ΝΙΑΟΥΣΤΑ

ΤΡΙΜΗΝΙΑΙΟ ΠΕΡΙΟΔΙΚΟ ΠΟΛΙΤΙΣΤΙΚΗΣ ΕΤΑΙΡΕΙΑΣ ΝΑΟΥΣΑΣ «ΑΝΑΣΤΑΣΙΟΣ ΜΙΧΑΗΛ Ο ΛΟΓΙΟΣ»
ΕΤΟΣ 35ο • ΑΡ. ΤΕΥΧΟΥΣ 139 • ΕΙΔΙΚΗ ΣΥΛΛΕΚΤΙΚΗ ΕΚΔΟΣΗ • ISSN 1106-2118

ΕΙΔΙΚΗ ΕΚΔΟΣΗ

1962-2012

ΣΥΝΑΝΤΗΣΗ ΑΠΟΦΟΙΤΩΝ 1962 ΛΑΠΠΕΙΟΥ ΓΥΜΝΑΣΙΟΥ ΝΑΟΥΣΑΣ

50 ΧΡΟΝΙΑ ΜΕΤΑ... / Η ΕΠΤΑΗΜΕΡΗ ΤΟΥ '62 / ΣΤΑ ΧΡΟΝΙΑ ΤΗΣ ΑΘΩΟΤΗΤΑΣ
Η ΓΕΝΙΑ ΤΩΝ 60'S ΚΑΙ ΟΙ ΑΠΟΦΟΙΤΟΙ ΤΟΥ '62

http://politistikietaireianaoussas.blogspot.com

κάθε μέρα

ΣΤΗΝ ΟΘΟΝΗ* ΣΑΣ!

όλα τα νέα και οι δραστηριότητες του συλλόγου καθημερινά στις οθόνες σας με ένα κλικ!

παλαιά τεύχη του περιοδικού «Νιάουστα» σε ψηφιακή μορφή για το αρχείο σας

* ιστοσελίδα διαθέσιμη σε όλους τους Η/Υ, tablet pc & smartphones
email: niaousta@gmail.com

«ΝΙΑΟΥΣΤΑ»
ΤΡΙΜΗΝΗ ΠΕΡΙΟΔΙΚΗ ΕΚΔΟΣΗ ΤΗΣ ΠΟΛΙΤΙΣΤΙΚΗΣ ΕΤΑΙΡΕΙΑΣ ΝΑΟΥΣΑΣ «ΑΝΑΣΤΑΣΙΟΣ ΜΙΧΑΗΛ Ο ΛΟΓΙΟΣ»

ΕΙΔΙΚΗ ΣΥΛΛΕΚΤΙΚΗ ΕΚΔΟΣΗ
Έτος 35ο - Τεύχος 139,
Αριθμός ISSN: 1106 2118

ΙΔΡΥΤΕΣ
Σύλλογος Αποφοίτων Νάουσας
(+) Οδυσσεύς Ντινόπουλος

ΙΔΙΟΚΤΗΣΙΑ
Πολιτιστική Εταιρεία Νάουσας
«Αναστάσιος Μιχαήλ ο Λόγιος»

ΕΚΔΟΤΗΣ
Αλέξανδρος Οικονόμου, Πρόεδρος Δ.Σ.

ΣΥΝΤΑΚΤΙΚΗ ΕΠΙΤΡΟΠΗ
Αλέξανδρος Οικονόμου
Ευγενία Ζάλιου
Πέτρος Στοΐδης
Δημήτρης Πάζος
Θεόδωρος Ζιώτος
Ελισάβετ Χατζηπαλούση-Ρούκαλη
Δήμητρα Τζάκη-Μπεαλίκα

ΣΧΕΔΙΑΣΜΟΣ - ART DIRECTOR
Δημήτρης Πάζος

ΓΡΑΦΕΙΑ ΠΕΡΙΟΔΙΚΟΥ ΠΛΗΡΟΦΟΡΙΕΣ
• Δημοτική Βιβλιοθήκη Νάουσας
Δ. Σολωμού 3, Τ.Κ. 59200, Νάουσα
τηλ. 2332024102
• Αλεξ. Οικονόμου, Καρανάτσιου 2
59200 Νάουσα, τηλ. 23320 29380

ΑΝΤΙΠΡΟΣΩΠΟΣ ΒΕΡΟΙΑΣ
Γιάννης Καρατσιώλης - Γεωπόνος
τηλ. 23310 60331

ΕΚΤΥΠΩΣΗ
ΗΛΚΟΣ Φ. - ΡΑΛΛΗΣ Κ. & ΣΙΑ Ο.Ε.
3ο χλμ. Νάουσας - Σ.Σ. Νάουσας
Τηλ. & Fax: 23320 41319

Η συντακτική επιτροπή του περιοδικού δεν φέρει καμία ευθύνη για τα ενυπόγραφα κείμενα που δημοσιεύονται. Την ευθύνη φέρει ο υπογράφων το κείμενο.

ΔΙΑΚΙΝΗΣΗ ΠΕΡΙΟΔΙΚΩΝ, ΕΜΒΑΣΜΑΤΑ, ΣΥΝΔΡΟΜΕΣ
• Αλέξανδρος Οικονόμου
Καρανάτσιου 2, Νάουσα, ΤΚ 59200,
τηλ.: 23320 29380
• Δημοτική Βιβλιοθήκη Νάουσας
Σολωμού 3, ΤΚ 59200, τηλ. 23320 24102

ΚΩΔΙΚΟΣ ΕΝΤΥΠΟΥ
104360 - ISSN 1106-2118

Περιοδικά και βιβλία αποστέλλονται ταχυδρομικά με αντικαταβολή. Είναι διαθέσιμα όλα τα παλιά τεύχη του περιοδικού για να συμπληρώσετε ενδεκομένως τις ελλείψεις σας.

ΦΩΤΟΓΡΑΦΙΑ ΕΞΩΦΥΛΛΟΥ
«ΛΑΠΠΕΙΟ ΓΥΜΝΑΣΙΟ» του Αλέξανδρου Οικονόμου

Τεύχος Νο139 Περιεχόμενα

Σημείωμα της σύνταξης

Με μεγάλη χαρά η συντακτική επιτροπή του περιοδικού μας ανταποκρίθηκε στην πρόταση της οργανωτικής επιτροπής για τη συνάντηση των 50χρονων από την αποφοίτησή τους από το Λάππειο Γυμνάσιο, το 1962 για την έκδοση ενός ειδικού τεύχους της ΝΙΑΟΥΣΤΑΣ αφιερωμένου στην τάξη του '62.
Με υλικά (κείμενα, φωτογραφίες και εργασίες) που συγκεντρώθηκαν με ευθύνη της οργανωτικής επιτροπής, η οποία ανέλαβε και τη χρηματοδότηση της έκδοσης, σας παραδίδουμε το τεύχος αυτό, με την ευχή τέτοιες πρωτοβουλίες να βρουν μιμητές και στο μέλλον.

Η συντακτική επιτροπή της «Νιάουστας»

08 Ευθυμούλας Μπαμπάτση-Τζερεφού: **«Ομφάλιος Λώρος»**
10 Ευριπίδη Μπόσκου: **Συμβολή των ορυκτών υλών στον πολιτισμό και τη βελτίωση του βιοτικού μας επιπέδου. Ορυκτές πρώτες ύλες της Ελλάδας.**
18 Τρύφων Μαρκοβίτη: **«Εμείς οι παλαιότεροι ας γίνουμε γέφυρες στη νέα διαφορετική εποχή»**
21 Αικατερίνης Σαρηγιαννίδου-Πλατανιά: **50 Χρόνια μετά...**
22 Νικολάου Λουμπουρδή: **Τα Βαρέα μέταλλα στη ζωή μας**
26 Ευθυμούλας Μπαμπάτση-Τζερεφού: **Η επταήμερη του '62**
30 Παύλου Μήτογλου: **Το παρελθόν, το παρόν και το μέλλον στις συναλλαγές με τις πιστωτικές κάρτες**
32 Δημητρίου Μαΐδή: **Ιατρικό λάθος και Ιατρική ευθύνη**
36 Γεωργίου Τσίτση: **Η γενιά των '60s και οι απόφοιτοι του '62**
38 Ευθυμούλας Μπαμπάτση-Τζερεφού: **Στα χρόνια της αθωότητας**
42 Γρηγορίου Μήκα: **Τροφικές Δηλητηριάσεις**
48 Κων/νου Αθανασιάδη: **Ε.Τ.Α. Δ. Νάουσας. Ιστορία του τουρισμού στην πόλη**
52 Μαρίας Σεΐζη: **Μητρικός Θηλασμός**
58 Μαρίας Σεΐζη: **Αξιολόγηση παχυσαρκίας στον παιδικό πληθυσμό της πόλης**
64 Νικολάου Ίτσκου: **Λαναράς - Νάουσα**
66 Τάσου Τασιώνα: **Η κτηνοτροφία στο βουνό μας**
68 Σούλας Καρατσιώλη-Δελιδήμου: **1962-2012**
70 Αντώνη Χατζηβασιλειάδη: **Φυτοπροστασία - Αναδρομή στο παρελθόν**
76 Νικολάου Κασάπη: **Τριθεματική αναφορά στην Ιατρική**
α. Αναφορά σε στοιχεία της Ιστορίας της Ιατρικής
β. Η Ανθρωπιά στην καθημερινή άσκηση της Ιατρικής τα τελευταία 50 χρόνια
γ. Η Ιατρική του 21ου αιώνα

φωτογραφικό υλικό στις σελίδες: 5, 9, 21, 25, 26, 28, 38, 41, 47, 51, 65, 68, 69, 74, 75

ΠΡΟΛΟΓΟΣ

Πριν από ένα περίπου χρόνο μια μικρή παρέα συμμαθητών, μεταξύ οίνου και πνεύματος, σκεφτήκαμε να οργανώσουμε, με την ευκαιρία των 50 χρόνων από την αποφοίτησή μας από το Λάππειο Γυμνάσιο Νάουσας, συνάντηση όλων των μελών της μαθητικής μας οικογένειας.

Οι συναθροίσεις συνεχίστηκαν, προσετέθησαν και άλλα μέλη στη παρέα, αλλά η συζήτηση για την οργάνωση της συνάντησης αναβαλλόταν πάντοτε για την επόμενη φορά, επειδή μάλλον υπερτερούσε ο οίνος του πνεύματος.

Έτσι φθάσαμε την 1η Φεβρουαρίου, όταν συναντηθήκαμε στο σπίτι της Ευθυμούλας. Εκείνο λοιπόν το βράδυ, ενώ έξω έπεφτε πυκνό χιόνι, με αναμμένο το τζάκι, με τη ζεστή περιποίηση της οικοδέσποινας (συναισθηματικά-ζεστό τραχανά κ.ά.) και με τα μεζεδάκια του Τρύφωνα (γιόρταζε), χωρίς όμως την επήρεια του οινο-πνεύματος, πήραμε τις αποφάσεις.

Αποφασίσαμε να στείλουμε ονομαστική επιστολή σε όλες τις συμμαθήτριες και όλους τους συμμαθητές και πρόσκληση στην καθηγήτρια μας και στους καθηγητές μας. Τις δημοσιεύουμε για την ιστορία στο τεύχος αυτό.

Δυστυχώς, δεν πήραν επιστολή η Ανθούλα (Σόφκου), ο Μιλτιάδης (Αχτίδας), ο Τάκης (Δραγουμάνος), ο Χάρης (Αθανασιάδης), ο Τάκης (Σπάρτσης), ο Γιάννης (Ζάλιος), ο Κώστας (Φώτης) και ο Σπύρος (Ζάχος).

Να ξέρουν όμως ότι ακούμε το σιωπηρό τους λόγο και βλέπουμε μέσα μας τις μορφές τους χαρούμενες για τις εκδηλώσεις που ετοιμάζουμε για τα 50 χρόνια από την αποφοίτηση μας. Θέλουμε να τους πούμε ότι, επειδή αποτελούν μέρος από τη ζωή μας, ένα κομμάτι από τον εαυτό μας, θα είμαστε πάντα όλοι μαζί.

Επίσης παρούσες και παρόντες για πάντα είναι μέσα μας όλες οι καθηγήτριες και όλοι οι καθηγητές των Γυμνασιακών μας χρόνων, που με το λόγο και τις ιδέες τους μας βοήθησαν να φθάσουμε μέχρι εδώ.

Αποφασίσαμε, επίσης, να καλύψουμε την ύλη ενός επετειακού τεύχους του περιοδικού «ΝΙΑΟΥΣΤΑ» με διάφορα κείμενα και φωτογραφικό υλικό. Είναι αυτό που τώρα κρατάς. Η ευθύνη δε των κειμένων ανήκει αποκλειστικά σε αυτόν που τα υπογράφει.

Ακολούθησαν και άλλες συναντήσεις, με την παρέα να μεγαλώνει, φροντίζοντας να υλοποιήσουμε τις αποφάσεις και να οργανώσουμε την συνάντηση αρχικά στο σχολείο μας και συνέχεια...

Ευχαριστούμε την ΠΟΛΙΤΙΣΤΙΚΗ ΕΤΑΙΡΙΑ ΝΑΟΥΣΑΣ «ΑΝΑΣΤΑΣΙΟΣ ΜΙΧΑΗΛ Ο ΛΟΓΙΟΣ», που έχει την ιδιοκτησία του περιοδικού «ΝΙΑΟΥΣΤΑ» και ιδιαίτερα τον εκδότη και πρόεδρο του Δ.Σ. κ. Οικονόμου Αλέξανδρο για την παραχώρηση που μας έκανε.

Επίσης, ευχαριστούμε όλες και όλους εσάς, που συμβάλλατε με τα κείμενα και τις φωτογραφίες στην ευόδωση της έκδοσης αυτής και την συμμαθήτρια μας κ. Καλτσογιάννη Μαρία (Μπέμπα) για την χρηματική προσφορά συμμετέχοντας στην κάλυψη εξόδων του περιοδικού, στη μνήμη του αδελφού της Γεωργίου Καλτσογιάννη.

Ελπίζουμε ότι η κρίση σας για τυχόν λάθη και παραλείψεις, να είναι επιεικής.

Η ΟΡΓΑΝΩΤΙΚΗ ΕΠΙΤΡΟΠΗ
ΤΩΝ ΑΠΟΦΟΙΤΩΝ ΤΟΥ ΛΑΠΠΕΙΟΥ
ΓΥΜΝΑΣΙΟΥ ΝΑΟΥΣΑΣ 1962

ΕΝΘΥΜΙΟΝ

ΑΠΟΦΟΙΤΟΙ ΛΑΠΠΕΙΟΥ ΓΥΜΝΑΣΙΟΥ ΝΑΟΥΣΑΣ 1962

Γυμνασιάρχης: Μαντωνανάκης Ν.

Καθηγητές: Διάφας Θ. - Μουζακίδης Β. - Κούλας Ν. - Τσίγκου Γ. - Σαλταπίδα Σ. - Καραγιοβάννου Ε. - Ζωγράφος Π. - Νικολαΐδης Λ. - Τάσης Χ. - Συμεωνίδης Γ. - Χρυσοχοΐδης (όρθιος δεξιά).

Μαθήτριες: Μουτσικάπα Ε. - Παπαβασιλίου Σ. - Τόμτση Ε. - Χ΄΄Ιωαννίδου Ε. - Λίτου Ε. - Ντέντου Ε.-Τρυφωνοπούλου Ε. - Σαρηγιαννίδου Α. - Υφαντίδου Ε. - Σόφκου Α. -Μήτσαλα Ε. - Γιαννικουρή Ε. - Καλτσογιάννη Μ. - Καραμπέλκου Α. - Τσαρνούχα Θ. - Μελισσά Μ. - Καρατσιώλη Α. - Μπαμπάτση Ε. - Κτώνα Ε. - Δεληχρήστου Ε. - Ιωσηφίδου Φ. - Σεΐζη Μ. - Σιούγγαρη Α.
(Απούσες από τη φωτογραφία: Κωστελίδου Σ. - Γκέσιου Ε. - Βασίλτση Σ.)

Μαθητές: Μαρκοβίτης Τ. - Χατζηβασιλειάδης Α. - Ράλλης Σ. - Οικονόμου Π. -Ίτσκος Ν. - Τσίτσης Γ. - Κασάπης Ν. - Ζάλιος Ι. - Μπέρος Ζ. - Χαραλαμπίδης Α. - Αχτίδας Μ. - Μπόσκος Ε. - Μαϊδης Δ. - Αθανασιάδης Χ. - Δραγουμάνος Δ. - Τηλκερίδης Χ. - Φώτης Κ. - Μαρτινάκης Ι. - Μήκας Γ. - Χατζηϊωαννίδης Ε. - Μικρόπουλος Κ. - Γεωργιάδης Γ. - Τασιώνας Α.
(Απόντες από τη φωτογραφία: Αθανασιάδης Κ. - Μήτογλου Π. - Μπιντερλής Μ. - Λουμπουρδής Ν. - Σαραντίδης Β. - Σπάρτσης Δ. - Ζάχος Σ. - Δέλιος Κ. - Παπαδόπουλος Α.)

ΟΡΓΑΝΩΤΙΚΗ ΕΠΙΤΡΟΠΗ ΣΥΝΑΝΤΗΣΗΣ
ΑΠΟΦΟΙΤΩΝ ΛΑΠΠΕΙΟΥ ΓΥΜΝΑΣΙΟΥ ΝΑΟΥΣΑΣ 1962
ΤΑΧ. ΔΙΕΥΘΥΝΣΗ: Νίκος Κασάπης, Βύρωνος 45, ΝΑΟΥΣΑ, Τ.Κ: 592 00

Νάουσα 9 Μαΐου 2012
*«Παν γάρ εν φίλον τόδε»**

Φίλη συμμαθήτρια, Φίλε συμμαθητή

Πέρασαν 50 χρόνια από την αποφοίτησή μας από το Λάππειο Γυμνάσιο Νάουσας και αποφασίσαμε να κάνουμε, ενδεχομένως, την τελευταία οργανωμένη συνάντηση της τάξης μας το Σάββατο 22 Σεπτεμβρίου και ώρα 10 πρωί στο Σχολείο μας.

Στα χρόνια αυτά που μεσολάβησαν με την «σοφία» της ωριμότητας, πιστεύουμε ότι έχουμε γίνει πιο ελεύθεροι και δεκτικοί. Έτσι απαλλαγμένοι, έστω και για λίγο χρόνο, από τις σκοτούρες της ζωής και από άλλες αναστολές, θέλουμε να πιστεύουμε ότι θα δώσεις και εσύ το «παρών» στην οικογένεια των μαθητικών μας χρόνων, που ήταν για όλους εμάς, και ελπίζουμε και για σένα, τα ομορφότερα της ζωής μας. Εμείς θα χαρούμε και θα μας συγκινήσει η παρουσία σου και είμαστε σίγουροι ότι θα είναι ένα ευχάριστο και μεστό διάλειμμα από όμορφες αναμνήσεις. Η συνάντηση θα μας ενώσει πάλι με τις κοινές αξίες που μεγαλώσαμε στα μαθητικά μας χρόνια (φιλία-αγάπη κ.ά.), που ίσως είναι και λυτρωτικές για την ηλικία μας. Θα χαρούμε λοιπόν πολύ με την παρουσία σου, αλλά και θα λυπηθούμε αν απουσιάσεις.

ΕΧΕΙΣ ΛΟΙΠΟΝ ΤΟ ΔΙΚΑΙΩΜΑ ΝΑ ΜΑΣ ΣΤΕΝΑΧΩΡΗΣΕΙΣ;

Θεωρήσαμε σκόπιμο η συνάντησή μας να συνοδεύεται και από μια εκδήλωση για να μείνει σαν αποτύπωμα της κοινής μας διαδρομής στα Γυμνασιακά μας χρόνια.

Σκεφτήκαμε να αναλάβουμε την κάλυψη της ύλης ενός επετειακού τεύχους του περιοδικού «ΝΙΑΟΥΣΤΑ» με διάφορα θέματα, κατά προτίμηση γενικού ενδιαφέροντος, (δοκίμια-μελέτες- διηγήματα-ποιήματα-διηγήσεις από στιγμές της μαθητικής μας ζωής, με ανάλογες φωτογραφίες) που θα κυκλοφορήσει περίπου στα μέσα Σεπτεμβρίου. Θα παρακαλούσαμε να συμμετέχεις και να μας στείλεις το πόνημά σου το αργότερο, μέχρι τέλος Ιουλίου.

Σας καλούμε όλους και όλες, και ιδιαίτερα εσάς που ανυπέρβλητες συνθήκες δεν θα σας επιτρέψουν να παραβρεθείτε στη συνάντηση, αλλά να ξέρετε ότι για εμάς θα είσθε οιονεί παρούσες και παρόντες, να βοηθήσετε την υλοποίηση της προσπάθειας ή τουλάχιστον να στείλετε ένα μήνυμα είτε ταχυδρομικά, είτε μέσω κοινού e-mail που δημιουργήσαμε και είναι: synantisi2012@yahoo.gr. Μπορείς δε να ανοίξεις το e-mail με τον κωδικό πρόσβασης: apofoitoi1962, γιατί ανήκει και σε σένα.

Με φιλικούς χαιρετισμούς
Η οργανωτική επιτροπή
Αθανασιάδης Κώστας: 6972855441
Καλτσογιάννη Μπέμπα: 23332028431
Κασάπης Νίκος: 6976174233
Μαρκοβίτης Τρύφων: 6973374474
Μήτογλου Παύλος: 6947726188
Μπαμπάτση Ευθυμούλα: 6973665105
Χατζηβασιλειάδης Αντώνης: 2332024574

Υ.Γ. Θα διευκόλυνε τον προγραμματισμό αν μέχρι τέλος Ιουλίου δήλωνες, χωρίς όμως να είναι υποχρεωτικό, την συμμετοχή σου με όποιο τρόπο σου είναι προσιτός.

** Όλοι εμείς εδώ οι φίλοι είμαστε ένα σώμα και μια ψυχή*

Αξιότιμο κυρία Καραγιοβάννου Ευδοξία

Θα ήταν μεγάλη χαρά, για όλους εμάς που υπήρξαμε μαθητές σας στα Γυμνασιακά μας χρόνια στο Λάππειο Γυμνάσιο Νάουσας, αν στην συνάντηση μας, που θα γίνει το Σάββατο στις 22 Σεπτεμβρίου για τα 50 χρόνια από την αποφοίτηση, μας τιμήσετε με την παρουσία σας.
Τόπος συνάντησης: Λάππειο Γυμνάσιο Νάουσας
Ώρα συνάντησης: 10.00

Εκ μέρους της οργανωτικής επιτροπής
Με μεγάλη εκτίμηση
Τρύφων Μαρκοβίτης
Τηλ: 6973374474

Νάουσα 9 Μαΐου 2012

Αξιότιμο κύριο Διάφα Θεόφιλο

Θα ήταν μεγάλη χαρά, για όλους εμάς που υπήρξαμε μαθητές σας στα Γυμνασιακά μας χρόνια στο Λάππειο Γυμνάσιο Νάουσας, αν στην συνάντηση μας, που θα γίνει το Σάββατο στις 22 Σεπτεμβρίου για τα 50 χρόνια από την αποφοίτηση, μας τιμήσετε με την παρουσία σας.
Τόπος συνάντησης: Λάππειο Γυμνάσιο Νάουσας
Ώρα συνάντησης: 10.00

Εκ μέρους της οργανωτικής επιτροπής
Με μεγάλη εκτίμηση
Τρύφων Μαρκοβίτης
Τηλ: 6973374474

Νάουσα 9 Μαΐου 2012

Αξιότιμο κύριο Μουζακίδη Βύρωνα

Θα ήταν μεγάλη χαρά, για όλους εμάς που υπήρξαμε μαθητές σας στα Γυμνασιακά μας χρόνια στο Λάππειο Γυμνάσιο Νάουσας, αν στην συνάντηση μας, που θα γίνει το Σάββατο στις 22 Σεπτεμβρίου για τα 50 χρόνια από την αποφοίτηση, μας τιμήσετε με την παρουσία σας.
Τόπος συνάντησης: Λάππειο Γυμνάσιο Νάουσας
Ώρα συνάντησης: 10.00

Εκ μέρους της οργανωτικής επιτροπής
Με μεγάλη εκτίμηση
Τρύφων Μαρκοβίτης
Τηλ: 6973374474

Νάουσα 9 Μαΐου 2012

«ΟΜΦΑΛΙΟΣ ΛΩΡΟΣ»

γράφει η Ευθυμούλα Μπαμπάτση – Τζερεφού

Κρατούσα στα χέρια μου, την τελευταία τυπική φωτογραφία του αποχαιρετισμού!!!

Κάθε χρόνο στην είσοδο του Λαππείου Γυμνασίου με τα μαρμάρινα σκαλιά, οι εκάστοτε καθηγητές καθισμένοι σε καρέκλες στην πρώτη σειρά, αποχαιρετούν τους μαθητές τους που είναι όρθιοι πίσω τους, δίνοντας τις ανάλογες ευχές για το μέλλον τους.

Ο φωτογράφος απέναντι κρατώντας τη μηχανή στα χέρια του αποτυπώνει σ' ένα απλό χαρτί μ' ένα κλικ το τέλος μιας σχολικής τάξης.

Αλήθεια!!! με τόση ευκολία κλείνει ένα βιβλίο με άπειρες σελίδες;

Ευτυχώς Όχι!!!

Ήταν Ιούνιος του 1962 και ήταν μια ιδιαίτερη μέρα για μας. Ήταν η τελευταία μέρα της κοινής σχολικής ζωής μας. Συγκεντρωθήκαμε στον ίδιο εκείνο αυλόγυρο που για 6 χρόνια μαζί κλάψαμε και γελάσαμε μαζί πονέσαμε και μάθαμε. Αυτές οι μαθητικές σχέσεις γίνονται τόσο δυνατές που μετουσιώνονται σε ισόβιους δεσμούς. Κανένας δεν έχει το δικαίωμα να τις κόψει. Κόβονται μόνο σαν ομφάλιοι λώροι και απελευθερώνουν το άτομο να φύγει, να πετάξει, να χαθεί ποτέ όμως να ξεχαστεί.

Παρατηρούσα τώρα στη φωτογραφία το κάθε πρόσωπο χωριστά και μπορώ να πω ότι καταλάβαινα τα συναισθήματά του, γιατί γνώριζα το χαρακτήρα του καθένα. Βέβαια μόνο για τα δικά μου είμαι σίγουρη και μπορώ να τα εκφράσω σ' αυτό το χαρτί και να τα υπογράφω. Εκείνη τη μέρα ένοιωθα μια λύπη, μια χαρά, μια θλίψη, μια ανάσα. Στεναχωριόμουνα πολύ γιατί γνώριζα ότι το επόμενο λεπτό, εμείς όλοι που ζήσαμε μαζί στα καλά και στα κακά, θα χωρίζαμε. Εμείς που για χρόνια ανεβοκατεβαίναμε την ίδια ξύλινη σκάλα με την ίδια αγωνία για το πιθανό πρόχειρο διαγώνισμα και την ίδια χαρά για την απόφαση των καθηγητών μιας εκδρομής, από δω και πέρα θα χανόμασταν. Φαίνεται όμως πως δεν διαγράφεται εύκολα μια κοινή ζωή μέσα στην εφηβεία γι' αυτό και τότε δεν είπαμε αντίο παρά μόνο «στο επανειδείν».

Ήμουνα όμως και χαρούμενη γιατί δεν θα ξανάπιανα στα χέρια μου τα βιβλία της Κοσμογραφίας και της Λογικής.

«Κοσμογραφία». Εγώ βιαζόμουνα, δεν ήθελα να ξέρω τον κόσμο μέσα από τους χάρτες και τις φωτογραφίες, εγώ ήθελα να τον γνωρίσω μέσα απ' τα ταξίδια της ζωής, να τον αγγίζω, να τον περπατήσω και να μ' αγκαλιάσει γιατί μέχρι τότε νόμιζα πως αυτά τα ταξίδια, είναι μόνο όμορφα, έμαθα αργότερα και πόσο οδυνηρά είναι. Όπως έμαθα ακόμα πιο μετά, ότι και τα οδυνηρά δεν μυρίζουν μόνο αίμα, αλλά μπορεί και τριαντάφυλλο.

«Λογική». Όσο για τη λογική ποτέ δεν την εκτίμησα όσο το συναίσθημα. Πάντα όμως εκτιμούσα το αποτέλεσμα μ' όλο το βάρος του.

Όταν έκλεισε πίσω μας, για πάντα, η βαριά σιδερένια «εξώπορτα πλέον» του σχολείου μας, σφίγγοντας τα χέρια μας, υποσχεθήκαμε ότι ποτέ δεν θα μας χωρίσουν οι 50 δρόμοι που εκείνη τη στιγμή ανοίγονται μπροστά μας.

Κι ύστερα ο καθένας πήρε το δρόμο του και γω πήρα το δικό μου.

Τα τελευταία λόγια που άκουσα από τον γυμνασιάρχη μας Μαντωνανάκη, την ώρα που μας έδινε το απολυτήριο ήταν και «τώρα είστε Ακαδημαϊκοί πολίτες». Τότε έκανα πως κατάλαβα το νόημά τους και είπα ευχαριστώ. Στην πραγματικότητα το αντελήφθηκα πολύ αργότερα στην πορεία της ζωής μου όταν έδινα κάθε μέρα εξετάσεις για ν' αποδείξω πώς είμαι, αν είμαι και αν θα είμαι καλή μάνα, σύζυγος, αδελφή, φίλη, γειτόνισσα, συνεργάτιδα, πολίτης, καλός άνθρωπος. Και πάλι οι προσωπικές εμπειρίες με διδάξανε, πως το ταγκό γίνεται ένας υπέροχος χορός όταν τον χορεύουν υπέροχα και οι δύο.

Κρατούσα ακόμα τη μαθητική φωτογραφία και χάιδευα τα πρόσωπα του Γιάννη, του Νίκου, του Γιώργου, της Καίτης, της Νίας, της Βέτας, της Μπέμπας, της Μαρίας, της Ρίνας, τους έβλεπα και σκεφτόμουνα πως άλλοι τότε φύγανε για τη Γερμανία άλλοι για τη Θεσ/νίκη, άλλοι σπούδασαν, άλλοι παντρεύτηκαν, άλλοι δεν παντρεύτηκαν, όλοι μας όμως σίγουρα θ' αγωνιστήκαμε, με τον δικό του τρόπο ο καθένας μας, πληρώνοντας πιστεύω με το ανάλογο κόστος τις επιλογές τους.

Ο Απολογισμός μιας ζωής θέλει πολύ δύναμη. Καρπίζει όταν έρχεται το πλήρωμα του χρόνου και κανένας δεν έχει το δικαίωμα να τον κρίνει.

Όπως και τώρα δεν μπορώ να πω τίποτα σ' ένα νέο παιδί, όταν το βλέπω πάνω σ' ένα πεζοδρόμιο, ν' ανοίγει την εφημερίδα και με αγωνία να διαβάζει τις αγγελίες ψάχνοντας τη «Χρυσή Ευκαιρία», για εργασία. Τώρα δυστυχώς είναι πολύ δύσκολο να τη βρει και αυτός που σπούδασε και αυτός που δεν σπούδασε.

Το μόνο που μπορώ να πω πως η ζωή δεν πάει χαμένη αν χάσεις μια θέση στο Πανεπιστήμιο. Σημασία έχει να μην χάσεις το στόχο σου, αυτόν που οφείλεις να έχεις και να τον κρατάς μέσα στη καρδιά σου, όχι απέναντί σου γιατί έτσι μπορεί και να τον χάσεις. Οι ευκαιρίες δεν βρίσκονται μόνο στη «Χρυσή Ευκαιρία», βρίσκονται δίπλα μας, βρίσκονται μπροστά μας, δεν γίνεται να μην βρίσκονται κάπου! Μου διαφεύγει τ'

επάνω φωτογραφία: με την καθηγήτρια της Γυμναστικής Ευγενία Τσακάλου (Σχολική Χρονιά 1957-1958)

κάτω φωτογραφία: όλες οι μαθήτριες και λίγοι μαθητές με τον φιλόλογο καθηγητή Ζήση Καραπέτση (Σχολική Χρονιά 1957-1958)

όνομα ενός μεγάλου άνδρα που είπε: Για όλους υπάρχουν ευκαιρίες. Στους απλούς ανθρώπους η ευκαιρία χαρίζεται. Από τους έξυπνους αρπάζεται και από τους ευφυείς δημιουργείται.

Έτσι και μεις οι 50 ευφυείς που αποτελούσαμε την τάξη μας, δημιουργήσαμε την ευκαιρία να βρεθούμε σήμερα στις 22 Σεπτεμβρίου 2012, μετά από 50 χρόνια στα μαθητικά μας θρανία και να νομίζουμε ότι δεν πέρασε λεπτό από κείνη την ημέρα της τυπικής φωτογραφίας. Κρατήσαμε τον όρκο που δώσαμε στην σιδερένια εξώπορτα του Λαμπείου γυμνασίου «ότι δεν θα χωρίσουμε ποτέ» και τον κρατήσαμε. Ήταν όρκος τιμής μα κυρίως Αγάπης. Τώρα μέσα στην τάξη είναι και ο Γιάννης ο Ζάλιος είναι και ο Μιλτιάδης ο Αχτίδας, είναι η Ανθούλα η Σόφκου, ο Τάκης ο Δραγουμάνος, ο Χάρης Αθανασιάδης, ο Τάκης ο Σπάρτσης, ο Κώστας ο Φώτης, είναι και ο Σπύρος ο Ζάχος εκεί ακουμπισμένος στο πλαϊνό ξύλο της πόρτας, να μας κλείνει το μάτι και να λέει «Ει και εγώ είμαι εδώ!». Τελικά η αγάπη είναι αυτή που κάνει παρόντες σήμερα όλους, ακόμα και αυτούς που για τους δικούς τους λόγους απουσιάζουν απ' αυτό το συγκινητικό αντάμωμα.

«Αφιερώνεται στους δασκάλους και καθηγητές μου»

ΣΥΜΒΟΛΗ ΤΩΝ ΟΡΥΚΤΩΝ ΠΡΩΤΩΝ ΥΛΩΝ ΣΤΟΝ ΠΟΛΙΤΙΣΜΟ ΚΑΙ ΤΗ ΒΕΛΤΙΩΣΗ ΤΟΥ ΒΙΟΤΙΚΟΥ ΜΑΣ ΕΠΙΠΕΔΟΥ. ΟΡΥΚΤΕΣ ΠΡΩΤΕΣ ΥΛΕΣ ΤΗΣ ΕΛΛΑΔΑΣ

Γράφει ο Ευριπίδης Μπόσκος, Ομότιμος Καθηγητής Εθνικού Μετσόβιου Πολυτεχνείου

Η σχέση του ανθρώπου με τη γη και τον πλούτο της χρονολογείται από την εμφάνισή του στον πλανήτη. Συνδέεται με την εξέλιξη του ίδιου και των κοινωνιών που συγκροτούσε, με τη διεύρυνση της γνώσης του μέσα από την παρατήρηση και την ερμηνεία των φυσικών φαινομένων. Οι πρώτες ύλες, έχουν συνεισφέρει σημαντικά στην εξέλιξη του πολιτισμού, ενώ μεγάλες περίοδοι της ανθρώπινης ιστορίας, όπως η εποχή του λίθου, του χαλκού και του σιδήρου, πήραν το όνομά τους από αυτές.

Με τον όρο «ορυκτές πρώτες ύλες», εννοούμε τα φυσικά προϊόντα που προέρχονται από τη γη, όπως ορυκτά, πετρώματα, μεταλλεύματα και ενεργειακές πρώτες ύλες.

Η παλαιότερη, ίσως, γνωστή χρήση των ορυκτών από τον άνθρωπο, η οποία χρονολογείται περίπου το 17.000 π.Χ., συναντάται στις βραχογραφίες των σπηλαίων, όπως αυτές του Lascaux (Λασκό) στη Γαλλία με την παραγωγή χρωστικών υλών από ορυκτά, όπως ο γκαιτίτης, ο αιματίτης, ο λειμωνίτης. Ο οψιδιανός της Μήλου (μια μορφή φυσικού γυαλιού) χρησιμοποιήθηκε από το 9.000 π.Χ. στην κατασκευή αιχμηρών και ανθεκτικών εργαλείων. Η άργιλος αποτελεί την πρώτη ύλη της κεραμικής, από την οποία στην αρχαιότητα δημιουργήθηκαν αρι-

στουργήματα αγγειοπλαστικής τέχνης και συνεχίζουν να δημιουργούνται, διαχρονικά, μέχρι σήμερα. Το μάρμαρο έχει, επίσης, διαχρονική παρουσία, με σημαντικό ρόλο στην πολιτιστική ανάπτυξη του ανθρώπου. Στην αρχαία Ελλάδα χρησιμοποιήθηκαν τα περίφημα λευκά μάρμαρα της Πεντέλης και της Πάρου για τα γλυπτά του Παρθενώνα, την Αφροδίτη της Μήλου, τον Ερμή του Πραξιτέλους και άλλα καλλιτεχνικά αριστουργήματα.

Η χρήση του χαλκού, του κρατερώματος (χαλκός+κασσίτερος) και αργότερα του ορείχαλκου (χαλκός+ψευδάργυρος) για εργαλεία, όπλα και καλλιτεχνικά αντικείμενα, σηματοδότησαν την εξόρυξη μεταλλευμάτων και τη μεταλλουργία. Διάσημα χάλκινα αγάλματα, όπως ο Ηνίοχος των Δελφών και ο Δίας του Αρτεμισίου, αποτέλεσαν σταθμούς στη μεταλλουργική τέχνη και την καλλιτεχνική ευαισθησία.

Ο χρυσός ανήκει στα πρώτα μέταλλα που επεξεργάστηκε ο άνθρωπος. Η εκμετάλλευσή του άρχισε μαζί με την εκμετάλλευση του χαλκού (περίπου στα 5000 π.Χ.). Στην αρχαία Ελλάδα, το μεγαλύτερο μεταλλευτικό και μεταλλουργικό κέντρο αναπτύχθηκε στη Λαυρεωτική, όπου εξορυσσόταν το μετάλλευμα του αργυρούχου μολύβδου. Η κυριαρχία της Αθήνας σταματά με τη μείωση της παραγωγής του αργύρου στο Λαύριο και αρχίζει η Μακεδονική κυριαρχία με το Φίλιππο και αργότερα με το Μέγα Αλέξανδρο, από την εξόρυξη χρυσού στο Παγγαίο, στη Χαλκιδική και στον Στρυμόνα. Είναι εμφανές ότι τα πετρώματα και τα μέταλλα συνέβαλαν, σημαντικά, στην ανάπτυξη του πολιτισμού της αρχαίας Ελλάδας.

Οι ορυκτές πρώτες ύλες απέκτησαν, με την πάροδο των χρόνων, ιδιαίτερη σημασία και έδωσαν νέα πνοή στην εξέλιξη του πολιτισμού και τη βελτίωση του βιοτικού επιπέδου. Είναι μάλλον δύσκολο αν όχι αδύνατο να μπορούσαν να φανταστούν ο μεταλλωρύχος και ο μεταλλοτεχνίτης της αρχαιότητας, ότι ο σίδηρος θα γίνονταν αυτοκίνητο, μετά αεροπλάνο και μετά διαστημόπλοιο. Οι ορυκτές πρώτες ύλες που ανακαλύπτει η ανεξάντλητη ανθρώπινη φαντασία μετασχηματίζονται συνεχώς, έτσι ώστε να ικανοποιούν τις ανάγκες της σύγχρονης κοινωνίας. Οι περισσότεροι άνθρωποι δεν γνωρίζουν, ή γνωρίζουν ελάχιστα, το ρόλο και την αξία των ορυκτών που συμμετέχουν στην κατασκευή όλων εκείνων των αντικειμένων που παίζουν ουσιαστικό ρόλο στη ζωή μας και αποτελούν αναπόσπαστο μέρος της καθημερινότητάς μας. Ας δούμε, ενδεικτικά, μερικές χαρακτηριστικές περιπτώσεις, ξεκινώντας από το βασικό.

