



Β' ΜΑΙΕΥΤΙΚΗ ΚΑΙ ΓΥΝΑΙΚΟΛΟΓΙΚΗ ΚΛΙΝΙΚΗ,
ΕΘΝΙΚΟ ΚΑΙ ΚΑΠΟΔΙΣΤΡΙΑΚΟ ΠΑΝΕΠΙΣΤΗΜΙΟ ΑΘΗΝΩΝ, «ΑΡΕΤΑΙΕΙΟΝ»
ΠΑΝΕΠΙΣΤΗΜΙΑΚΟ ΝΟΣΟΚΟΜΕΙΟ ΑΘΗΝΩΝ
WWW.ARETAIEIO-OBGYN.COM
ΔΙΕΥΘΥΝΤΗΣ: ΚΑΘΗΓΗΤΗΣ ΝΙΚΟΛΑΟΣ ΒΛΑΧΟΣ MD, PhD FACOG

ΔΙΠΛΑ ΣΤΗ ΓΥΝΑΙΚΑ

ΣΥΛΛΟΓΟΣ ΦΙΛΩΝ ΜΑΤ' ΚΑΡΚΙΝΙΣ
ΑΡΕΤΑΙΕΙΟΥ ΝΟΣΟΚΟΜΕΙΟΥ



Πρόγραμμα Υποστηρικτικής Ιατρικής για καρκινοπαθείς «Δίπλα στη Γυναίκα»

Ευεξία
Ψυχολογική υποστήριξη
Θεραπευτική άσκηση
Διατροφή
Ύπνος

"Υγεία είναι η κατάσταση της πλήρους σωματικής, ψυχικής
και κοινωνικής ευεξίας και όχι μόνο η
απουσία ασθένειας ή αναπηρίας."

Καταστατικό του Παγκόσμιου Οργανισμού Υγείας (1946)

Μάθε περισσότερα στο diplastigynaika.gr

Το πρόγραμμα υλοποιείται με την ευγενική χορηγία της **doValue**

Ο Σύλλογος Φίλων της Μαιευτικής και Γυναικολογικής Κλινικής στέκεται δίπλα σε κάθε γυναίκα με καρκίνο και σε συνεργασία με το υψηλά καταρτισμένο επιστημονικό προσωπικό της Κλινικής και εθελοντές, παρέχει επιστημονικά τεκμηριωμένα ολιστική υποστήριξη σε ασθενείς, που διαγιγνώσκονται στην κλινική με γυναικολογικό καρκίνο.

Δεν είσαι μόνη!

Ένα πρωτοποριακό πρόγραμμα έχει σχεδιαστεί για να σε υποστηρίξει ψυχολογικά, να ανταποκριθεί στο ερώτημα «και τώρα τι πρέπει να αλλάξω στη διατροφή μου;», να σε παρακινήσει να κάνεις την απαραίτητη άσκηση, να εντοπίσει προβλήματα ύπνου, να σε κατευθύνει πώς να απαλλαγείς από συνήθειες, όπως το τσιγάρο και το αλκοόλ.

Το ειδικά διαμορφωμένο **Pampering Room** (δωμάτιο υποστήριξης) στον χώρο της Β' Μαιευτικής και Γυναικολογικής Κλινικής, μπορεί να είναι -εκτός από χώρος ευεξίας- και μία «οάση» χαλάρωσης των ασθενών και των συγγενών τους.

Εκεί, μπορείς να πάρεις μέρος σε μία ομάδα υποστήριξης με άλλες ασθενείς, να διαβάσεις βιβλία που σχετίζονται ευρύτερα με την υποστήριξη της σωματικής και ψυχικής υγείας σου, να ακούσεις μουσική, να χαλαρώσεις και να δεις τηλεόραση.

