

Ο χρόνιος πόνος συνιστά μια από τις συχνότερες αιτίες επίσκεψης στον ιατρό και ταλαιπωρεί περίπου 11-40% του πληθυσμού παγκοσμίως. Σαν «χρόνιο» ορίζουμε κάθε πόνο ο οποίος επιμένει πέρα από το χρονικό όριο που αναμένεται να σταματήσει ή να επουλωθεί μια κάκωση ή μια νόσος και συνήθως ξεπερνά το χρονικό όριο των τριών μηνών. Μπορεί να αφορά όλα τα μέρη του σώματος, να είναι καλοήθης ή κακοήθης και να έχει ως αφετηρία κάποιο συγκεκριμένο γεγονός ή και όχι.

Σύμφωνα με τον ορισμό της Παγκόσμιας Οργάνωσης για τη μελέτη του Πόνου(IASP),ο χρόνιος πόνος αποτελεί μια δυσάρεστη αισθητική και συναισθηματική εμπειρία που σχετίζεται ή όχι με κάποια πραγματική ή δυνητική βλάβη. Αυτό σημαίνει ότι την αρχική βλάβη μπορεί να μην έχουμε πια τη δυνατότητα να την εντοπίσουμε ή να την θυμηθούμε. Ο χρόνιος πόνος συνιστά ασθένεια και όχι απλό σύμπτωμα της νόσου. Κι αυτό γιατί συνοδεύεται από μόνιμες μεταβολές στο περιφερικό και κεντρικό νευρικό σύστημα, που απαιτούν εξειδικευμένη θεραπεία για να αναστραφούν. Οι περισσότεροι ασθενείς θεωρούν ότι είναι αναμενόμενο και φυσιολογικό να πονά κανείς, αλλά δεν είναι έτσι. Όταν ο πόνος γίνεται χρόνιος πάντα χρειάζεται αντιμετώπιση.

Το Ιατρείο Πόνου αποτελεί τον χώρο στον οποίο πραγματοποιείται διάγνωση και αντιμετώπιση του χρόνιου πόνου και ανακούφιση των συμπτωμάτων που τον συνοδεύουν.

Όσον αφορά την παρηγορική φροντίδα σύμφωνα με τον Παγκόσμιο Οργανισμό Υγείας(2002), ως Παρηγορική Φροντίδα(Palliative Care)ορίζεται η ολιστική προσέγγιση που στοχεύει στην βελτίωση της ποιότητας της ζωής των ασθενών που αντιμετωπίζουν απειλητικές για την ζωή ασθένειες καθώς και των οικογενειών τους, μέσω της πρόληψης και ανακούφισης του αισθήματος του «υποφέρειν» («suffering»).

Ο σκοπός αυτός επιτυγχάνεται με την πρώιμη αναγνώριση σωστή αξιολόγηση και την θεραπεία του πόνου και άλλων σωματικών, ψυχοκοινωνικών και πνευματικών προβλημάτων.

Κάθε χρόνο περίπου 20 εκατομμύρια άνθρωποι χρειάζονται παρηγορική φροντίδα στο τέλος της ζωής τους, ενώ το 6% του πληθυσμού αυτού αφορά την παιδική ηλικία. Άνθρωποι που βιώνουν κατά το τέλος της ζωής πόνο ,θλίψη, απελπισία. Πρόκειται για εκτιμήσεις χαμηλού επιπέδου και αυτό επειδή 20 περίπου επιπλέον εκατομμύρια άνθρωποι χρήζουν υποστηρικτικής και παρηγορικής αγωγής κατά τα έτη πριν από το θάνατο τους. Ο αριθμός είναι τεράστιος, το ίδιο όμως και η ανάγκη ύπαρξης και δημιουργίας τέτοιων εξειδικευμένων μονάδων φροντίδας καθώς μόνο λίγες χώρες στον κόσμο έχουν εφαρμόσει έγκυρα και αξιόπιστα προγράμματα ανακουφιστικής φροντίδας. Αξίζει να σημειωθεί ότι στο 42% των χωρών παγκοσμίως υπάρχει μηδενική πρόσβαση στην παρηγορική φροντίδα, ενώ πάνω από το 75% του παγκόσμιου

πληθυσμού δεν έχει επαρκή πρόσβαση στα φάρμακα που απαιτούνται για τη θεραπεία του πόνου τους.