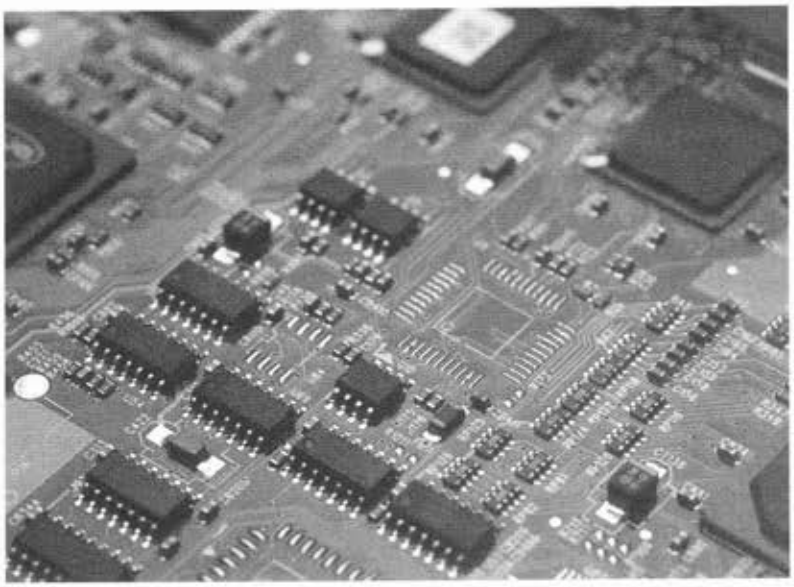
Το σπίτι που ζούμε. Για την κατασκευή του, από τα πρώτα στάδια της οικοδομής, (τσιμέντο, τούβλα, σοβάδες, μέχρι πλακάκια, μάρμαρα, χρώματα κ.ά.) απαιτούνται 60 τόνοι αδρανών υλικών και πάνω από 100 τόνοι συνολικά βιομηχανικών ορυκτών, χωρίς να συμπεριλαμβάνονται τα ορυκτά που συμμετέχουν σε όλα τα μεταλλικά μέρη της οικοδομής (σίδερο, χαλκός, αλουμίνιο κλπ). Πίσω από το τελικό αποτέλεσμα κρύβεται μια σειρά ορυκτών που σε αυτά στηρίζεται η παραγωγή όλων των προϊόντων που το συνθέτουν, όπως γύψος, ασβεστόλιθος, άργιλος, ποζολάνη για το τσιμέντο, μαγνητίτης, αιματίτης για το σίδηρο, χαλκοπυρίτης για το χαλκό, βωξίτης για το αλουμίνιο κ.ά. Για παράδειγμα, για την κατασκευή ενός πλαισίου αλουμινίου για ένα απλό παράθυρο του σπιτιού μας που ζυγίζει περίπου 3 κιλά χρειάζονται 15 κιλά πρώτης ύλης βωξίτη.

Το αυτοκίνητο. Ένα μέσο αυτοκίνητο χρειάζεται ένα τόνο μετάλλων (650-700 κιλά χάλυβα, για την παραγωγή του οποίου απαιτούνται περίπου 1000 κιλά σιδηρομετάλλευμα και 400 κιλά γαιάνθρακας, 120 κιλά αλουμίνιο, 20 κιλά χαλκός, 20 κιλά νικέλιο) και 100-150 κιλά βιομηχανικών ορυκτών για τζάμια, ελαστικά, πλαστικά, χυτά μέρη. Πέραν των ορυκτών που έχουν ήδη αναφερθεί για την παραγωγή μετάλλων (σιδήρου, αλουμινίου, χαλκού κλπ), υπάρχουν και άλλα ορυκτά που προσδίδουν αντοχή, οδική ασφάλεια και περιβαλλοντική προστασία, όπως π.χ. τάλκης, μαρμαρυγίας για τα πλαστικά μέρη του, γαληνίτης για το μόλυβδο της μπαταρίας του κλπ.

Ηλεκτρική ενέργεια. Μια τετραμελής οικογένεια χρειάζεται πάνω από 10 τόνους λιγνίτη ή πάνω από 4.000 λίτρα πετρέλαιο το έτος για να καλύψει τις ανάγκες της σε ηλεκτρική ενέργεια. Το μεγάλο πλεονέκτημα της χώρας μας σήμερα είναι ότι, το 60% των ενεργειακών της αναγκών καλύπτεται από εγχώριο καύσιμο το λιγνίτη.

Μια σειρά μικρά και απαραίτητα, για την κα-

για την κατασκευή ενός πλαισίου αλουμινίου για ένα απλό παράθυρο του σπιτιού μας που ζυγίζει περίπου 3 κιλά χρειάζονται 15 κιλά πρώτης ύλης βωξίτη



Χαλκός και ημιαγωγοί που έχουν ως βάση τους χαλαζία υψηλής καθαρότητας και πυρίτιο αποτελούν κύρια μέρη ενός ηλεκτρονικού υπολογιστή

θημερινότητάς μας, αντικείμενα και καταναλωτικά προϊόντα συνδέονται, επίσης, με κατανάλωση ορυκτών. Δύο μόνο ενδεικτικά παραδείγματα. Η οδοντόκρεμά μας αποτελείται από ανθρακικό ασβέστιο, τάλκη και λίγη ελαφρόπετρα για «ξεχωριστό άσπρισμα». Όλα τα κεραμικά, κούπες, πλακάκια, είδη υγιεινής κλπ, παράγονται από ορυκτά όπως καολίνη, χαλαζία, άστριους.

Τα γυαλικά μας παράγονται από χαλαζιακή άμμο, σόδα, ανθρακικό ασβέστιο και άστριους. Το ορυκτό βόρακας ενισχύει τη μηχανική αντοχή του γυαλιού και την αντίστασή του στις απότομες θερμικές αλλαγές (pyrex). Τα μολύβια, που αποτελούν καθημερινό εργαλείο γραφής, έχουν ως πρώτη ύλη το γραφίτη. Τα γυαλιά μας ή τα ρολόγια περιέχουν κατά βάση χαλαζία (quartz) υπέρυψηλής καθαρότητας. Η τσίχλα δεν κολλάει, στα δόντια, ευτυχώς, γιατί περιέχει τάλκη. Οι ιριδίζουσες σκιές ματιών οφείλονται στην προσθήκη μαρμαρυγία (μίκα).

Νέες τεχνολογίες: Κινητά, υπολογιστές, τηλεοράσεις πλάσμα, ημιαγωγοί κλπ., έχουν ως βάση τους χαλαζία υψηλής καθαρότητας και πυρίτιο (silicon). Στην κατασκευή των κινητών και των ηλεκτρονικών υπολογιστών συμμετέχουν 40 διαφορετικά ορυκτά. Από αυτά το 50% του βάρους των υλικών ενός Η/Υ είναι μέταλλα. Ένα εκατομμύριο κινητών απαιτούν 14 τόνους επεξεργασμένου χαλκού. Για μια τηλεόραση χρειάζονται 35 διαφορετικά ορυκτά.

Η εξάρτηση της σύγχρονης κοινωνίας από ορυκτές πρώτες ύλες είναι ήδη μεγάλη και θα γίνει εντονότερη. Ο κόσμος θα απαιτεί, συνεχώς, όλο και περισσότερες πρώτες ύλες και αυτή η ανάγκη πρέπει να διασφαλίζεται με όρους περιβαλλοντικής προστασίας, κοινωνικής δικαιοσύνης και οικονομικότητας.

Το Ινστιτούτο Μεταλλευτικής και Μεταλλουργίας της Αυστραλίας, το 2002 επισήμανε τις απαιτήσεις του μέλλοντος διατυπώνοντας ότι: «Τα επόμενα 50 χρόνια ο κόσμος θα καταναλώνει 5 φορές παραπάνω πρώτες ύλες από αυτές που είχαν παραχθεί συνολικά έως το έτος 2000». Ο προνομιούχος πολίτης του ανεπτυγμένου κόσμου εκτιμάται ότι, στη διάρκεια της ζωής του πρόκειται να καταναλώσει περίπου 1500 τόνους ορυκτά, μεταλλεύματα και καύσιμα.

Για την ομαλή και αδιάλειπτη τροφοδοσία της ανθρωπότητας σε πρώτες ύλες βασικό ζητούμενο είναι η εξασφάλιση επαρκών αποθεμάτων, τα οποία σημειωτέον δεν είναι ανεξάντλητα και είναι άνισα κατανεμημένα σε όλο τον κόσμο. Για παράδειγμα, οι μεγαλύτερες ποσότητες άνθρακα βρίσκονται στις Ηνωμένες Πολιτείες, τη Ρωσία, την Κίνα, την Ινδία και την Αυστραλία. Τα μεγαλύτερα αποθέματα πετρελαίου βρίσκονται στη Σαουδική Αραβία, το Ιράν, το Ιράκ, τον Καναδά, τη Βενεζουέλα. Σιδηρομεταλλεύματα υπάρχουν, κυρίως, στη Βραζιλία, στην Αυστραλία και στη Ρωσία, βωξίτης στην Αφρική και στην Αυστραλία, μεταλλεύματα χαλκού στη Χιλή.

Ορυκτές πρώτες ύλες της Ελλάδας

Κατά διαστήματα γράφονται στον τύπο και στο διαδίκτυο απόψεις για τον ορυκτό πλούτο της Ελλάδας, όπου την παρουσιάζουν ως την πλέον προνομιούχο περιοχή της Γής, ως προς την περιεκτικότητά της σε ορυκτές πρώτες ύλες. Τίθεται το ερώτημα εάν είναι πράγματι πλούσια. Η απάντηση είναι κατ' αρχήν θετική. Θα πρέπει, όμως, το θέμα να παρουσιάζεται στις σωστές του διαστάσεις.

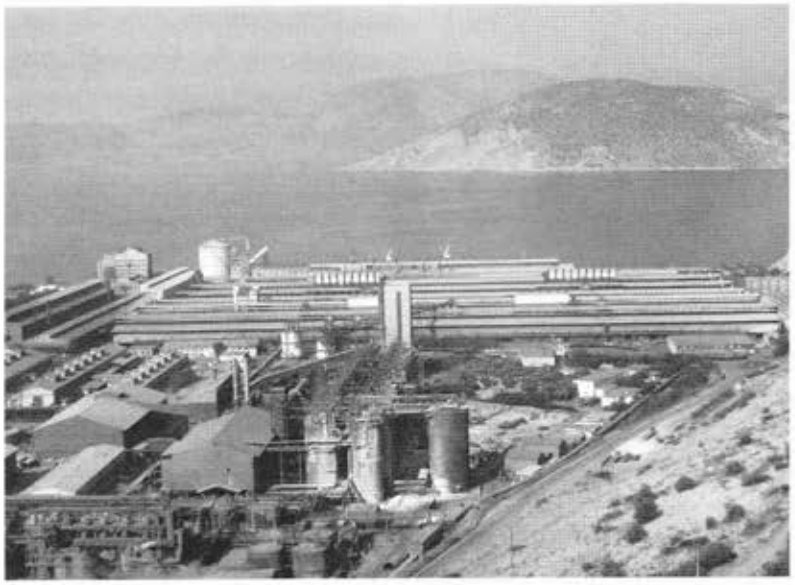
Ορισμοί: Τα **ορυκτά** είναι ανόργανες στερεές χημικές ενώσεις με κρυσταλλική δομή, παρουσιάζουν δηλαδή συγκεκριμένη διάταξη των ατόμων τους στο χώρο, η οποία κάτω από κατάλληλες συνθήκες σχηματισμού τους, μπορεί να εκφραστεί με εξαιρετικά γεωμετρικά (κρυ-

σταλλικά) σχήματα. Τα ορυκτά σχηματίζονται με φυσικές διεργασίες. Συνθετικοί πολύτιμοι λίθοι (π.χ. συνθετικό διαμάντι, συνθετικό ρουμπίνι) δεν θεωρούνται ορυκτά. Τα **πετρώματα** είναι συσσωματώματα ορυκτών. Αποτελούν το στερεό υλικό από το οποίο δομείται η Γη και παρέχουν ουσιώδεις πληροφορίες για τη γένεσή της, οι οποίες δεν είναι αντικείμενο αυτού του άρθρου. Ένα πέτρωμα αποτελείται από ένα ή περισσότερα είδη ορυκτών. Το μάρμαρο π.χ. είναι ένα πέτρωμα, το οποίο αποτελείται από κρυστάλλους ενός μόνο ορυκτού που ονομάζεται ασβεστίτης.

Ο γρανίτης αποτελείται από τα ορυκτά χαλαζίας, άστριοι και μαρμαρυγίες. **Κοιτάσματα** είναι πετρώματα ή αθροίσματα ορυκτών που περιέχουν ορυκτά με οικονομικό ενδιαφέρον. Υπάρχουν κοιτάσματα μεταλλευμάτων που περιέχουν ορυκτά κατάλληλα για ανάκτηση μετάλλων (π.χ. σίδηρος, χαλκός, χρυσός κ.ά.), κοιτάσματα **βιομηχανικών ορυκτών και πετρωμάτων** που δεν χρησιμεύουν για την παραγωγή μετάλλων, αλλά αξιοποιούνται ως έχουν για βιομηχανική χρήση, ή μετά από επεξεργασία (π.χ. καολίνης, τάλκης, μαγνησίτης, κ.ά.), κοιτάσματα **διακοσμητικών λίθων** (π.χ. μάρμαρα). Ιδιαίτερη κατηγορία αποτελούν τα **ορυκτά καύσιμα ή ενεργειακά ορυκτά**, όπως το πετρέλαιο, οι γαιάνθρακες και το φυσικό αέριο, τα οποία χρησιμοποιούνται για την παραγωγή ενέργειας.

Στο άρθρο αυτό θα αναφέρω τα σημαντικότερα μεταλλεύματα, βιομηχανικά ορυκτά και πετρώματα της Ελλάδας με τις χρήσεις τους. Η παρουσίαση ορισμένων ορυκτών με το χημικό τύπο τους, στην περίπτωση που αυτός είναι απλός, γίνεται για πληρέστερη ενημέρωση «των συμμαθητών που δεν ξεχάσαμε τις βασικές γνώσεις ανόργανης χημείας που μας έμαθε στη πέμπτη τάξη ο καθηγητής Βαρβαρέσος». Για να μην επεκταθώ πολύ δεν θα αναφερθώ στα ορυκτά καύσιμα.

Βωξίτης: Αποτελεί την κύρια πηγή του αλουμινίου. Είναι πέτρωμα πλούσιο σε αργίλιο με περιεκτικότητα σε Al_2O_3 που κυμαίνεται μεταξύ 50 και 60%. Αποτελείται, κυρίως, από τα ορυκτά του αργιλίου βαιμίτη και διάσπορο (AlOOH), του σιδήρου γκαιτίτη (FeOOH) και αιματίτη (Fe_2O_3), και το αργιλιούχο πυριτικό ορυκτό καολινίτη. Τα κοιτάσματα βωξίτη που υφίστανται εκμετάλλευση σήμερα, σχηματίστηκαν από την αποσάθρωση άλλων πετρωμάτων (κυρίως βασάλτες και γάββρους, πετρώματα που περιέχουν Al_2O_3 15-18%), κατά τη γεωλογική περίοδο του Κάτω Κρητιδικού (πριν από 120-100 εκατομμύρια χρόνια) σε περιόδους που επικρατούσε τροπικό κλίμα και σε γεωγραφικό πλάτος που δεν ταυτίζεται με το σημερινό.

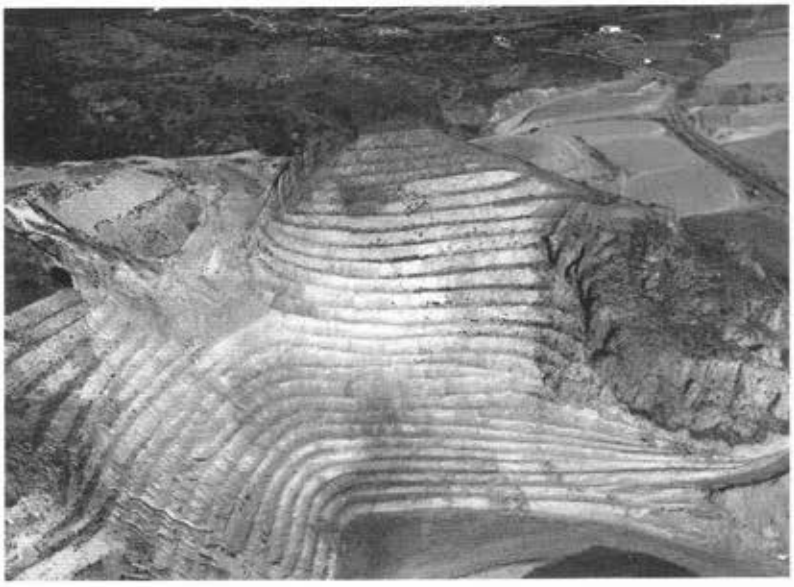


Εργοστάσιο επεξεργασίας βωξίτη και παραγωγής αλουμινίου σε περιοχή της Στεράς Ελλάδας

Ο βωξίτης χρησιμοποιείται για την παραγωγή αλουμινίου (π.χ. κουφώματα οικοδομών, ζάντες αυτοκινήτου, κουτιά αναψυκτικών, αλουμινόχαρτο κ.ά.), αλουμίνας (Al_2O_3) για λειαντικά και πυρίμαχα προϊόντα, και στο τσιμέντο. Κοιτάσματα βωξίτη υπάρχουν σήμερα στη Στερεά Ελλάδα (σε περιοχές του Παρνασσού, της Γκιώνας και της Οίτης). Μικρότερες εμφανίσεις είναι γνωστές σε αρκετές περιοχές της Ελλάδας. Η Ελλάδα είναι τέταρτη παραγωγός χώρα αλουμίνας στην Ευρώπη.

Σιδηρονικελιούχος λατερίτης: Αποτελεί μία από τις βασικότερες πηγές του νικελίου (Ni). Στην Ελλάδα μοναδικός τύπος νικελιούχου κοιτάσματος είναι οι νικελιούχοι λατερίτες. Το μετάλλευμα αποτελείται, κυρίως, από αιματίτη (Fe_2O_3), γκαιτίτη (FeOOH), χαλαζία (SiO_2) και τα σύνθετα πυριτικά ορυκτά αργιλίου, σιδήρου, μαγνησίου, χλωρίτη και νοντρονίτη, τα οποία περιέχουν νικέλιο στο κρυσταλλικό τους πλέγμα, σε ποσοστό που κυμαίνεται από περίπου 1 έως 9% και αποτελούν τον κύριο φορέα του νικελίου στο μετάλλευμα. Οι σιδηρονικελιού-

χοι λατερίτες σχηματίστηκαν στην ίδια γεωλογική περίοδο, με την ίδια διεργασία, όπως και οι βωξίτες, αλλά από διαφορετικά πετρώματα, δηλαδή την αποσάθρωση πετρωμάτων πλούσιων σε νικέλιο (περιδοτίτες, σερπεντινίτες με 0.2% Ni). Στο λατερίτη το Ni είναι περίπου 1%, δηλαδή εμπλουτίστηκε πέντε φορές περισσότερο, σε σχέση με εκείνη του μητρικού πετρώματος, με αποτέλεσμα να γίνει οικονομικά εκμεταλλεύσιμο. Από την αναγωγική τήξη του λατερίτη παράγεται κράμα σιδηρονικελίου με 18-24% σε νικέλιο. Το σύνολο του προϊόντος εξάγεται σε χώρες παραγωγής ανοξείδωτου χάλυβα στην Ευρώπη. Στα χέρια του καταναλωτή το νικέλιο γίνεται αναγνωρίσιμο στις ανοξείδωτες οικιακές συσκευές, όπως νεροχύτες, μαχαιροπήρουνα, κάδοι πλυντη-



Λατομείο εξόρυξης σιδηρονικελιούχου λατερίτη στη Λάρυμνα. Από την τήξη του λατερίτη παράγεται κράμα σιδηρονικελίου.

ρίων, ιατρικά εργαλεία κλπ. Κοιτάσματα σιδηρονικελιούχου λατερίτη υπάρχουν στη Λοκρίδα (Λάρυμνα), στην Εύβοια και στο νομό Καστοριάς. Αξιόλογες εμφανίσεις υπάρχουν στο Βέρμιο (περιοχές Κομνηνών και Φλαμουριάς) και μικρότερες σε άλλες περιοχές της Μακεδονίας. Η Ελλάδα είναι η μοναδική χώρα στην Ευρωπαϊκή Ένωση που παράγει σιδηρονικέλιο από εγχώρια μεταλλεύματα.

Θειούχα μεταλλεύματα μολύβδου, ψευδαργύρου, χαλκού, αργύρου, χρυσού: Σχηματίζονται με απόθεση θειούχων ενώσεων μετάλλων από θερμά υδατικά διαλύματα, πλούσια σε μεταλλικά στοιχεία, κυρίως σε ζώνες ρηγμάτων και διαχωριστικές επιφάνειες πετρωμάτων (υδροθερμικά θειούχα κοιτάσματα). Είναι πλούσια σε μεταλλικά ορυκτά. Κύριο ορυκτό του μολύβδου είναι ο γαληνίτης (PbS), του ψευδαργύρου ο σφαλερίτης (ZnS), του χαλκού ο χαλκοπυρίτης ($CuFeS_2$). Επικρατέστερο ορυκτό στα θειούχα μεταλλεύματα είναι ο σιδηροπυρίτης (FeS_2), ο οποίος όμως δεν χρησιμοποιείται για την παραγωγή σιδήρου, αλλά θειϊκού οξέως. Ο άργυρος βρίσκεται είτε σε μικρές ποσότητες στο κρυσταλλικό πλέγμα άλλων ορυκτών, όπως π.χ. στο γαληνίτη (περίπτωση του αργυρούχου γαληνίτη της Λαυρεωτικής στην Αττική, με περίπου 0.1% άργυρο) είτε σε θειούχες ενώσεις με κύριο στοιχείο τον άργυρο. Ο χρυσός, συχνά, βρίσκεται με μορφή κράματος με άργυρο. Εμπεριέχεται σε μικροσκοπικούς κόκκους, εγκλεισμένους σε άλλα ορυκτά, ορατούς κυρίως στο οπτικό ή στο ηλεκτρονικό μικροσκόπιο. Στο χρυσοφόρο κοίτασμα της Χαλκιδικής είναι εγκλεισμένος, κυρίως, στο σιδηροπυρίτη. Κοιτάσματα με περιεκτικότητα σε χρυσό μεγαλύτερη από ορισμένα γραμμάρια στο τόνο του μεταλλεύματος θεωρούνται, γενικά, πλούσια.

Κοιτάσματα θειούχων μεταλλευμάτων υπάρχουν στη Χαλκιδική και στη Θράκη, με κυριότερο προϊόν το χρυσό. Τα μεταλλεία του Λαυρίου, της Κίρκης στη περιοχή της Αλεξανδρούπολης και της Ερμιόνης στην Πελοπόννησο έχουν εγκαταλειφθεί ως οικονομικά ασύμφορα. Εμφανίσεις θειούχων μεταλλευμάτων είναι καταγεγραμμένες σε πολλά μέρη της Ελλάδος, χωρίς όμως να παρουσιάζουν ιδιαίτερο οικονομικό ενδιαφέρον.

Χρωμίτης: Είναι οξείδιο σιδήρου, χρωμίου ($FeCr_2O_4$). Στη φύση, σημαντικό ποσοστό σιδήρου αντικαθίσταται από μαγνήσιο και χρωμίου από αργίλιο. Ο χρωμίτης βρίσκεται σε πετρώματα του ανώτερου μανδύα της Γής τα οποία ονομάζονται περιδοτίτες. Με γεωλογικές/τεκτονικές διεργασίες αναδύθηκαν από τον μανδύα στην επιφάνεια. Περιδοτίτες υπάρχουν σε πολλές περιοχές της Ελλάδας, όπου καταλαμβάνουν, συχνά, μεγάλες εκτάσεις. Αναφέρω για παράδειγμα τα πράσινα πετρώματα στις ανατολικές πλαγιές του Βερμίου. Εμφανίζονται

π.χ. βόρεια/βορειοδυτικά της Νάουσας (Αγία Τριάδα, Μονή Προδρόμου) και νοτιοανατολικά προς Αρκοχώρι-Φυτιά. Στη Νάουσα καλύπτονται από **τραβερτίνη** (πωρόλιθο), ο οποίος σχηματίστηκε από πρόσφατες αποθέσεις ανθρακικού ασβεστίου, γύρω από πηγές. Κοιτάσματα χρωμίτη υπάρχουν στο όρος Βούρινος του νομού Κοζάνης και στο Δομοκό, στα οποία γίνονταν στο παρελθόν εκμετάλλευση.

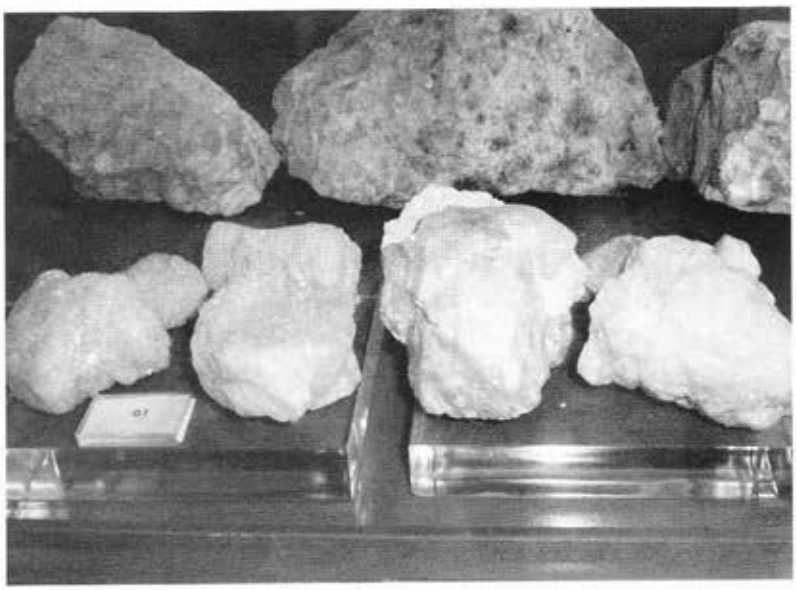
Μικρότερες εμφανίσεις υπάρχουν σε πολλές περιοχές της Ελλάδας. Εκμετάλλευση χρωμίτη έγινε στην κατοχή από τους Γερμανούς, ακόμη και από πολύ μικρές εμφανίσεις. Τον χρησιμοποιούσαν για την κατασκευή των τεθωρακισμένων τους. Ο χρωμίτης χρησιμοποιείται για την παραγωγή κράματος σιδηροχρωμίου (ανοξείδωτος χάλυβας), για πυρίμαχα προϊόντα, για την κατεργασία δέρματος κ.ά. Σιδηροχρώμιο παρήγαγε η Ελλάδα στο εργοστάσιο της εταιρείας «Ελληνικά Σιδηροκράματα» στον Αλμυρό. Το εργοστάσιο αυτό λειτούργησε για δέκα χρόνια και έκλεισε οριστικά το 1991.

Στον τομέα των βιομηχανικών ορυκτών και πετρωμάτων η Ελλάδα παρουσιάζει έντονη δραστηριότητα με κυριότερα ορυκτά/πετρώματα το μπεντονίτη, τον ατταπουλγίτη, τον περλίτη, το μαγνησίτη, το ανθρακικό ασβέστιο και το χουντίτη.

Ο **μπεντονίτης** είναι πέτρωμα με κύριο ορυκτό τον μοντμοριλλονίτη που εντάσσεται στην κατηγορία των αργιλικών ορυκτών και έχει, μεταξύ άλλων, εξαιρετικές απορροφητικές και ιοντοανταλλακτικές ιδιότητες. Εμφανίζεται, κυρίως, σε περιοχές στις οποίες κατά το γεωλογικό παρελθόν υπήρχε έντονη ηφαιστειακή δραστηριότητα και σχηματίστηκε από εξαλλοίωση ηφαιστειακών τόφφων, ιδιαίτερα της ηφαιστειακής υάλου, από τα κυκλοφορούντα θερμά υδατικά διαλύματα. Η Ελλάδα είναι πρώτη παραγωγός χώρα στη Ευρωπαϊκή Ένωση σε μπεντονίτη και δεύτερη μετά τις ΗΠΑ, παγκοσμίως. Εξορύσσεται, κυρίως, στη Μήλο και στην Κίμωλο. Αποτελείται κατεξοχήν από το ορυκτό μοντμοριλλονίτη (>80%), από χαλαζία, άστριους, καολινίτη και υπολείμματα ηφαιστειακής υάλου. Κοιτάσματα μπεντονίτη έχουν βρεθεί και στη Λέσβο, στη Χίο και σε περιοχές του Έβρου. Ο μπεντονίτης χρησιμοποιείται στις χυτεύσεις μεταλλικών εξαρτημάτων αυτοκινήτων, στις γεωτρήσεις πετρελαίου, στο φιλτράρισμα/ραφινάρισμα του λαδιού, στα φυτοφάρμακα, στην άμμο για τα κατοικίδια ζώα, στις κρέμες προσώπου, στις πούδρες, στην παραγωγή χαρτιού, ακόμα και στην ταφή ραδιενεργών αποβλήτων.

Ο **ατταπουλγίτης** έχει ανάλογες ιδιότητες και χρήσεις με τον **μοντμοριλλονίτη**. Μεγάλα κοιτάσματα αργίλου με υψηλή περιεκτικότητα σε ατταπουλγίτη υπάρχουν νοτιοανατολικά των Γρεβενών. Σχηματίστηκαν από υλικά αποσάθρωσης σερπεντινιτών, (πετρώματα από τα οποία δομείται το όρος Βούρινος), τα οποία στη συνέχεια αποτέθηκαν σε ρηχές λίμνες, κατά το πρόσφατο γεωλογικό παρελθόν.

Ο **περλίτης** είναι λευκό, υαλώδες, ηφαιστειακό πέτρωμα με ποσοστό υάλου μεγαλύτερο του 80% και σχετικά υψηλή περιεκτικότητα σε νερό (2 έως 5%) απορροφημένο στην υαλώδη μάζα. Ο περλίτης, έχει την ασυνήθιστη ιδιότητα να αυξάνει τον όγκο του μέχρι και 20 φορές, συνήθως από 7-16 φορές, μετά από ταχεία θέρμανσή του μεταξύ 700 και 900oC και αποκτά φαινόμενο ειδικό βάρος 0,03-0,15g/cm^3 και άριστες θερμομονωτικές και ηχομονωτικές ιδιότητες. Λόγω αυτών των ιδιοτήτων, ο διογκωμένος περλίτης έχει εφαρμογές σε οικοδομικά υλικά, σε ελαφροβαρή κονιάματα, μονωτικά υλικά, θερμοηχομονωτικές πλάκες οροφής κ.ά. Επίσης, χρησιμοποιείται στο φιλ-



Πετρώματα περλίτη, που έχει εφαρμογές σε οικοδομικά υλικά, σε ελαφροβαρή κονιάματα, μονωτικά υλικά, θερμοηχομονωτικές πλάκες οροφής κ.ά.

τράρισμα λαδιών και στη βελτίωση των εδαφών σε αγροτικές καλλιέργειες. Υπάρχουν σημαντικά αποθέματα περλίτη, παγκοσμίως. Κυριότερες χώρες παραγωγής περλίτη είναι η Ελλάδα, η Κίνα, οι ΗΠΑ, η Τουρκία, η Ιαπωνία κ.ά. Η Ελλάδα είναι πρώτη χώρα στον κόσμο σε εξαγωγές και δεύτερη σε παραγωγή περλίτη. Εξορύσσεται στη Μήλο και στη νήσο Γυαλί στα Δωδεκάνησα. Μεγάλες εμφανίσεις περλίτη υπάρχουν επίσης στη Λέσβο, στην Αντίπαρο και σε περιοχές του νομού Έβρου.

Ο **λευκόλιθος ή μαγνησίτης** ($MgCO_3$) εμφανίζεται σε μορφή λευκών φλεβών (εξ ου και το όνομα) σε ένα πράσινο πέτρωμα που λέγεται σερπεντινίτης, (στο ευρύτερο κοινό είναι γνωστός ως «πράσινο μάρμαρο»). Η Ελλάδα έχει κοιτάσματα μαγνησίτη υψηλής καθαρότητας στη Χαλκιδική (Βάβδος, Γερακινή κ.ά.). Αντίστοιχα κοιτάσματα υπάρχουν στην Εύβοια (Μαντούδι), η εκμετάλλευση των οποίων έχει σταματήσει.

Μικρότερες εμφανίσεις λευκόλιθου υπάρχουν σε διάφορες περιοχές της Ελλάδας, χωρίς αυτές να παρουσιάζουν ιδιαίτερο οικονομικό ενδιαφέρον. Ο λευκόλιθος χρησιμοποιείται στις ζωοτροφές, στα λιπάσματα, στα φάρμακα και στην παραγωγή μαγνησίας (MgO). Η μαγνησία έχει θερμοκρασία τήξης 2852°C. Χρησιμοποιείται για την παρασκευή πυρίμαχων τούβλων, με τα οποία επενδύονται οι κλίβανοι τήξης σιδήρου στις χαλυβουργίες. Η χώρα μας είναι τέταρτη στην Ευρωπαϊκή Ένωση σε εξαγωγές μαγνησίας.

Λευκά πληρωτικά υλικά: Λευκός, εύθρυπτος, μικροκρυσταλλικός ασβεστόλιθος (ανθρακικό ασβέστιο: $CaCO_3$) εξορύσσεται στη Ζάκυνθο και στην Κεφαλλονιά. Χρησιμοποιείται ως πληρωτικό υλικό στα χρώματα, στα πλαστικά, στο χαρτί, στις οδοντόπαστες κ.ά. Ανάλογες χρήσεις έχουν και ο τάλκης, (ορυκτό μαλακό στην αφή), ο οποίος χρησιμοποιείται στις πούδρες, στα καλλυντικά, στο χαρτί, στα φυτοφάρμακα, όπως επίσης και ο καολίνης, που χρησιμοποιείται στο χαρτί και στα χρώματα και ο χουντίτης-υδρομαγνησίτης που χρησιμοποιείται στα χρώματα και στα πλαστικά, στα οποία καθυστερεί τη φωτιά σε περίπτωση πυρκαγιάς. Χουντίτης εξορύσσεται στο Νομό Κοζάνης.

Στα υπό εκμετάλλευση βιομηχανικά ορυκτά συμπεριλαμβάνονται και η **ελαφρόπετρα**, ο **χαλαζίας**, οι **άστριοι** και η **γύψος**. Ορυχείο ελαφρόπετρας υπάρχει στο Γυαλί στα Δωδεκάνησα. Χρησιμοποιείται ως μονωτικό υλικό, ως επιπρόσθετο στο τσιμέντο και για το ξάσπρισμα των τζιν. Χαλαζίας και άστριοι εξορύσσονται στη Χαλκιδική. Ο χαλαζίας χρησιμοποιείται, κυρίως, στην παραγωγή γυαλιών, ενώ υψηλής καθαρότητας χαλαζίας στην παραγωγή πυριτίου για τους ηλεκτρονικούς υπολογιστές. Οι άστριοι χρησιμοποιούνται στην κεραμική βιομηχανία για είδη υγιεινής, πλακάκια και πορσελάνες. Γύψος εξορύσσεται στην ανατολική Κρήτη και στην Αιτωλοακαρνανία. Χρησιμοποιείται, κυρίως, ως επιπρόσθετο υλικό στο τσιμέντο και για γύψινες διακοσμήσεις.

συλλογή ελαφρόπετρας στο νησί Γυαλί στα Δωδεκάνησα, τη δεκαετία του '30

Μάρμαρα: Σημαντικό τμήμα στην αξιοποίηση των ορυκτών πρώτων υλών κατέχουν τα μάρμαρα. Μάρμαρα με την εμπορική έννοια είναι όλα τα πετρώματα που μπορούν μετά από επεξεργασία, (κοπή και λείανση), να χρησιμοποιηθούν ως διακοσμητικά πετρώματα. Τα γνήσια μάρμα-

Λευκά και ημίλευκα μάρμαρα εξορύσσονται στις περιοχές της Κουμαριάς και Καστανιάς

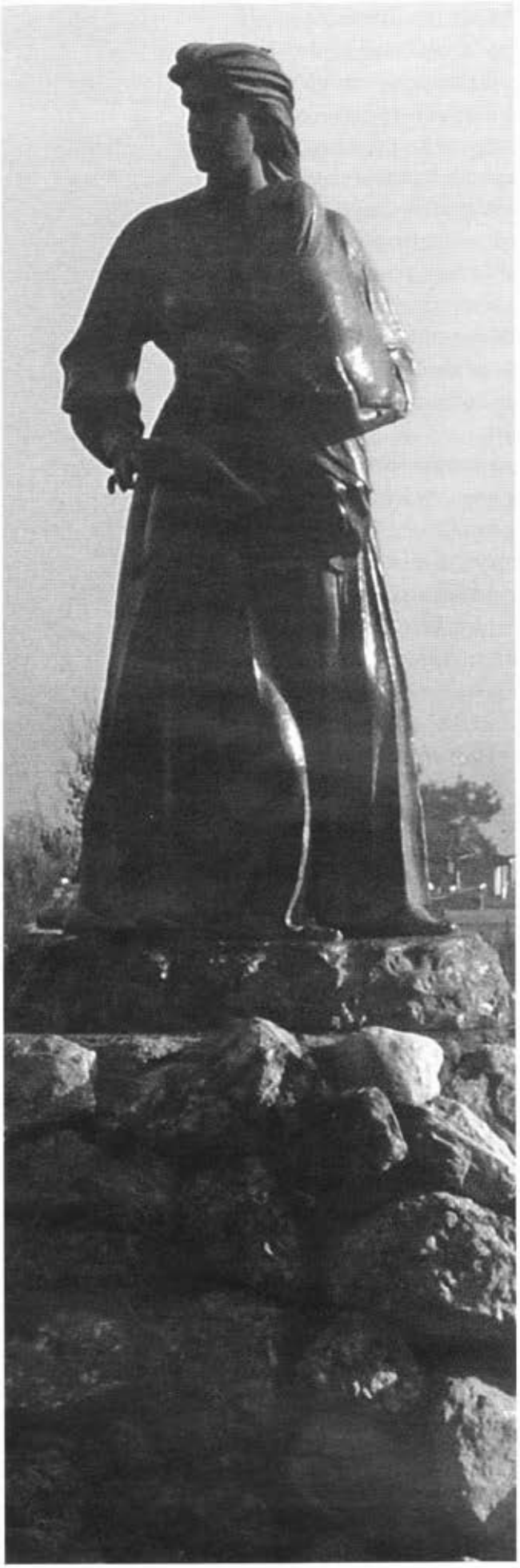
ρα ανήκουν στην κατηγορία των μεταμορφωμένων πετρωμάτων. Είναι ανθρακικά πετρώματα με κοκκώδη ιστό και κύριο ορυκτό τον ασβεστίτη ($CaCO_3$) ή το δολομίτη [$Ca,Mg(CO_3)_2$]. Σχηματίστηκαν στο εσωτερικό της Γης από την ανακρυστάλλωση ασβεστόλιθων ή δολομιτών. Οι ασβεστόλιθοι ανήκουν στα ιζηματογενή πετρώματα. Σχηματίστηκαν από καθίζηση ανθρακικού ασβεστίου στη θάλασσα και σε λίμνες. Το καθαρό μάρμαρο είναι λευκό. Μικρές προσμίξεις δίνουν στο μάρμαρο διάφορα χρώματα, π.χ. αιματίτης το κόκκινο, άνθρακας το μαύρο, αργιλικά ορυκτά το γκρι κ.ά. Ανθρακικά πετρώματα (ασβεστόλιθοι και γνήσια μάρμαρα) υπάρχουν σε πολλές περιοχές της Ελλάδας, με ποικίλους χρωματισμούς και διάφορες ποιότητες. Λατομεία μαρμάρων είναι διάσπαρτα σε όλη την Ελλάδα. Στο Βέρμιο έχουν λειτουργήσει, κατά περιόδους, περισσότερα από 50 λατομεία. Λευκά και ημίλευκα μάρμαρα εξορύσσονται στις περιοχές της Κουμαριάς και Καστανιάς, ροδόχρωμο στο Ροδοχώρι και γκρί στην Κράστο. Στην κατηγορία των μαρμάρων με την εμπορική έννοια, εντάσσονται και τα πράσινα «μάρμαρα» της Τήνου και Βέροιας-Νάουσας, των οποίων το επιστημονικό όνομα είναι σερπεντινίτης. Ανήκουν στην κατηγορία των μεταμορφωμένων πετρωμάτων. Τα μητρικά τους πετρώματα σχηματίστηκαν στον ανώτερο μανδύα της Γής.

Περιβαλλοντικά προβλήματα από την εξόρυξη πρώτων υλών. Είναι γεγονός ότι η μεταλλευτική βιομηχανία αφήνει ισχυρό περιβαλλοντικό αποτύπωμα, το οποίο δεν περιορίζεται μόνο στην οπτική αλλοίωση του περιβάλλοντος, όπως συμβαίνει με τα λατομεία και τα υπαίθρια ορυχεία. Υπάρχει και το πρόβλημα της σκόνης, στα δε μεταλλεία και η ρύπανση των επιφανειακών και υπογείων νερών, με ανεπιθύμητα και επιβλαβή για την υγεία βαρέα μέταλλα. Βασικό ζητούμενο για τη μεταλλευτική βιομηχανία δεν είναι μόνο η εξασφάλιση επαρκών αποθεμάτων και η ομαλή και αδιάλειπτη τροφοδοσία με πρώτες ύλες, αλλά και η μείωση του περιβαλλοντικού της αποτυπώματος.

