνικών Δαπανών	377
7.5 Προκλήσεις στην Οικονομική Αξιολόγηση των Προγραμμάτων Πρόληψης	380
7.5.1 Δυσκολίες στη Μέτρηση των Οφελών της Πρόληψης	380
7.5.2 Προβλήματα στη Συλλογή και Ανάλυση Δεδομένων	382
7.5.3 Ηθικά και Πολιτικά Ζητήματα	384
7.5.4 Αβεβαιότητα και Κίνδυνοι στην Εκτίμηση Κόστους και Οφέλους	386
7.6 Στρατηγικές για την Ενίσχυση της Οικονομικής Αποδοτικότητας των Προγραμμάτων Πρόληψης	389
7.6.1 Στόχευση των Προγραμμάτων σε Ευάλωτους Πληθυσμούς	389
7.6.2 Συνδυασμός Παρεμβάσεων για Βέλτιστα Αποτελέσματα	391
7.6.3 Εφαρμογή Πολιτικών Βασισμένων στην Επιστημονική Τεκμηρίωση	393

7.6.4 Συνεργασία μεταξύ Κρατικών και Ιδιωτικών Φορέων	395
7.7 Συμπεράσματα και Προτάσεις για την Οικονομική Αξιολόγηση της Πρόληψης	399
7.7.1 Οικονομική Αξιολόγηση ως Θεμέλιο για Αποδοτική Χάραξη Πολιτικής	399
7.7.2 Βελτίωση της Συνεργασίας για Βιώσιμες Παρεμβάσεις	401
7.7.3 Εφαρμογή Πολιτικών Βασισμένων στην Επιστημονική Τεκμηρίωση	403
7.7.4 Ανάπτυξη Στρατηγικών για την Ενίσχυση της Αποδοτικότητας των Προγραμμάτων Πρόληψης	406
7.7.5 Προτάσεις για το Μέλλον της Οικονομικής Αξιολόγησης στην Πρόληψη	408
Βιβλιογραφικές Αναφορές 7ου Κεφαλαίου	411
Κεφάλαιο 8: Κοινωνικές και Πολιτικές Προεκτάσεις	419
8.1 Η Κοινωνική Διάσταση των Προγραμμάτων Πρόληψης Υγείας	419
8.1.1 Κοινωνική Αποδοχή και Συμμετοχή	419
8.1.2 Πολιτισμικές και Κοινωνικές Ανισότητες	422
8.1.3 Ηθικά Ζητήματα και Ατομικά Δικαιώματα	424
8.2 Η Πολιτική Διάσταση των Προγραμμάτων Πρόληψης Υγείας	427
8.2.1 Πολιτική Υποστήριξη και Χρηματοδότηση	427
8.2.2 Συγκρούσεις Συμφερόντων και Λόμπινγκ	429
8.2.3 Νομοθεσία και Ρύθμιση	431
8.2.4 Πολιτική Σταθερότητα και Μακροπρόθεσμη Στρατηγική	434
8.3 Προκλήσεις στην Εφαρμογή των Προγραμμάτων Πρόληψης	437
8.3.1 Αντίσταση της Κοινότητας και Κοινωνική Αδικία	437
8.3.2 Προβλήματα Συντονισμού και Συνεργασίας	440

8.3.3 Χρηματοδοτική Ασφάλεια και Διαθεσιμότητα Πόρων	444
8.3.4 Αξιολόγηση και Παρακολούθηση	447
8.4 Στρατηγικές για την Επιτυχή Εφαρμογή των Προγραμμάτων Πρόληψης	451
8.4.1 Συμμετοχική Προσέγγιση και Ενίσχυση της Κοινότητας	451
8.4.2 Επικοινωνία και Ευαισθητοποίηση του Κοινού	454
8.4.3 Δημιουργία Συνεργασιών και Δικτύων Υποστήριξης	458
8.4.4 Ενσωμάτωση της Πρόληψης στις Εθνικές Πολιτικές Υγείας	461
8.4.5 Αξιοποίηση Τεχνολογιών και Καινοτομιών	464
8.5 Διεθνείς Προοπτικές και Παραδείγματα	468
8.5.1 Ηνωμένες Πολιτείες: Πρόγραμμα "Healthy People"	468
8.5.2 Αυστραλία: Εθνική Στρατηγική για την Παχυσαρκία	470
8.5.3 Σουηδία: Πολιτικές Πρόληψης για την Καρδιαγγειακή Υγεία	473
8.5.4 Ολλανδία: "JOGG" (Jongeren Op Gezond Gewicht)	477
8.5.5 Ιταλία: Πρόγραμμα "Gaining Health"	480
8.5.6 Καναδάς: "ParticipACTION"	483
Βιβλιογραφικές Αναφορές 8ου Κεφαλαίου	488
Κεφάλαιο 9: Συμπεράσματα και Προτάσεις	503
9.1 Η Κοινωνική Διάσταση της Πρόληψης	503
9.2 Η Πολιτική Διάσταση της Πρόληψης	506
9.3 Στρατηγικές για την Επιτυχία των Προγραμμάτων Πρόληψης	509
9.4 Συμπεράσματα	512
Βιβλιογραφικές Αναφορές 9ου Κεφαλαίου	515
Επίλογος	519