Το 2024 συμπληρώνονται 10 χρόνια από το ψήφισμα της Παγκόσμιας Συνέλευσης Υγείας (World Health Assembly) για την Παρηγορική Φροντίδα.

Η ενσωμάτωση της παρηγορητικής φροντίδας στα κρατικά συστήματα υγειονομικής περίθαλψης είναι αναπόσπαστο μέρος του αιτήματος για Παγκόσμια Κάλυψη Υγείας

Όσον αφορά την χώρα μας:

-Διαπιστώνουμε παντελή έλλειψη κλινών παρηγορικής φροντίδας.

Σύμφωνα με τον Ευρωπαϊκό Άτλαντα για την παρηγορική φροντίδα απαιτούνται 2 ξενώνες/100.000 πληθυσμού.

Η Ελλάδα έχει 0,02 ξενώνες/100.000 πληθυσμού(προτελευταίοι στην Ευρώπη)

-Επίσης δεν έχει γίνει ακόμα η συμπερίληψη των Ιατρικών Πόνου και Παρηγορικής Φροντίδας των δημοσίων νοσοκομείων στο [νομοσχέδιο για την ανακουφιστική φροντίδα](#), το οποίο παρά την ψήφισή του δεν έχει ακόμη εφαρμοστεί. Τα συγκεκριμένα ιατρεία, εξακολουθούν να λειτουργούν εθελοντικά χάρη στην ενσυναίσθηση γιατρών και νοσηλευτών καθώς τα περισσότερα παραμένουν εκτός του οργανισμού των νοσοκομείων.

Την Τρίτη στις 05/11/2024 στο ιατρείο πόνου που λειτουργεί στο Νοσοκομείο μας υπό την ΕΥΘΥΝΗ του Διευθυντή Αναισθησιολογίας κ.Ιωάννη Χρονάκη έγινε ένα επιτυχημένο ιατρείο.

Πραγματοποιήθηκαν 42 συνεδρίες ασθενών, κυρίως νέες περιπτώσεις, τα περισσότερα ήταν άτομα με μυοσκελετικά προβλήματα. Το ιατρείο ήταν ανοιχτό από τις 8πμ έως και τις 6μμ.

Συμμετείχαν:

Αρκαλάκη Ελένη (Αναισθησιολόγος, που ήρθε εθελοντικά από NNK),
Γατής Νικόλαος(Αναισθησιολόγος)

Μαρίνα Χουστουλάκη, (Ειδικευόμενη Αναισθησιολογίας)

Νοσηλεύτες:Βάιος Κουτσιπετσιδης ,Θάλεια Μπαλάσα, Αλεξάκη
Ευαγγελία, Σταυγιανουδάκης Νικόλαος, Αριστέα Μαμαλάκη, Νίκη
Γουμενάκη

Σημειώνουμε ότι η Ελληνική Εταιρία Θεραπείας Πόνου και Παρηγορικής Φροντίδας (ΠΑΡΗ.ΣΥ.Α.) προσφέρει δωρεάν μέσω του δικτύου των μελών της και στο πλαίσιο του εθελοντισμού την

πιστοποιημένη υπηρεσία σε Αττική, Ρέθυμνο, Θεσσαλονίκη και Ιωάννινα.

Προφανώς είναι απαραίτητη και η δημιουργία δομών για προσφορά υπηρεσιών παρηγορικής φροντίδας μέσω μιας εξειδικευμένης διεπιστημονικής ομάδας (γιατροί, νοσηλευτές, φυσιοθεραπευτές, εργοθεραπευτές, κοινωνικοί λειτουργοί, ψυχολόγοι).

Ωστόσο υποστηρίζουμε σε όλους τους τόνους ότι η συνολική κάλυψη του πληθυσμού δεν μπορεί να επαφίεται στην κοινωνία των πολιτών αλλά να παρέχεται από το κράτος.