Για να μειωθούν οι περιβαλλοντικές επιπτώσεις στο ελάχιστο, οι μεταλλευτικές εταιρείες προσπαθούν να είναι πολύ πιο εφευρετικές στις λύσεις που προσφέρουν, ώστε να γίνουν αποδεκτές από το ευρύτερο κοινωνικό σύνολο. Προς την κατεύθυνση αυτή γίνεται προσπάθεια αξιοποίησης των απορριμμάτων, μείωσης των επιπτώσεων από την όξινη απορροή με μεθόδους πρόληψης ή χημικής κατεργασίας και στο τέλος, της βέλτιστης δυνατής αποκατάστασης του περιβάλλοντος, με διαμόρφωση και αξιοποίηση του χώρου για άλλες χρήσεις, όπου αυτό είναι εφικτό, με δενδροφυτεύσεις των βαθμίδων κ.ά. ■

Πηγές

Πρακτικά διημερίδας εορτασμού 60 χρόνων της Σχολής Μηχανικών Μεταλλείων - Μεταλλουργών του Εθνικού Μετσόβιου Πολυτεχνείου το 2007. Παρουσίαση της Καθηγήτριας του ΕΜΠ κ. Σ. Στοματάκη στο ΕΒΕΑ το 2010. Προσωπικά στοιχεία.



«Εμείς οι παλαιότεροι ας γίνουμε γέφυρες στη νέα διαφορετική εποχή»

γράφει ο Τρύφων Μαρκοβίτης

Οι απόφοιτοι χρονιάς 1962 του Λαππείου και συμμαθητές στην σχολική διαδρομή από το 1956-1962 συναντιόμαστε μετά από 50 χρόνια, προσδοκώντας να ξαναφρεσκάρουμε ανέμελα νεανικά χρόνια, να ξαναβρεθούμε απλώς μαζί και να κοιταχτούμε εκπλησσόμενοι πόσο άλλαξε ο απέναντί μας, ενώ την αλλαγή του εαυτού μας με την βοήθεια του καθρέπτη, την έχουμε μοιραία αφομοιώσει και αποδεχθεί.

Γεννημένοι γύρω στο 1944 περάσαμε δύσκολα μεταπολεμικά χρόνια με οικονομική στενότητα σχεδόν σε όλα τα σπίτια που στηρίζονταν αποκλειστικά μόνον στην εργασία του πατέρα. Οι μάνες μας, απασχολούνταν με τα οικιακά και το μεγάλωμα των παιδιών.

Οι οικογένειες ζούσαν φτωχικά, αλλά με αξιοπρέπεια καταφέρνοντας παρ' όλα αυτά με χίλια βάσανα να στείλουν κάποιες από αυτές παιδιά στο πανεπιστήμιο.

Εμείς κουβαλούσαμε ξύλο για τη σόμπα στο σχολείο από το σπίτι, τριγυρνούσαμε ξυπόλητοι το καλοκαίρι και φορούσαμε κοντό παντελόνι ακόμη και τον χειμώνα μέχρι τα πρώτα γυμνασιακά χρόνια.

Βιώσαμε τα μικροσυσσίτια στο δημοτικό σχολείο με γάλα σκό-

νη και κίτρινο μαλακό τυρί (άγνωστο είδος τότε) και τις ατέλειωτες συζητήσεις με τους γονείς για να αποκτήσουμε το απλό σορτσάκι και την φανελίτσα των γυμναστικών επιδείξεων. Οι διακοπές ήταν άγνωστη λέξη (με εξαίρεση την κατασκήνωση των προσκόπων), ενώ ο κανόνας ήταν δουλειά το καλοκαίρι στις κορδέλες.

Από την άλλη απολαμβάναμε μια γειτονιά με ορθάνοιχτες πόρτες που μάντευε τα προβλήματα της κάθε οικογένειας και βοηθούσε όσο μπορούσε.

Θέρμανση σε ένα δωμάτιο του σπιτιού με σόμπα ή τζάκι και μαγκάλι στην καλή την κάμαρη στις γιορτές. Ο δρόμος ήταν και γήπεδο με αποτέλεσμα η ευλογία της γλυκιάς κούρασης να μας οδηγεί χωρίς περιστροφές νωρίς – νωρίς στην αγκαλιά του ευεργετικού ύπνου μετά το βραδινό φαγητό. (Ας, συγκρίνουμε αυτό με το σήμερα και τον εκνευρισμό να πάνε τα παιδιά για ύπνο).

Τα καθημερινά ομαδικά παιχνίδια στην γειτονιά, η πειθαρχία στο σχολείο, οι αθλητικές ομάδες, η εργασία το καλοκαίρι, η βοήθεια στις γροτικές δουλειές, το μάζεμα των ξύλων για τον καρτσιούνο τα Χριστούγεννα, σχημάτιζαν καθημερινώς στον καθένα μας κοινωνικά χρήσιμη προσωπικότητα.

Άλλωστε το να γίνουμε χρήσιμοι άνθρωποι στην κοινωνία το ακούγαμε συνεχώς στο σπίτι εκτός του κλασικού από τις μάνες μας «μην πας μακριά, νά 'ρθεις νωρίς και να προσέχεις».

Μεγαλώσαμε σε έναν τόπο και περιβάλλον όμορφο και παραγωγικό. Κατάφυτο βουνό, άφθονο νερά, μπαξέδες με οπωροφόρα, βιοτεχνίες και ανταγωνιστικές βιομηχανίες όπου ο καθένας μπορούσε να προκόψει με εργατικότητα και υπομονή και έτσι, έγινε.

Η περιοχή μας παρήγαγε ανέκαθεν ποιοτικά προϊόντα - φρούτα Νάουσας - κουβέρτες Νάουσας - νήματα Νάουσας και παλαιότερα υφάσματα Νάουσας κλπ. και σε περίοδο κρίσης ενός τομέος, υπήρχαν οι άλλοι που κάλυπταν την διαφορά.

Εμείς δηλαδή στη Νάουσα και στις κοινότητές μας κάναμε ανέκαθεν αυτό που είναι τώρα ζητούμενο για όλη τη χώρα, να αρχίσουμε επιτέλους να παράγουμε.

Επίσης η Νάουσα έδειξε για τα ελληνικά δεδομένα μεγάλη κοινωνική ωριμότητα, τόσο μετά τον εμφύλιο όπου όλοι προσπάθησαν να ξεχάσουν γρήγορα τα μίση και τις δυστυχίες που έφερε, όσο πριν και μετά την μεταπολίτευση, με αποτέλεσμα στις παρέες, ο καθένας να έχει τις δικές του πολιτικές πεποιθήσεις αλλά η φιλία φιλία. Και ποτέ δεν δημιουργήσαμε χωριστά καφενεία ανάλογα με τις πολιτικές τοποθετήσεις.

Επιπλέον το αίσθημα της κοινωνικής προσφοράς ήταν πάντα υψηλό. Σχολεία, νοσοκομείο, δημόσια κτίρια, σχολή Αριστοτέλους είναι προσφορές Ναουσαίων.

Καθώς επίσης η αξιοποίηση του βουνού, η ανάδειξη των χιονοδρομικών κέντρων Σελίου και Τριών-Πέντε Πηγαδιών και η πρόσβαση προς αυτά έγινε με ομαδική προσπάθεια των

ναουσαίων ακόμη και με χειρονακτική προσφορά εργασίας. Ας μην ξεχνάμε ότι οι βεροιώτες επί δεκαετίες από την Νάουσα πήγαιναν στο Σέλι.

Συμπερασματικά, όσοι έζησαν όλα τα παραπάνω είναι σε θέση να αντιμετωπίσουν αποτελεσματικότερα οικονομικές κρίσεις και να μεταβιβάσουν μηνύματα αισιοδοξίας στον περίγυρό τους. Αρκεί οι ίδιοι να δραστηριοποιηθούν και οι έχοντες την εξουσία να τους αξιοποιήσουν.

Εν τω μεταξύ, όσο και αν προσέχαμε, ήρθε η ώρα της συνταξιοδότησης και εκεί που είπαμε να την απολαύσουμε, ενέσκηψε η οικονομική κρίση αποτέλεσμα της κρίσης ηθικής και αξιοκρατίας που μαστίζει την πατρίδα μας δεκαετίες. Κυρίως επειδή πρωτίστως οι πολιτικοί δεν μπορούσαν και οι ψηφοφόροι πολίτες στην πλειοψηφία τους οργανωμένοι σε συντεχνίες συμφερόντων, δεν θέλανε να αποκτήσει η Ελλάδα δομές σύγχρονου κράτους.

Επιπλέον η οικονομία της ελεύθερης, ανταγωνιστικής (όχι για την Ελλάδα) αγοράς βασίστηκε μετά τον δεύτερο παγκόσμιο πόλεμο στο μοντέλο της συνεχούς ανάπτυξης, την οποία τροφοδοτεί η τεχνικώς διογκούμενη επιθυμία του ανθρώπου για περισσότερα, μεγαλύτερα, πολυτελέστερα αγαθά και υπηρεσίες.

Η ιστορία αυτή πήγαινε καλά για τις χώρες του δυτικού ημι-

σφαιρίου, μέχρι που την τελευταία δεκαετία τα πράγματα άλλαξαν. Χώρες με τεράστιες εσωτερικές αγορές, που ήταν μόνο καταναλωτές προϊόντων, άρχισαν να παράγουν τα ίδια περίπου προϊόντα πιο φθηνά (Κίνα, Ινδία, Βραζιλία κλπ.).

Άρα από εισαγωγείς έγιναν εξαγωγείς και ανταγωνιστικές με αποτέλεσμα τα αντίστοιχα εργοστάσια στην Ευρώπη και ΗΠΑ να κλείνουν και το διαθέσιμο εισόδημα του πληθυσμού να μειώνεται. Καπάκι ήρθε και η φούσκα των δρώντων χωρίς επαρκή έλεγχο οικονομικών και τραπεζικών κολοσσών με τα τοξικά χρηματοπιστωτικά τους προϊόντα να επιτείνουν την κρίση.

Μέσα σε αυτόν τον πυρήνα του προβλήματος περιστρέφονται όλο και μεγαλύτερο περιφερειακά - προσωρινώς - προβλήματα όπως το δημογραφικό, ο γηράσκων πληθυσμός, οι κλιματικές αλλαγές, η λαθρομετανάστευση και η μειούμενη ικανότητα του πλανήτη στην προσφορά των πρώτων υλών.

Προσωρινώς περιφερειακά, υπό άλλες συνθήκες εξόχως σημαντικά, διότι για τον οικογενειάρχη που χάνει τη δουλειά του δεν υπάρχει άλλη προτεραιότητα.

Είναι φανερό πλέον ότι το βιοτικό επίπεδο των περισσοτέρων μέχρι τώρα αναπτυγμένων κοινωνιών θα μειωθεί δραστικά. Η κινητήριος δύναμη της συνεχούς ανάπτυξης με κάθε κόστος, δεν μπορεί να λειτουργήσει όπως πριν και μια κοινωνία όπου ο καθένας ατομικά με ιδιοτέλεια και εγωισμό προσπαθεί να ικανοποιήσει την απληστία του για περισσότερα αγαθά και πολυτέλεια θα βουλιάξει στην αναρχία.

Ο Αριστοτέλης θεωρούσε την υπερβολή τη μεγαλύτερη αδυναμία του ανθρώπου. Θα πρέπει να παύσει να είναι ο εχθρός του καλού το καλύτερο. Αντίθετα, η ερώτηση που πρέπει να κάνουμε στον εαυτό μας είναι, γιατί να θέλουμε να αντικαταστήσουμε κάτι που μας εξυπηρετεί με ένα πιο πομπώδες; Αυτό ισχύει κατεξοχήν για την ελληνική κοινωνία που συνήθισε για δεκαετίες να καλοπερνάει με δανεικά.

Αν θέλουμε να επιβιώσουμε με αξιοπρέπεια και αυτοεκτίμηση στην νέα κατάσταση πρέπει να ξεχωρίσουμε τις πραγματικές μας ανάγκες από την υπερβολή και να εστιάσουμε στο πως θα καλύψουμε τις περισσότερες από αυτές με ιδία παραγωγή. Τις υπόλοιπες που θα ικανοποιήσουμε αναγκαστικά με εισαγωγές πρέπει να φροντίσουμε να καλύψουμε με αντίστοιχες εξαγωγές αγαθών και υπηρεσιών.

Επειδή δεν μπορούμε να μπούμε στην νέα εποχή περιμένοντας τους κανόνες προσαρμογής της ελληνικής κοινωνίας από την κυβέρνηση των Αθηνών, όπου οι δυνάμεις της αδράνειας και του βολέματος δίνουν μάχη για να διατηρήσουν τα προνόμιά τους, πρέπει οι περιοχές της πατρίδος μας που έχουν προϊστορία στο να είναι «χρήσιμες» σαν την Νάουσα να μην περιμένουν, και να ξεκινήσουν το δρόμο της ανασυγκρότησης.

Οργανωμένα και με πρόγραμμα η περιοχή μας να γίνει «ΝΗΣΙΔΑ ΠΡΟΣΑΡΜΟΓΗΣ στη ΝΕΑ ΕΠΟΧΗ» και να απομακρυνθούμε από την αδυσώπητη παρακμή που πλησιάζει γοργά.

Με βάση τα γονίδια του παρελθόντος, το κέφι, την αισιοδοξία και την πεποίθηση ότι εμείς έχουμε τις προϋποθέσεις να το καταφέρουμε, και θα το κάνουμε, ανεξάρτητα το τι θα κάνουν οι άλλοι. ΕΠΕΙΔΗ ΕΙΜΑΣΤΕ ΝΑΟΥΣΑΙΟΙ. Δείχνοντας έτσι το δρόμο και στους άλλους. Άλλωστε αυτό κάναμε πάντα, σαν Νάουσα.

Σε αυτήν την κατεύθυνση, εμείς οι παλαιότεροι που ζήσαμε παρόμοιες καταστάσεις και τις αντιμετωπίσαμε, άρα εξοπλισμένοι με το αίσθημα της προνομιακής καταγωγής και τοπικής αρχοντιάς να γίνουμε γέφυρες στην οργάνωση μιας κοινωνίας που είναι «χρήσιμη» και παράγει, αλλά συγχρόνως καλλιεργεί την κοινωνική συνοχή.

Μια κοινωνία που θα ανακαλύψει ξανά τα αυτονόητα. Να αγαπήσουμε και να φροντίσουμε την γειτονιά μας και την πόλη μας, επειδή εμείς την απολαμβάνουμε καθημερινά, να ξανασυμφωνήσουμε στους βασικούς κανόνες λειτουργίας της κοινωνίας και να συνειδητοποιήσουμε ότι πρέπει να αναλαμβάνουμε την ευθύνη των πράξεών μας.

Αυτό το οφείλουμε στον τόπο μας, διότι όλοι και εμείς του Λαππείου 1956-1962 λιγότερο ή περισσότερο, συμβάλλαμε με πράξεις ή παραλείψεις στο να έρθουμε σε αυτήν την κατάσταση. ■

50 ΧΡΟΝΙΑ ΜΕΤΑ...

γράφει η Αικατερίνη Σαρηγιαννίδου-Πλατανιά

Από μαθητικό πάρτυ (28-6-1962)

Μαθήτριες στη θάλασσα της Θάσου (εκδρομή Ε΄ Τάξης 29-6-1961)

Συνάντηση με τις συμμαθήτριες και τους συμμαθητές μου, που αποφοιτήσαμε από το Λάππειο Γυμνάσιο της Νάουσας. Πρόδωσα και τα χρόνια μου! Δεν με νοιάζει, είμαι 68. Με νοιάζει μόνο που τόσα χρόνια λείπω από την γενέτειρά μου τη «Νάουσα» και δεν το πήρα χαμπάρι. Μισός αιώνας πέρασε!

Ταξίδευε όμως η καρδιά μου κι αυτό μου φθάνει! Τότε που «όλα μοιάζαν ουρανός και γλυκό ψωμί».

Είμαι η Καίτη Σαρηγιαννίδου-Πλατανιά. Εκτός από τα χρόνια που σπούδασα στη Θεσσαλονίκη, στη Νάουσα έχω έρθει πάμπολλες φορές και συνεχίζω να έρχομαι, γιατί είχα γονείς, έχω αδέρφια, συγγενείς, γειτόνους, φίλους παλιούς και νέους.

Από ψυχής γράφω γιατί «είναι πικρά τα ξένα» αλλά στη θάλασσα της Καλαμάτας που ζω με την οικογένειά μου ταξιδεύω όπου θέλω και όπως θέλω με τις σκέψεις μου.

Οι θύμησές μου από το σχολείο δεν ξεθώριασαν, αλλά αυτοί που ζουν μόνιμα στη Νάουσα, έχουν πιο πολλά να πουν και να διηγηθούν για τη νιότη μας με την ωριμότητα των χρόνων μας.

Έχω και μια πίκρα ακόμη στην καρδιά την «απουσία» συμμαθητών μας που δεν μπορώ να «δικαιολογήσω». Γιατί;

Τελειώνω παραφράζοντας τους στίχους τραγουδιού.

Φύσα αεράκι φύσα με
μη χαμηλώνεις ίσαμε
να δω στη «Ντούρλια» μια κορφή
και τη μικρή μου αδερφή.
Γεια σας και χαρά σας.

«Καλή αντάμωση» στις 22 Σεπτέμβρη 2012.

ΤΑ ΒΑΡΕΑ ΜΕΤΑΛΛΑ ΣΤΗ ΖΩΗ ΜΑΣ

Γράφει ο Νικόλαος Λουμπουρδής, τ. Καθηγητής Βιολογίας του Α.Π.Θ.

Ο όρος βαρέα μέταλλα αναφέρεται στα μεταλλικά εκείνα στοιχεία των οποίων το βάρος ανά μονάδα όγκου είναι τουλάχιστον πενταπλάσιο από αυτό του νερού. Υπάρχουν 23 βαρέα μέταλλα, όμως τα σπουδαιότερα είναι ο μόλυβδος, το κάδμιο, ο ψευδάργυρος, ο υδράργυρος, το αρσενικό, ο άργυρος, το χρώμιο, ο χαλκός και ο σίδηρος.

Μερικά από τα βαρέα μέταλλα, όπως ο σίδηρος, ο χαλκός, το μαγγάνιο και ο ψευδάργυρος, είναι απαραίτητα για τον οργανισμό και η έλλειψή τους προκαλεί διάφορα προβλήματα υγείας στους οργανισμούς. Άλλα πάλι χρησιμοποιούνται στην ιατρική για διαγνωστικούς σκοπούς, όπως π.χ. η χρήση του επισημασμένου ραδιενεργά γαλλίου για εσωτερική παρακολούθηση των οργανισμών. Επίσης η χρησιμοποίηση του μολύβδου ως προστατευτικού από την ακτινοβολία Χ. Πολλά επίσης βαρέα μέταλλα χρησιμοποιούνται στη βιομηχανία, όπως στην Παρασκευή παρασιτοκτόνων, στη βιομηχανία χρωμάτων, μπαταριών, ηλεκτρολυτών κλπ..

Αυτό όμως που έχει περισσότερη σημασία για τα βαρέα μέταλλα, είναι η επίδρασή τους ως ρυπαντών και ως σοβαρές τοξικές ουσίες. Ως ρυπαντής χαρακτηρίζεται κάποιο χημικό στοιχείο στο περιβάλλον, το οποίο επιφέρει αρνητικά αποτελέσματα, επηρεάζοντας την καλή

λειτουργία του περιβάλλοντος, υποβιβάζοντας κατ' αυτόν τον τρόπο την ποιότητα της ζωής με αποτέλεσμα, πολλές φορές, το θάνατο. Τα βαρέα μέταλλα υπάρχουν ως φυσικά στοιχεία του φλοιού της γης και συνιστούν αυτό που χαρακτηρίζεται ως «ρυπαντής», δεδομένου ότι δεν μπορούν να διασπασθούν περαιτέρω σε μικρότερες μονάδες. Σε κάποιο βαθμό, ως τέτοια, μπορούν να εισέρχονται στο σώμα των οργανισμών με την τροφή, τον αέρα και το νερό.

Τα βαρέα μέταλλα διαχέονται στο περιβάλλον με ανθρωπογενείς και φυσικούς τρόπους. Η κύρια αιτία διάχυσης είναι ο πρώτος τρόπος, ιδίως από μεταλλευτικές δραστηριότητες. Ακόμη και πολλά χρόνια μετά τη διακοπή μεταλλευτικών δραστηριοτήτων, η πέριξ περιοχή και σε μεγάλες αποστάσεις περιέχει βαρέα μέταλλα σε υψηλές συγκεντρώσεις.

Όπως και η λέξη υπονοεί, φυσικοί τρόποι διάχυσης βαρέων μετάλλων, είναι αυτοί όπου φυσικοί παράγοντες είναι υπεύθυνοι για τη διάχυση των βαρέων μετάλλων. Η βροχή για παράδειγμα, μεταφέρει βαρέα μέταλλα από τα μεταλλεία στα ποτάμια από όπου, ένα μέρος αυτών καταπίπτει ως ίζημα, ενώ ένα άλλο μέρος μεταφέρεται στον τελικό προορισμό του ποταμού, που μπορεί να είναι μια λίμνη ή η θάλασσα.

Όταν αγροτικά εδάφη ρυπαίνονται με βαρέα μέταλλα, τα μέταλλα αυτά προσλαμβάνονται από τα καλλιεργούμενα φυτά μαζί με τα θρεπτικά συστατικά. Τα ζώα που τρέφονται με τα φυτά αυτά, όπως είναι φυσικό, προσλαμβάνουν και τα βαρέα μέταλλα. Αυτή είναι μια οδός πρόσληψης των βαρέων μετάλλων.

Μια άλλη οδός πρόσληψης των βαρέων μετάλλων από τα ζώα είναι από το νερό που πίνουν. Αυτά τα βαρέα μέταλλα συγκεντρώνονται στους ιστούς των ζώων ή, στην περίπτωση των θηλαστικών, και στο γάλα. Σε τελευταία ανάλυση, όλοι οι ζώντες οργανισμοί σε ένα οικοσύστημα ρυπαίνονται δια μέσου της τροφικής αλυσίδας.

Μερικά μέταλλα σε μικρές συγκεντρώσεις είναι απαραίτητα για τον οργανισμό και η ύπαρξή τους σε ορισμένες ποσότητες είναι πολύ μεγάλης σημασίας. Τέτοια είναι ο σίδηρος, ο ψευδάργυρος, το ασβέστιο, το μαγνήσιο και σε μικρότερες ποσότητες, αλλά όμως απολύτως αναγκαίες, διάφορα άλλα μέταλλα όπως κοβάλτιο, μαγγάνιο, σελήνιο κ.ά. Είναι τα λεγόμενα ιχνοστοιχεία. Όμως, και τα στοιχεία αυτά, όπως και τα μη απαραίτητα στοιχεία, σε μεγάλες ποσότητες είναι τοξικά.

ΤΑ ΣΥΧΝΟΤΕΡΑ ΕΜΦΑΝΙΖΟΜΕΝΑ ΤΟΞΙΚΑ ΜΕΤΑΛΛΑ

Αρσενικό. Είναι μια κοινή αιτία δηλητηρίασης από βαρέα μέταλλα. Διαχέεται στο περιβάλλον από περιοχές όπου γίνεται εξόρυξη χαλκού, ψευδαργύρου και μολύβδου, όπως επίσης και από βιομηχανίες χημικών και υαλουργίας. Άλλες πηγές είναι τα διάφορα χρώματα, ποντικοφάρμακα, μυκητοκτόνα γεωργικά φάρμακα και βιομηχανίες κατεργασίας ξύλου.

Όργανα-στόχοι που επηρεάζονται από το αρσενικό είναι το αίμα, οι νεφροί, το κεντρικό νευρικό σύστημα, το πεπτικό σύστημα και το δέρμα.

Μόλυβδος. Πολύ ισχυρά τοξικό στοιχείο. Είναι η κυριότερη αιτία παιδικών δηλητηριάσεων. Επειδή είναι μαλακό μέταλλο και εύκολο στο χειρισμό, σχεδόν όλοι οι παλαιότεροι σωλήνες ύδρευσης είναι κατασκευασμένοι από μόλυβδο. Αυτό είχε ως συνέπεια συνεχή και σε μικρή κλίμακα δηλητηρίαση του οργανισμού. Όργανα-στόχοι είναι ο εγκέφαλος, τα οστά, το αίμα, ο θυρεοειδής αδένας, και οι νεφροί. Τα παιδιά επηρεάζονται πολύ περισσότερο από τους ενήλικες από την επίδραση του μολύβδου, με το πλέον σοβαρό αρνητικό αποτέλεσμα στον εγκέφαλό τους.

Παρατηρήθηκαν καθυστερήσεις στην πνευματική ανάπτυξη τους. Μια συνήθεια μεταξύ εφήβων να εμποτίζουν υφάσματα (π.χ. μαντήλια) με βενζίνη (super) που περιέχει μόλυβδο (το ναρκωτικό των φτωχών) είχε σοβαρά αποτελέσματα στην πνευματική ανάπτυξή τους.

Μια συνήθης αιτία δηλητηριάσεων του ανθρώπου είναι μέσω των πτηνών που αποτελούν κυνήγι για τον άνθρωπο. Τα πτηνά αυτά, επειδή θεωρούν τα σκάγια των όπλων των κυνηγών ότι είναι σπόροι, τα καταπίνουν. Όπως δε είναι γνωστό, τα σκάγια παρασκευάζονται από μόλυβδο. Η διάλυση του μολύβδου έχει ως συνέπεια τη δηλητηρίαση του πτηνού και, στη συνέχεια του ανθρώπου. Πειράματα στο βάτραχο Rana ridibunda από την ερευνητική μου ομάδα έδειξαν μια σχεδόν ολοκληρωτική καταστροφή των νεφρών και του ήπατος.

Τα βαρέα μέταλλα συγκεντρώνονται στους ιστούς των ζώων ή, στην περίπτωση των θηλαστικών, και στο γάλα. Σε τελευταία ανάλυση, όλοι οι ζώντες οργανισμοί σε ένα οικοσύστημα ρυπαίνονται δια μέσου της τροφικής αλυσίδας.

μπαταρίες και συσσωρευτές καδμίου, μέταλλο ιδιαίτερα επιβλαβές για την ανθρώπινη υγεία

Κάδμιο. Το κάδμιο είναι ένα παραπροϊόν εξόρυξης μολύβδου και ψευδαργύρου και χαρακτηρίζεται ως πολύ τοξικό. Χρησιμοποιείται στην κατασκευή μπαταριών Νικελίου-Καδμίου, στα πλαστικά PVC και στα χρώματα. Βρίσκεται στο έδαφος, διότι στη γεωργία χρησιμοποιούνται, εντομοκτόνα, παρασιτοκτόνα, εμπορικά λιπάσματα κ.ά. Περίπου 15-50% του Καδμίου εισέρχεται στον οργανισμό με την αναπνοή. Όργανα-στόχοι είναι το ήπαρ, οι νεφροί, οι πνεύμονες, ο πλακούντας, ο εγκέφαλος και τα οστά. Επειδή το Κάδμιο έχει παραπλήσια μοριακή δομή με το ασβέστιο, το οποίο είναι αι απαραίτητο στον οργανισμό, «ξεγελάει» κατά κάποιο τρόπο τον οργανισμό και καταλαμβάνει μέσα στο κύτταρο θέσεις που κανονικά θα έπρεπε να καταλαμβάνονται από το ασβέστιο. Αυτό έχει ως συνέπεια να μην γίνεται κανονικά η τροφοδοσία του οργανισμού με ασβέστιο.

Η συνέπεια είναι να λείπει ασβέστιο από τα οστά. Πολύ τοξική είναι η επίδρασή του και στους νεφρούς. Ο νεφρός καταστρέφεται, με αποτέλεσμα να μην κατακρατούνται οι πρωτεΐνες. Το Κάδμιο, όπως και τα άλλα βαρέα μέταλλα έχει αθροιστικές ιδιότητες. Αυτό σημαίνει ότι κάθε ποσότητα μετάλλου που προσλαμβάνεται από τον οργανισμό, παραμένει στους ιστού και κάθε επόμενη πρόσληψη προστίθεται στο ήδη υπάρχον μέταλλο. Όταν η συγκέντρωση του μετάλλου φτάσει σε μια κρίσιμη τιμή, τότε αρχίζει η καταστροφή του ιστού.

Υδράργυρος. Πολύ τοξικό μέταλλο επίσης. Το μεγαλύτερο μέρος του Υδραργύρου προέρχεται από τις εκρήξεις ηφαιστείων. Επειδή σε εκείνες τις θερμοκρασίες ο Υδράργυρος εξαχνώνεται, μπορεί, με τη βοήθεια των ανέμων, να διαχυθεί σε μεγάλες αποστάσεις. Μια βροχή σε ένα επόμενο στάδιο, μεταφέρει τον υδράργυρο στη γη και, με τα ποτάμια, στις λίμνες και τη θάλασσα. Από εκεί οι υδρόβιοι οργανισμού το παραλαμβάνουν. Κατανάλωση λοιπόν ψαριών από λίμνες μη καθαρές, ενέχει τον κίνδυνο τοξίκωσης του ανθρώπου.

Δηλητηρίαση από υδράργυρο μπορεί να έχουμε από τη χρήση υδραργυρικών θερμομέτρων (αν από ατύχημα σπάσουν), διότι ο υδράργυρος είναι σε υγρή μορφή και είναι σχεδόν αδύνατο να συλλεγεί. Επειδή δε εξαχνώνεται γρήγορα, διασπείρεται στον αέρα και προσλαμβάνεται από τον οργανισμό με την αναπνοή. Τα αμαλγάματα των οδοντιάτρων περιέχουν επίσης υδράργυρο. Βέβαια τα τελευταία χρόνια έχει απαγορευθεί η χρήση τέτοιων αμαλγαμάτων.

Με αυτό το άρθρο προσπάθησα να ευαισθητοποιήσω τους αναγνώστες αναφορικά με την επίδραση των βαρέων μετάλλων στη ζωή μας. Θα πρέπει να μας ενδιαφέρει η καθαρότητα του περιβάλλοντος, διότι οι φυτικοί και ζωικοί οργανισμοί είναι στενά συνδεδεμένοι με τον άνθρωπο και μια όχι υγιής κατάσταση των φυτών και των ζώων έχει άμεση επίδραση και στον άνθρωπο. N

ΕΝΘΥΜΙΟΝ

ΑΠΟΦΟΙΤΟΙ ΛΑΠΠΕΙΟΥ ΓΥΜΝΑΣΙΟΥ ΝΑΟΥΣΑΣ 1962

φωτογραφίες επάνω: από την μαθητική εκδρομή Ε΄ Τάξης 1961 στους Φιλίππους
φωτογραφίες κάτω: από την μαθητική εκδρομή Ε΄ Τάξης 1961 στη Θάσο

Η ΕΠΤΑΗΜΕΡΗ ΤΟΥ '62

Μια εκδρομή, είναι μια βόλτα διαφορετική μέσα στη ζωή μας. Είναι μια βαθιά ανάσα που παίρνουμε και αφήνουμε να μπουν μέσα μας πράγματα που τα θυμόμαστε για πάντα. Δεν έχει σημασία αν είναι το πιο απλό ή το πιο σπουδαίο που συναντήσαμε, γίνεται πανάκριβο και δυσεύρετο ανάλογα με τη γεύση που αφήνει πίσω του.

γράφει η Ευθυμούλα Μπαμπάτση – Τζερεφού

Η μονοήμερη σχολική εκδρομή στον Άγιο Νικόλα, στην Παναγιωπούλα ή στο γήπεδο, εκτός από τη χαρά της αποχής των μαθημάτων εμένα μ' άφησε έντονα τη νοστιμιά της μορταδέλας και του κασεριού, όπως και του άσπρου αφράτου αγοραστού ψωμιού. Αυτά μόνο στην εκδρομή επιτρέπονταν για να φανούμε, τάχα,

ότι είμασταν πλούσιοι. Την άλλη μέρα που εγώ πάλι ήθελα να είμαι «πλούσια» η μάνα μου μ' έλεγε: *«Τράβα στο ντουλάπι και μπάτσιο έχει μπόλικο, καμπόσου σκληρός είναι, αμά δεν πειράζει και ζυμωτό ψουμί».* Μ' έβλεπε που μουτσκώνουμουν και συνέχιζε: *«Τι ανάγκη έχτι ισείς! Μιγαλώνητι πλουσιοπάροχα. Μαρή ιμείς μόνο στην ικδρουμή αγοραζάμι θριψίνη. Όλις τις άλλις τις μέρις σύκου κι ψουμί. Καλά που είχαμι κότις κι ετρουγάμι κι κανά αυγό και αγιλάδα για γάλα κι τυρί.»* Τελικά κάθε γενιά ζει την δική της εποχή, αρκεί να μπορεί να τη χαρεί όπως και αν είναι αυτή.

Προχθές η φίλη μου ξεπροβοδούσε την εγγονή της για την τριήμερη στην Αθήνα. Όλα ήταν έτοιμα από τη μάνα της και όταν την ρώτησαν πόσα χρήματα θέλεις η μικρή απάντησε: *«Η φίλη μου θα πάρει 500 ευρώ».* Εκείνη την ώρα έτρωγα έναν κουραμπιέ και κόντεψα να γκουρλωθώ από το ξάφνιασμα.

- 500 ευρώ;!! Τι είναι μαρή χαρτοπετσέτες; Ίσια με τη σύνταξή μου; συμπλήρωσε η γιαγιά της.

Και τότε ήρθε στο μυαλό μου η δική μας 7ήμερη εκδρομή που κάναμε το 1962 το γύρο της Ελλάδας, δηλαδή για μένα τότε ήταν ο γύρος του κόσμου σε 7 μέρες.

Επιτέλους μετά από ένα ολόκληρο χειμώνα, γεμάτο προετοιμασία, προσδοκία και αγωνία να περάσει ο καιρός ήρθε αυτή η πολυπόθητη ανοιξιάτικη Κυριακή.

Απέναντι από τον Άγιο Μηνά μπροστά στο μαγαζί του Καρατσιώλη «Εδώδιμα δημητριακά» μας περίμενε ένα Αθηναίικο γυαλιστερό πούλμαν με τρανά παράθυρα. Ωραία χρώματα απ' όξω και μια σκάλα από πίσω για να ανεβάζει ο σοφέρ της αποσκευές απάνω. Όλοι, αγόρια και κορίτσια στην ώρα μας.

Έξι η ώρα τα χαράματα. Με δυο κουβέρτες και ένα μαξιλάρι ανάμεσα, δεμένα με μια κόρδα, άλλοι με δίχτυα για τα ρούχα, άλλοι με τσάντες πλαστικές καλές (μόλις είχαν βγει). Εγώ σαν είπα στη μάνα μου θέλω βαλίτσα, της την έφαγα την ψυχή.

- Μαρή κουρίτσι μου δεν έχουμι βαλίτσα κι δεν έχουμι παράδις ν' αγοράσουμι γιατί είνι άκρα καιρού.

- Η' βαλίτσα ή δε γένιτι. Θέλου να είμι μουδάτη.

- Αϊ μαρή τράβα στα Μπατάνια. Ικεί ο συμπιθιρός της τχειάς σου είνι μισίτης και κάνει ταξίντια στη Σαλουνίκη, στην Αθήνα και μπουρεί να έχει καμμιά βαλίτσα.

Τη βρήκα. Σι μισή ώρα όλα τα είχα έτοιμα μέσα στο φοδραρισμένο με καρό χαρτί και απ' έξω καφέ χρώμα βαλιτσάκι, με τα σιδεράκια να κλείνουν και το κλειδί στο χέρι. Στο άλλο χέρι κρατούσαμε μια σακούλα γιουμάτη φαγιά, κιφτέδις, πίτις, μπάτσιου, τυρί, αυγά για μια βδομάδα. Μόνο στην Αράχωβα όταν μας τελείωσαν όλα εφαγάμι στο εστιατόριο. Και τι... μια μερίδα δυό άτομα.

Σοφέρ ήταν ο κ. Κώστας, ένας Αθηναίος ασπρομάλλης κοντά 50 χρονών κι ντιπ όμορφος, αμά γιατί είχι μάτια πράσινα σαν τρουκουλάντια τζιτζιλόνια, χρυσή ταυτότητα στο χέρι, χρυσό Σταυρό στο λιμό και ήταν πασαλιμένος μι μυρωδιές κι μιλούσε Αθηναίικα, ιμάς τα κουρίτσια μάς καταάρεζε. Και αυτός κατακαμπάρντιζε. Όλο με το σεις και με το σας ήμασταν.

Για να σκάσουμε τη Σαλιαπίδα τη θεολόγο που ήθελε να ξεκινήσουμε με το τραγούδι «Τα χριστιανόπουλα» ημείς γιατί ήταν Κυριακή πήραμε φόρα κι αρχίζουμι το «Συννεφιασμένη Κυριακή μοιάζεις μι την καρδιά μου». Μας πατάει μια κατσάδα ο Ζωγράφος ο φιλόλογος να σταματήσουμε και σαν ανοίγουμε τις τσάντις μι τα φαγιά όλο το πούλμαν κιφτιδίλις και μπατσίλις μοίριζι. Όλη μέρα είμα-

---

Ο οδηγός άρχισε να ξιφουρτώνει και να πουλιμάει από ψηλά τα δίχτυα, τις τσάντις, ήρθι κι σειρά της βαλίτσας μου. Την πουλιμάει κι αυτήν τάχα να την πιάσω στον αέρα. Πέφτει καταγής, χαλνούν τα σιδηράκια, αλλού του καπάκι, αλλού τα ρούχα. Λέλε αντρουπή!!!

σταν στο δρόμο για τα Γιάννενα. Ξαφνικά απ' το παράθυρο βλέπω μια νταμπέλα «Καλώς ορίσατε στην Ήπειρο».

- Νία, φωνάζω, εφτασάμε στην Ήπειρο. Μι φάνηκε σαν να ήταν η Αμιρική.

- Λέλε μάνα μου, μαρή τι μακριά που ήρθαμε. Ήπειρος! Ήπειρος!

Κι σιάστισα μι τα αλλιώτικα απ' τα δικά μας τα βουνά, όλο πέτρα, τίποτα πράσινο. Νωρίς φτάνουμε στα Γιάννενα και ίσια για του ξινοδουχίου. Δηλαδή το σχολείο. Σ' όλα τα σχολεία κοιμούμασταν, στα σανίδια καταγής, κι οι καθηγητές στις έδρες. Ο οδηγός άρχισε να ξιφουρτώνει και να πουλιμάει από ψηλά τα δίχτυα, τις τσάντις, ήρθι κι σειρά της βαλίτσας μου. Την πουλιμάει κι αυτήν τάχα να την πιάσω στον αέρα. Πέφτει καταγής, χαλνούν τα σιδηράκια, αλλού του καπάκι, αλλού τα ρούχα. Λέλε αντρουπή!!! Απ' αλλού να μαζεύου τα κουμπινιζιόν, απ' αλλού τα βρακιά, να κάτι τρανά μακό παρδαλά. Κι σι μια άκρα βλέπω κι του μουσχουσάπουνου «Ερμής» που κι αυτό μόνο για την ικδρουμή του αγόρασα. Όλοι μι του «Ερμής» είμασταν, τα πράσινα τ' αφησάμι στου σπίτι. Νταμπλώθηκα! Κι τώρα τι γένιτι. Η βαλίτσα κι ξένη κι χαλασμένη. Μπιρκιάτ μι δίνουν μια κόρδα κι έτσι δυό φορές την ημέρα έδενα κι ξέδενα κι τη βαλίτσα κι τις κουβέρτις.

Την άλλη μέρα στην αγορά στα Γιάννενα αγόρασα μια ασημένια καρφίτσα για το καλό το ταγέρ το μαύρο της μάνας μου μι σχέδιο ένα τρανό τσαρούχι μι μια γκλίτσα καρφωμένη λουξά κι ένα ζουβανά για του μπαμπά μου. Όταν γύρισα και τους τα έδωσα όλο χαρά ιγώ η μάνα μου μι λέει *«Μαρή τι ήταν ανάγκη να φέρεις ζουβανά απ' τα Γιάννενα; Ιμείς γιουμάτοι ζουβανάδις είμιστι».* Κι για την καρφίτσα *«Μαρή πως να καρφώσω το τσαρούχι στου κιπούρ του δαντιλένιου του γιακά;»*

Φαρμακώθηκα γιατί έδουσα κι 25 δραχ-

μές, αλλά δεν μίλησε γιατί κοίταζα να κρύψου τη βαλίτσα. Μουναχιά μου την πήγα στου Λυσίμαχου κι τη διόρθωσε.