Για να κλείσεις ραντεβού συμμετοχής στο πρόγραμμα υποστηρικτικής ιατρικής ή να χρησιμοποιήσεις το δωμάτιο ως χώρο ηρεμίας και αυτοφροντίδας, μπορείς να απευθυνθείς στο προσωπικό της κλινικής ή στο friendsaretaieio.mg@gmail.com

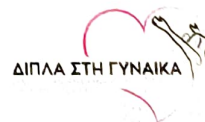
Την ευθύνη του επιστημονικού σχεδιασμού έχει η **Πόπη Καλαϊτζή**, Ιατρός Φυσικής και Αποκατάστασης, που έχει εξειδικευτεί στην Αποκατάσταση του Καρκίνου και Πρόεδρος του Συλλόγου, με την πολύτιμη συνεργασία εξαιρετικών επιστημόνων της Β' Μαιευτικής - Γυναικολογικής Κλινικής του Αρεταίειου Νοσοκομείου, υπό τη Διεύθυνση του Καθηγητή **Νίκου Βλάχου**.

Τα πρωτόκολλα Θεραπευτικής Άσκησης εφαρμόζονται σε συνεργασία με το Εργαστήριο Φυσιολογίας της Άσκησης (υπεύθυνος Καθηγητής: **Αναστάσιος Φιλίππου**)

Αρχική ομάδα υλοποίησης στη Β' Μ/Γ Κλινική:
Αναστασία Μπαγιάστα, Ιατρός Ειδ/νη Μαιευτικής & Γυναικολογίας
Ράνια Νικολοπούλου, Μαία Τομάρχη
Χρήστος Βασιλόπουλος, Προϊστάμενος Τμήματος Διατροφής Αρεταίειου Νοσοκομείου
Ελισσάβη Μανιατέλλη, Μαία Προϊσταμένη Γυναικολογικού-Ογκολογικού

Το πρόγραμμα είναι πιλοτικό.
Αν έχεις ιδέες, προτάσεις, παρατηρήσεις ή θέλεις να προσφέρεις εθελοντικά, στείλε e-mail στο:
friendsaretaieio.mg@gmail.com

Ενημερώσου για την εξέλιξη του προγράμματος «Δίπλα στη Γυναίκα» και τις δράσεις του Συλλόγου.



diplastigynaika.gr



[friendsfaretaieio](https://www.facebook.com/friendsfaretaieio)



[friends_aretaiou_mg](https://www.instagram.com/friends_aretaiou_mg)



Β' ΜΑΙΕΥΤΙΚΗ ΚΑΙ ΓΥΝΑΙΚΟΛΟΓΙΚΗ ΚΛΙΝΙΚΗ,
ΕΘΝΙΚΟ ΚΑΙ ΚΑΠΟΔΙΣΤΡΙΑΚΟ ΠΑΝΕΠΙΣΤΗΜΙΟ ΑΘΗΝΩΝ, «ΑΡΕΤΑΙΕΙΟΝ»
ΠΑΝΕΠΙΣΤΗΜΙΑΚΟ ΝΟΣΟΚΟΜΕΙΟ ΑΘΗΝΩΝ
WWW.ARETAIEIO-OBGYN.COM
ΔΙΕΥΘΥΝΤΗΣ: ΚΑΘΗΓΗΤΗΣ ΝΙΚΟΛΑΟΣ ΒΛΑΧΟΣ MD, PHD FACOG



ΔΙΠΛΑ ΣΤΗ ΓΥΝΑΙΚΑ

ΣΥΛΛΟΓΟΣ ΦΙΛΩΝ Μ/Γ ΚΛΙΝΙΚΗΣ
ΑΡΕΤΑΙΕΙΟΥ ΝΟΣΟΚΟΜΕΙΟΥ



diplastigynaika.gr



[friendsofaretaieio](https://www.facebook.com/friendsofaretaieio)



[friends_aretaiείου_mg](https://www.instagram.com/friends_aretaiείου_mg)

Το πρόγραμμα υλοποιείται
με την ευγενική χορηγία της

doValue