Η εκδρομή συνεχίζεται. Περνούμι από την Άρτα, Αγρίνιο κι φτάνουμι στου Μεσολλόγι. Όλη τη νύχτα μάς έφαγαν τα κουνούπια κι την άλλη μέρα όλοι αλλιώτικοι είμασταν. Τι πρησμένα μάτια, τι χείλια, πάλι αυτή η φαγούρα στα πουδάρια κι στα χέρια δεν λέγιτι. Ευτυχώς μπήκαμε από το Αντίριο στο φέρι μποτ. Κι είμασταν όλο περηφάνια. Θαρρείς κι ήταν υπερωκεάνιο για την Αμερική. Να μια φωτογραφία εδώ, να μια ικεί λουλαθηκάμι. Ξέρεις τι είνι να παγαίνεις στο Ρίο; Εγώ ήθελα και το φαντάστηκα λίγο και με το Ρίο ντε Τζανέιρο κι όταν εφτασάμι ικεί κι είδα να είνι γιουμάτου νταλίκις να πιριμένουν να φουρτουθούν είπα μι απουρία *«Τι μαρή αυτό είναι του Ρίο;»*

Συνεχίζουμε για Πάτρα, Ολυμπία, Τρίπολη, διανυκτέρευση. Επίδαυρος, Μυκήνες, Κόρινθος διανυκτέρευση. Αθήνα. Μας ενημερώνει ο Ζωγράφος ο φιλόλογος *«Σήμερα θα βρεθούμε στην πρωτεύουσα του κράτους, θα πάμε στην Ακρόπολη, στο αρχαιολογικό μουσείο, στην Ομόνοια, στο Μοναστηράκι, στην Πλάκα, στις Στήλες του Ολυμπίου Διός, στο Ζάππειο, στο Βασιλικό* (τότε) *κήπο, στην Ερμού να δούμε τη μόδα της εποχής* (έρμα τα χάλια μας) *και στο τέλος θα πάμε στο θέατρο «Ρεξ» να παρακολουθήσουμε την παράσταση. Θα δούμε τη «Μάνα» του Μαξίμ Γκόργκι. Το θέατρο έχει βελουδένια καθίσματα και θα είστε σαν λόρδοι».*

Τι ήθιλι να του πει αυτό; Εμάς από που να μας πιάσεις για να είμαστε λόρδοι; Καταρχάς είμασταν μια βδομάδα άπλυτοι. Στις βρύσες απ' τα σχολεία επλυνάμι λίγο το πρωί το πρόσωπο, τα χέρια κι λίγο παραπάνω τα πουδάργια. Η Σαλταπίδα δεν μας άφηνε να βγάλουμε την ποδιά που είχε καταντήσει ασπρόμαυρη από τον ιδρώτα κι τη σκόνη. Πρώτη φορά εβλιπάμι στην Ομόνοια σκάλες να γκιλιούντι. Αχιρνούμι ν' ανεβαίνουμε, να κατιβαίνουμι, να πέφτουμι κι να γιλούμι μι την ψυχή μας.

Στο Μοναστηράκι οι μαγαζάτορες μας χτυπούσαν κουδούνια τάχα είμασταν πρόβατα. Για εστιατόριο καμία συζήτηση. Τυρόπιτες, κανά σάντουιτς, καμιά τσικουλάτα κι όταν κατά τις 4 είμασταν στις Στήλες του Ολυμπίου Διός, εκεί μάς φάνηκε σαν στο μπαξέ μας. Βρήκαμε μια βρύση μ' ένα λάστιχο κι μπόλικο χλιαρό νερό απ' τη ζέστα κι αρχίζουμι να λούζουμι τα μαλλιά μας, να σφουγγαρίζουμε τις πουδιές μας που ξύνισαν, να πλένουμι τα πέδιλά μας για να πάμε ντε το βράδυ σαν λόρδοι στο θέατρο. Δυό ώρες το θέατρο κράτησε, δυό ώρες ιμείς κοιμούμασταν στις πρώτες σειρές τις βελουδένιες και ροχαλητό αματί. Ξέρεις τι είναι να ρουχαλίζουν 50 άτομα;

Όταν πήγαμε στα εργοστάσια του Λαναρά το βράδυ δεν μπορούσαμε να κοιμηθούμε, γιατί είχαμε χορτάσει ύπνο και με τα νυχτικά κάνουμε ένα πάρτι αξέχαστο. Μόνο με χορό και χαρά. Ζούσαμε την εποχή μας. Και είμασταν ευτυχισμένοι. Τα πολύτιμα πράγματα που βρήκαμε στην 7ήμερη εκδρομή μας ήταν λέξεις Ήπειρος, ζοβανάς, τσαρούχι, βαλίτσα, καθώς επίσης και μια φωτογραφία που βγήκαμε μέσα σ' έναν ελαιώνα κοντά στο Αγρίνιο μ' ένα γαϊδούρι να το έχουμε αγκαλιάσει, να κοντεύουμε να το πνίξουμε απ' τα χάδια και όταν την είδε η μάνα μου είπε: *«Τι μαρή τόσου καμαδουμένοι είσασταν για γουμάρι; Όλοι από ένα γουμάρι αφησέτι στο σπίτι σας. Να σας πάρει η ευχή να σας πάρει. Αϊ τώρα φέρει το κουτί μι τους κουραμπιέδις που έφιρις απ' τη Λαμία να φάμι κανέναν, για να γλυκαθούμι».*

Το κείμενο αυτό το έγραψα για να μπορέσω να ξεφύγω απ' τις βαριές σκέψεις που με φορτώσανε ΑΥΤΟΙ που ξεπουλήσανε τη χώρα μου και είχαν το θράσος να μη με ρωτήσουν αν τις αντέχω. Επειδή είναι όλο Ελλάδα το αφιερώνω στο μεγάλο πατριώτη Μίκη Θεοδωράκη που με τη συνέντευξή του την Τρίτη 5 Απριλίου το πρωί στον ΑΝΤ1 μ' έκανε περήφανη που είμαι Ελληνίδα.

«Επαναδημοσίευση από τη Φωνή της Ναούσης»

Ευτυχώς μπήκαμε από το Αντίριο στο φέρι μποτ. Κι είμασταν όλο περηφάνια. Θαρρείς κι ήταν υπερωκεάνιο για την Αμερική. Να μια φωτογραφία εδώ, να μια ικεί λουλαθηκάμι. Ξέρεις τι είνι να παγαίνεις στο Ρίο;

ΤΟ ΠΑΡΕΛΘΟΝ, ΤΟ ΠΑΡΟΝ ΚΑΙ ΤΟ ΜΕΛΛΟΝ ΣΤΙΣ ΣΥΝΑΛΛΑΓΕΣ ΜΕ ΤΙΣ ΠΙΣΤΩΤΙΚΕΣ ΚΑΡΤΕΣ

Γράφει ο Παύλος Μήτογλου, Συντ/χος πρώην Διευθυντής της Εμπορικής Τράπεζας

Από τις αρχές ήδη του τελευταίου μισού του αιώνα που πέρασε (2000), άρχισε να γίνεται αισθητή στην οικονομία όλων των κρατών η ανάγκη νέων και συγχρονισμένων συναλλακτικών μέσων, νέων μορφών χρήματος, ικανών να υπηρετούν αποτελεσματικότερα, ένα διαρκώς αυξανόμενο όγκο συναλλαγών με νέες ιδιαιτερότητες.

Η διεθνής εμπειρία έδειξε από νωρίς ότι την απάντηση θα έδιναν οι κάρτες: Κάρτες συναλλαγών, κάρτες εγγύησης επιταγών, κάρτες χρέωσης λογαριασμών, πιστωτικές κάρτες.

Έκτοτε, σε παγκόσμιο επίπεδο, οι τάσεις ήταν σαφείς και το μήνυμα ξεκάθαρο. Καμία χώρα, κανένας οικονομικός οργανισμός δεν θα μπορούσε να αγνοήσει την ανάγκη εισόδου στα νέα οικονομικά και χρηματικά δεδομένα χωρίς να εκτεθεί στον κίνδυνο της απομόνωσης. Ας δούμε όμως αναδρομικά το ξεκίνημα των πιστωτικών καρτών, για να εξελιχθούν σήμερα σε ένα παγκόσμιο μέσο συναλλαγής.

Οι πρώτες κάρτες δεν ήταν φτιαγμένες όπως οι σημερινές από σκληρό υλικό (πλαστικό), αλλά από χαρτόνι. Τις εξέδιδαν γύρω στην δεκαετία του 30, μεγάλα καταστήματα των Η.Π.Α. για καλούς μόνο πελάτες τους.

Η πρώτη πιστωτική κάρτα, πάλι από χαρτόνι, εκδόθηκε από την Flatdush National Bank των Η.Π.Α. το 1947. Μετά από 8 χρόνια (1955) αποσύρθηκαν οι χαρτονένιες κάρτες και αντικαταστάθηκαν από πλαστικές. Λίγο αργότερα (1958) η American express εκδίδει πλαστικές κάρτες, ενώ την ίδια χρονιά η Bank of America θέτει σε κυκλοφορία την BANKAMERICARD,πρόδρομο της γνωστής σήμερα VISA.

Νέες κάρτες μπαίνουν στην αγορά. Από το 1960 και μετά, οι Ευρωπαίοι έχουν πια πεισθεί ότι με τις πιστωτικές κάρτες κερδίζουν στις συναλλαγές τους και η διάδοση τους είναι ραγδαία.

Στο Βέλγιο, έχουν εγκαταστήσει τηλεφωνικούς θαλάμους και οι συσκευές τους λειτουργούν όταν στην ειδική εγκοπή τοποθετηθεί μία κάρτα, την οποία ο καταναλωτής προμηθεύεται από τον αντίστοιχο δικό μας Ο.Τ.Ε., καταβάλλοντας 20-50 φράγκα. Όταν ο κάτοχος την χρησιμοποιεί για μία αυτόματη χρήση, αφαιρείται από το συνολικό ποσό της κάρτας το ποσό που κοστίζει η συνδιάλεξη. Είναι ένα μικρό παράδειγμα για να πεισθούμε ότι σε λίγα χρόνια στο πορτοφόλι μας δεν θα υπάρχει ρευστό χρήμα αλλά η πιστωτική κάρτα.

Στην Ελλάδα τα πράγματα ακολουθούν διαφορετικό ρυθμό. Στη χώρα μας δεν εφαρμόστηκε ευρέως από το κοινό ο θεσμός της πληρωμής, συναλλαγής με επιταγή, τουλάχιστον στο βαθμό που έγινε σε άλλες Ευρωπαϊκές χώρες. Αυτό είχε σαν αποτέλεσμα να καθυστερήσει - σε σχέση πάντα με τα υπόλοιπα ευρωπαϊκά κράτη - η διάδοση της χρήσης των καρτών.

Βέβαια τα τελευταία χρόνια οι συνθήκες άλλαξαν και σταδιακά ο αριθμός κατόχων πιστωτικών καρτών αυξήθηκε εντυπωσιακά.

Σήμερα υπολογίζεται ότι πάρα πολλοί Έλληνες χρησιμοποιούν στις αγορές τους και στις άλλου είδους συναλλαγές τους, τις πιστωτικές κάρτες. Ο θεσμός της πιστωτικής κάρτας στην Ελλάδα γίνεται ολοένα και περισσότερο αναγκαίος. Όλο και περισσότερες επιχειρήσεις είναι πρόθυμες να εξυπηρετήσουν τους κατόχους Πιστωτικών Καρτών.

Το 1983 υπήρχαν σε κυκλοφορία 42.000 κάρτες και 10.000 επιχειρήσεις. Το 1987 οι κάτοχοι των καρτών έγιναν 160.000 και οι συμβεβλημένες επιχειρήσεις έφθασαν τις 32.000.Φανταστείτε σήμερα με τον αυξητικό αυτό ρυθμό 25 χρόνια μετά τον αριθμό των κάτοχων Πιστωτικών Καρτών και τις συμβεβλημένες επιχειρήσεις να εξυπηρετούν όχι μόνο τους Έλληνες κατόχους αλλά και τους ξένους τουρίστες κλπ.

Στην Ελλάδα, η Εμπορική Τράπεζα, προχώρησε στην έκδοση των πρώτων καρτών το 1972, μετά από σχετική έγκριση της Τράπεζα της Ελλάδος. Οι κάρτες αυτές ήταν τότε για χρήση μόνο στο εσωτερικό, αλλά ταυτόχρονα η ΕΜΠΟΡΙΚΗ ΤΡΑΠΕΖΑ, εκπροσωπούσε στη χώρα μας την BANKAMERICARD για την εξυπηρέτηση των ξένων κατόχων καρτών στη χώρα μας.

Το 1981 επεκτάθηκε η χρήση της και στο εξωτερικό και τότε κάνει την εμφάνισή της η ΕΜΠΟΡΟΚΑΡΤΑ/VISA. Η ανοδική πορεία καταμαρτυρείται από την αλματώδη αύξηση των μεγεθών, τόσο στους κατόχους ΕΜΠΟΡΟΚΑΡΤΑΣ, όσο και στις συμβεβλημένες επιχειρήσεις οι οποίες ήταν κάπως διστακτικές στην αρχή. Μόλις όμως άρχισε ο ανταγωνισμός, βλέποντας ότι οι επιχειρήσεις που ήταν συμβεβλημένες με την ΕΜΠΟΡΟΚΑΡΤΑ, είχαν την προτίμηση των κατόχων καρτών, άρχισαν μία-μία με τη σειρά τους να επιχειρούν να συμβληθούν, διότι δεν γινόταν αλλιώς.

Στον κόσμο του σήμερα όπου ο συνεχής εκσυγχρονισμός έχει καταστεί όρος επιβίωσης, το χρήμα και οι λειτουργίες του, το Τραπεζικό σύστημα γενικά, αλλά και κάθε Τράπεζα χωριστά, δεν είναι δυνατόν να παραμείνουν απαθή και στάσιμα μπροστά στις μεταβαλλόμενες συνθήκες.

Σήμερα στις μέρες μας η πολυπλοκότητα των ειδών Πιστωτικών Καρτών και η ευκολία χορήγησής τους, μέχρι πρότινος τουλάχιστον, βάζει σε κίνδυνο αυτούς που δεν γνωρίζουν να τις χρησιμοποιούν προς όφελος τους.

Δεν υπάρχει σήμερα (σχεδόν κανένα) νοικοκυριό (άνδρας, γυναίκα, παιδί) που να μην έχουν μία και δύο και παραπάνω Πιστωτικές Κάρτες στο πορτοφόλι τους. Η ωφέλεια προκύπτει από την λελογισμένη χρήση, γιατί το αντίθετο οδηγεί σε προβλήματα και μάλιστα σε πολλές περιπτώσεις χάσιμο της περιουσίας τους.

Όσον αφορά το μέλλον των Πιστωτικών Καρτών και τη χρήση τους δεν το γνωρίζει κανείς. Είναι όμως απαραίτητο να μπορείς να διαγνώσεις έγκαιρα και σωστά τις επερχόμενες ανάγκες και να προχωρείς στις επιβεβλημένες καινοτομίες.

Δεν υπάρχει σήμερα νοικοκυριό που να μην έχουν μία και δύο και παραπάνω Πιστωτικές Κάρτες στο πορτοφόλι τους. Η ωφέλεια προκύπτει από την λελογισμένη χρήση, γιατί το αντίθετο οδηγεί σε προβλήματα.

ΙΑΤΡΙΚΟ ΛΑΘΟΣ ΚΑΙ ΙΑΤΡΙΚΗ ΕΥΘΥΝΗ

Κατά την σοφή ρήση «το σφάλλειν ανθρώπινον», είναι γνωστό ότι δεν υπάρχει επάγγελμα, τέχνη ή ανθρώπινη ενασχόληση στην οποία να μη γίνονται λάθη. Παρά ταύτα, τα ιατρικά λάθη είναι εκείνα που προκαλούν το ενδιαφέρον και τα σχόλια του κοινού, διότι ο γιατρός, σε αντίθεση με όλα τα άλλα επαγγέλματα, έχει το προνόμιο να ασχολείται με τα πολυτιμότερα αγαθά του ανθρώπου, την υγεία και τη ζωή.

Γράφει ο
Δημήτριος Μαϊδής, Καρδιολόγος - Ειδ. Παθολόγος

Εύλογη επομένως η ευαισθησία του κοινού, την οποία οξύνουν περισσότερο τα σχόλια του τύπου, τα οποία τις περισσότερες φορές γράφονται αβασάνιστα και χωρίς γνώση των πραγματικών περιστατικών.

Ο γιατρός λοιπόν, κατά την άσκηση της ιατρικής επιστήμης, ενδέχεται να υποπέσει σε σφάλματα. Τα σφάλματα αυτά διακρίνονται σε διαγνωστικά και θεραπευτικά.

ΔΙΑΓΝΩΣΤΙΚΑ ΣΦΑΛΜΑΤΑ

Η διάγνωση αποτελεί ένα από τα κύρια και ίσως το σημαντικότερο μέρος στη διερεύνηση μιας νόσου.

Ως διάγνωση, θεωρούμε το αποτέλεσμα μιας νοητικής εργασίας, που στηρίζεται στις θεωρητικές γνώσεις του γιατρού, στις πληροφορίες που θα πάρει ο γιατρός και στα κλινικά και εργαστηριακά ευρήματα του αρρώστου.

Μια σωστή διάγνωση είναι εξαιρετικά δύσκολη και συχνά προβληματική, διότι η αξιολόγηση των προαναφερθέντων στοιχείων (πληροφορίες, κλινικά, εργαστηριακά ευρήματα, γνώσεις του γιατρού) απαιτούν ικανή εμπειρία, αρκετή γνώση και προπαντός άριστη κρίση.

Προκειμένης μιας διαγνώσεως απαιτούνται:

α) Η περιγραφή, που συνίσταται στη συγκέντρωση όλων των πληροφοριών των σχετικών με τη νόσο και στη συγκέντρωση όλων των κλινικών και εργαστηριακών στοιχείων.

β) Η αξιολόγηση, που συνίσταται στη συνεκτίμηση όλων των παραπάνω στοιχείων που θα οδηγήσουν στην αναγνώριση της νόσου και

γ) Η διαφορική διάγνωση, προς αποκλεισμό άλλων νοσημάτων με παραπλήσιες εικόνες.

Είναι προφανές, ότι η τυπική αυτή διαδικασία για μια σωστή διάγνωση δεν είναι απαραίτητο να εξαντληθεί, αν μια παθολογική κατάσταση είναι προφανής (π.χ. τραύμα ή έγκαυμα). Όπως επίσης είναι δυνατόν, παρά την εξαντλητική και επανειλημμένη μελέτη, η διάγνωση να είναι αδύνατη.

Στη δεύτερη περίπτωση (αδύνατη διάγνωση), είναι δυνατόν ο γιατρός να υποπέσει σε σφάλμα από λανθασμένη διάγνωση. Και δεν είναι λίγες οι φορές που υπάρχει σημαντική διαφορά ανάμεσα στη διάγνωση του κλινικού γιατρού και σε εκείνη που βρίσκεται στο νεκροτομείο, μετά από μια ατυχή θεραπευτική επέμβαση.

Αυτό όμως δεν σημαίνει ότι και κάθε πλάνη του γιατρού κατά τη διάγνωση είναι καταλογιστέο ιατρικό σφάλμα. Έτσι γίνεται διάκριση σε:

Α. ΑΝΑΙΤΙΟ ΙΑΤΡΙΚΟ ΣΦΑΛΜΑ

Κατ' αυτό, δεν υπάρχει ευθύνη του γιατρού όταν η ακριβής διάγνωση τέθηκε χωρίς να διαπιστωθεί αμέλεια κατά την προηγηθείσα διαδικασία (συγκέντρωση πληροφοριών, εξετάσεων, ευρημάτων), αλλά η αξιολόγηση όλων αυτών υπέδειξε στο γιατρό μια άλλη πάθηση.

Στην πράξη κάτι τέτοιο είναι αρκετά συχνό, αφού τα προβλήματα της διαφορικής διάγνωσης είναι πολλά σε κάθε περίπτωση και συχνά εξαιρετικά δύσκολα.

Η λανθασμένη διάγνωση δεν επηρέασε τη νόσο ή την εξέλιξή της. Η λανθασμένη διάγνωση δεν συνεπάγεται βλάβη της υγείας ή της σωματικής ακεραιότητας του αρρώστου. Π.χ. δεν μπορεί να κατηγορηθεί ο χειρουργός αν διέγνωσε διάτρηση στομάχου και κατά την εγχείρηση διαπιστώθηκε διάτρηση χοληδόχου. Δεν μπορεί να κατηγορηθεί ο γυναικολόγος αν διέγνωσε εξωμήτριο κύηση και κατά την εγχείρηση διαπιστώθηκε ρήξη ωχρού σωματίου.

Η επιμέλεια, η προσοχή και η επιδεξιότητα κατά την εφαρμογή μιας θεραπείας απαλλάσσουν το γιατρό, έστω και αν το αποτέλεσμα δεν είναι το επιθυμητό, από τυχούσα κατηγορία, ενώ αντίθετα μπορεί να ευσταθήσει κατηγορία αν το αποτέλεσμα αποδειχθεί ότι οφείλεται σε πλημμελή διαδικασία.

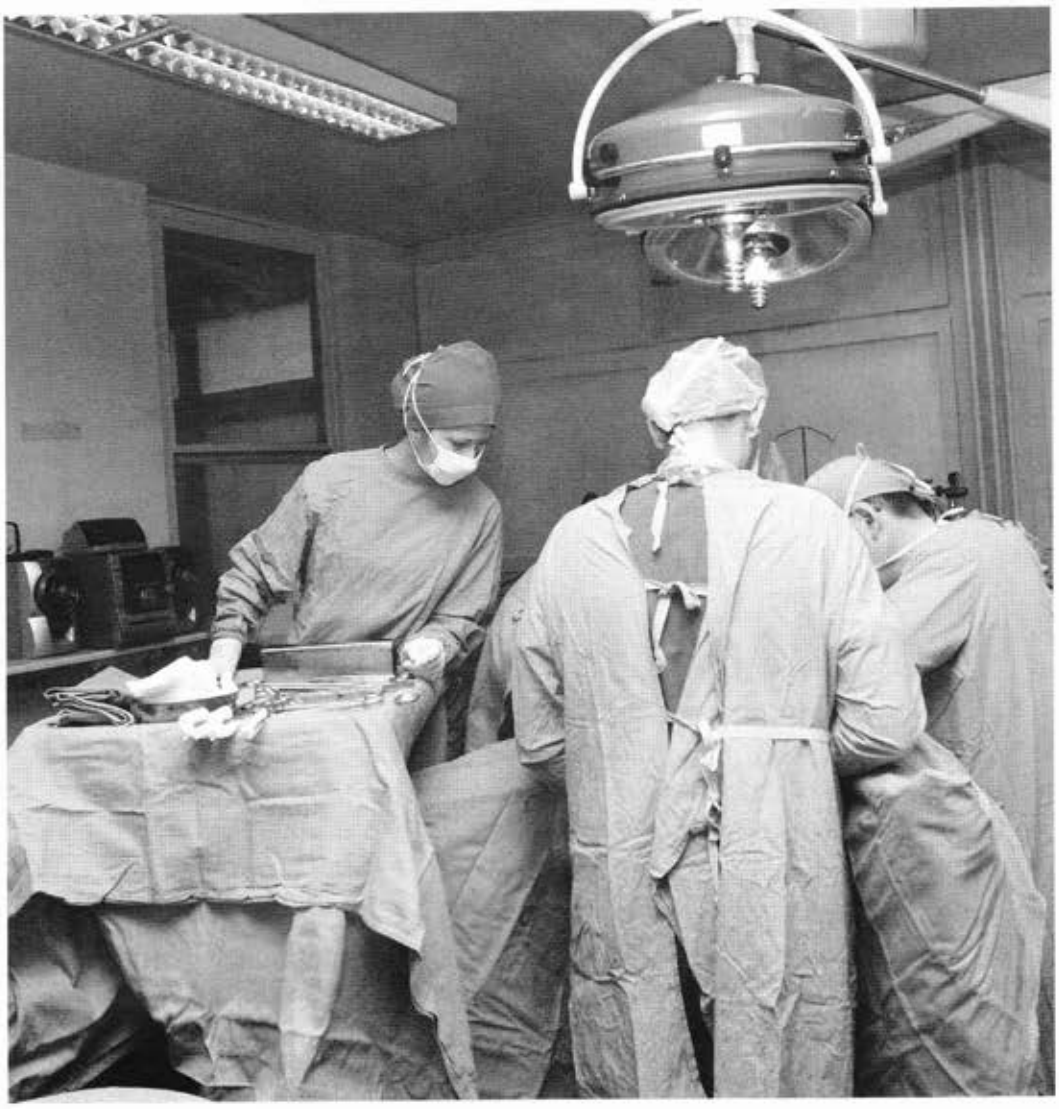
Β. ΥΠΑΙΤΙΟ ΙΑΤΡΙΚΟ ΣΦΑΛΜΑ

Κατ' αυτό, η λανθασμένη ιατρική διάγνωση έχει γίνει αιτία να υποστεί ο ασθενής βλάβη της υγείας του ή να κινδυνεύσει η ζωή του.

Η ευθύνη του γιατρού μπορεί να οφείλεται:

1. Σε λανθασμένη διάγνωση από πλημμελή λήψη του ιστορικού. Δεν έχει ευθύνη ο γιατρός για τη λήψη του ιστορικού όταν ο ασθενής είναι σε κωματώδη κατάσταση.
2. Σε λανθασμένη διάγνωση από πλημμελή αντικειμενική εξέταση του αρρώστου. Πρέπει να τονιστεί ότι η αντικειμενική εξέταση είναι εκείνη που θα οδηγήσει εν συνεχεία στην παραγγελία των παρακλινικών εξετάσεων.
3. Σε λανθασμένη διάγνωση από παράλειψη παραγγελίας των αναγκαίων εξετάσεων.

Μια σωστή διάγνωση είναι εξαιρετικά δύσκολη και συχνά προβληματική, διότι η αξιολόγηση των στοιχείων απαιτούν ικανή εμπειρία, αρκετή γνώση και προπαντός άριστη κρίση.



4. Σε λανθασμένη διάγνωση από εσφαλμένη ερμηνεία των διαφόρων εργαστηριακών εξετάσεων.

5. Σε εσφαλμένη διάγνωση από υπερβολική και χωρίς λόγο εκτίμηση ορισμένων παθολογικών μεν, αλλά όχι παθογνωμονικών ευρημάτων.

6. Σε λανθασμένη διάγνωση από άρνηση παραδοχής ή λανθασμένης αξιολόγησης άλλων στοιχείων που έχουν συλλεγεί από άλλους υπεύθυνους φορείς (ιατρικό συμβούλιο, διευθυντής), πράγμα που μπορεί να οφείλεται στην υπερεκτίμηση των ικανοτήτων του γιατρού.

Στις περιπτώσεις αυτές, για να στηριχθεί κατηγορία κατά του γιατρού, πρέπει να υπάρχει αιτιώδης συνάφεια ανάμεσα στη συγκεκριμένη ιατρική πράξη και στο ανεπιθύμητο αποτέλεσμα. Η διαγνωστική πλάνη του γιατρού δεν μπορεί πάντα να στοιχειοθετήσει ευθύνη, πολλές φορές δε είναι δικαιολογημένη, ιδιαίτερα σε περιπτώσεις δύσκολης διαγνωστικής με πολλά και αμφιλεγόμενα στοιχεία αξιολόγησης από την κλινική και το εργαστήριο.

Κατηγορία κατά του γιατρού δεν μπορεί να ευσταθήσει αφού, ό,τι έπραξε, δεν ήταν αντίθετο με τους βασικούς κανόνες της ιατρικής.

ΘΕΡΑΠΕΥΤΙΚΑ ΣΦΑΛΜΑΤΑ

Ως θεραπεία θεωρείται η διαδικασία που ακολουθείται και που αποσκοπεί στην ίαση του αρρώστου, το δε θεραπευτικό αποτέλεσμα είναι ο στόχος της όλης προσπάθειας του γιατρού.

Ως θεραπευτικό αποτέλεσμα θεωρείται η παντελής εξάλειψη της συγκεκριμένης νόσου και των επιπλοκών της, αλλά και η οποιαδήποτε βελτίωση της υγείας του αρρώστου, πλήρης, μικρή ή και πρόσκαιρη.

Θα πρέπει εδώ να τονιστεί ότι η υποχρέωση του γιατρού για κάποια θεραπεία δεν συνεπάγεται πάντα και επιτυχές αποτέλεσμα και σε μια τέτοια περίπτωση δεν μπορεί να στοιχειοθετηθεί

ευθύνη του γιατρού.

Εκείνο όμως για το οποίο είναι υποχρεωμένος ο γιατρός και έχει ευθύνη, είναι να μην παραλείψει να εφαρμόσει τη σωστή και προβλεπόμενη θεραπευτική αγωγή και να την εκτελέσει με την απαιτούμενη επιμέλεια, προσοχή και επιδεξιότητα.

Προ πάσης θεραπευτικής αγωγής ο γιατρός πρέπει να βεβαιωθεί ότι υπάρχουν:

1. Ορθή διάγνωση.
2. Η συναίνεση του αρρώστου, ρητώς και αβιάστως παρασχεθείσα.
3. Η σοβαρή προσδοκία ουσιαστικού οφέλους.
4. Οι τυχόν υπάρχοντες κίνδυνοι εκ της εφαρμογής της θεραπείας να αντιρροπούνται εκ του προσδοκωμένου οφέλους της ζωής ή της υγείας του αρρώστου.

Η απουσία μιας εκ των προαναφερθεισών προϋποθέσεων μπορεί να στοιχειοθετήσει αδίκημα εξ αμελείας εις βάρος του γιατρού.

Η επιλογή της θεραπευτικής αγωγής μπορεί να γίνει από τον ίδιο τον θεράποντα γιατρό ή από προηγηθέν ιατρικό συμβούλιο ή από άλλο γιατρό της ειδικότητας στην οποία εμπίπτει η νόσος. Αν η επιλογή της θεραπευτικής αγωγής είναι πόρισμα ιατρικού συμβουλίου, δεν επιτρέπεται στον θεράποντα γιατρό να την αλλάξει.

Δεν μπορεί να κατηγορηθεί ο γιατρός για θεραπεία που έκανε επειδή δεν είναι μοντέρνα, αρκεί αυτή να χρησιμοποιείται ακόμη και σήμερα και να έχει εφαρμοστεί με επιμέλεια. Αντιθέτως, μπορεί να κατηγορηθεί ο γιατρός για θεραπεία πολύ πρόσφατη ή που δεν είναι ευρέως γνωστή.

Η απομάκρυνση από μια καθιερωμένη, πάγια και σταθερή ιατρική θεραπεία δύσκολα απαλλάσσει το γιατρό από την ευθύνη, αν συμβεί κάποιο ανεπιθύμητο αποτέλεσμα.

Αντίθετα, ο τρόπος εφαρμογής της θεραπείας που επέλεξε ο γιατρός, εφ' όσον εφαρμόστηκε με όλη την προσοχή και σύνεση που όφειλε και μπορούσε να επιδείξει, δεν στοιχειοθετεί αδίκημα, ανεξαρτήτως του αποτελέσματος.

ΙΑΤΡΙΚΗ ΕΥΘΥΝΗ

Η συνήθης κατηγορία κατά του γιατρού είναι αυτή της αμέλειας, αποκλειομένου του δόλου, διότι ο δόλος είναι ασυμβίβαστος με το ιατρικό λειτούργημα και κάθε γιατρός προσέρχεται στον άρρωστο με την πρόθεση να θεραπεύσει και μόνον.

Τα εξ αμελείας ιατρικά σφάλματα χαρακτηρίζονται ως:

1. Απλή σωματική βλάβη, άρθρο 308 του Π.Κ.
2. Επικίνδυνη σωματική βλάβη, άρθρο 309 του Π.Κ.
3. Βαρεία σωματική βλάβη, άρθρο 310 του Π.Κ.
4. Θανατηφόρα σωματική βλάβη, άρθρο 311 του Π.Κ.

Ευθύνη μπορεί να αποδοθεί στο γιατρό αν, χωρίς δικαιολογημένο κώλυμα, αρνηθεί την παροχή ιατρικών φροντίδων γενόμενος πρόξενος βλάβης εξ αμελείας (άρθρο 441 του Π.Κ.).

Αν εγερθεί κατηγορία κατά του γιατρού, σύμφωνα με τα προαναφερθέντα άρθρα του Π.Κ., ο γιατρός υπέχει ποινική ευθύνη.

Ακολουθεί και η αστική ευθύνη, εφ' όσον εγερθεί αγωγή αποζημίωσης από τους οικείους, ενώπιον των αστικών δικαστηρίων.

Η πειθαρχική ευθύνη του γιατρού ασκείται από τα πειθαρχικά συμβούλια των ιατρικών συλλόγων. Συνήθως ακολουθεί την ποινική καταδίκη. Δεν είναι όμως απαραίτητο ο ποινικά δικασθείς γιατρός να διωχθεί πειθαρχικά, όπως και ο ποινικά μη δικασθείς γιατρός μπορεί να διωχθεί πειθαρχικά.

Θα ήθελα να αναφέρω λίγα λόγια για την ηθική ευθύνη του γιατρού.

Η ηθική ευθύνη απορρέει από το αίσθημα του ανθρωπισμού και από την προς τον πλησίον αγάπη, η οποία αποτελεί το θεμέλιο της ιατρικής ηθικής.

Αυτή η ιατρική ευθύνη είναι τεράστια και οποιαδήποτε πράξη ή παράλειψη του γιατρού, αντιβαίνουσα στο ηθικώς σωστό και επιστημονικώς ενδεδειγμένο, έρχεται σε σφοδρότατη σύγκρουση με τη συνείδησή του.

Η επιτακτική φωνή της συνειδήσεως προκαλεί αναπόληση θλιβερών παραστάσεων και η διαρκής αναμόχλευση στη μνήμη τραγικού λάθους ή εγκληματικής αμέλειας αποτελούν την αυτοτιμωρία του υπαίτιου γιατρού, το δε βάρος της συνείδησης τον συνοδεύει μέχρι θανάτου.

Τελειώνοντας, ευχαριστώ τον Θεό και τους ανθρώπους διότι, κατά την υπερ40ετή άσκηση του ιατρικού λειτουργήματος, δεν είχα ατυχή συμβάματα και απεκόμισα πάντα την αγάπη και την εκτίμηση των συνανθρώπων μας. ■

Η συνήθης κατηγορία κατά του γιατρού είναι αυτή της αμέλειας, αποκλειομένου του δόλου, διότι ο δόλος είναι ασυμβίβαστος με το ιατρικό λειτούργημα...

Η ΓΕΝΙΑ ΤΩΝ 60's ΚΑΙ ΟΙ ΑΠΟΦΟΙΤΟΙ ΤΟΥ '62

Στα μέσα της δεκαετίας του '50 άρχισαν να μπαίνουν οι βάσεις ανασυγκρότησης της Ελλάδας μετά την κατοχή και τον Εμφύλιο που άφησαν συντρίμμια και ανεξίτηλες πληγές. Άρχισε να θεμελιώνεται το κράτος και να γίνονται οι πρώτες επενδύσεις (ΔΕΗ, ΟΤΕ, ΟΣΕ) και άλλες μεγάλες δημόσιες επιχειρήσεις απαραίτητες για την οικονομική ανάπτυξη της χώρας.

γράφει ο Γιώργος Τσίτσης

Παρόλα αυτά ακόμη δεν υπήρχαν δουλειές και η ανεργία ήταν η μάστιγα της εποχής. Αυτό είχε σαν αποτέλεσμα να φουντώσει η μετανάστευση κυρίως των νέων ανθρώπων προς την Αμερική, την Αυστραλία, τον Καναδά αλλά κυρίως στην Δυτική Γερμανία.

Στην νέα δεκαετία που ανέτειλε το 1960, η γενιά αυτή ήταν το πεπρωμένο της να πρωταγωνιστήσει στην οικονομική και πνευματική αναγέννηση του τόπου. Ήταν η δεκαετία που ανέδειξε τους μεγάλους πνευματικούς ανθρώπους στην ποίηση, στις επιστή-

μες, στις τέχνες και στη μουσική (Μας έχουν μείνει αλησμόνητα τα τραγούδια της δεκαετίας.)

Όλο και περισσότεροι νέοι στρέφονται στην Πανεπιστημιακή εκπαίδευση και τα Πανεπιστήμια μας διαρκώς αναβαθμίζονται. Ιδρύεται η Πανεπιστημιούπολη της Θεσσαλονίκης και το Αριστοτέλειο Πανεπιστήμιο αποκτά μια ιδιαίτερη αίγλη. Αυτή η γενιά έχει μείνει στη συνείδηση των Ελλήνων ως η γενιά που δημιούργησε την μεταπολεμική Ελλάδα και έχει χαραχθεί στη μνήμη των Ελλήνων ως η γενιά των 60's. Σ' αυτή λοιπόν τη γενιά έχουμε την τιμή να ανήκουμε εμείς οι απόφοιτοι του '62.

Η μαθητική μας ζωή ξεκίνησε το Φθινόπωρο του '56 στο Λάππειο Γυμνάσιο Ναούσης όπου ανταμώσαμε παιδιά από όλα τα Δημοτικά σχολεία της πόλης μας αλλά και των γύρω χωριών. Τα μαθητικά μας χρόνια ήταν αρκετά δύσκολα αλλά και όμορφα (με τα πάρτι μας με στραγάλια και βερμούτ, με καντάδες και ραντεβού στο φουγάρο της ΕΡΙΑ (Βέτλανς). Αναπτύχθηκαν φιλίες που έμειναν αναλλοίωτες στο πέρασμα του χρόνου και άλλες εξελίχθηκαν σε κουμπαριές.

Έτσι φτάσαμε στην τελευταία τάξη του 1961-62. Αν δεν με απατά η μνήμη μου στην ΣΤ΄τάξη ήμασταν 48 συμμαθητές (περίπου μισά αγόρια μισά κορίτσια). Ήμασταν μια τάξη αγαπημένη με καλούς μαθητές και μαθήτριες με μέσο όρο πολύ καλό όπως ομολογούσαν οι καθηγητές μας.

Η χρονιά κύλησε με τα βλέμματα στραμμένα στο μέλλον και η προσπάθεια των περισσοτέρων ήταν η προετοιμασία για τις εισαγωγικές εξετάσεις στο Πανεπιστήμιο. Έτσι φτάσαμε στην Άνοιξη του 62 όταν τελείωσε και το νέο πάρκο της πόλης μας, και βέβαια ατέλειωτες οι βόλτες και οι συζητήσεις. Ασφαλώς θα θυμόσαστε ότι όλοι ζούσαμε για την πολυήμερη εκδρομή της τελευταίας τάξης.

Από νωρίς λοιπόν προκειμένου να εξοικονομήσουμε χρήματα για τους οικονομικά ασθενέστερους και για να μπορέσουμε να μειώσουμε το κόστος συμμετοχής, εκτός των άλλων ανεβάσαμε τη θυσία του Αβραάμ στο κινηματοθέατρο Αγγέλικα με μεγάλη επιτυχία για αυτό και επαναλήφθηκε τη μεθεπόμενη Κυριακή. Η εκδρομή μας, αν θυμάμαι καλά, διήρκησε δύο εβδομάδες και περιελάμβανε το γύρο της Δυτικής και της Νότιας Ελλάδας (Πελοπόννησο-Αθήνα).

Πράγματι ήταν κάτι το ανεπανάληπτο και τη θυμόμαστε πιστεύω όλοι με πολύ νοσταλγία. Το τέλος της εκδρομής σήμαινε και το τέλος της σχολικής χρονιάς και ταυτόχρονα το τέλος της μαθητικής μας ανεμελιάς. Ακολουθούσε τώρα ο αγώνας της ζωής και της δημιουργίας.

Αμέσως μετά ξεκίνησαν οι απολυτήριες εξετάσεις. Τελευταίο μάθημα η Κοσμογραφία ημέρα Τετάρτη 18-6 του 62. Με το που τελείωσε το διαγώνισμα παραμείναμε στην τάξη για να αποχαιρετιστούμε και τότε γράφουν στον πίνακα η Ευθυμούλα η Μπαμπάτση και η Νία η Κτώνα «Συνάντηση **τον Ιούνιο του 1982- να μη λείψει κανείς.»** όπως και έγινε μετά από 20 χρόνια. Στις εισαγωγικές εξετάσεις του Πανεπιστημίου πέτυχαν πολλοί συμμαθητές μας και συμμαθήτριες.

Η τάξη μας ανέδειξε πολλούς επιστήμονες. Όλοι και όλες παλέψαμε στη ζωή σκληρά αλλά τίμια κα παρά τις δυσκολίες που αντιμετωπίσαμε πετύχαμε οικονομικά και επαγγελματικά.

Αφού προηγήθηκαν τρεις συναντήσεις πιστεύω πως όλοι περιμένουμε τη μεγάλη συνάντηση των 50 χρόνων στις 22 του Σεπτέμβρη. Συμμαθήτριες και συμμαθητές ήμασταν μια από τις καλύτερες τάξεις του Λαππείου και που επάξια αντιπροσωπεύσαμε τη γενιά των 60's που δημιούργησε τη νέα Ελλάδα, μια Ελλάδα όμως που δεν είναι σήμερα αυτή που ονειρευτήκαμε και δυστυχώς θα την κληρονομήσουν τα παιδιά μας.

Η δημιουργική αυτή γενιά που τόσα πολλά πέτυχε αυτοπαγιδεύθηκε σε νοσηρές νοοτροπίες ευδαιμονισμού και αλαζονείας και με ευθύνη μεγάλης μερίδας των πολιτικών της γενιάς μας εφθάρη το πολιτικοοικονομικό σύστημα της χώρας με αποτέλεσμα να βρεθούμε στο χείλος του γκρεμού που δύσκολα θα αποφύγουμε.

Ας ελπίσουμε ότι η νέα γενιά θα έχει τα ίδια οράματα δημιουργικότητας, θα έχει εμπιστοσύνη στις δυνάμεις της και με το υψηλό επίπεδο μόρφωσης που διαθέτει, θα μπορέσει να ξανακτίσει τη νέα Ελλάδα σε πιο στέρεες βάσεις.

Εύχομαι ο Θεός να μας δίνει υγεία και να μπορέσουμε να συναντηθούμε ξανά στα 60 χρόνια αποφοίτησης.

Με πραγματική αγάπη για όλους σας.

Η τάξη μας ανέδειξε πολλούς επιστήμονες. Όλοι και όλες παλέψαμε στη ζωή σκληρά αλλά τίμια κα παρά τις δυσκολίες που αντιμετωπίσαμε πετύχαμε οικονομικά και επαγγελματικά.

ΣΤΑ ΧΡΟΝΙΑ ΤΗΣ ΑΘΩΟΤΗΤΑΣ

Την εξαδέλφη μου την Αθηνά από τη Σαλονίκη τη θαύμαζα πάρα πολύ. Γιατί; Γιατί ήταν Σαλονικιά, γιατί ήταν αεράτη, γιατί φορούσε ωραία φορέματα, εμείς ποδιά μαύρη, όσο πιο μακριά τόσο καλύτερα, γιατί είχε ωραία μαλλιά, εμείς κόσσες σα δεκανίκια, γιατί είχε ωραία επιδερμίδα, εμείς τσιγαρισμένες απ' τον ήλιο και το μούχο το καλοκαίρι και σκασμένα μάγουλα το χειμώνα απ' το κρύο.

γράφει η
Ευθυμούλα
Μπαμπάτση-Τζερεφού

Εκείνη μάθαινε Γαλλικά και εμείς τίποτα. Είχε ωραίο σπίτι στη Σαλονίκη με γυαλιστερά πατώματα, με μπάνιο και μεις φυράδες και κουπάνα, ο μπαμπάς της του γραφείου άνθρωπος και ο μπαμπάς μου αγρότης. Πουθενά δεν μπορούσα να τη φτάσω.

Δεν μπορώ να πω ότι τη ζήλευα, γιατί όταν έρχονταν στη Νάουσα, καμάρωνα που είχα τέτοια εξαδέλφη. Και αυτή όμως όταν πηγαίναμε στη Σαλονίκη μας σεργιανούσε στην πλατεία Αριστοτέ-

λους, στο Λευκό Πύργο, στην Έκθεση, βόλτα στην Τσιμισκή, στις βιτρίνες του Κατράντζου και του Λαμπρόπουλου, χαζεύαμε με τις ώρες. Μας γνώριζε και τις φιλινάδες της, μοντέρνες αυτές, με βαμμένα μάτια και λάχανο μαλλιά. Εμείς με το μπόι το μακρύ, λουστρίνι παπούτσι, άσπρη κάλτσα και αγνή παρθένα ομορφιά.

Μια μέρα μας πήγε και στο σχολειό της. Μαρί τι σκουλειό είναι αυτό; Αυτό είναι σπίτι τη λέγω! Με κοιτάζει σιαστισμένη. Αυτό είναι το σχολείο μου!

Καταευχαριστημένη έβγαλα το άχτι μου. Επιτέλους είχα και εγώ κάτι καλύτερο. Ίσως να είχα το καλύτερο.

Μαρί σκουλειό μι κουζίνα γιένιτι; Αχ τα δικά μας σχολεία! Αριστουργήματα αρχιτεκτονικής.

Πέτρινα, νεοκλασσικά, με μεράκι κτισμένα. Δεν τα έκτιζε το κράτος. Δωρεές Ναουσαίων που αγαπούσαν τον τόπο τους και η επιθυμία τους ήταν η προσφορά γι' αυτούς. Έμειναν τα ονόματά τους. Σεφεριζής, Γαλάκης, Λόγγος, Χατζή Λαναρού, Λάππας. Ο Τουρπάλης δώρησε τη βιβλιοθήκη στην οδό Σολωμού 3.

Τους ευγνωμονούμε γιατί μάθαμε γράμματα μέσα, σε αίθουσες ανοιχτόκαρδες, παίξαμε σε ηλιόλουστες αυλές, χτυπούσε το κουδούνι και μαζεμένοι όλοι στην είσοδο μετά την προσευχή οι σκάλες όμορφες, άνετες, φαρδιές σ' έβαζαν μέσα χωρίς να το καταλάβεις! Τα πατώματα ξύλινα, μέσα στα αυτιά μου, έχω ακόμα το μπούρρρ, τον αλλόκοτο θόρυβο που κάναμε όταν ανεβαίναμε την εσωτερική ξύλινη σκάλα, απ' τα παπούτσια μας και ειδικά αυτά που είχαν πέταλα και πρόκες για να μην χαλούν εύκολα.

Το σχολειό μου ήταν το Α' πάνω στη βόλτα. Εμείς στο πρώτο πάτωμα και από πάνω το Β' Δημοτικό που οι μαθητές του έμπαιναν απ' τη μεριά του φούρνου του Ζέμου με τα νόστιμα σταφιδόψωμα. Ο διευθυντής μας ήταν ο κύριος Παρούσης με την ωραία γκρι καμπαρντίνα και το αρχοντικό παρουσιαστικό. Στο Β' Δημοτικό ο κ. Παπαϊωάννου διευθυντής.

Το Α' και το Β' κτίστηκε στα κελιά του Αγιά Μηνά που κάπκαν και με δωρεές των ομογενών της Ν. Υόρκης, της Βοστώνης και των φιλόμουσων Ναουσαίων, έγινε ένα πρότυπο σχολείο που θα το ζήλευαν ακόμα και τα σύγχρονα κτιριακά σχολικά συγκροτήματα, από άποψη υποδομής, Προσφορά γνώσεων, με αίθουσα πειραμάτων φυσικής και χημείας, τεχνικής ειδίκευσης (ξυλουργικής κλπ.) και επίσης κάθε Τετάρτη και Σάββατο κινηματογράφο. Εμείς που γραφτήκαμε στην 1η Δημοτικού το 1951 δεν τα ζήσαμε γιατί το έκαψαν οι Γερμανοί. Μπήκαμε όμως σ' ένα καινούργιο σχολείο ανακαινισμένο από το ελληνικό κράτος.

Ποτέ δεν ξεχνάς την πρώτη σου δασκάλα. Την κυρία Μαρίκα Περισσοράτη. Μια λεπτή, όμορφη, περιποιημένη γυναίκα και ολίγον αυστηρή. Τρόμαξα να μάθω

Ποτέ δεν ξεχνάς την πρώτη σου δασκάλα. Την κυρία Μαρίκα Περισσοράτη. Μια λεπτή, όμορφη, περιποιημένη γυναίκα και ολίγον αυστηρή. Τρόμαξα να μάθω να γράφω το ι ανάποδο μπαστούνι μου έλεγε και μ' έπιανε το χέρι.

να γράφω το ι ανάποδο μπαστούνι μου έλεγε και μ' έπιανε το χέρι. Εκ των υστέρων κατάλαβα πόσα ανάποδα μπαστούνια θα συναντούσα στη ζωή μου που θα έπρεπε να τα αντιστρέψω και να τα πετάξω. Να στηριχθώ στα πόδια μου. Νόμιζα ότι όταν δάσκαλος σου θα ήταν ο θείος ο Τάκης ο Δημητριάδης θα περάσεις καλά την Τετάρτη και την Πέμπτη τάξη. Το αντίθετο. Αυστηρός, φωνακλάς, κοκκίνιζε τεντώνονταν οι φλέβες στο λαιμό του, προσπαθώντας να μας ανοίξει το μυαλό. Μάθαμε γράμματα μαζί του γιατί πάσχιζε.

Πιο πολύ όμως θυμάμαι έναν ρομαντικό, ευαίσθητο, πατριώτη που έκλεγε όταν απήγγειλε τον πανηγυρικό λόγο στη Μητρόπολη για την 25η Μαρτίου του Ευαγγελισμού και στην επέτειο του ΟΧΙ». Δεν πέρασε σα δάσκαλος, έτσι τζιάμπα και βερεσέ. Αφήκε το στίγμα του.

Εκείνα τα χρόνια η διαπαιδαγώγηση έλεγε: Μαύρα νύχια, ξύλο με το χαράκι στα δάχτυλα. Πόνος ατελείωτος, ψυχικά τραύματα μηδέν.

Τερηδόνες, ουλίτιδες χαμπάρι δεν είχαμε τι θα πει, μόνο πρασκάλια εβγαζάμι στα ούλα και μας έβαζαν λουκούμι και εμείς χαρά μεγάλη για το λουκούμι, για τον πόνο ούτε συζήτηση.

Πλύσιμο δόντια ποτέ. Κάθε πρωί ένα μήλο απ' την κλούβα άπλυτο, γυαλισμένο στο παλτό και ως του Κολτσιάκη τα σκαλάκια πουλέμημα το κοτσιάνι. Πρώτης τάξεως συντήρηση των οδόντων.

Τότε ντε ήταν που οι παστρικοί Αμερικάνοι μέσω «UNARA» ΟΥΝΤΡΑ τη λέγαμε εμείς, μας έστελναν μυρουδάτα σαπούνια για να πλενομέστοι. Τάχα μας αλυπιούνταν και μας έστελναν σκόνη γάλα, βούτυρο αρμυρό και κίτρι-

νο τυρί για πρωινό.

Δεν μας άφηναν στην ησυχία μας να πιούμε το γάλα απ' τη γίδα μας και τις παρζιαλιστές τις φέτες με τη λίγδα και το μπάτσιο, την παπάρα με τον τραχανά, παρά νηστικοί με το γιαμάκι στο χέρι, στη σειρά να περιμένουμε την επιστάτρια, μια γυναίκα καλοσυνάτη με την κουτάλα να μας σερβίρει και να μη μας αρέζει τίποτα, απ' όλα αυτά του μπρέκφαστ. Μας άρεζε μόνο το ότι ήταν Αμερικάνικα.

Και μέσα σ' όλη την πρωινή διαδικασία και ένα ξύλο κάτω απ' τη μασχάλη για τη σόμπα στην τάξη. Εγώ κάθε πρωί έκλαιγα γιατί το ξύλο μου ήταν από ρίζα ροδακινιάς στραβό με τσιόμκες, γιομάτο χώματα και τους παρακαλούσα στο σπίτι να μ' αγοράσουν από οξιά, όμορφα ξύλα καθαρά, αντί για ξύλα, ένα μπερντάκι ξύλο έτρωγα και έφευγα για το σχολειό.

Μετά την 6η δημοτικού εισιτήριες εξετάσεις στο γυμνάσιο. Διάβασμα και προγύμνασμα έτσι λέγαμε τότε το φροντιστήριο. Δασκάλα μας η κ. Ευθυμία Γκιουλέκα - Κιάου. Μια γυναίκα που απ' τα νιάτα της, άσπρισαν τα μαλλιά της γιατί ήξερε να αγωνίζεται, να παλεύει και να νικά! Είμαι περήφανη για τη γυναίκα αυτή παρακολουθώντας τη ζωή της.

Στις τελευταίες τάξεις του γυμνασίου μπαίναμε στα βαθιά νερά. Άλγεβρα, Γεωμετρία, Τριγωνομετρία, Φυσική, Χημεία. Άντε να καταλάβεις όλες αυτές τις έννοιες. Τυχεροί όσοι πέρασαν απ' το «κρυφό σχολειό» το φροντιστήριο του κ. Σταύρου Σαμαρά.

Τι θυμάμαι από εκείνο το μικρά χώρο; Ένα μεγάλο σχολείο, έναν υπέροχο άνθρωπο και ένα μοναδικό δάσκαλο.

Συγχρόνως ιδρύεται το Α' ιδιωτικό γυμνάσιο από τον καθηγητή κ. Μανώλη Βαλσαμίδη. Σημαντική προσφορά στην πόλη εκείνη την εποχή. Να 'ναι καλά.

Το 1961-1962 στην πλατεία Τρούμαν, σημερινή Καρατάσιου. Στα σκαλάκια του Κολτσάκη, ένα ζευγάρι καθηγητών, ο κύριος και η κ. Πυλαρινού ανοίγουν φροντιστήριο Αγγλικών, πρωτοπόροι στην ειδικότητά τους και στην τόλμη τους σε μια πόλη που μόλις εκείνη τη χρονιά διορίστηκε στο γυμνάσιο μας καθηγητής Αγγλικών ο κ. Μοζακίδης που αργότερα τον κάναμε και γαμπρό στη Νάουσα.

Τον α' μήνα το ζεύγος Πυλαρινού τον πρόσφερε δωρεάν και γραφτήκαμε σχεδόν όλοι αφού ήταν τζιάμπα. Το δεύτερο μήνα απόμειναν λίγοι, όσοι είχαν όρεξη, εγώ έφυγα γιατί ζουρίζουμουν και είπα στη μάνα μου, δεν θέλω να μιλώ λάμπαρ - λούμπαρ.

Μυαλό από λιπαρίδα, σιγά σιγά στο πνεύμα της απαραίτητης γνώσης των ξένων γλωσσών και συγχρόνως διαπρέπει και το φροντιστήριο Αγγλικών - Γερμανικών του κ. Νίκου Παγκαλίδη.

Τα παιδιά πλέον μπαίνουν πίσω απ' την ηλεκτρική εταιρεία, στο σημερινό φούρνο του Παπαδόπουλου-Μαλάκη, στο παλιό σπίτι των Λαναράδων ήταν το Ωδείο. Διευθυντής ο ψάλτης του Αη-Γιώργη κ. Βαρβέρης. Πέρασε και από εκεί η χάρη μου θέλοντας να μάθω ακορντεόν.

Πνευματικό στέκι και αρωγός στην παιδεία της Νάουσας πολλών δεκαετιών και το βιβλιοπωλείο των αδελφών Μαρνέρη που πάντα εκεί, βρίσκανε καταφύγιο οι προσωπικές μας ανησυχίες.

Μέσα στα μικρά δωματιάκια που φτιάχτηκαν αργότερα προσπαθούσα να συντονίσω το πόδι μου στο ρυθμό, τα δάκτυλα του δεξιού χεριού στα πλήκτρα, του αριστερού στα κουμπιά, το μυαλό μου στο φυσερό, τη γραφή μου στις νότες και σ' αυτό το έρμο το κλειδί του Σολ που τρόμαξα να το μάθω και από τότε δεν το ξέχασα. Ήταν των αδυνάτων, αδύνατον. Δεν έκλεισα μήνα και έφυγα. Για να πιαστούν τα λεφτά έστειλαν τον αδερφό μου που δειλά το πρότεινε. Απ' την πρώτη μέρα άρχισε να παίζει. Ο μπαμπάς μου καμάρωνε και έλεγε. Εσείς οι δυό στο μούχο και ο μουσικός στο πόστο του που ήταν τώρα το δικό του πλέον ακορντεόν.

Πνευματικό στέκι και αρωγός στην παιδεία της Νάουσας πολλών δεκαετιών και το βιβλιοπωλείο των αδελφών Μαρνέρη που πάντα εκεί, βρίσκανε καταφύγιο οι προσωπικές μας ανησυχίες. Ο Ντίνος και ο Πάνος μια ανοιχτή αγκαλιά για όλους.

Δύσκολοι καιροί μα καρποφόροι. Παιδιά απ' όλα τα χωριά της επαρχίας μας με τα ζώα, ακόμη και με τα πόδια έρχονταν στη Νάουσα, νοίκιαζαν σπίτι μακριά απ' τους γονείς τους, προσδοκώντας ένα καλύτερο αύριο. Βγήκαν πάρα πολύ επιστήμονες που τίμησαν τον τόπο μας και έκαναν περήφανους αυτούς που δώρησαν τα σχολεία.

Καλά μου παιδιά μάθετε πως η ζωή είναι όμορφη παρ' όλο που είναι συνέχεια ένα ανάποδο μπαστούνι. Δεν χάνεται ο κόσμος αν χάσετε και μια χρονιά σε κάποια σχολική περίοδο.

Το τραγούδι λέει: ότι δεν μας σκοτώνει μάς κάνει πιο δυνατούς και εγώ λέω και πιο υπέροχους.

«Επαναδημοσίευση από τη Φωνή της Ναούσης»

ΕΝΘΥΜΙΟΝ

ΑΠΟΦΟΙΤΟΙ ΛΑΠΠΕΙΟΥ ΓΥΜΝΑΣΙΟΥ ΝΑΟΥΣΑΣ 1962

Από την εκδρομή της ΣΤ΄τάξης (Μάϊος 1962) στην Επίδαυρο (επάνω) και την Ακρόπολη (κάτω)

ΤΡΟΦΙΚΕΣ ΔΗΛΗΤΗΡΙΑΣΕΙΣ

Έτσι, ονομάζουμε όλες τις διαταραχές της υγείας του ανθρώπου, που προκαλούνται από την κατανάλωση τροφίμων τα οποία δεν παρασκευάστηκαν ή συντηρήθηκαν ή επεξεργάστηκαν σε υγιεινές συνθήκες, με αποτέλεσμα να μολυνθούν από μικρόβια, τα οποία βρήκαν σ' αυτά κατάλληλο περιβάλλον, ν' αναπτυχθούν, να πολλαπλασιαστούν, ή και να ετοιμάσουν τις δηλητηριώδεις ουσίες τους, τις τοξίνες.

Γράφει ο Γρηγόριος Μήκας, Κτηνίατρος

Την είσοδο αυτή των μικροβίων στο τρόφιμο, τη λέμε **μόλυνση**. Οι κυριότερες πηγές μόλυνσης των τροφίμων είναι ο εντερικός σωλήνας των ανθρώπων και ζώων, η ρινοφαρυγγική κοιλότητα, το δέρμα και τέλος το περιβάλλον (έδαφος, νερό, έντομα, σκόνη κλπ).

Τα τρόφιμα ζωικής προέλευσης (κρέας, γάλα, αυγά κλπ), είναι τα πιο κατάλληλα για την ανάπτυξη των μικροβίων. Από τα μικρόβια, άλλα προκαλούν οργανοληπτικές αλλοιώσεις στα τρόφιμα, δηλαδή αλλάζουν το χρώμα, τη γεύση, την οσμή και τη σύστασή τους, οπότε είναι εύκολο να το αντιληφθούμε, ενώ άλλα δεν προκαλούν καμιά αλλαγή και αυτά είναι τα πιο επικίνδυνα.

Έτσι λοιπόν, ένα τρόφιμο, από μέσο διατήρησης της ζωής του ανθρώπου, μπορεί, με ορι-

σμένες συνθήκες να γίνει μέσο απειλής της ζωής του, αν δεν έχουμε υπόψη μας μερικές βασικές γνώσεις, γύρω από το σοβαρό θέμα των τροφοδηλητηριάσεων. Μια μόλυνση, δεν είναι αρκετή να καταστήσει ένα τρόφιμο επικίνδυνο για δηλητηρίαση. Για να γίνει αυτό, πρέπει να βοηθήσουν και άλλοι παράγοντες όπως:

1. Ο αριθμός μικροβίων να είναι αρκετά μεγάλος.
2. Το ίδιο το τρόφιμο να ευνοεί τον πολλαπλασιασμό τους.
3. Η θερμοκρασία συντήρησης του τροφίμου να είναι μεταξύ των 20°C - 35°C.
4. Ο ατελής βρασμός, που είναι χειρότερος από το καθόλου βράσιμο.
5. Ο χρόνος συντήρησης του τροφίμου να είναι αρκετός.

ΚΑΤΗΓΟΡΙΕΣ ΤΡΟΦΟΔΗΛΗΤΗΡΙΑΣΕΩΝ: Ανάλογα με τη φύση του παθογόνου αιτίου, χωρίζουμε τις τροφοδηλητηριάσεις σε δύο κατηγορίες: Τις **τροφολοιμώξεις**, όταν το αίτιο είναι τα ίδια τα ζωντανά μικρόβια και τις **τροφοτοξινώσεις** όταν το αίτιο είναι οι τοξίνες των μικροβίων, που έχουν δημιουργηθεί στα τρόφιμα, πριν ακόμα αυτά καταναλωθούν.

Οι δύο αυτές μορφές, στην κλινική διάγνωση, διαχωρίζονται από το χρονικό διάστημα, που μεσολαβεί από τη λήψη της ύποπτης τροφής, μέχρι την εκδήλωση των συμπτωμάτων.

Οι τροφολοιμώξεις απαιτούν μεγαλύτερο χρόνο, που ανάλογα με το είδος των μικροβίων κυμαίνεται μεταξύ 12 ωρών και μερικών ημερών, ενώ οι τροφοτοξινώσεις, εκδηλώνονται μέσα σε λίγες ώρες, γιατί οι έτοιμες τοξίνες των μικροβίων ενεργούν σαν χημικά δηλητήρια.

Ας περιγράψουμε τώρα, όσο γίνεται περιληπτικά τις πιο συνηθισμένες τροφοδηλητηριάσεις, κατά κατηγορία.

Α. ΤΡΟΦΟΛΟΙΜΩΞΕΙΣ: Κυριότερες είναι η σαλμονέλλωση και η κλωστηριδίαση.

1. ΣΑΛΜΟΝΕΛΛΩΣΗ: Το παθογόνο αίτιο είναι τα μικρόβια σαλμονέλλες.

ΠΗΓΕΣ ΤΩΝ ΜΙΚΡΟΒΙΩΝ: Οι σαλμονέλλες βρίσκονται αρκετά συχνά στο έδαφος, στο έντερο του ανθρώπου και των ζώων, στα κόπρανα των ποντικών και σε νερά που μολύνθηκαν από τέτοια κόπρανα. Επίσης, από σαλμονέλλες μπορεί να είναι μολυσμένα τα αυγά, που προέρχονται από κότες με χρόνια σαλμονέλλωση. Οι μύγες παίζουν το ρόλο του μηχανικού φορέα.

ΧΑΡΑΚΤΗΡΙΣΤΙΚΑ ΓΝΩΡΙΣΜΑΤΑ ΤΩΝ ΜΙΚΡΟΒΙΩΝ: Οι σαλμονέλλες είναι μικρόβια ευαίσθητα στο βρασμό. Για να πολλαπλασιαστούν, χρειάζεται θερμοκρασία στα τρόφιμα από 6°C - 46oC και κατάλληλη υγρασία. Η κατάψυξη δεν καταστρέφει τα μικρόβια αυτά.

ΣΥΜΠΤΩΜΑΤΑ: Αυτά παρουσιάζονται συνήθως 12-24 ώρες μετά τη λήψη της υπεύθυνης τροφής και είναι: γαστρεντερίτιδα (κοιλόπονος, εμετός, επίμονη διάρροια και πυρετός). Σε βαρύτερη περίπτωση, έχουμε νευρικά συμπτώματα, όπως κεφαλόπονο, ζάλη, ανώμαλες κινήσεις, σπασμούς και εξασθένηση των δυνάμεων. Τα συμπτώματα αργούν να υποχωρήσουν.

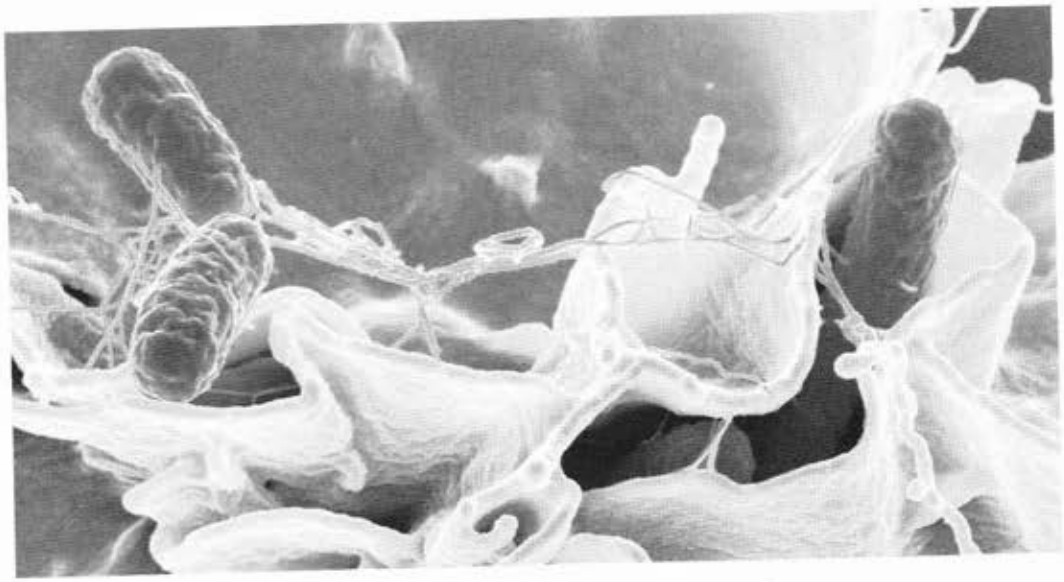
Τα περισσότερα περιστατικά εκδηλώνονται ύστερα από επίσημα γεύματα, όπου παρασκευάζονται μεγάλες ποσότητες τροφίμων από πριν, οπότε δίνεται ο χρόνος για τον πολλαπλασιασμό των μικροβίων.

ΠΡΟΛΗΠΤΙΚΑ ΜΕΤΡΑ: Όλα τα τρόφιμα να παρασκευάζονται καθαρά. Να εξετάζονται οι άνθρωποι, που ασχολούνται με τα τρόφιμα (κρεοπώλες, εστιάτορες, ζαχαροπλάστες κ.ά.) μη τυχόν είναι φορείς σαλμονελλών.

- Τα τρόφιμα να μην πιάνονται με τα χέρια.
- Το νερό να μη μολύνεται από ακαθαρσίες ζώων και ανθρώπου.
- Το πλύσιμο των σκευών να γίνεται με ζεστό νερό.
- Να συντηρούνται τα τρόφιμα στο ψυγείο, σε θερμοκρασία τουλάχιστο κάτω από +5°C.
- Να γίνεται θανάτωση ποντικών και εντόμων.
- Να βελτιωθεί η τεχνολογία παρασκευής τροφίμων ώστε, κατά το δυνατό, να μην υπάρχουν χειρισμοί από τον άνθρωπο και να μην έρχονται σε επαφή με μύγες, άλλα έντομα, σκόνη, ποντίκια κλπ.

2. ΚΛΩΣΤΗΡΙΔΙΑΣΗ-ΠΑΘΟΓΟΝΟ ΑΙΤΙΟ: Οι διάφοροι τύποι του κλωστηριδίου του διαθλαστικού (Clostridium Perfrigens)

Μια μόλυνση, δεν είναι αρκετή να καταστήσει ένα τρόφιμο επικίνδυνο για δηλητηρίαση. Για να γίνει αυτό, πρέπει να βοηθήσουν και άλλοι παράγοντες...



μικρόβια σαλμονέλλας σε αυγά κότας, εικόνα σε μεγέθυνση στο μικροσκόπιο

ΠΗΓΕΣ ΤΩΝ ΜΙΚΡΟΒΙΩΝ: Είναι αρκετά διαδεδομένα στη φύση, κύρια όμως πηγή τους είναι το εντερικό σύστημα ανθρώπου και ζώων. Και εδώ η μύγα είναι σημαντικός φορέας του μικροβίου. Τα τρόφιμα που μολύνονται περισσότερο είναι το κρέας των πτηνών και το βοδινό κρέας, ιδιαίτερα το μαγειρεμένο. Έτσι εξηγείται το γεγονός ότι τα κρούσματα είναι συνήθως ομαδικά, από μαγειρεμένο κρέας, φυλαγμένο αρκετές ώρες έξω από το ψυγείο και μάλιστα μέσα στο ζουμί του. Γι' αυτό, περισσότερα κρούσματα έχουμε σε σχολεία που σιτίζονται ομαδικά, σε φοιτητικές λέσχες, στρατώνες, νοσοκομεία κλπ.

ΧΑΡΑΚΤΗΡΙΣΤΙΚΑ ΓΝΩΡΙΣΜΑΤΑ ΤΩΝ ΜΙΚΡΟΒΙΩΝ: Τα κλωστηρίδια αντέχουν αρκετά στο βρασμό. Καλύτερη θερμοκρασία για ν' αναπτυχθούν είναι γύρω στους 45°C. Κάτω από 6°C σταματάει η ανάπτυξή τους.

ΣΥΜΠΤΩΜΑΤΑ: Αυτά παρουσιάζονται 8-24 ώρες, ύστερα από την κατανάλωση της ύποπτης τροφής. Παρατηρείται έντονη διάρροια και κοιλόπονος. Δεν έχουμε συνήθως στην κλωστηριδίαση εμετό και εδώ την ξεχωρίζουμε από τις σαλμονελλώσεις. Επίσης σπάνια παρατηρείται πυρετός. Τα συμπτώματα διαρκούν λίγο χρόνο.

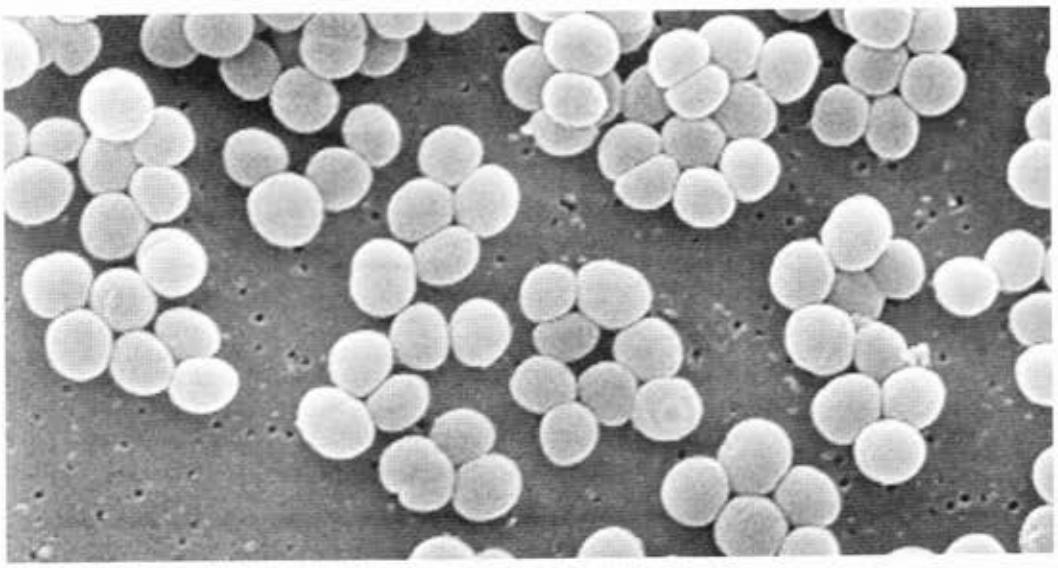
[illegible] ΜΕΤΡΑ: Το βασικό μέτρο είναι [illegible] σεβίρισμα μαγειρευμένου [illegible]ετό και μάλιστα όταν το [illegible]πάλαιο, γιατί έτσι ευνοείται η ανάπτυξη των μικροβίων, τα οποία πολύ περισσότερο από τ' άλλα μικρόβια πολλαπλασιάζονται γρήγορα. Διατήρηση λοιπόν, των μαγειρεμένων φαγητών σε θερμοκρασία κάτω από +5°C ή πάνω από 60°C.

Β. ΤΡΟΦΟΤΟΞΙΝΩΣΕΙΣ: Όπως αναφέρθηκε στην αρχή, οι τροφοτοξινώσεις οφείλονται στην κατανάλωση τροφίμων, στα οποία τα μικρόβια είχαν παράγει μια τοξίνη που δρα απευθείας, μόλις απορροφηθεί από το βλεννογόνο του εντέρου, γι' αυτό η δράση της είναι πολύ γρήγορη και συνήθως μέσα σε 2-5 ώρες. Έχουμε δηλαδή σαν αίτιο της δηλητηρίασης όχι τα ίδια τα μικρόβια, αλλά τα προϊόντα έκκρισής τους, τις τοξίνες, ή βιολογικά δηλητήρια, όπως λέγονται.

1. ΣΤΑΦΥΛΟΤΟΞΙΝΩΣΗ - ΠΑΘΟΓΟΝΟ ΑΙΤΙΟ: Η τοξίνη του μικροβίου σταφυλόκοκκος ο χρυσίζων (Staphylococcus Aureus).

ΠΗΓΕΣ ΜΙΚΡΟΒΙΩΝ: Οι σταφυλόκοκοι βρίσκονται παντού στη φύση, στο έδαφος, στις ρινοφαρυγγικές εκκρίσεις ανθρώπου και ζώων, στο μαστό των ζώων όταν πάσχουν από μαστίτιδα, στα τραύματα με πύο, ακόμα και στο δέρμα. Το 60-80% των ανθρώπων που εργάζονται στα νοσοκομεία, έχουν σταφυλόκοκκο στο ρινοφάρυγγα. Η μύγα και πάλι είναι φορέας του σταφυλόκοκκου.

ΧΑΡΑΚΤΗΡΙΣΤΙΚΑ ΓΝΩΡΙΣΜΑΤΑ ΤΩΝ ΜΙΚΡΟΒΙ-



σταφυλόκοκκος ο χρυσίζων, κύρια αιτία της σταφυλοτοξίνωσης σε ανθρώπινους οργανισμούς

ΩΝ ΚΑΙ ΤΩΝ ΤΟΞΙΝΩΝ: Ο σταφυλόκοκκος αντέχει σε θερμοκρασία μέχρι 60°C, αλλά σε 85°C καταστρέφεται σε τρία λεπτά.
Άρα ο βρασμός, σίγουρα τον καταστρέφει. Δεν συμβαίνει όμως το ίδιο με την τοξίνη του, που αντέχει πολύ στο βρασμό.
Για να παραχθούν στα τρόφιμα τοξίνες από τα μικρόβια, χρειάζεται θερμοκρασία 20°C - 40°C, κατάλληλη υγρασία και θρεπτική ικανότητα του τροφίμου. Σε τρόφιμα που διατηρούνται κάτω από +6°C ο σταφυλόκοκκος δεν πολλαπλασιάζεται και επομένως δεν μπορεί να παράγει τοξίνη. Η κατάψυξη δεν καταστρέφει το μικρόβιο, που μπορεί ύστερα από την απόψυξη, στην κατάλληλη θερμοκρασία, να αναπτυχθεί.

ΣΥΜΠΤΩΜΑΤΑ: Εμφανίζονται απότομα σε 1 - 8 ώρες μετά το ύποπτο γεύμα, αλλά σε ποσοστό 60%-80% στα άτομα που έφαγαν το ίδιο φαγητό. Αυτό εξηγείται από το ενδεχόμενο να μην έφαγαν όλοι την ίδια ποσότητα τοξίνης και η ευαισθησία από άτομο σε άτομο να είναι διαφορετική.
Τα συμπτώματα είναι: Σιελόρροια, ναυτία, κόπωση, ιδρώτας, κοιλιακές συσπάσεις, εμετός κοιλόπονος, κεφαλόπονος, υπόταση, διάρροια με κόπρανα σκεπασμένα με βλέννη και άλλοτε με αίμα. Συνήθως, πυρετός δεν υπάρχει.
Από τη συνεχή διάρροια και τον εμετό, μπορεί να έχουμε αφυδάτωση. Τα συμπτώματα αυτά, κατά κανόνα, περνούν μέσα σε 1-2 μέρες.

ΠΡΟΛΗΠΤΙΚΑ ΜΕΤΡΑ: Γενικά, η πρόληψη της σταφυλοκοκκικής τοξίνωσης στηρίζεται στην παρεμπόδιση μόλυνσης των τροφίμων, με σχολαστική καθαριότητα, με αποστείρωση, καλή συντήρηση και προστασία των τροφίμων από σκόνη, μύγες, απορρίμματα και ακάθαρτο άνθρωπο. Γι' αυτούς που χειρίζονται τρόφιμα, ισχύουν τα εξής:

- Σώμα και χέρια πεντακάθαρα, νύχια κομμένα.
- Σαπούνισμα καλό, μετά από κάθε επίσκεψη σε τουαλέτα.
- Να φέρουν επενδύτες καθαρούς και σκούφο.
- Να μην ξύνουν τη μύτη και τα δόντια, ούτε να πιάνουν τα μαλλιά τους.
- Να μην πιάνουν τα τρόφιμα με τα χέρια.
- Να μην χειρίζονται χρήματα πιάνοντας σε συνέχεια τα τρόφιμα που σερβίρουν.

Στη χώρα μας, το μεγαλύτερο ποσοστό τροφοδηλητηριάσεων οφείλεται σ' αυτό το μικρόβιο. Τα έτοιμα φαγητά, είναι πιο επικίνδυνοι, όπως τυρόπιτες, παρασκευάσματα με κιμά, σάντουιτς.

2. ΑΛΛΑΝΤΙΑΣΗ - ΠΑΘΟΓΟΝΝΟ ΑΙΤΙΟ: Είναι η τοξίνη του κλωστηριδίου της αλλαντίασης (Clostridium Botulinum). Ευτυχώς, το είδος αυτό της θανατηφόρας δηλητηρίασης, είναι πολύ σπάνιο.

ΠΗΓΕΣ ΤΟΥ ΜΙΚΡΟΒΙΟΥ: Βρίσκεται στο γαστροεντερικό σύστημα ανθρώπου και ζώων, στο έδαφος, στη λάσπη λιμνών και ποταμών και στο βυθό της θάλασσας. Τα τρόφιμα στα

οποία περισσότερο αναπτύσσεται το μικρόβιο και σχηματίζει τοξίνη, είναι τα συντηρημένα (κονσέρβες χορταρικών που γίνονται στα χωριά, όπου η αποστείρωση είναι ατελής). Η τοξίνη δεν αλλοιώνει τα φυσικά χαρακτηριστικά του τροφίμου, γι' αυτό φαίνονται κανονικά.

ΧΑΡΑΚΤΗΡΙΣΤΙΚΑ ΓΝΩΡΙΣΜΑΤΑ ΤΟΥ ΜΙΚΡΟΒΙΟΥ ΚΑΙ ΤΗΣ ΤΟΞΙΝΗΣ ΤΟΥ: Το μικρόβιο για να αναπτυχθεί και να παράγει τοξίνη πρέπει να βρεθεί σε τρόφιμα χωρίς αέρα, γι' αυτό βρίσκει κατάλληλο περιβάλλον στα εγκυτιωμένα τρόφιμα, στα χοιρομέρια κλπ.
Η κατάλληλη θερμοκρασία για την ανάπτυξή του είναι 10°C - 50°C. Το αλάτι σε πυκνότητα 8% - 10% εμποδίζει την ανάπτυξή του.
Η τοξίνη του είναι το πιο ισχυρό βιολογικό δηλητήριο. Ένα γραμμάριο, μπορεί να σκοτώσει 100 χιλιάδες ανθρώπους. Στη θερμοκρασία των 80°C η τοξίνη αδρανοποιείται.

ΣΥΜΠΤΩΜΑΤΑ: Σε λίγες ώρες, αρχίζουν τα συμπτώματα, που στην αρχή μοιάζουν μ' εκείνα της σταφυλοκοκκικής τοξίνωσης. Μετά δύο-τρεις μέρες αρχίζουν τα χαρακτηριστικά νευρικά συμπτώματα, όπως πόνοι στους μύες, ξηρότητα του στόματος και του φάρυγγος, ελάττωση της όρασης, στραβισμός, βλεφαρόπτωση, δύσκολη κατάποση, βραχνάδα στη φωνή μέχρι αφωνία, δύσπνοια, παράλυση των άκρων, ταχυκαρδία και τέλος θάνατος από παράλυση των αναπνευστικών μυών. Ο θάνατος έρχεται μέσα σε 3-6 μέρες, σε ποσοστό 60% και εξαρτάται από την έγκαιρη διάγνωση και θεραπεία.

ΠΡΟΛΗΠΤΙΚΑ ΜΕΤΡΑ: Η πρόληψη στηρίζεται:
- Στην καθαριότητα και καλή συντήρηση των τροφίμων.
- Στην καλή αποστείρωση των κονσερβών (125°C επί 20').
- Στην απόρριψη κάθε τροφίμου με ανώμαλη οσμή, ιδιαίτερα οσμή ταγγισμένου βουτύρου, ή διογκωμένων κονσερβών.
- Στη θέρμανση των συντηρημένων τροφίμων μέχρι βρασμού, για την καταστροφή της τοξίνης.
- Στον παρατεταμένο βρασμό των κονσερβών που γίνονται από τις νοικοκυρές. Στην Ελλάδα η αλλαντίαση ήταν άγνωστη, μέχρι το 1967, οπότε σημειώθηκαν τα πρώτα 2 κρούσματα σε μητέρα και παιδί στο Ν. Καύκασο Φλωρίνης.

Για τον περιορισμό των τροφικών δηλητηριάσεων γενικά, απαιτείται συνεργασία υγειονολόγων γιατρών, κτηνιάτρων επιθεωρητών τροφίμων και υποχρεωτική δήλωση κάθε περιστατικού τροφικής δηλητηρίασης.
Η πλατιά διαφώτιση του κοινού, ιδιαίτερα των παιδιών του σχολείου, για την ατομική τους υγιεινή και την αυτοπροστασία τους από τις μολύνσεις, είναι απαραίτητη.
Η γνώση του κινδύνου, θα είναι το καλύτερο μέσο προφύλαξης από αυτόν.
Όσο για τη θεραπεία των τροφοδηλητηριάσεων, η μόνη συμβουλή μας, είναι η άμεση συνδρομή του γιατρού σας, ή η γρηγορότερη μεταφορά του ασθενούς στο εφημερεύον νοσοκομείο.

ΒΑΣΙΚΕΣ ΑΡΧΕΣ ΥΓΙΕΙΝΗΣ ΚΑΙ ΠΡΟΛΗΨΗΣ ΤΡΟΦΙΚΩΝ ΔΗΛΗΤΗΡΙΑΣΕΩΝ
- Καθαριότητα και υγιεινή του χώρου παρασκευής των φαγητών.
- Τοποθέτηση των τροφίμων που δεν πρόκειται να καταναλωθούν αμέσως, στο ψυγείο, μετά το μαγείρεμά τους.
- Μη κατανάλωση κονσερβών που είναι φουσκωμένες, παραμορφωμένες ή σκουριασμένες και τροφίμων γενικά που έχουν ύποπτο χρώμα, γεύση και οσμή.
- Προσοχή στο ζέσταμα των φαγητών. Ζεσταίνετε μόνο την ποσότητα που θα καταναλωθεί.
- Καταπολέμηση τρωκτικών και εντόμων.
- Τήρηση των κανόνων ατομικής υγιεινής και καθαριότητας από όλους. ■

ΕΝΘΥΜΙΟΝ

ΑΠΟΦΟΙΤΟΙ ΛΑΠΠΕΙΟΥ ΓΥΜΝΑΣΙΟΥ ΝΑΟΥΣΑΣ 1962

Από τη συνάντηση 30 χρόνια μετά την αποφοίτηση (1992)

Ε. Τ. Α. ΔΗΜΟΥ ΝΑΟΥΣΑΣ: Η ΙΣΤΟΡΙΑ ΤΟΥ ΤΟΥΡΙΣΜΟΥ ΣΤΗΝ ΠΟΛΗ ΜΑΣ

Γράφει ο Κωνσταντίνος Αθανασιάδης

Η επιχείρηση «ΔΗΜΟΤΙΚΗ ΕΠΙΧΕΙΡΗΣΗ ΤΟΥΡΙΣΜΟΥ ΝΑΟΥΣΑΣ» ΞΕΝΟΔΟΧΕΙΟΝ ΒΕΡΜΙΟΝ συστήθηκε στις 5-9-1984 ως απόσπασμα Πρακτικού της υπ' αρ. αποφ. 11/1984 συνεδρίαση του ΔΗΜΟΤΙΚΟΥ ΣΥΜΒΟΥΛΙΟΥ Νάουσας αρ. αποφ. 188/1984 η οποία δημοσιεύθηκε στο Δεύτερο τεύχος αριθμός φύλλου 242/2-5-1985. Η επιχείρηση φέρει το διακριτικό τίτλο «ΞΕΝΟΔΟΧΕΙΟΝ ΒΕΡΜΙΟΝ» και ως έδρα της έχει ορισθεί ο ΑΓΙΟΣ ΝΙΚΟΛΑΟΣ του ΔΗΜΟΥ ΝΑΟΥΣΑΣ του Νομού ΗΜΑΘΙΑΣ. Σκοπός της Επιχείρησης είναι:

1. Ο εξοπλισμός και η εκμετάλλευση ξενοδοχειακής μονάδος, εστιατορίου και καφετέριας-μπαρ στην περιοχή του Αγίου Νικολάου Νάουσας.

2. Η τουριστική αξιοποίηση, ανάπτυξη και εκμετάλλευση των περιοχών του δημοτικού δάσους Αγίου Νικολάου, της περιοχής ΓΡΑΜΜΕΝΗΣ, καθώς και του Δημοτικού Περιπτέρου «ΚΙΟΣΚΙ» στην πόλη της Νάουσας. Από το 2007 έχει ανατεθεί στην επιχείρηση και η εκμετάλλευση της Σχολής Αριστοτέλη (κυλικείο, αίθουσα προβολής κλπ.).

ΕΓΚΑΤΑΣΤΑΣΕΙΣ

Όπως αναφέρθηκε παραπάνω, η έδρα της επιχείρησης βρίσκεται στον Άγιο Νικόλαο – του Δήμου Νάουσας, σε κτιριακό συγκρότημα το οποίο είναι κτισμένο σε οικοπεδική έκταση 20 στρεμμάτων που έχει παραχωρηθεί στην επιχείρηση για 99 χρόνια από τον Δήμο Νάουσας. Πρόσφατα με την υπ αρ. 102/2008 απόφαση του Δημοτικού Συμβουλίου παραχωρήθηκαν στην επιχείρηση άλλα 5 στρέμματα. Στο κτιριακό συγκρότημα του Αγίου Νικολάου περιλαμβάνονται:

1. Ξενοδοχειακή μονάδα 3* 68 δωματίων-150 κλινών.
2. Αίθουσα πολλαπλών χρήσεων 200 ατόμων.
3. Αίθουσα εστιατορίου
4. Καφετέρια-Μπαρ καθώς και υπαίθριο εστιατόριο
5. ΑΙΘΟΥΣΑ ΣΥΝΕΔΡΙΑΣΕΩΝ 25 ατόμων. Πέραν των κτιριακών εγκαταστάσεων του Αγίου Νικολάου, η επιχείρηση διαθέτει στο Δημοτικό Πάρκο, χρήση του Δημοτικού Περιπτέρου «ΚΙΟΣΚΙ» και της πέριξ αυτού έκτασης σχήματος ορθογωνίου, συνολικού εμβαδού

2.773,36 τ.μ.

Επίσης στην περιοχή του Δημοτικού δάσους και ειδικότερα στο δάσος με την ονομασία «Σκοτίνα» μεταβιβάσθηκε στην επιχείρηση με δικαίωμα διαρκούς χρήσης και για αόριστο χρόνο το Κάμπινγκ της Γραμμένης και ειδικότερα έκταση 200 στρεμμάτων, επί της οποίας βρίσκεται κατάστημα - εστιατόριο - αναψυκτήριο 100 τ.μ. και 7 κτίρια σαν κοινόχρηστοι χώροι (τουαλέτες - λουτρά - κουζίνες και ένα φυλάκιο).

ΟΡΓΑΝΩΤΙΚΗ ΔΟΜΗ: ΛΕΙΤΟΥΡΓΙΑ-ΣΤΕΛΕΧΩΣΗ

Οι εργαζόμενοι της επιχείρησης αποτελούν το σημαντικότερο κεφάλαιό της. Η διοίκηση έχει δώσει πολύ μεγάλη βαρύτητα στην δημιουργία των καταλλήλων συνθηκών εργασίας, στην επαρκή μόρφωση και εκπαίδευση, στην καλή επικοινωνία και συνεργασία, στην μοντέρνα διοικητική συμπεριφορά των ηγετικών στελεχών (και όχι στην αυστηρή επίβλεψη), στην χρησιμοποίηση του κατάλληλου εξοπλισμού, στον εμπλουτισμό της καθημερινής εργασίας, μέσα από την όσο το δυνατόν εκτενέστερη μηχανογράφηση, αυτοματοποίηση των λειτουργιών της, με αποτέλεσμα την δημιουργία ενός συστήματος που παρακινεί τους εργαζόμενους σε αύξηση της παραγωγικότητας. Να σημειώσουμε ότι το σύνολο των εργαζομένων της επιχείρησης έχει καταρτισθεί στα τουριστικά επαγγέλματα μέσω προγραμμάτων μετεκπαίδευσης της σχολής τουριστικών επαγγελμάτων και μέσω άλλων εκπαιδευτικών προγραμμάτων που υλοποίησε και συνεχίζει να υλοποιεί η ίδια η επιχείρηση.

Η επιχείρηση επένδυσε και επενδύει στην ολική ποιότητα των προϊόντων της (εστιατόριο – καφετέρια) καθώς και στις υψηλές υπηρεσίες τόσο στο εστιατόριο - καφετέρια, όσο και στις υπηρεσίες της ξενοδοχειακής μονάδος. Διαθέτει ISO 9000 καθώς και HACCP.

Η επιχείρηση διαθέτει σύγχρονη και εκλεκτή οργάνωση πάνω στην οποία στηρίζεται η ολική της δραστηριότητα. Το οργανόγραμμα της επιχείρησης εξυπηρετεί σε μεγάλο βαθμό τις λειτουργικές και ενδοεπικοινωνιακές ανάγκες της, επιτρέποντας την άνευ γραφειοκρατικών διαδικασιών επικοινωνία (κάθετη και οριζόντια), την βέλτιστη λήψη αποφάσεων, τον έλεγχο λειτουργίας του συστήματος και την αποφυγή επικαλύψεων αρμοδιοτήτων.

Οι επιμέρους δραστηριότητες και λειτουργίες της επιχείρησης κατανέμονται στις ακόλουθες διευθύνσεις:

ΓΕΝΙΚΗ ΔΙΕΥΘΥΝΣΗ, η οποία αποτελεί το ανώτερο εκτελεστικό όργανο της επιχείρησης με κύρια ευθύνη την από κάθε πλευρά αποτελεσματική λειτουργία της επιχείρησης σύμφωνα με τις αποφάσεις και τις κατευθυντήριες γραμμές του ΔΙΟΙΚΗΤΙΚΟΥ ΣΥΜΒΟΥΛΙΟΥ της επιχείρησης.

- ΔΙΕΥΘΥΝΣΗ ΠΑΡΑΓΩΓΗΣ (Προϊστάμενοι).

α) Προϊστάμενος εστιατορίου-καφετέρια Μπαρ Η/Β.

β) Προϊστάμενος Δημοτικού Περιπτέρου «ΚΙΟΣΚΙ».

- ΔΙΕΥΘΥΝΣΗ MARKETING, η οποία περιλαμβάνει και το τμήμα πωλήσεων, και ευθύνεται για την ενδυνάμωση της ανταγωνιστικής θέσης της επιχείρησης την Αγορά, την περαιτέρω ανάπτυξή της και την εμπεριστατωμένη έρευνα αγοράς.
- ΟΙΚΟΝΟΜΙΚΗ ΔΙΕΥΘΥΝΣΗ, η οποία περιλαμβάνει το τμήμα Λογιστηρίου, το τμήμα μηχανογράφησης και το τμήμα προμηθειών.

ΘΕΣΜΙΚΟ ΠΛΑΙΣΙΟ ΛΕΙΤΟΥΡΓΙΑΣ ΤΗΣ ΕΠΙΧΕΙΡΗΣΗΣ

Η επιχείρηση λειτουργεί από 10/11/2010 σύμφωνα με τις διατάξεις του Ν. 3463/2006 ως Α.Ε. και σύμφωνα με το Καταστατικό της το οποίο δημοσιεύθηκε στο υπ' αρ. 13082 ΦΕΚ, με την Επωνυμία Ε.Τ.Α. ΔΗΜΟΥ ΝΑΟΥΣΑΣ Α.Ε. Ο.Τ.Α. και διακριτικό τίτλο «ΞΕΝΟΔΟΧΕΙΟΝ ΒΕΡΜΙΟΝ». Η διοίκηση της επιχείρησης ασκείται από εννεαμελές Διοικητικό Συμβούλιο. Η επιχείρηση ανήκει στον ιδιωτικό τομέα, ασκεί αποκλειστικά επιχειρηματική δραστηριότητα, διέπεται από τους νόμους και τους κανόνες των Ανωνύμων Εταιριών, δεν ανήκει στον ευρύτερο δημόσιο τομέα. Μέτοχοι της εταιρίας είναι:

1. Ο Δήμος Νάουσας
2. Ο εκάστοτε δήμαρχος Νάουσας ως φυσικό πρόσωπο, με τη μεταβίβαση σε αυτόν 5 μετοχών της εταιρίας αξίας 50 ευρώ έκαστη. Το Μετοχικό Κεφάλαιο της επιχείρησης ανέρχεται σε 2.562.100 ευρώ (51.242 μετοχές x 50 ευρώ) και η καθαρή θέση της επιχείρησης με 31/12/2011 είναι 7.529.272 ευρώ.

ΕΠΕΝΔΥΤΙΚΗ ΠΟΛΙΤΙΚΗ ΤΗΣ ΕΠΙΧΕΙΡΗΣΗΣ

Η επιχείρηση δεν ήταν πάντα αυτό που βλέπουμε σήμερα. Όταν ξεκίνησε στις 6/12/1985 η αποτίμηση της αξίας του Πάγιου Ενεργητικού (κτιριακά-εξοπλισμός κλπ.) ανέρχονταν στο ποσό των 144.733 ευρώ. Σήμερα τα αντίστοιχο ποσό ανέρχεται στα 13.500.000 ευρώ.

Αυτό επιτεύχθηκε μέσω των επενδύσεων που πραγματοποίησε όλα αυτά τα χρόνια με ίδια κεφάλαια, επενδύσεις που έγιναν στοχευμένα και είχαν σαν αποτέλεσμα αυτήν την τεράστια αύξηση της περιουσίας του Δήμου Νάουσας. Αναφέρω περιληπτικά το είδος των επενδύσεων που πραγματοποιήθηκαν.

Η επιχείρηση ξεκίνησε με 20 δωμάτια και εστιατόριο και καφετέρια μικρής δυναμικότητας.

1. Το 1988 ανέλαβε τη διαχείριση του «ΚΙΟΣΚΙ» και επένδυσε περίπου 95.000 ευρώ. Το 1989 ολοκλήρωσε επένδυση ύψους 323.000 ευρώ αυξάνοντας την δυναμικότητα του ξενοδοχείου, από 20 δωμάτια σε 39 δωμάτια (Νέα πτέρυγα 19 δωματίων).
2. Το 1992 ολοκλήρωση επένδυση 6 νέων δωματίων ύψους 60.000 ευρώ. Το 1996-2000 ολοκληρώθηκαν επενδύσεις ύψους 1.236.250 ευρώ, οι οποίες αφορούσαν: α) εκσυγχρονισμό δωματίων ύψους 773.700 ευρώ και β) προσθήκη 23 νέων δωματίων ύψους 502.500 ευρώ.
3. Το 2003-2004 επενδύθηκαν για την ανακαίνιση του εστιατορίου και της καφετέριας καθώς και τον εκσυγχρονισμό της κουζίνας του «ΚΙΟΣΚΙ» ποσό 950.000 ευρώ.
4. Το 2004-2006 ολοκληρώθηκε η αί-

θουσα πολλαπλών χρήσεων (Συνεδριακό κέντρο-αίθουσα πολλαπλών χρήσεων) ύψους 192.000 ευρώ.

5. Επίσης επενδύθηκαν περίπου 569.000 ευρώ (από το 1999 έως και το 2006) για τα πιο κάτω έργα:

α) Κατασκευή λογιστηρίου και αίθουσας συνεδρίων

β) Διαμόρφωση χώρου τροφοδοσίας και αποθήκευσης απορριμμάτων.

γ) Διαμόρφωση υπαίθριου καφέ - εστιατορίου.

δ) Διαμόρφωση περιβάλλοντος χώρου.

ε) Κατασκευή γυμναστηρίου στο ξενοδοχείο.

ζ) Εγκατάσταση γεννήτριας - συστήματος χλωρίωσης του νερού και συστήματος πυρόσβεσης-πυρασφάλειας.

η) Εκσυγχρονισμός μηχανογράφησης.

6. Διαμόρφωση εξωτερικού χώρου «ΚΙΟΣΚΙ» 60.000 ευρώ (υπαίθριο σκέπαστρο-παιδότοπος).

Η Ε.Τ.Α. ΔΗΜΟΥ ΝΑΟΥΣΑΣ εκτός από τις παραπάνω επενδύσεις που αφορούσαν την επέκταση και την εκσυγχρονισμό των εγκαταστάσεών της, στήριξε και στηρίζει διάφορες δραστηριότητες και έργα του Δήμου Νάουσας. Ενδεικτικά αναφέρω την αποπεράτωση του 5ου Νηπιαγωγείου Νάουσας, ανακατασκευή πλακόστρωτου του Πάρκου, έργα αποπεράτωσης γηπέδων 5x5 του Δήμου, έργα εκσυγχρονισμού στο κλειστό Γυμναστήριο της Νάουσας και βέβαια η επιχείρηση πάντα στήριζε πολιτιστικές δράσεις του Δήμου καθώς και δράσεις δημοσίων σχέσεων και προβολής της πόλης μας.

ΣΤΑΤΙΣΤΙΚΑ ΚΑΙ ΟΙΚΟΝΟΜΙΚΑ ΣΤΟΙΧΕΙΑ

Για την ιστορία θα αναφέρω συνοπτικά μερικά στατιστικά – οικονομικά στοιχεία: Από την ημέρα λειτουργίας της επιχείρησης οι αφίξεις ανήλθαν σε 300.854 (άτομα) με αντίστοιχες διανυκτερεύσεις 612.352 (άτομα).

Η χαμηλότερη μέση ετήσια πληρότητα 39,55% πραγματοποιήθηκε το 2011 και η υψηλότερη 76,65% το 1999. Ο κύκλος εργασιών της επιχείρησης έως 31/12/2011 ανήλθε στο ποσό των 42.000.000 ευρώ. Οι αγορές για τρόφιμα-ποτά λοιπά αναλώσιμα της τάξεως των 11.000.000 ευρώ ενίσχυσαν και ενισχύουν ακόμη και σήμερα την τοπική και ευρύτερη αγορά. Οι αμοιβές του προσωπικού ύψους 22.100.000 ευρώ υπήρξε σημαντική ιδίως μετά το κλείσιμο των εργοστασίων.

Η ΙΣΤΟΡΙΑ ΤΗΣ ΕΠΙΧΕΙΡΙΣΗΣ ΜΕΣΑ ΑΠΟ ΤΑ ΠΡΟΣΩΠΑ

Η Ε.Τ.Α. του ΔΗΜΟΥ ΝΑΟΥΣΑΣ είχε την σπάνια για τα Ελληνικά δεδομένα τύχη να έχει στο τιμόνι της πάντα ανθρώπους της Αυτοδιοίκησης που ενστερνιζόταν ένα κοινό όραμα και όνειρο που δεν ήταν άλλο από την ανάπτυξη του τουρισμού στην πόλη μας, σαν ένα νέο μοχλό, μια νέα διέξοδο από το οικονομικό αδιέξοδο που φαίνονταν να πλήττει την περιοχή μας από τις αρχές της δεκαετίας του '80, με την έναρξη της αποβιομηχάνησής της. Τους ίδιους ανθρώπους ένωνε και η πίστη τους στην δυνατότητα της τοπικής αυτοδιοίκησης να αναπτύσσει με επιτυχία επιχειρηματική δραστηριότητα.

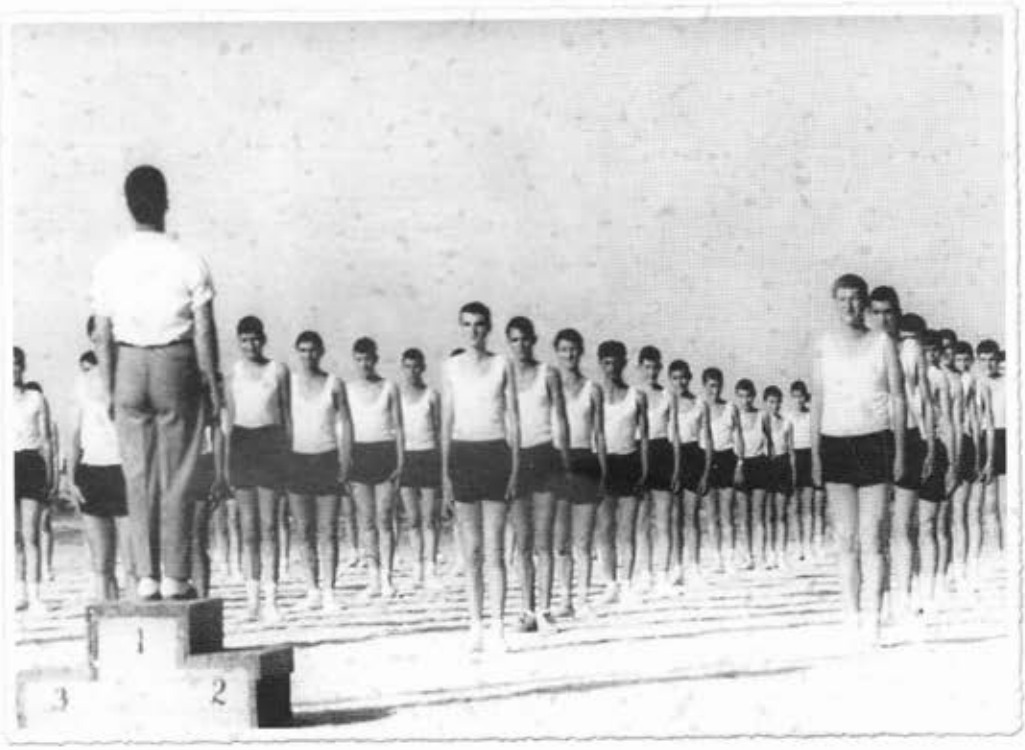
Όλοι τους «χρησιμοποίησαν» την επιχείρηση για την επίτευξη των παραπάνω στόχων, ο καθένας με τον δικό του ξεχωριστό τρόπο και πάντα σύμφωνα με τις δυνατότητες που προσέφερε το οικονομικό περιβάλλον της χώρας μας και επειδή πάντα πίσω από τους αριθμούς, πίσω από τις επιτυχίες και τις αποτυχίες κρύβονται άνθρωποι, σαν επίλογο αυτού του σημειώματος θα ήθελα να αναφέρω τους ανθρώπους που συνετέλεσαν στην δημιουργία, στην ανάπτυξη και στην πετυχημένη πορεία αυτής της επιχείρησης στον κόσμο της επιχειρηματικότητας και του τουρισμού.

Πρώτο να αναφέρω τον ιδρυτή και θεμελιωτή της πρώην Δ.Ε.Τ. ΝΑΟΥΣΑΣ και νυν Ε.Τ.Α. ΔΗΜΟΥ ΝΑΟΥΣΑΣ, πρώην Δήμαρχο της πόλης **κ. Δημήτρη Βλάχο** και στην συνέχεια όλους όσους διετέλεσαν πρόεδροι με χρονολογική και όχι ιεραρχική σειρά: **Τσίλης Αθανάσιος** (Αντιδήμαρχος, Δημοτικός Σύμβουλος), **Χρήστου Παναγιώτης** (Δημοτικός Σύμβουλος), **Πολάκης Γεώργιος** (Δήμαρχος Νάουσας), **Μπουρδάνος Αναστάσιος** (Δημοτικός Σύμβουλος), **Πίτος Νικόλαος** (Δημοτικός Σύμβουλος), **Καραμπατζός Αναστάσιος** (Δήμαρχος Νάουσας), **Γκαρνέτας Ιωάννης** (Δημοτικός Σύμβουλος).

Μοχλός της επιτυχημένης πορείας της Ε.Τ.Α. ΔΗΜΟΥ ΝΑΟΥΣΑΣ υπήρξαν όλοι οι παραπάνω, ψυχή όμως αποτέλεσαν και αποτελούν οι εργαζόμενοι που πάντα προσέφεραν τις υπηρεσίες τους με συνέπεια, επαγγελματισμό και κυρίως αγάπη για το «στολίδι της Νάουσας» για την επιχείρηση που αποτέλεσε και συνεχίζει να ποτελεί τον πιλότο για την τουριστική ανάπτυξη της πόλης μας και της περιοχής μας.

ΕΝΘΥΜΙΟΝ

ΑΠΟΦΟΙΤΟΙ ΛΑΠΠΕΙΟΥ ΓΥΜΝΑΣΙΟΥ ΝΑΟΥΣΑΣ 1962



επάνω: Γυμναστικές επιδείξεις μαθητών (3-6-1962) (Γυμναστής: Θεόφιλος Διάφας)
κάτω: Γυμναστικές επιδείξεις μαθητριών

ΜΗΤΡΙΚΟΣ ΘΗΛΑΣΜΟΣ

Το Γενικό Νοσοκομείο Νάουσας στην προσπάθεια προώθησης του μητρικού θηλασμού εκδίδει και διανέμει από το 2004 μια επιστημονική μελέτη ενημερωτική, απαραίτητη για τις μητέρες με θέμα: «Θηλάζω το παιδί μου, τι πιο φυσικό!» με την ελπίδα να βρει ανταπόκριση.

Γράφουν οι

Μαρία Σεΐζη, Παιδίατρος
Ευτυχία Λαμπριανίδου, Μαία

Τι είναι το μητρικό γάλα; Η έκκριση γάλακτος δεν είναι τίποτε άλλο παρά η μετατροπή των αμινοξέων, των ιχνοστοιχείων, των λιπιδίων, της γλυκόζης και άλλων συστατικών του πλάσματος, σε καζεΐνη, γαλακτοσφαιρίνες, γαλακτολιπίδια, λακτόζη και διάφορα άλλα συστατικά του γάλακτος.

Πώς επιτυγχάνεται η παραγωγή του μητρικού γάλακτος; Αμέσως μετά την γέννηση και την αποβολή του πλακούντα, αρχίζει η παραγωγή του γάλακτος, με τη δράση δύο ορμονών, της προλακτίνης και της οκυτοκίνης. Οι ορμόνες αυτές παράγονται στην υπόφυση, που είναι ένας αδένας, και βρίσκεται στον εγκέφαλο.

Την εντολή όμως για το ξεκίνημα της παραγωγής του γάλακτος τη δίνει το μωρό με το θηλασμό.

- Με το θηλασμό του μωρού στέλνεται μήνυμα στον εγκέφαλο μέσα από τη νευρική οδό.
- Από την υπόφυση ελευθερώνονται οι ορμόνες προλακτίνη (πρόσθιο λοβό) και οκυτοκίνη (οπίσθιο λοβό).
- Οι ορμόνες αυτές μεταφέρονται με το αίμα στο μαστό.
- Με την προλακτίνη διεγείρονται τα εκκριτικά κύτταρα των κυψελίδων του μαστού και αρχί-

ζει η σύνθεση του γάλακτος από τις θρεπτικές ουσίες που περιέχονται στο αίμα της μητέρας.

• Με την επίδραση της οκυτοκίνης τα μυοεπιθηλιακά κύτταρα των κυψελίδων συσπώνται και το γάλα προωθείται στους γαλακτοφόρους πόρους - γαλακτοφόρους ληκύθους - θηλή - και τελικά στο παιδί.

Ποιοι παράγοντες επιδρούν ανασταλτικά στην έκκριση οκυτοκίνης; Άγχος, Κούραση

Αντίθετα ποιοι παράγοντες λειτουργούν θετικά για την έκκριση της; Ξεκούραση, Ηρεμία, Αυτοπεποίθηση

Πώς θα κατεβάσει γρήγορα γάλα η μάνα; Όσο πιο γρήγορα θηλάσει το μωρό της μετά τον τοκετό και όσο πιο συχνά τόσο πιο ικανοποιητική παραγωγή γάλακτος θα έχει.

Είναι ικανές όλες οι μητέρες να θηλάσουν τα μωρά τους; Σχεδόν όλες.

Είναι αρκετή η παραγωγή του μητρικού γάλακτος για να καλύψει τις ανάγκες του νεογνού στην αρχή, και του βρέφους αργότερα; Η φύση πρόβλεψε θετικά.

Παίζει κανένα ρόλο στην παραγωγή μητρικού γάλακτος το μέγεθος του μαστού; Όχι.

Σύνθεση του μητρικού γάλακτος: Η σύσταση του μητρικού γάλακτος διαφέρει από μητέρα σε μητέρα, αλλά και στην ίδια μητέρα από θηλασμό σε θηλασμό και από ημέρα σε ημέρα και από ώρα σε ώρα. Επίσης επηρεάζεται από τη διατροφή της μητέρας ιδιαίτερα, από το περιεχόμενο της διατροφής σε πολυακόρεστα λιπαρά οξέα. Το μητρικό γάλα είναι δυναμικό υγρό και η ποιότητα του μεταβάλλεται σύμφωνα με τις ανάγκες του νεογνού.

Πρωτόγαλα ή πύαρ: Παράγεται τις πρώτες ημέρες μετά τον τοκετό έχει χρώμα βαθύ λεμονοκίτρινο και είναι παχύρρευστο. Το πρωτόγαλα συγκρινόμενο με το ώριμο γάλα είναι πτωχότερο σε λακτόζη, λίπος, θερμίδες και βιταμίνες του συμπλέγματος Β, αλλά πλουσιότερο σε βιταμίνες A,C, E, μέταλλα Na, K, CL, ιχνοστοιχεία, πρωτεΐνες και ανοσοσφαιρίνες, κυρίως της εκκριτικής sIgA.

Η σύνθεσή του καλύπτει τις ανάγκες του νεογέννητου. Παρέχει προστασία έναντι μικροβίων και ιών, ευνοεί την αύξηση της φυσιολογικής χλωρίδας του εντέρου, που αποικίζει στο έντερο του νεογνού και βοηθά στην άμυνα του και στην αποβολή του μηκωνίου.

Μεταβατικό γάλα: Είναι το γάλα που παράγεται μετά την πρώτη εβδομάδα μέχρι και τη δεύτερη μετά τον τοκετό. Η σύνθεση των συστατικών του μεταβάλλεται. Η περιεκτικότητα των πρωτεϊνών και των ανοσοσφαιρινών ελαττώνεται και αυξάνεται η περιεκτικότητα του λίπους, της λακτόζης και των θερμίδων.

Ώριμο γάλα: Το μεταβατικό γάλα καταλήγει στο ώριμο του οποίου η σύνθεση ολοκληρώνεται πλήρως μέχρι τον πρώτο μήνα.

Συστατικά του μητρικού γάλακτος

• **Νερό:** Αυτό είναι το μεγαλύτερο ποσοστό των συστατικών του μητρικού γάλακτος (87%). Συμβάλλει στην θερμορύθμιση του νεογέννητου. Ακόμη και σε τροπική ζέστη το βρέφος που θηλάζει σωστά δεν χρειάζεται επιπλέον υγρά.

• **Πρωτεΐνες:** Οι πρωτεΐνες του μητρικού γάλακτος είναι πολύ ανώτερης βιολογικής αξίας. Διακρίνονται σε καζεΐνες, πρωτεΐνες του ορού και στις μη πρωτεϊνικές αζωτούχες ενώσεις.

Οι πρωτεΐνες του ορού ενισχύουν την άμυνα του βρέφους και παρεμποδίζουν την εμφάνιση αλλεργικών παθήσεων. Από τις μη πρωτεϊνικές αζωτούχες ενώσεις ιδιαίτερη σημασία έχουν τα νουκλεοτίδια (που προάγουν την ανάπτυξη του ανοσολογικού συστήματος και η ταυρίνη (που βοηθάει στην ωρίμανση του εγκεφάλου και του αμφιβληστροειδούς).

• **Λίπη:** Τα λίπη αποτελούν για τον ανθρώπινο οργανισμό βασική πηγή ενέργειας και δομικά συστατικά της κυτταρικής μεμβράνης όλων των κυττάρων και είναι απαραίτητα για την ανάπτυξη του κεντρικού νευρικού συστήματος.

Αυτά αποτελούν σημαντικά συστατικά του ανθρώπινου εγκέφαλου και του αμφιβληστροειδούς. Το μητρικό γάλα εκτός από τα τριγλυκερίδια και την χοληστερόλη περιέχει και τα απαραίτητα λιπαρά οξέα (πολυακόρεστα λιπαρά οξέα) τα οποία δεν υπάρχουν στο γάλα της αγελάδας και η πυκνότητα τους εξαρτάται από τη διατροφή της μητέρας.

• **Υδατάνθρακες:** Κυριότερος υδατάνθρακας του μητρικού γάλακτος είναι η λακτόζη που συντίθεται στον μαζικό αδένα. Οι υδατάνθρακες βοηθούν στην ανάπτυξη των μη παθογόνων βακτηριδίων στην εντερική χλωρίδα και αναστέλλουν την ανάπτυξη των παθογόνων μικροοργανισμών.

• **Μέταλλα και ιχνοστοιχεία:** Το μητρικό γάλα περιέχει λιγότερο Κάλιο, Νάτριο, Χλώριο, Ασβέστιο και Φώσφορο συγκρινόμενο με

το αγελαδινό γάλα και περίπου ίσες ποσότητες Χαλκού, Υδραργύρου και Σιδήρου. Ο σίδηρος του μητρικού γάλακτος απορροφάται κατά 50% ενώ ο σίδηρος του αγελαδινού γάλακτος απορροφάται κατά 10%. Το ασβέστιο και ο ψευδάργυρος του μητρικού γάλακτος απορροφούνται κατά 60-70% και του αγελαδινού κατά 20-30%.

• **Βιταμίνες:** Η περιεκτικότητα του μητρικού γάλακτος σε βιταμίνες εξαρτάται από τη διατροφή της μητέρας.

Γενικά βρέφη που θηλάζουν δεν παρουσιάζουν συμπτώματα υποβιταμίνωσης με μόνη πιθανή εξαίρεση τις βιταμίνες Κ και D. Η υποβιταμίνωση προλαμβάνεται με τη χορήγηση βιταμίνης Κ σε όλα τα νεογνά και βιταμίνης D (στις χώρες που δεν έχουν αρκετή ηλιοφάνεια).

Το μητρικό γάλα ακόμη περιέχει ένζυμα και ορμόνες. Επίσης ενισχύει το αμυντικό σύστημα του βρέφους με την αυξημένη περιεκτικότητα του σε κύτταρα του ανοσοποιητικού συστήματος ανοσοσφαιρίνες κυρίως την εκκριτική sIgA, λυσοζύμη, λακτοφερίνη, ιντερφερόνη-γ κλπ.

Οφέλη του μητρικού θηλασμού για το παιδί

• Ιδανική σύνθεση των συστατικών του μητρικού γάλακτος για τη σωματική ανάπτυξη του παιδιού.

• Προστασία από λοιμώξεις αναπνευστικού - γαστρεντερικού συστήματος

• Προστασία από ιώσεις, αλλεργίες, αναιμία.

• Αύξηση της επιβίωσης των πρόωρων

• Αύξηση του δείκτη νοημοσύνης

• Προστασία από τον κίνδυνο του νεανικού διαβήτη

• Πρόληψη για την παχυσαρκία και για μελλοντικό κίνδυνο στεφανιαίας νόσου

• Ελάττωση της συχνότητας του παιδικού καρκίνου

•Μείωση της τερηδόνας

• Η πιο κατάλληλη τροφή για πολλές αρρώστιες της νεογνικής, βρεφικής και παιδικής ηλικίας:

- Σύνδρομο δυσαπορρόφησης
- Δυσανεξία στο γάλα της αγελάδας
- Επίμονη διάρροια
- Ελκώδης κολίτιδα
- Νεκρωτική εντεροκολίτιδα
- Χειρουργικές επεμβάσεις του πεπτικού συστήματος
- Σηψαιμία
- Ανεπάρκεια της IgA ανοσοσφαιρίνης

- Μεταμόσχευση μυελού των οστών

• Συμβολή στη διαμόρφωση υγιούς προσωπικότητας και στο κτίσιμο της ψυχικής υγείας του παιδιού

• Συμβολή στην ηρεμία του βρέφους λόγω ειδικής ορμόνης του μητρικού γάλακτος

Οφέλη του μητρικού θηλασμού για τη μητέρα

• Προστασία από τον καρκίνο του μαστού

• Μείωση της συχνότητας του καρκίνου του ενδομητρίου

• Προστασία από τον καρκίνο των ωοθηκών.

• Ταχεία παλινδρόμηση της μήτρας της λεχώϊδας

• Ευκολότερη απώλεια του βάρους, που αποκτήθηκε κατά την εγκυμοσύνη, καθώς το αποθηκευμένο λίπος καίγεται για την παραγωγή γάλακτος

•Ικανοποίηση για την ολοκλήρωσή της ως γυναίκα - μητέρα

• Προαγωγή της ψυχικής υγείας της μητέρας κατά την περίοδο της λοχείας

• Ευκολία στη σίτιση και στις εξόδους με το παιδί

• Οικονομία

Οφέλη του μητρικού θηλασμού για την κοινωνία και την πολιτεία

• Είναι οικολογικός

• Μείωση της νοσηρότητας (περισσότερα γερά παιδιά)

• Μείωση εξόδων φαρμακευτικής και νοσοκομειακής περίθαλψης

•Μείωση εξόδων αγοράς ξένου γάλακτος

Ποια μέτρα πήρε η Παγκόσμια Οργάνωση Υγείας και η UNICEF για την προαγωγή του μητρικού γάλακτος:

Το 1989 στη Γενεύη προτάθηκαν τα «Δέκα Βήματα για επιτυχή Μητρικό Θηλασμό» που πρέπει να εφαρμόζονται στα Μαιευτήρια και αυτά είναι τα εξής:

1. Να υπάρχει γραπτή πολιτική και η πολιτική αυτή να ακολουθείται από όλους τους φορείς του Μαιευτηρίου που ασχολούνται με τη φροντίδα του νεογέννητου.
2. Το προσωπικό να εκπαιδεύεται ώστε να είναι ικανό να εφαρμόσει την πολιτική αυτή.
3. Να ενημερώνονται όλες οι μητέρες για τα πλεονεκτήματα του μητρικού θηλασμού.
4. Ο θηλασμός να αρχίζει το πρώτο ημίωρο μετά τον τοκετό με τη βοήθεια εκπαιδευμένου προσωπικού.
5. Οι μητέρες να εκπαιδεύονται στην τέχνη του θηλασμού. Σε περίπτωση πρόωρου τοκετού και αναγκαστικού αποχωρισμού από το παιδί τους, οι μητέρες να εκπαιδεύονται στη διατήρηση της λοχείας.
6. Στο νεογέννητο να δίνεται μόνο μητρικό γάλα. Όχι υγρά ούτε συμπλήρωμα ξένου γάλακτος, εκτός αν υπάρχει ειδικός ιατρικός λόγος.
7. Να εφαρμόζεται το σύστημα «rooming in», που σημαίνει το νεογέννητο δίπλα στη μητέρα του 24 ώρες το 24ωρο.
8. Ο θηλασμός να είναι ελεύθερος και απεριόριστος.
9. Να μη δίνονται πιπίλες στα παιδιά που θηλάζουν και τέλος
10. Να ιδρυθούν ομάδες υποστήριξης του μητρικού θηλασμού και μετά την έξοδο του νεογέννητου από το μαιευτήριο στις οποίες να μετέχουν και μητέρες.

Το 1992 πήραν πρωτοβουλία να δημιουργηθεί το «Φιλικό για το βρέφος Νοσοκομείο» -The baby friendly Hospital Initiative- που στόχος του ήταν τα Νοσοκομεία και τα Μαιευτήρια να γίνουν χώροι φιλικοί όπου οι μητέρες θα μαθαίνουν και θα βοηθούνται, για να μπορέσουν να θηλάσουν με επιτυχία.

Ακρογωνιαίος λίθος ενός τέτοιου Νοσοκομείου - Μαιευτηρίου θα είναι: Να εφαρμόζονται **«ΤΑ ΔΕΚΑ ΒΗΜΑΤΑ ΓΙΑ ΕΠΙΤΥΧΗ ΘΗΛΑΣΜΟ»** και να τηρούνται τα άρθρα του «Διεθνούς Κώδικα Εμπορίας και Διαφήμισης Υποκατάστατων Μητρικού Γάλακτος».

Ποια είναι η υγιεινή του μαστού και η τέχνη του θηλασμού

- Μια φορά την ημέρα μπάνιο καθαριότητας με σαπούνι, ενώ τις επόμενες φορές καθαρίζουμε τις θηλές μόνο με νερό πριν το θηλασμό.
- Ποτέ δε χρησιμοποιούμε αντισηπτικά ή οινόπνευμα για την καθαριότητα του στήθους. Ξηραίνουν το στήθος, αφαιρούν τη φυσική του λιπαρότητα και το προδιαθέτουν να κάνει ραγάδες.
- Τα χέρια να είναι πάντα σαπουνισμένα.
- Σωστή θέση του παιδιού στο στήθος της μητέρας με κατάλληλο κράτημα του στήθους και του μωρού, ώστε να μη θλάζει τη θηλή, αλλά τμήμα της θηλαίας άλω σε ίση απόσταση γύρω από τη βάση της θηλής.

Πότε πρέπει να ξεκινήσει ο θηλασμός; Όσο πιο γρήγορα αμέσως μετά τον τοκετό και όσο πιο συχνά θηλάζει το μωρό, τόσο γρηγορότερα έρχεται το πύαρ και στη συνέχεια το κανονικό γάλα.

Πόσο συχνά πρέπει να γίνεται; Θηλάζει το μωρό 8-12 φορές το 24ωρο (κατά μέσο όρο κάθε 2-3 ώρες) το πρώτο μήνα της ζωής του. Όσο πιο συχνά γίνεται ο θηλασμός, τόσο πιο γρήγορα εξοικειώνονται μητέρα και μωρό. Όσο περισσότερο θηλάζει το μωρό, τόσο περισσότερη ποσότητα γάλακτος θα έχει η μητέρα.

Πώς θα καταλάβετε ότι το μωρό σας τρώει κανονικά; Το μωρό θηλάζει 8-12 φορές το 24ωρο το πρώτο μήνα της ζωής και 5-10 φορές το 24ωρο τους επόμενους μήνες.

- Ακούτε το μωρό να καταπίνει την ώρα του θηλασμού.
- Το στήθος είναι μαλακό μετά το θηλασμό.
- Αλλάζετε τουλάχιστον 6 βρεγμένες πάνες μέσα στο 24ωρο και 2-5 λερωμένες πάνες (μετά την 3η με 4η μέρα γέννησης).
- Το μωρό κάθε βδομάδα πρέπει να παίρνει περίπου 175-200gr ή τουλάχιστον 750-900gr το πρώτο μήνα.
- Το βρέφος που θηλάζει πεινάει πιο συχνά από εκείνο που σιτίζεται με τεχνητό γάλα γιατί το μητρικό γάλα είναι πιο εύπεπτο και παραμένει στο στομάχι λιγότερο χρόνο από τ' άλλα γάλατα.

Ποιες είναι οι στάσεις θηλασμού

Η θέση της μητέρας που θηλάζει πρέπει να είναι αναπαυτική. Μπορεί να θηλάζει ξαπλωμένη, πολύ βολική στάση για την νύχτα και για γυναίκες που έχουν γεννήσει με καισαρική τομή. βά-

ζει ένα μαξιλάρι στην πλάτη της για να στηρίζεται σε πλάγια θέση και κρατώντας με το ένα χέρι το κεφαλάκι του μωρού και την πλάτη του (μπορεί να χρησιμοποιηθεί μαξιλάρι και στην πλάτη του μωρού) πλησιάζει στο στόμα του τη θηλή.

Μπορεί ακόμη να θηλάζει καθισμένη στηρίζοντας τα χέρια και την πλάτη της σε μαξιλάρια. Παίρνει το μωρό στην αγκαλιά, με τρόπο ώστε το κεφαλάκι του να ακουμπά στον αγκώνα του ενός χεριού της ή δοκιμάζει μ' ένα μαξιλάρι στα γόνατα να φέρει το μωρό στο ύψος του στήθους της. το μωρό πρέπει να είναι ξαπλωμένο στο πλάι, το πρόσωπό του ν' αντικρίζει το στήθος της μητέρας και η κοιλιά του την κοιλιά της. Με το άλλο χέρι δίνει το στήθος και βοηθάει το μωρό να βρει τη θηλή. Κρατά με τον αντίχειρα το πάνω μέρος του μαστού και με τα τέσσερα δάκτυλα κάτω και πλάγια στηρίζει το μαστό (δεξιό μαστό – αριστερό χέρι, και αριστερό μαστό δεξί χέρι). Φροντίζει πάντοτε να μην κλείνουν τα ρουθούνια του μωρού στην επαφή με τον μαστό της.

Εκτός από τις παραπάνω στάσεις θηλασμού έχουμε και την «πλευρική» στάση θηλασμού.

Η απομάκρυνση του μωρού από το στήθος γίνεται πάντα βάζοντας απαλά το δάκτυλό της ανάμεσα στα χείλη του και όχι τραβώντας το από το στήθος, γιατί αυτό θα τραυματίσει τις ευαίσθητες θηλές. Στην περίπτωση που η μητέρα έχει ευαίσθητες ή και πληγωμένες θηλές καθώς επίσης και όταν έχει πολύ γάλα, η συχνή εναλλαγή των στάσεων θηλασμού μπορεί να έχει ανακουφιστικά αποτελέσματα.

Πώς αντιμετωπίζονται διάφορες ειδικές καταστάσεις

• Όλες σχεδόν οι μητέρες (περίπου 95%) των γυναικών από φυσική άποψη είναι ικανές να θηλάσουν τα παιδιά τους ενώ ένα μικρό ποσοστό με ανωμαλία της θηλής ή υπερβολικά μεγάλο στήθος δυσκολεύεται στο θηλασμό.

• Ο έλεγχος των μαστών κατά τη διάρκεια της εγκυμοσύνης από το μαιευτήρα ή τη μαία βοηθάει στο να διαπιστώνονται οι ανατομικές του ανωμαλίες.

• Τόσο για τις επίπεδες όσο και για τις εισέχουσες θηλές η τοποθέτηση κατά το 3° τρίμηνο της κύησης στο μαστό ασπίδας θηλασμού είναι αποτελεσματική. Η τοποθέτηση μπορεί να συνεχισθεί και μετά τον τοκετό μεταξύ των

γευμάτων μέχρι η μητέρα να καταφέρει, αφού εκπαιδευτεί να θηλάσει σωστά γιατί στο σωστό θηλασμό το παιδί δεν θηλάζει από τη θηλή αλλά από τμήμα της θηλαίας άλω, σε ίση απόσταση πάνω και κάτω από τη βάση της θηλής.

• Τράβηγμα της θηλής προς τα έξω και στρίψιμο με το δείκτη και τον αντίχειρα για 2 -3 λεπτά, 2 -3 φορές την ημέρα, μπορεί να βοηθήσει, αλλά χρειάζεται προσοχή, πρέπει να γίνεται πάντα με σαπουνισμένα χέρια για τον κίνδυνο

Τι είναι οι τραυματισμένες θηλές;

• Ο τραυματισμός της θηλής είναι αποτέλεσμα της μη σωστής τοποθέτησης του παιδιού στο στήθος της μητέρας και όχι της διάρκειας του θηλασμού.

• Θεραπεία της τραυματισμένης θηλής δεν είναι διακοπή του θηλασμού και τοποθέτηση θεραπευτικών αλοιφών και αντισηπτικών αλλά

• Σωστή τοποθέτηση του παιδιού στο στήθος της μητέρας. Με τη σωστή τοποθέτηση δε θίγεται η τραυματισμένη θηλή, δε γίνεται καινούριο τραύμα και το ήδη υπάρχον επουλώνεται μόνο του. Επιπλέον ο μαστός αδειάζει κανονικά και έτσι αποφεύγονται όλες οι δυσάρεστες καταστάσεις, όπως η μαστίτιδα

• Στεγνή και καθαρή θηλή: Μετά το θηλασμό η θηλή πλένεται μόνο με νερό και στεγνώνει στον αέρα. Τα επιθέματα των θηλών που φορούν οι περισσότερες μητέρες κάτω από το στηθόδεσμο κρατούν υγρασία και καθυστε-

ρούν την επούλωση των τραυμάτων.

Υπερφόρτωση μαστού

• Δεν διακόπτεται ο θηλασμός, αντίθετα ο θηλασμός συνεχίζεται με προϋπόθεση τη σωστή τοποθέτηση του παιδιού στο στήθος της μητέρας

• Πριν από το θηλασμό ζεστό μπάνιο του μαστού ή μια υγρή ζεστή πετσέτα και ελαφρό μασάζ, από τη βάση του μαστού προς τη θηλή ώστε ν' αρχίσει να βγαίνει το γάλα, βοηθούν για να θηλάσει το μωρό καλύτερα και ν' αδειάσει το στήθος ευκολότερα.

• Αν, όταν το μωρό αφήσει το στήθος, αυτό εξακολουθεί να είναι βαρύ, το άδειασμα συνεχίζεται με τα χέρια ή το θήλαστρο αλλά τώρα το γάλα βγαίνει πολύ ευκολότερα.

Μαστίτιδα: Τραυματισμός της θηλής και υπερφόρτωση του μαστού μπορεί να προξενήσουν μαστίτιδα.

• Η περιοχή της φλεγμονής είναι κόκκινη, πρησμένη και πονάει.

• Η μητέρα έχει πυρετό και γενική κακουχία.

• Στη μητέρα συστήνεται ανάπαυση και χορηγούνται κατάλληλα παυσίπονα και αντιβιοτικά.

Απόστημα του μαστού: Μαστίτιδα χωρίς θεραπεία μπορεί να οδηγήσει σε απόστημα του μαστού. Τα συμπτώματα είναι τα ίδια με της μαστίτιδας αλλά πολύ εντονότερα. Χωρίς καθυστέρηση χρειάζεται ιατρική φροντίδα.

Καισαρική τομή

• Ο θηλασμός δεν καθυστερεί. Αρχίζει αμέσως μόλις η μητέρα αισθάνεται έτοιμη μετά την νάρκωση.

• Εξυπακούεται ότι χρειάζεται ιδιαίτερη φροντίδα και βοήθεια.

• Στην αρχή είναι ευκολότερο να θηλάζει ξαπλωμένη, γυρισμένη στο πλάι για να μη πιέζει το μωρό της το τραύμα.

Δίδυμα: Ο θηλασμός υπακούει στο νόμο Ζήτηση-προσφορά. Έτσι ο οργανισμός θα προσαρμοστεί σε μεγαλύερη προσφορά, λόγω της μεγαλύτερης ζήτησης.

Προωρότητα: Το γάλα των μητέρων που γεννούν πρόωρα παιδιά έχει υψηλότερη περιεκτικότητα πρωτεϊνών (20% περισσότερο), Νατρίου, Χλωρίου, Μαγνησίου, σιδήρου, Χαλκού, Ψευδαργύρου, αυξημένη ποσότητα λίπους και αυξημένη ποσότητα της sIgA ανοσοσφαιρίνης

Αντενδείξεις του Μητρικού Θηλασμού

• Λοιμώξεις της μητέρας όπως φυματίωση, AIDS, ηπατίτιδες (στην ηπατίτιδα Β χορήγηση εμβολίου και ειδικής ανοσοσφαιρίνης μέσα στις πρώτες 24 ώρες, θα επιτρέψουν τη μητέρα να θηλάσει), μελιταίος πυρετός, σηψαιμία, τυφοειδής πυρετός, δερματολογικές βλάβες του μαστού από τον ιό του έρπητα του απλού και του ζωστήρα.

• Σοβαρά χρόνια νοσήματα της μητέρας π.χ. νεφρίτιδα, εκλαμψία, κακοήθη νοσήματα, ηπατική, νεφρική, καρδιακή, αναπνευστική ανεπάρκεια, σοβαρές νευρώσεις και ψυχώσεις επιβάλλουν τη διακοπή του μητρικού θηλασμού.

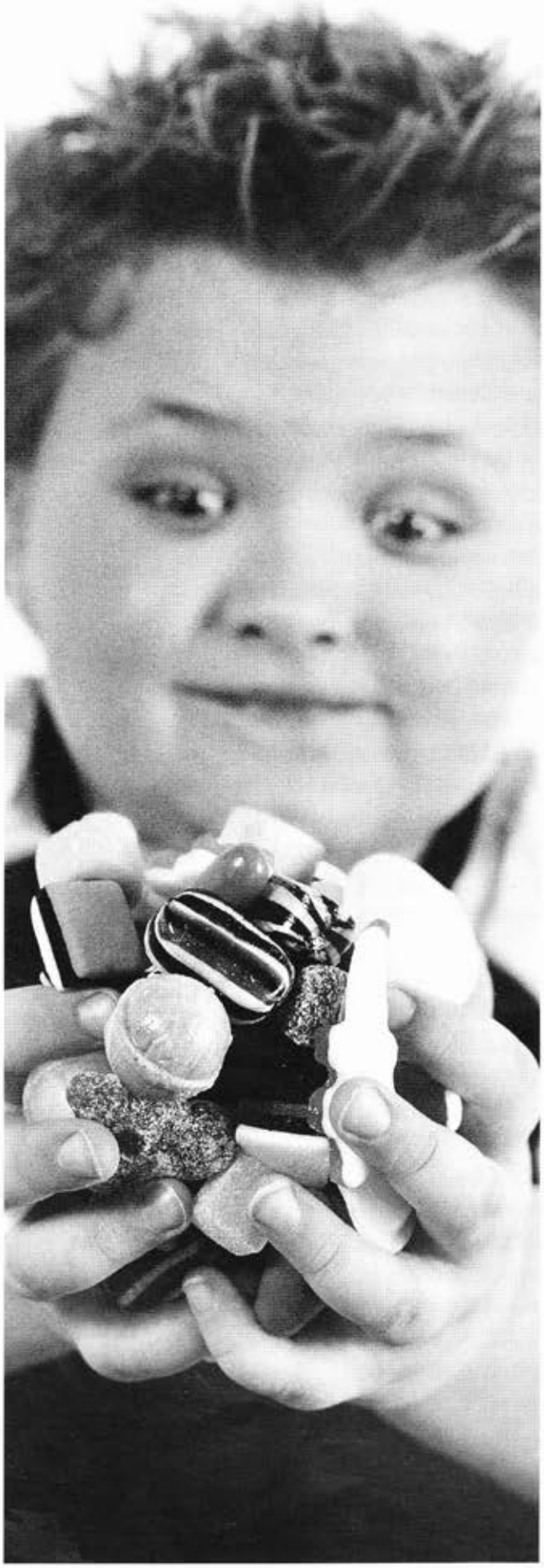
• Στα χρόνια νοσήματα π.χ. σακχαρώδης διαβήτης, υποθυρεοειδισμός συνεκτιμώνται η γενική κατάσταση της μητέρας και η λήψη φαρμάκων προκειμένου να ληφθεί απόφαση αν η μητέρα μπορεί να θηλάσει.

• Μεταβολικά νοσήματα του βρέφους π.χ. γαλακτοζαιμία, φαινυλοκετονουρία, επιβάλλουν τη σίτιση του βρέφους με γάλατα ειδικής σύνθεσης.

Πριν λίγα χρόνια στις μητέρες που γεννούσαν πρόωρα, κατά κανόνα γινόταν διακοπή της γαλουχίας. Σήμερα οι μητέρες ενθαρρύνονται ιδιαίτερα και βοηθούνται να διατηρήσουν την γαλουχία τους και την επάρκεια του γάλακτος τους μέχρι την ημέρα που τα παιδιά τους θα μπορέσουν να θηλάσουν από το στήθος τους. Εν τω μεταξύ βγάζουν το γάλα τους για να χορηγηθεί στο νεογέννητο με καθετήρα από το νοσηλευτικό προσωπικό, ή και από αυτές τις ίδιες όταν κρίνεται δυνατόν, διότι η συμμετοχή των μητέρων στην φροντίδα του πρόωρου παιδιού τους όπως άλλαγμα, κράτημα στην αγκαλιά, τάισμα, θήλασμα, βοηθά αυτές και τα παιδιά τους ψυχολογικά.

Τέλος θα πρέπει να τονίσουμε ότι ο Μητρικός Θηλασμός είναι το θεμέλιο της ψυχικής υγείας του παιδιού και σφυρηλατεί γερούς δεσμούς ανάμεσα στη μητέρα και το παιδί.

Την ώρα που το παιδί θηλάζει εκτός από τις πολύτιμες ουσίες που παίρνει για τη θρέψη του, δέχεται και πάρα πολλά ερεθίσματα. Έρχεται σε στενή επαφή με το δέρμα και τη ζεστασιά της μητέρας του, μυρίζει το μαστό της και τον χαϊδεύει, ακούει τους κτύπους της καρδιάς της, την κοιτάζει κατάματα. Αλλά και η μητέρα που θηλάζει αισθάνεται ολοκληρωμένη σα γυναίκα, που βοηθάει το παιδί της να μεγαλώσει σωστά. ■



ΑΞΙΟΛΟΓΗΣΗ ΠΑΧΥΣΑΡΚΙΑΣ ΣΤΟΝ ΠΑΙΔΙΚΟ ΠΛΗΘΥΣΜΟ ΤΗΣ ΝΑΟΥΣΑΣ

γράφουν οι

Μ. ΣΕΪΖΗ, Ι. ΝΤΟΤΗΣ,
Δ. ΚΟΝΤΟΒΟΣ, Ι. ΤΣΙΟΥΡΗΣ
Παιδιατρική Κλινική Γ. Ν. Νάουσας
Γ΄ Παιδιατρική Α.Π.Θ.
Ιπποκράτειο Νοσοκομείο Θεσσαλονίκης

Η παιδική παχυσαρκία αποτελεί μια χρόνια νοσογόνο κατάσταση, που απαιτεί την εγρήγορση των παιδιάτρων για τη πρόληψη και αντιμετώπισή της. ο σκοπός της παρούσας μελέτης ήταν η ανίχνευση του ποσοστού της παχυσαρκίας σε παιδιά 7 – 12 ετών της περιοχής της Νάουσας και η συσχέτισή του με συγκεκριμένες διατροφικές συνήθειες. Στα 1.063 παιδιά (410 αγόρια, 653 κορίτσια) που μελετήθηκαν, πραγματοποιήθηκαν μετρήσεις του ύψους και του βάρους τους και τα παιδιά συμπλήρωσαν ανώνυμα ερωτηματολόγια σχετικά με τις διατροφικές τους συνήθειες. Με βάση τον Δείκτη Μάζας Ασώματος (Δ.Μ.Σ.), τα παιδιά ταξινομήθηκαν σε φυσιολογικά (<85η ΕΘ), υπέρβαρα (85η – 95η ΕΘ) και παχύσαρκα (>95η ΕΘ) για την ηλικία και το φύλο τους. Στο σύνολο των παιδιών το 65,4% των αγοριών και το 66,6% των κοριτσιών είχαν φυσιολογικό Δ.Μ.Σ. (p=ns). Υπέρβαρα ήταν το 24,4% των αγοριών και το 27% των κοριτσιών (p=ns), ενώ παχύσαρκα το 10,2% και 6,4% (p=0,027) αντίστοιχα. Συνολικά, διαπιστώθηκαν εντυπωσιακά υψηλά ποσοστά υπερβάλλοντος βάρους (33,9%) και για τα δύο φύλα. Η εμφάνιση παχυσαρκίας

συσχετίστηκε με την υπερκατανάλωση γλυκών και σοκολάτας και την ελαττωμένη λήψη άσπρου κρέατος και ψαριού. Η πρόληψη της παχυσαρκίας θα στηριχτεί στην εφαρμογή της Μεσογειακής δίαιτας με χαμηλές θερμίδες και κυρίως στην αύξηση της σωματικής άσκησης.

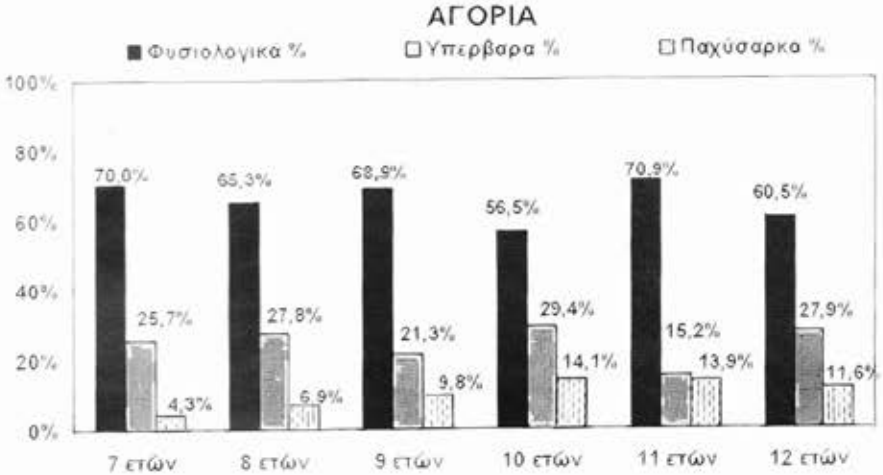
ΕΙΣΑΓΩΓΗ

Η παιδική παχυσαρκία αποτελεί σημαντικό πρόβλημα στις αναπτυγμένες και υπό ανάπτυξη χώρες και χαρακτηριστικά αναφέρεται ως η πανδημία της χιλιετίας, που οδηγεί σε αύξηση των χρόνιων νόσων, που συνδέονται με αυτή. Η αύξηση της παιδικής παχυσαρκίας, που παρατηρείται στη χώρα μας, μπορεί να χαρακτηριστεί ως «βραδυφλεγής βόμβα», ειδικά αν ληφθεί υπόψη ότι ο μισός ελληνικός πληθυσμός 25-35 ετών είναι υπέρβαρος.

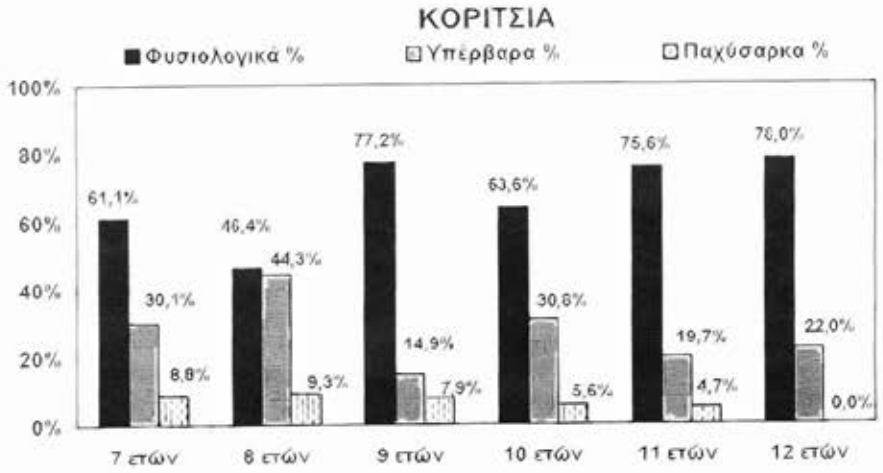
Τα αίτια της παιδικής παχυσαρκίας είναι πολλά: γενετική προδιάθεση, παχύσαρκες κατά τη διάρκεια της εγκυμοσύνης μητέρες, υπερβολική σίτιση κατά τη βρεφική και παιδική ηλικία, υπερβολική λήψη τροφών με χαμηλή θρεπτική αξία και υψηλή θερμιδική αξία, ακατάστατοι χρόνοι γευμάτων, έλλειψη άσκησης, αυξημένο άγχος και αρκετά ακόμα αίτια. Η παχυσαρκία αποτελεί ανεξάρτητο προδιαθεσικό παράγοντα εκδήλωσης νοσημάτων στην ώριμη ηλικία, αλλά και ταυτόχρονα αποτελεί νόσο με πολλαπλές σωματικές, κοινωνικές και ψυχικές επιπτώσεις. Η πρώιμη ανίχνευση της παιδικής παχυσαρκίας, σε συνδυασμό με παρεμβάσεις στον τροποποιήσιμο αυτόν παράγοντα κινδύνου θα συμβάλει ουσιαστικά στην πρόληψη νοσημάτων της ενήλικης ζωής, όπως η στεφανιαία νόσος, η αρτηριακή υπέρταση, το ισχαιμικό εγκεφαλικό επεισόδιο, ο σακχαρώδης διαβήτης τύπου 2, το σύνδρομο άπνοιας στον ύπνο και άλλων.

Η εκτίμηση της παχυσαρκίας, τόσο σε επιδημιολογικές μελέτες, όσο και στην καθημερινή κλινική πράξη, στηρίζεται ευρέως στο Δείκτη Μάζας Σώματος (ΔΜΣ), τόσο σε ενήλικες όσο και σε παιδιά.

Σκοπός της παρούσας εργασίας ήταν η ανίχνευση του ποσοστού της παχυσαρκίας σε παιδιά ηλικίας από 7 μέχρι 12 ετών της περιοχής της Νάουσας και η συσχέτισή της με συγκεκριμένες διατροφικές συνήθειες καθώς και με την παχυσαρκία των γονιών τους.



Εικόνα 1α. Σχηματική απεικόνιση του ΔΜΣ των αγοριών με βάση την ηλικία τους



Εικόνα 1β. Σχηματική απεικόνιση του ΔΜΣ των κοριτσιών με βάση την ηλικία τους

ΥΛΙΚΟ - ΜΕΘΟΔΟΙ

Κατά το χρονικό διάστημα Οκτώβριος 2003 μέχρι και Δεκέμβριος 2003 στην περιοχή της Νάουσας, πραγματοποιήθηκαν μετρήσεις του ύψους και του βάρους σε 1.063 παιδιά δημοτικών σχολείων ηλικίας 7 μέχρι 12 ετών (410 αγόρια, 653 κορίτσια) και συμπληρώθηκαν από αυτά ειδικά ανώνυμα ερωτηματολόγια σχετικά με τις διατροφικές τους συνήθειες και τα σωματομετρικά χαρακτηριστικά των γονιών τους. Οι μετρήσεις του ύψους και του βάρους έγιναν από 2 γιατρούς (Παιδίατρος και Γενικός Γιατρός) παρουσία των δασκάλων των παιδιών. Για τον προσδιορισμό του βάρους σε Kg χρησιμοποιήθηκαν δυο ζυγοί και γίνονταν δυο μετρήσεις στο κάθε παιδί και έβγαινε το μέσο όρο από τις δυο ζυγίσεις. Για τον προσδιορισμό του ύψους σε cm τα παιδιά ήταν ανυπόδητα και χρησιμοποιήθηκε μέτρο-μεζούρα. Ακολούθησε ο προσδιορισμός του Δ.Μ.Σ., που αποτελεί αξιόπιστο δείκτη του επιπολασμού της παχυσαρκίας σε ένα πλη-

θυσμό και μεταβάλλεται ανάλογα με την ηλικία και το φύλο. Ο προσδιορισμός έγινε μέσω του τύπου Δ.Μ.Σ. = βάρος σώματος / (ύψος σώματος)2 [Kg/m^2] και τα παιδιά ταξινομήθηκαν σε φυσιολογικά (<85η ΕΘ), υπέρβαρα (85η - 95η ΕΘ) και παχύσαρκα (>95η ΕΘ) για την ηλικία και το φύλο τους με βάση ειδικούς πίνακες. Επίσης προσδιορίστηκε ο Δ.Μ.Σ. των γονιών τους και θεωρήθηκε ότι ο Δ.Μ.Σ. μεταξύ 18,5-24,9 Kg/m^2 αντιστοιχούσε σε φυσιολογικό, μεταξύ 25-29,9 Kg/m^2 σε σωματικά υπέρβαρο και >30 Kg/m^2 σε παχύσαρκο γονιό (30-34,9 Kg/m^2, 35-39,9 Kg/m^2 και>40 Kg/m^2 αντιστοιχούν σε παχυσαρκία τύπου I, τύπου II και τύπου III, αντίστοιχα).

Στη συνέχεια, έγινε στατιστική ανάλυση των ευρημάτων των Δ.Μ.Σ. και των απαντήσεων του ερωτηματολογίου με χρήση του προγράμματος Excell για την καταγραφή των δεδομένων και τη χρήση του στατιστικού προγράμματος Graph Pad InStat (Graph Pad, San Diego, CA) για την επεξεργασία τους. Στατιστικά σημαντικό αποτέλεσμα αντιστοιχεί σε p<0,05, ενώ το μη στατιστικά σημαντικό αποτέλεσμα καταγράφεται ως p=ns

Ταξινόμηση του συνόλου των παιδιών με βάση το ΔΜΣ, την ηλικία και το φύλο, καθώς και συνολική ταξινόμηση με βάση το ΔΜΣ και το φύλο

Ηλικία (έτη)	7		8		9		10		11		12		7-12	
Φύλο	Α %	Κ %	Α %	Κ %	Α %	Κ %	Α %	Κ %	Α %	Κ %	Α %	Κ %	Α %	Κ %
Φυσιολογικά	70	61,1	65,3	46,4	68,9	77,2	56,5	63,6	70,9	75,6	60,5	78	65,4	66,6
Υπέρβαρα	25,7	30,1	27,8	44,3	21,3	14,9	29,4	30,8	15,2	19,7	27,9	22	24,4	27
Παχύσαρκα	4,3	8,8	6,9	9,3	9,8	7,9	14,1	5,6	13,9	4,7	11,6		10,2	6,4

Α = αγόρια
Κ = κορίτσια

Συσχέτιση της παιδικής παχυσαρκίας με την παχυσαρκία των γονιών τους. (Συσχετίζονται οι παχύσαρκοι γονείς με τα φυσιολογικά, υπέρβαρα και παχύσαρκα παιδιά τους.)

	ΜΗΤΕΡΑ			ΠΑΤΕΡΑΣ		
	Φυσιολογική %	Υπέρβαρη %	Παχύσαρκη %	Φυσιολογικός %	Υπέρβαρος %	Παχύσαρκος %
Φυσιολογικοί μαθητές	66	29	5	40	46	14
Υπέρβαροι μαθητές	53	33	14	30	57	13
Παχύσαρκοι μαθητές	41	29	30*	21	51	28**

* p<0,001
** p<0,01

ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΑ

Από την εκτίμηση των σωματομετρικών παραμέτρων των παιδιών μέσω του Δ.Μ.Σ. διαπιστώθηκαν εντυπωσιακά υψηλά ποσοστά υπερβάλλοντος βάρους (33,9%) και για τα δυο φύλα. Η ομάδα που εμφάνισε τους υψηλότερους του φυσιολογικού Δ.Μ.Σ. ήταν τα κορίτσια 8 ετών (53,6%) σε αντιδιαστολή με τα κορίτσια 12 ετών (22%, p<0,01).

Στα αγόρια υψηλότεροι Δ.Μ.Σ. εμφανίστηκαν στην ηλικία των 10 ετών (43,5%) σε αντιδιαστολή με τα αγόρια των 11 ετών (29,1%, p=0,07). Στο σύνολο των παιδιών το 65,4% των αγοριών και το 66,6% των κοριτσιών (p=ns) είχαν φυσιολογικό Δ.Μ.Σ.. Υπέρβαροι Δ.Μ.Σ. βρέθηκαν στο 24,4% των αγοριών και στο 27% των κοριτσιών (p=ns), ενώ παχύσαρκοι στο 10,2% και 6,4% (p=0,027), των αγοριών και των κοριτσιών αντίστοιχα. (βλ. πίνακες προηγούμενης σελίδας)

Με βάση τη διερεύνηση της σχέσης μεταξύ παχυσαρκίας των γονιών και των παιδιών τους διαπιστώθηκε άμεση συσχέτιση. Ειδικότερα οι παχύσαρκοι γονείς έχουν μεγαλύτερη πιθανότητα να έχουν παχύσαρκα παιδιά συγκριτικά με τους υπέρβαρους και τους φυσιολογικούς γονείς όσον αφορά το Δ.Μ.Σ. τους. Υπάρχει επομένως πιθανότατα κληρονομική προδιάθεση και επιπλέον οι παχύσαρκοι γονείς μεταφέρουν τις ίδιες διατροφικές συνήθειες στα παιδιά τους.

Όσον αφορά τις διατροφικές τους συνήθειες τα παιδιά στο σύνολο τους έτρωγαν φορές ανά εβδομάδα όσπρια και λαχανικά σε ποσοστό 45,7%, κόκκινο κρέας σε ποσοστό 45,4%, άσπρο κρέας 30,6% και ψάρι 23,3% (p<0,01). Το 84,9% των παιδιών έτρωγαν γλυκά και σοκολάτες 2 φορές / εβδομάδα και το 17,2% καθημερινά (πίνακας 3). Επίσης 2 φορές / εβδομάδα το 62,7% έπινε αναψυκτικά, το 47,8% των παιδιών έτρωγαν snacks (πατατάκια, γαριδάκια) και το 31,8% πρόχειρα φαγητά από τοχυφαγεία. Καθημερινά ελάμβανε πρωινό το 73,8% των παιδιών, ενώ το 79,6% από αυτά το έτρωγε στο σπίτι του.

Σε ένα μικρό τμήμα του ερωτηματολογίου υπήρχε αναφορά στον ελεύθερο χρόνο των παιδιών. Βρέθηκε πως οι μικρότερες ηλικίες (7-9 ετών) εμφάνισαν περισσότερες ώρες ελεύθερου χρόνου (3 ωρών ημερησίως) συγκριτικά με τις μεγαλύτερες ηλικίες (10-12 ετών). Σε όλες τις ηλικίες ανεξαρτήτως φύλου το

παιχνίδι στην ύπαιθρο αποτέλεσε την πρώτη προτίμηση των παιδιών (31,3%, p<0,001), με μέσο όρο ενασχόλησης τις 2,4±0,7 ώρες / ημέρα, ακολουθούμενη από την παρακολούθηση τηλεόρασης (23,7%), την άθληση (18,9%), το διάβασμα (14,1%) και τα ηλεκτρονικά παιγνίδια (12,2%).

ΣΥΖΗΤΗΣΗ

Η παχυσαρκία στη χώρα μας εξελίσσεται σε μείζον εθνικό και κοινωνικό πρόβλημα, η οποία αρχίζει να χτυπά τον ελληνικό πληθυσμό κυριολεκτικά από την κούνια. Την περασμένη δεκαετία οι Ελληνόπαιδες ξεπέρασαν σε βάρος τα παιδιά των Η ΠΑ, τα οποία επί σειρά ετών ήταν τα πλέον παχύσαρκα παιδιά του πλανήτη. Σε πιο πρόσφατες μελέτες, βέβαια, διαφαίνεται στον Ευρωπαϊκό χώρο, ότι τα παιδιά από την Ελλάδα, όσον αφορά το ποσοστό της παχυσαρκίας τους, ακολουθούν κατά σειρά τα παιδιά από την Ιταλία, τη Μάλτα και την Ισπανία και εμφανίζουν διαφορές σε σχέση με προηγούμενες δεκαετίες. Είναι επείγουσα ανάγκη να συνειδητοποιήσουμε όλοι, παιδίατροι, γονείς, δάσκαλοι, ότι η πανδημία παχυσαρκίας, που έχει ενσκήψει στη χώρα, θα πρέπει να αντιμετωπιστεί άμεσα.

Το ποσοστό των παιδιών της μελέτης μας με αυξημένο βάρος είναι υψηλό και συμπίπτει με αντίστοιχες μελέτες στον ελληνικό χώρο. Επιπλέον, οι δείκτες παχυσαρκίας (Δ.Μ.Σ., λόγος περιφέρειας μέσης / περιφέρειας ισχίου, δερματικές πτυχές), αυξήθηκαν κατά τη δεκαετία του 1990 σε παιδιά ηλικίας 6-12 ετών στην Ελλάδα και ειδικότερα στην Κρήτη. Συγκρινόμενοι μάλιστα με τα παιδιά των Η.Π.Α. είναι στατιστικώς σημαντικά πιο αυξημένοι στην Κρήτη. Ομοίως σε άλλες περιοχές της Ελλάδας, είτε σε αστικά είτε σε αγροτικά κέντρα, αναφέρθηκαν υψηλά ποσοστά παχυσαρκίας σε παιδιά ηλικίας 6-13 ετών.

Η αύξηση της παιδικής παχυσαρκίας στην πράξη σημαίνει ότι μεγάλο μέρος του σημερινού ελληνικού πληθυσμού και της επόμενης γενιάς κινδυνεύει να αναπτύξει, ώσπου να γίνει 50 ετών, το μεταβολικό σύνδρομο Χ16 ή αλλιώς σύνδρομο του σπλαχνικού λίπους. Με τον όρο αυτό περιγράφεται το σύνδρομο, που χαρακτηρίζεται από παχυσαρκία, αντίσταση στην ινσουλίνη, δυσανοχή στους υδατάνθρακες, σακχαρώδη διαβήτη τύπου 2, υπέρταση, δυσλιπιδαιμία, υπερπηκτικότητα του αίματος καθώς και παρουσία παραγόντων φλεγμονής σε αυτό. Όλα τα παραπάνω αποτελούν παράγοντες κινδύνου για καρδιοπάθειες και εγκεφαλικά επεισόδια, ευθυνόμενα κατά μεγάλο ποσοστό για τη νοσηρότητα και τη θνητότητα, που παρατηρούνται στον πληθυσμό.

Οι διατροφικές συνήθειες των παιδιών της Νάουσας

Είδος τροφής	Ποσοστό* %
Γλυκά	84,9
Αναψυκτικά	62,7
Snack	47,8
Όσπρια / λαχανικά	45,7
Κόκκινο κρέας	45,4
Έτοιμο φαγητό από ταχυφαγεία	31,8
Άσπρο κρέας	30,6
Ψάρι	23,3

* Το ποσοστό αφορά την κατανάλωση συγκεκριμένου είδους τροφής >2 φορές / εβδομάδα.

Τα υπέρβαρα και παχύσαρκα παιδιά έχουν αυξηθεί δραματικά, με τα κορίτσια να κρατούν τα σκήπτρα, σε αυτή την αρνητική εξέλιξη. Βέβαια, καθίσταται γενικώς αποδεκτό, ότι τα αγόρια είναι περισσότερο δραστήρια, όσον αφορά τις φυσικές δραστηριότητες από τα κορίτσια, με κορύφωση στις ηλικίες των 11-13 ετών και αυτό συντελεί, ως ένα βαθμό, στο να είναι παχύσαρκα σε μικρότερο ποσοστό. Σε άλλες μελέτες, βέβαια, στον ελληνικό χώρο, έχει βρεθεί πως η παχυσαρκία αυξάνεται στις τελευταίες δεκαετίες ειδικά στα αγόρια. Επιπλέον, οι περισσότερες μελέτες δείχνουν, ότι στη μετά την εφηβεία ζωή τα κορίτσια είναι λιγότερο παχύσαρκα από τα αγόρια. Στην παρούσα μελέτη τα ποσοστά εμφανίζονται μοιρασμένα με μικρή υπεροχή των αγοριών στο ηλικιακό όριο των 10-12 ετών και μικρή υπεροχή των κοριτσιών μεταξύ 7-9 ετών.

Ο ρόλος των ορμονών και των νευροδιαβιβαστών, που έχουν σχέση με την παχυσαρκία στον άνθρωπο, παραμένει όχι πλήρως διερευνημένος. Η ανακάλυψη μιας ορμόνης των λιποκυττάρων, της λεπτίνης, έδωσε κάποιες εξηγήσεις. Διαπιστώθηκε πως στην περίπτωση αύξησης του λίπους του σώματος διεγείρεται η παραγωγή της, ώστε να μεταφέρει στον εγκέφαλο την πληροφορία της αύξησης του λίπους, με επακόλουθο τη μείωση της όρεξης και την αύξηση του μεταβολισμού. Στην παχυσαρκία πιθανολογείται ότι υπάρχει αντίσταση στη δράση της λεπτίνης, γεγονός που υποδεικνύει πως ενεργεί περισσότερο ως «αγγελιοφόρος» παρά ως ρυθμιστής του λιπώδους ιστού.

Υπάρχει συσχέτιση της παιδικής παχυσαρκίας με την παχυσαρκία των γονιών, δηλαδή κληρονομικότητα. Έχει παρατηρηθεί ότι όταν και οι δυο γονείς είναι παχύσαρκοι, στο 80% των περιπτώσεων το παιδί θα είναι επίσης παχύσαρκο. Όταν μόνο ο ένας γονιός είναι παχύσαρκος, το παιδί θα είναι και αυτό παχύσαρκο στο 40% των περιπτώσεων. Απεναντίας, όταν και οι δυο γονείς έχουν φυσιολογικό βάρος το παιδί γίνεται παχύσαρκο μόνο στο 7% των περιπτώσεων. Παρά τις εκτεταμένες έρευνες δεν είναι ακόμη γνωστό σε ποιο ποσοστό ευθύνεται η κληρονομικότητα και σε ποιο ο τρόπος ζωής. Αυτό συμβαίνει γιατί οι γονείς δίνουν στο παιδί τα γονίδιά τους, αλλά και το ανατρέφουν με τις δικές τους συνήθειες.

Τα παχύσαρκα παιδιά είναι -σε σχέση με τα υπόλοιπα- λιγότερο κινητικά, τρώνε περισσότερα λιπαρά και λιγότερους υδατάνθρακες, λιγότερο ή καθόλου πρόγευμα, ενώ αντίθετα απολαμβάνουν ένα πιο πλούσιο δείπνο. Θα πρέπει λοιπόν να ανιχνεύσουμε σε ποια σημεία χωλαίνει ο τρόπος ζωής του σύγχρονου παιδιού και να ξεχωρίσουμε, σημαντικά σημεία:

1. Μεγάλο ποσοστό των παιδιών δεν τρώει σχεδόν ποτέ μαζί με τους γονείς του και περνάει πολλές ώρες μόνο του στο σπίτι. Έτσι, συχνά το φαγητό που τρώνε δεν ελέγχεται όσο πρέπει από τους γονείς ως προς την ποσότητα και την ποιότητά του.

2. Το «σπιτικό» φαγητό αποτελεί για πολλές οικογένειες πολυτέλεια. Η μητέρα είναι πολυάσχολη και η εύκολη λύση του έτοιμου φαγητού γίνεται όλο και περισσότερο συνήθεια για τη σύγχρονη ελληνική οικογένεια.

3. Τα παιδιά τρώνε σε ταχυφαγεία σε ποσοστό 31,8% τουλάχιστον 2 φορές την εβδομάδα σύμφωνα με τη μελέτη μας. Αν αναλογιστούμε την υψηλή θερμιδική αξία των τροφών που προσφέρονται σε αυτά, θα καταλάβουμε γιατί παχαίνουν και γιατί αναζητούν όλο και λιγότερο το σπιτικό φαγητό. Ιδιαίτερα, τα αναψυκτικά έχουν ενοχοποιηθεί και συσχετισθεί με την αύξηση της παιδικής παχυσαρκίας.

4. Η διατροφή στα σχολικά κυλικεία είναι συχνά ακατάλληλη, παρόλο που υπάρχει πλέον ειδική εντολή από την πολιτεία να πωλούνται και φρούτα. Το 84,9% των παιδιών έτρωγαν γλυκά και σοκολάτες >2 φορές / εβδομάδα και το 17,2% καθημερινά. Επίσης >2 φορές / εβδομάδα το 47,8% των παιδιών έτρωγαν snacks (πατατάκια, γαριδάκια), που συνήθως προμηθεύονταν από τα κυλικεία.

5. Η αδυναμία των γονιών να ετοιμάσουν ένα υγιεινό και ισορροπημένο πρωινό στα παιδιά τους, τους οδηγεί στην εύκολη λύση του «χαρτζιλικιού». Σύμφωνα με το ΙΝ.ΚΑ., το 85% των παιδιών απολαμβάνει ένα υπερβολικό ποσό ως «χαρτζιλίκι», το οποίο καταναλώνει σε άχρηστα και συχνά επικίνδυνα τρόφιμα.

6. Η παρακολούθηση τηλεόρασης, εις βάρος της φυσικής δραστηριότητας, που εκφράζεται με το παιχνίδι, αποτελεί ένα διαρκώς αυξανόμενο πρόβλημα. Η στατική παρακολούθηση της τηλεόρασης, για μεγάλο χρονικό διάστημα καθημερινά, αποτελεί προδιαθεσικό παράγοντα για την εμφάνιση παιδικής παχυσαρκίας.

Η λύση στο πρόβλημα της παχυσαρκίας τόσο για τα παιδιά όσο και για τους ενήλικες είναι σύνθετη και δύσκολη. Είναι ένα πρόβλημα που για να λυθεί απαιτεί τη σύγχρονη δράση της πολιτείας, του σχολείου, των γονιών και των παιδιάτρων. Το κλειδί για την αντιμετώπισή του αποδεικνύεται ότι αποτελεί η επιμόρφωση των εμπλεκομένων για τους κινδύνους, που ελλοχεύουν όταν ένα παιδί είναι παχύσαρκο. Οι γονείς θα πρέπει να ενδιαφερθούν για την ποιότητα και την ποσότητα της τροφής που προσλαμβάνουν τα παιδιά τους στο σπίτι, αλλά και στο σχολείο. Επιβάλλεται από μικρή ηλικία να τα εκπαιδεύσουν σε όλες τις γεύσεις και όλα τα τρόφιμα, ώστε να είναι αποδεκτά από αυτά, όταν το φαγητό γίνει συνειδητή και αυτόνομη διαδικασία. Το μαγειρεμένο φαγητό με τη σαλάτα θα πρέπει να υπάρχει καθημερινά στο τραπέζι και η λύση του έτοιμου φαγητού θα πρέπει να περιορίζεται σε ελάχιστες ειδικές ημέρες, όταν οι υποχρεώσεις δεν αφήνουν χρονικά περιθώρια για μαγειρική παρασκευή. Ακόμη, θα πρέπει να ενδιαφέρονται για την ποιότητα της τροφής των παιδιών τους στο σχολείο ή στις εξόδους τους, ώστε τα ίδια να αποφεύγουν την εύκολη επιλογή του ταχυφαγείου και της υποκατάστασης του σπιτικού φαγητού, από υψηλής θερμιδικής αξίας τρόφιμα, που είναι ιδιαιτέρως παχυντικά. Θα πρέπει οι γονείς να μάθουν στα παιδιά τους να τρώνε σαλάτες και φρούτα, να προτιμούν τους φυσικούς χυμούς από τα αναψυκτικά και να τρώνε εξίσου τα όσπρια με το κρέας. Ακόμη, θα πρέπει να αποφεύγουμε την επιβράβευση του παιδιού για τις σχολικές του επιδόσεις

με την προσφορά σοκολάτας ή με την έξοδο σε κάποιο ταχυφαγείο.

Επειδή η παχυσαρκία δεν είναι μόνο αποτέλεσμα της κακής διατροφής, αλλά και της περιορισμένης άσκησης, παιδίατροι, γονείς και δάσκαλοι θα πρέπει να ωθήσουν τα παιδιά να γίνουν πιο δραστήρια Αν και ο ελεύθερος χρόνος των παιδιών γίνεται όλο και λιγότερος, είναι σίγουρο ότι μπορούν να ασχοληθούν με κάποια ήπιας μορφής άσκηση. Ο περιορισμός του ελεύθερου χρόνου με την πάροδο της ηλικίας αποτελεί γεγονός και είναι αποτέλεσμα των αυξημένων απαιτήσεων από το σχολείο και από τις εξωσχολικές ενασχολήσεις (ξένες γλώσσες, εκμάθηση χρήσης ηλεκτρονικών υπολογιστών). Η προτίμηση των παιδιών της Νάουσας για το παιχνίδι στην ύπαιθρο αποτελεί ευχάριστη έκπληξη και τονίζει την ανάγκη των παιδιών για επαφή με τη φύση και για ελεύθερο παιχνίδι. Παρόλα αυτά όμως η άσκηση μέσω του παιχνιδιού δείχνει να είναι περιορισμένη εμπρός στην αυξανόμενη επίπτωση της παχυσαρκίας.

Προτεινόμενη λύση εναντίον της παχυσαρκίας αποτελεί η φυσική δραστηριότητα και ειδικότερα η σωστή άσκηση, η οποία όμως να συνοδεύεται από μια σωστά μελετημένη μεσογειακή διατροφή με χαμηλές θερμίδες, πλούσια σε φρούτα, λαχανικά, ελαιόλαδο και ψάρι. Η σωστή άσκηση είναι σε θέση να επιδράσει θετικά στο σωματικό βάρος του παιδιού, να βελτιώσει την υγεία και ενδεχόμενα την ψυχοσύνθεση του ατόμου σε περίπτωση, που έχει επηρεαστεί αρνητικά από την παχυσαρκία.

Μεγάλο μερίδιο ευθύνης έχει όμως και η πολιτεία, η οποία επιβάλλεται να ασκεί έλεγχο στα κυλικεία των σχολείων, να εφαρμόζει ειδικά μαθήματα, που θα αφορούν θέματα διατροφής και να περιορίζει τη διαφημιστική καμπάνια των αλυσίδων έτοιμου φαγητού-ταχυφαγείων καθώς και των επιβαρυντικών snack ειδικά σε ώρα τηλεθέασης παιδικής ζώνης. Τα παραπάνω αποτελούν μέτρα, που θα συμβάλουν ουσιαστικά στη μείωση της παιδικής παχυσαρκίας.

Δεν θα πρέπει να ξεχνούμε ότι το 40% των παχύσαρκων παιδιών στην ηλικία των 7 ετών και το 70% των παχύσαρκων εφήβων γίνονται παχύσαρκοι ενήλικες κάτι που αναδεικνύει το γεγονός, ότι θα πρέπει να αντιμετωπίσουμε τη μάστιγα αυτή έγκαιρα και δυναμικά. Τα παιδιά και οι γονείς πρέπει να συνειδητοποιήσουν, ότι σταθερή απώλεια βάρους ακόμα και 5-10% συνεπάγεται τη μείωση των λιπιδίων, της αρτηριακής πίεσης και των επιπέδων γλυκόζης του αίματος. Η διατήρηση του βάρους για το αναπτυσσόμενο παιδί πρέπει να αποτελεί ένα ρεαλιστικό στόχο και να είναι στο επίκεντρο των γονιών αν θέλουν να εξασφαλίσουν μια σωστή σωματική και πνευματική ανάπτυξη στα παιδιά τους. ■

** ΚΛΙΝΙΚΟ - ΕΡΕΥΝΗΤΙΚΗ ΕΡΓΑΣΙΑ η οποία δημοσιεύθηκε στα «Νέα ΠΑΙΔΙΑΤΡΙΚΑ ΧΡΟΝΙΚΑ» στο τεύχος Απριλίου-Ιουνίου 2005 (τόμος 5ος-τεύχος 2ο) με τίτλο «ΠΑΙΔΙΚΗ ΠΑΧΥΣΑΡΚΙΑ: ΑΞΙΟΛΟΓΗΣΗ ΤΩΝ ΤΙΜΩΝ ΤΟΥ ΔΕΙΚΤΗ ΜΑΖΑΣ ΣΩΜΑΤΟΣ ΚΑΙ ΤΗΣ ΔΙΑΤΡΟΦΗΣ ΠΑΙΔΙΩΝ ΤΗΣ ΝΑΟΥΣΑΣ»*

Επίσης η εργασία αυτή ανακοινώθηκε με τους κατωτέρω τίτλους στα αντίστοιχα συνέδρια που είναι τα εξής:

- ΑΞΙΟΛΟΓΗΣΗ ΤΩΝ ΤΙΜΩΝ ΤΟΥ ΔΕΙΚΤΗ ΜΑΖΑΣ ΣΩΜΑΤΟΣ ΚΑΙ ΤΗΣ ΔΙΑΤΡΟΦΗΣ ΤΩΝ ΠΑΙΔΙΩΝ ΤΗΣ ΝΑΟΥΣΑΣ. (Ανακοινώθηκε στο 42ο Πανελλήνιο Παιδιατρικό Συνέδριο: Κρήτη 28-30 Μαΐου 2004)

- ΑΞΙΟΛΟΓΗΣΗ ΤΟΥ ΕΛΕΥΘΕΡΟΥ ΧΡΟΝΟΥ ΤΩΝ ΠΑΙΔΙΩΝ ΤΗΣ ΝΑΟΥΣΑΣ (Ανακοινώθηκε στο 19ο Βορειοελλαδικό Ιατρικό Συνέδριο Θεσσαλονίκης 13-15 Μαΐου 2004.

- ΠΑΧΥΣΑΡΚΙΑ ΚΑΙ ΚΛΗΡΟΝΟΜΙΚΟΤΗΤΑ (Επίσης στο 19ο Βορειοελλαδικό Ιατρικό Συνέδριο)

- ΔΙΑΤΡΟΦΗ ΚΑΙ ΠΑΙΔΙΚΗ ΠΑΧΥΣΑΡΚΙΑ (Στο ίδιο συνέδριο)

ΛΑΝΑΡΑΣ - ΝΑΟΥΣΑ

Γράφει ο Νικόλαος Ίτσκος

Λαναράς» είναι ένα από τα εξέχοντα ονόματα που συμβάδισαν με την Νάουσά μας στην συγκλονιστική πορεία της κατά τον τελευταίο ενάμιση περίπου αιώνα. Για την οικογένεια Λαναρά και το έργο της πολλοί και πολλά έχουν γράψει, αξιόλογα και χρήσιμα ποιήματα από οικονομική και κοινωνική άποψη. Υπάρχουν όμως γνώστες και ειδικοί που μπορούν και πρέπει να μας γνωρίσουν περισσότερα.

Ο Δήμαρχός μας Δημήτρης Βλάχος αναφέρει ότι η δημιουργία και λειτουργία ισχυρών και ανταγωνιστικών βιομηχανικών μονάδων από την οικογένεια Λαναρά (και μερικές άλλες όπως Κύρτση, Πεχλιβάνου κ.ά) επέφεραν στην Νάουσα την προσωνυμία «Μάντσεστερ» της Μακεδονίας. Προτρέπει ν' ασχοληθούν και να γράψουν και άλλοι. Επιβάλλεται, γράφει, να διατηρηθεί η μνήμη.

Το 1960 ο Δήμαρχός μας Φιλώτας Κόκκινος δηλώνει: «Οι Λαναράδες γενικά ήταν και εξακολουθούν να είναι η ευλογία του Θεού δια την Νάουσα»

Η ΦΩΝΗ ΤΗΣ ΝΑΟΥΣΗΣ, η ΝΙΑΟΥΣΤΑ, οι άλλες εφημερίδες έχουν δημοσιεύσει αρκετές φορές άρθρα για τα πρόσωπα της οικογένειας Λαναρά και την κοινωνική προσφορά τους, την δημιουργία των εργοστασίων και την εξέλιξη της λειτουργίας τους.

Λεπτομερείς περιγραφές μας έχει προσφέρει κατ'επανάληψη η Λευκή Σαμαρά και αρκετοί άλλοι (Αγγ. Βαλταδώρος, Αν. Τσίτσης κ.ά)

Εμείς μάθαμε αλλά και βιώσαμε αρκετά από τα αναφερόμενα για τους Λαναράδες κατά την περίοδο 1955-1970 (μαθητικά-σπουδαστικά χρόνια μέχρι την επαγγελματική μας αποκατάσταση)

Η ιστορία της οικογένειας Λαναρά ξεκινάει κατά το δεύτερο μισό του 19ου αιώνα με τον Χριστόδουλο και τους τέσσερις υιούς του Σταύρο, Θεόδωρο, Θωμά και Κωστάκη.Όλοι τους και αργότερα μερικά από τα παιδιά τους, με χριστιανικές αρχές, με εργατικότητα και αποφασιστικότητα κατόρθωσαν να δημιουργήσουν μεγάλες βιομηχανικές επιχειρήσεις και να προσφέρουν εργασία σε 2000 περίπου Ναουσαίους.

Οι Λαναράδες και μερικοί άλλοι (Λόγγος, Τουρπάλης κ.ά)αξιοποιώντας τις υδατοπτώσεις (για ενέργεια), την εργατικότητα των Ναουσαίων και κατέχοντας επαρκείς εμπορικές πληροφορίες και σχέσεις, άρχισαν με οικογενειακές βιοτεχνίες ειδικών υφασμάτων. Τις βιοτεχνίες διαδέχτηκαν από το 1922 και μετά βιομηχανίες (κλωστήρια-υφαντήρια μαλλιού, κλωστήρια βαμβακιού και αργότερα παραγωγής ακρυλικών κουβερτών και ετοίμων ενδυμάτων).

Η οικονομική επιτυχία σε συνδυασμό με την φιλοπατρία και την αγάπη για τα γράμματα των Λαναράδων, οδήγησαν στην πραγματοποίηση πλούσιας κοινωνικής δράσης:

-Πρώτοι καθιέρωσαν τον 13ο μισθό

-Σε δύσκολες περιόδους προσέφεραν συσσίτιο, υφάσματα, κουβέρτες, φάρμακα και σιτάρι

-Οργάνωναν ψυχαγωγικές εκδηλώσεις (Εκδρομές, ομαδικές γιορτές, στήριξη νέων ζευγαριών)

-Δημιούργησαν και προσέφεραν στον Δήμο Ναούσης το Νοσοκομείο. Επίσης πτέρυγα στο γηροκομείο Αθηνών και ιατρείο στο εργοστάσιο

-Ανήγειραν και δώρισαν το γνωστό κτίριο χριστιανικής αγάπης και την εκκλησία της Αγίας Τριάδας

-Προώθησαν αποφασιστικά την οπωροκαλλιέργεια. Δημιούργησαν πρότυπο οπωρώνα (ροδάκινα και μήλα) και φρόντισαν για την επιστημονική υποστήριξη

-Έκτισαν και δώρισαν στον Δήμο το Ε΄Δημοτικό Σχολείο ενώ φιλοξενούσαν στην Αθήνα (Μπλε Πολυκατοικία) και την Θεσσαλονίκη, οικογένειες Ναουσαίων, ομογενείς και φοιτητές

-Τέλος, το γνωστό, φωτεινό, παραγωγικό έργο του Σταύρου (που αντανακλά και σε ολόκληρη την οικογένεια Λαναρά), το κληροδότημα για την παροχή υποτροφίας σε απόφοιτους του Λαππείου, φοιτητές Ανώτατων Σχολών. Βραβεύει την επιμέλεια, προκαλεί την ευγενή άμιλλα, εκτιμά την αξιοσύνη και την χρηστότητα. Ενισχύει ηθικώς και υλικώς τους νέους για την εκπλήρωση των επιστημονικών και κοινωνικών τους φιλοδοξιών ώστε να γίνουν ωφέλιμοι στους συνανθρώπους τους και στον τόπο.

Ας σταματήσουμε εδώ μόνο με τα θετικά του παρελθόντος. Δεν θα αναφερθούμε στην σημερινή θλιβερή πραγματικότητα. Αυτή είναι αποτέλεσμα λαθών και παραλείψεων, συγκυριών αλλά και αρνητικής και αντιφατικής συμπεριφοράς συμμάχων και Ελληνικής Πολιτείας. Εξάλλου αναλόγως θλιβερή, ταπεινωτική και απαισιόδοξη κατάσταση, και για παρόμοιους λόγους, διέρχεται σήμερα η Ελλάδα μας, η πιο πλούσια σε υλικά και άυλα αγαθά χώρα.

Κρατάμε στην μνήμη μας το όνομα «Λαναράς» ως παράδειγμα Δημιουργικότητας, κοινωνικής και πατριωτικής Προσφοράς.

ΕΝΘΥΜΙΟΝ

ΑΠΟΦΟΙΤΟΙ ΛΑΠΠΕΙΟΥ ΓΥΜΝΑΣΙΟΥ ΝΑΟΥΣΑΣ 1962

επάνω: Ακαδημαϊκοί πολίτες απόφοιτοι 1962
κάτω: Εκδρομή φίλων στις πηγές του Αγ. Νικολάου

Η ΚΤΗΝΟΤΡΟΦΙΑ ΣΤΟ ΒΟΥΝΟ ΜΑΣ

Γράφει ο Τάσος Τασιώνας, Δασολόγος

Με πήρε τηλέφωνο ο Τρύφων ο Μαρκοβίτης, συμμαθητής στο Λάππειο Γυμνάσιο Νάουσας. Θα γιορτάσουμε μου είπε, τα πενήντα χρόνια από την αποφοίτησή μας και να γράψω ένα άρθρο για την κτηνοτροφία στο βουνό μας, γιατί έτσι όπως πάμε σαν χώρα θα καταντήσουμε όπως παλαιά, να έχει δηλαδή ο καθένας στο σπίτι του μια κατσίκα, καμιά κότα και ένα μικρομπαξέ με κανά ζαρζαβάτι για να πορεύεται.

Το άρθρο αυτό συνέχισε θα δημοσιευθεί σε επετειακή έκδοση στο περιοδικό «Νιάουστα» που εκδίδει ο σύλλογος αποφοίτων Λαππείου Γυμνασίου Νάουσας «Αναστάσιος Μιχαήλ ο Λόγιος» και ανοίγω παρένθεση.

Δεν τις πάω και πολύ αυτού του είδους τις συναντήσεις πρώτα πρώτα γιατί έχουν γίνει κάτι σαν ανάλατη σούπα, κάτι σαν κοινωνική εκδήλωση που μ' αυτήν την έννοια έχει τα εξ' αυτής θετικά στοιχεία.

Κάθε τρεις και λίγο λοιπόν διαβάζει στον τοπικό τύπο ότι πρόκειται να συναντηθούν μετά από 10, 20, 30 και τράβα κορδέλα χρόνια παλαιοί συμμαθητές στο γυμνάσιο και το λύκειο. Μετά την συνάντηση βάζουν και μια φωτογραφία τους πάλι στον τοπικό τύπο ότι συναντήθηκαν και υπόσχονται να ξανασυναντηθούν και τελειώνει η ιστορία με όλους φαινομενικά παρευτυχείς για να ξαναρχίσει μετά από 10 χρόνια το ίδιο μοτίβο. Δηλαδή, θα ξανασυναντηθούν πάλι οι παλαιοί συμμαθητές που συναντήθηκαν πριν 10 χρόνια, ολίγον γεροντότεροι, ολίγον λιγότεροι, που οι περισσότεροι όλα αυτά τα χρόνια μπορεί να μην είχαν καμμιά επικοινωνία μεταξύ τους, για να ξαναζήσουν τα μαθητικά χρόνια που υποτίθεται ότι θυμήθηκαν στις περασμέ-

νες συναντήσεις.

Τέλος πάντων νόημα δεν βγαίνει, κρύβεται και κάτι σαν μαζοχισμός και το φαινόμενο χρήζει κάποιας ερμηνείας, ότι έχει καταντήσει δηλαδή συνήθεια, έγινε συρμός, τίποτα παραπάνω, τίποτα παρακάτω. Έκαναν οι πρώτοι απόφοιτοι το πρώτο βήμα, όταν το να βγάλεις το γυμνάσιο μπορεί να ήταν και άθλος και ακολουθούν τα βήματα οι μεταγενέστεροι. Κλείνω γρήγορα την παρένθεση γιατί ποιος ξέρει τι θα με σύρουν για τα γραφόμενα αυτά.

Τον θυμάμαι λοιπόν τον Τρύφωνα από το σχολείο όπου είχε αρχηγικές τάσεις και αξιόλογες θεωρίες που τις διατύπωνε ευθαρσώς, μάλιστα είχε πάρει και το χρίσμα του υποψηφίου δημάρχου και με λίγη τύχη θα το κατάφερνε. Για πολλά θέματα ως σπουδαστής στο εξωτερικό είχε καινοτόμες ιδέες.

Μου θύμισε ακόμη το πρώτο άρθρο που είχα γράψει για το σκοπό αυτό ως νεαρός δασολόγος εργαζόμενος τότε στο Δημοτικό δάσος Νάουσας, κάπου εκεί στα μέσα της 10ετίας του 1970 με τίτλο «η γίδα και το δάσος», ως απάντηση σε δημοσίευμα στη «Φωνή Ναούσης» του αείμνηστου Πέτρου Δεινόπουλου Διευθυντού της εφημερίδας, που έγραψε ότι πρέπει να μπούν τα κατσίκια στα δάση για να πάρουν αέρα και να αναπτυχθούν. Κυοφορούμενος τότε από φρέσκιες θεωρητικές επιστημονικές γνώσεις για τη μεγάλη καταστροφή των δασών από την κτηνοτροφία και ειδικά τα κατσίκια υπερασπίσθηκα το δάσος και καταδίκασα την κτηνοτροφία στα δάση.

Βέβαια η πράξη με τη θεωρία απέχουν παρασάγγας δεκατέσσερις και εάν σήμερα έγραφα ένα παρόμοιο άρθρο και έβαλα και λίγο νερό στο κρασί μου.

Γεγονός είναι ότι όπως έχει διαμορφωθεί σήμερα το νομικό και διαχειριστικό πλαίσιο στα δάση, η κτηνοτροφία δύσκολα μπορεί να συμβιώσει μ' αυτά. Ειδικότερα στα υψηλά δάση οξιά, μαύρης Πεύκης όπου ενεργούνται επιλογικές υλοτομίες κάθε δέκα χρόνια και η απαγόρευση της βοσκής για το διάστημα των δέκα ετών για όλα τα κτηνοτροφικά ζώα στις υλοτομούμενες συστάδες του δάσους, ουσιαστικά αποκλείει τη βόσκηση, αφού μόλις τελειώσει μια απαγορευτική διάταξη, εκδίδεται καινούρια για άλλη μια δεκαετία.

Στα χαμηλά όμως και τα αποψιλωτικώς διαχειριζόμενα δάση δρυός, καστανιάς και άλλων πλατύφυλλων όπου ο περίτροπος χρόνος είναι 25-30 χρόνια, μπορεί να συνυπάρξει και να μπει η κτηνοτροφία όταν τα νεαρά πρεμνοβλαστήματα έχουν αποκτήσει αρκετό ύψος ύστερα από 5-6 χρόνια από την υλοτομία, χωρίς να κινδυνεύουν να φαγωθούν από τα κατσίκια γιατί από τα άλλα κτηνοτροφικά ζώα δεν κινδυνεύουν τόσο.

Για τους πιο πάνω λόγους και τις αυστηρές μηνύσεις, όταν παρανομούσαν οι κτηνοτρόφοι βοσκώντας τα δάση, από τους δασοφύλακες και τα ισχυρά πρόστιμα από τα δικαστήρια, άρχισαν να αγανακτούν οι κτηνοτρόφοι και να πωλούν τα κοπάδια τους.

Και το κτηνοτροφικό κεφάλαιο άρχισε να μειώνεται δραματικά, όπως δραματικά άρχισε να μειώνεται και το ανθρώπινο δυναμικό το ασχολούμενο με τις επίπονες κτηνοτροφικές εργασίες οι οποίες κατέληξαν στα χέρια των οικονομικών μεταναστών. Οι νέοι έλληνες με την άνοδο του βιοτικού επιπέδου, τη μόρφωση με τα πτυχία, τα μεταπτυχιακά και τις ξένες γλώσσες δεν καταδέχονται ν' ανέβουν στο βουνό για να δουλέψουν. Οι προς βόσκηση εκτάσεις επίσης αφ' ενός λόγω των απαγορεύσεων αφ' ετέρου λόγω των φυσικών δασώσεων επίσης ελαττώθηκαν σημαντικά με αποτέλεσμα να αυξηθεί το ξυλώδες κεφάλαιο.

...η βοσκή περιορίσθηκε στα υπόλοιπα και αλπικά βοσκοτόπια, τις χορτολιβαδικές εκτάσεις και τα τσαΐρια, ενώ αυξήθηκε η ενσταυλισμένη κτηνοτροφία...

Τα δάση που είχαν δεχθεί ισχυρές πιέσεις από πολλούς παράγοντες ανορθώθηκαν, με συνετή διαχείριση, με τις προς τούτο συντεχθείσες μελέτες με το επιστημονικό προσωπικό που εφάρμοζε στην πράξη τις μελέτες αυτές, είχαν ως αποτέλεσμα να έχουμε σήμερα ένα από τα πλέον όμορφα, ξυλοβριθή, πρότυπο και αειφορικός διαχειριζόμενα δάση της χώρας.

Έτσι η βοσκή περιορίσθηκε στα υπόλοιπα και αλπικά βοσκοτόπια, τις χορτολιβαδικές εκτάσεις και τα τσαΐρια, ενώ αυξήθηκε η ενσταυλισμένη κτηνοτροφία, η οποία κτηνοτροφία για την πολιτεία ήταν και είναι πάντα ο φτωχός συγγενείς από τους υπόλοιπους κλάδους της πρωτογενούς παραγωγής.

Εν κατακλείδι αγαπητέ Τρύφων ζωντανά για να γεμίσουν και να αντηχήσουν από τα βελάσματά τους τα ορεινά βοσκοτόπια που κι αυτά άρχισαν να αδειάζουν σιγά-σιγά, βρίσκει κανείς εύκολα, νέους όμως για να τα φροντίσουν, να δουλέψουν για να παράξουν τα απαραίτητα κτηνοτροφικά προϊόντα δύσκολα θα βρεις αν όχι αδύνατο. Η κατάσταση μάλλον έχει καταστεί μη ανατρέψιμη. Η εποχή όπου σύμφωνα με το δημοτικό βλάχικο τραγούδι που έδειχνε την λαχτάρα, την αγάπη και το μεράκι των ανθρώπων για τα βουνά, το δάσος και τη δουλειά που έκαναν έχει παρέλθει ανεπιστρεπτί.

Παραθέτω ένα απόσπασμα του τραγουδιού.

«Πότε θαρθει η άνοιξη,
να 'ρθει το καλοκαίρι
Ν' ανοίξει ο γαύρος και η οξυά,
να σκιώσουν τα λημέρια
Να βγούν οι βλάχοι στα βουνά,
να βγουν κι οι βλαχοπούλες
Να βγούν τα λαΐα πρόβατα,
με τ' αργυρά κουδούνια».

Καλή αντάμωση

1962 - 2012

Γράφει η Σούλα Καρατσιώλη-Δελιδήμου

Ακριβώς 50 χρόνια περάσανε που αποφοιτήσαμε από το Λάππειο Γυμνάσιο Νάουσας, όπως αναφέρει ο αγαπητός μας συμμαθητής Νίκος Κασάπης στην ευγενική και πολύ γλαφυρή πρόσκληση αυτής της συγκέντρωσης. Πράγματι, πολλές φορές συλλαμβάνω τον εαυτό μου να τρέχει πίσω σ΄εκείνα τα νεανικά, όμορφα, μαθητικά χρόνια και πολλά γεγονότα να περνούν σαν κινηματογραφική ταινία από μπροστά μου, γεμάτη χρώμα και άρωμα νιότης.

Θυμάμαι τα ανάμικτα συναισθήματα που ένοιωσα, όταν για πρώτη φορά το 1956, -αν θυμάμαι καλά,- διάβαινα την πόρτα του Λαππείου Γυμνασίου. Ένιωσα δέος, χαρά και υπερηφάνεια που κατόρθωσα να περάσω απ΄αυτήν την πόρτα, γιατί μην ξεχνάμε ότι τότε δίναμε εξετάσεις.

Σαν να 'ταν χθες, που όλοι οι δρόμοι, κοντά στο Γυμνάσιο, γέμιζαν από νιάτα με χαρούμενες φωνές και γέλια. Τ΄αγόρια, ντυμένα συντηρητικά και εμείς τα κορίτσια με τις ποδιές και το άσπρο γιακαδάκι, και όλοι γενικά με το ρομβοειδές σε σχήμα σήμα (Γ.Ν.) Γυμνάσιο Ναούσης.

Ναι, ήταν αλήθεια τα πιο όμορφα της ζωής μας. Ίσως τότε να μην το νιώθαμε τόσο έντονα, γιατί υπήρχαν οι αγωνίες και το άγχος για καλή απόδοση στα μαθήματά μας και η ανησυχία για το αν περνούσαμε στην πιο πάνω τάξη ή όχι.

Να αναφέρω, κατά τη γνώμη μου πάντα, ότι ήταν δύσκολα χρόνια, με πολύ απαιτητικούς και αυστηρούς καθηγητές και με πολλές απαγορεύσεις, που ομολογώ ότι σε μερικές περιπτώσεις υπήρχε μεγάλη υπερβολή. Καλώς ή κακώς αυτό είναι ένα άλλο κεφάλαιο.

Τώρα που φθάσαμε σ΄αυτήν την ηλικία, αναγνωρίζουμε ότι, όντως τα μαθητικά χρόνια ήταν τα καλύτερα της ζωής μας, γιατί στο πέρασμα του χρόνου, μπαίνοντας στον αγώνα της ζωής και δημιουργώντας οικογένεια και υποχρεώσεις, περάσαμε σοβαρές αγωνίες και στεναχώριες, που σίγουρα τα τότε μαθητικά προβλήματα ήταν μηδαμινά.

Ράβοντας τις κουρτίνες της τάξης

Έξι ολόκληρα χρόνια είναι δυνατόν να μην υπάρχουν αναμνήσεις; Η κάθε μία μέρα είχε τις δικές της. Αξέχαστες θα μου μείνουν οι χαρές και οι περιπέτειες στις εκδρομές μας. Αλησμόνητες και οι ωραίες Γυμναστικές Επιδείξεις που νιώθαμε χαρά και υπερηφάνεια στα χειροκροτήματα του κόσμου.

Θυμάμαι ακόμη με πόσο ζήλο ετοιμάζαμε τον στολισμό του Σχολείου με πυξάρι και σημαίες και τι καμάρι νοιώθαμε στις παρελάσεις τιμώντας τους ήρωες των μεγάλων εθνικών εορτών μας. Αξέχαστη και η αναπαράσταση του ολοκαυτώματος της Νάουσας στο γήπεδο που στέφονταν με μεγάλη επιτυχία.

Αναμνήσεις πολλές που γι αυτές ο καθένας έχει να διηγηθεί και κάτι, που μπορείς να γράψεις ολόκληρο βιβλίο.

Αναμνήσεις πολλές και όμορφες, που τώρα όταν τις φέρνω στο μυαλό μου, τις παρομοιάζω με όαση μέσα στην έρημο.

Πολλοί από εμάς πήραν πτυχία από Πανεπιστήμια. Ακαδημίες, Τ.Ε.Ι. κλπ., πετυχαίνοντας το στόχο τους. Για αυτές τις συμμαθήτριες και τους συμμαθητές μας, είμαι περήφανη και τους απευθύνω ένα μεγάλο ΜΠΡΑΒΟ!!!

Αλλά θα μου επιτρέψετε ν΄ απευθύνω και ένα μεγάλο ΜΠΡΑΒΟ και σε όσους από εμάς, δεν μπορέσαμε να πραγματοποιήσουμε τέτοια όνειρα, αλλά μπορέσαμε, με την βοήθεια του Θεού, να φθάσουμε σ΄αυτήν την ηλικία, περνώντας πολλές μπόρες, δημιουργώντας ότι μπορέσαμε ο καθένας μας, παλεύοντας με τις αντιξοότητες της ζωής, διατηρώντας όμως, θέλω να πιστεύω, την αξιοπρέπεια μας και να μείνουμε ΑΝΘΡΩΠΟΙ.

Εύχομαι η υπόλοιπη ζωή όλων μας, να είναι όσο το δυνατόν ευχάριστη, διατηρώντας τα καλά στοιχεία που προανέφερα.

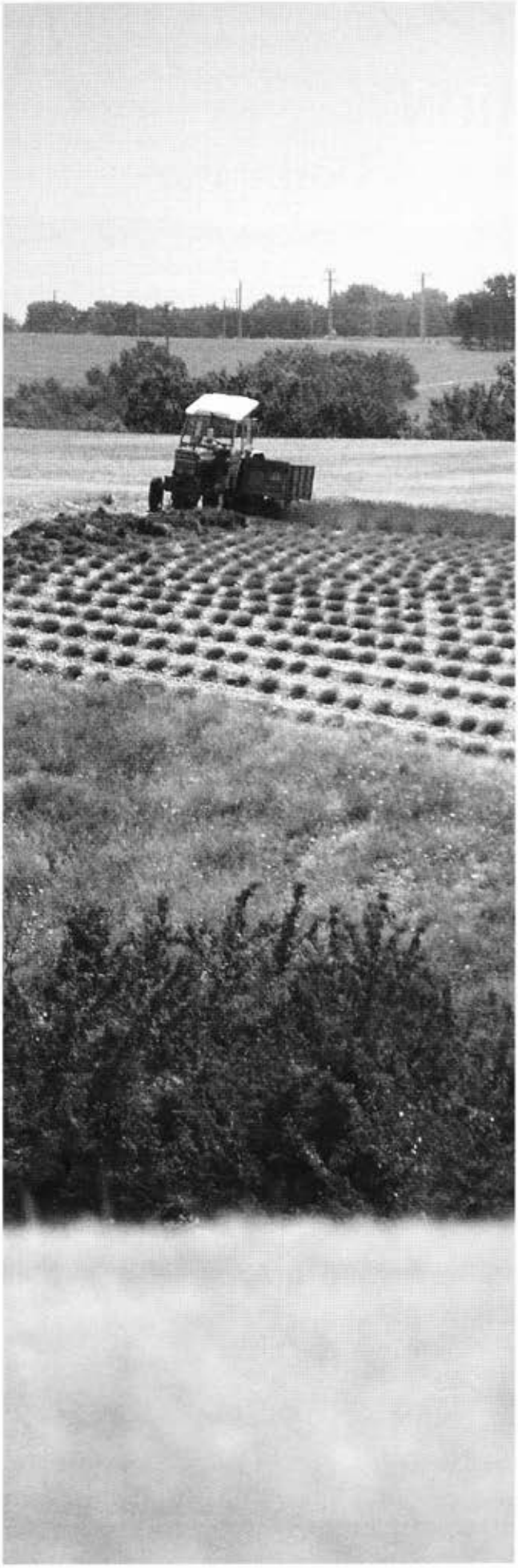
Σας έχω όλους στην καρδιά μου.

ΕΝΘΥΜΙΟΝ

ΑΠΟΦΟΙΤΟΙ ΛΑΠΠΕΙΟΥ ΓΥΜΝΑΣΙΟΥ ΝΑΟΥΣΑΣ 1962

Η αισιοδοξία και το χαμόγελο να μας ακολουθεί πάντα στη ζωή μας

Ακαδημαϊκοί πολίτες απόφοιτοι 1962 σε διασκέδαση



ΦΥΤΟΠΡΟΣΤΑΣΙΑ ΑΝΑΔΡΟΜΗ ΣΤΟ ΠΑΡΕΛΘΟΝ

γράφει ο
Αντώνης Χατζηβασιλειάδης, Γεωπόνος

Όλες οι καλλιέργειες, ετήσιες ή πολυετής, αρωτριαίες ή μη ήταν βιολογικές μέχρι πριν το 2ο παγκόσμιο πόλεμο. Φυτοπροστατευτικά φάρμακα άρχισαν να χρησιμοποιούνται όταν βρήκαν τις μηχανές ή τους τρόπους ψεκασμού. Ο βορδιγάλειος πολτός σαν άλας του χαλκού, το θειασβέστιο σαν ενώσεις του θείου, τα αλκαλικά σαπούνια ή το εκχύλισμα της φλούδας κασίας ήταν τα πρώτα και μάλλον τα μόνα για την περίοδο, που μόνον με ψεκαστικά της πλάτης ή μηχανές πιέσεως, που με μοχλούς χειροκίνητους, μπορούσαν να ψεκασθούν.

Όσο για την λίπανση, μόνον η αμειψισπορά, σαν διαδικασία, ή τα ψυχανθή καθώς και η ζωική κοπριά εξασφάλιζαν τις όποιες αποδόσεις που η φύση επέτρεπε, και αφορούσαν τις αυτόχθονες ποικιλίες.

Για πάμπολλα χρόνια η γεωργία απολάμβανε τους καρπούς της βιολογικής καλλιέργιας, χωρίς όμως να μπορεί να διασφαλίσει αποδόσεις, που θα στήριζαν πάντα με βεβαιότητα τις διατροφικές ανάγκες. Οι λοιμοί σε τοπικά ή εθνικά επίπεδα δεν έλειπαν, καθώς και οι πόλεμοι, από την αρχαιότητα ακόμη, για την εξασφάλιση του εμπορίου των σιτηρών ιδιαίτερα. Το ίδιο ίσχυε και για την περιοχή μας. Μικρά κομμάτια, διάσπαρτα σε τέσσερις περιοχές, ώστε εάν ζημιωθεί το ένα να έχουν πρόσοδο δια τον επιούσιο από τα άλλα, περιορισμένη γη γιατί οι εκχερσώσεις γίνονται χειρονακτικά, όσο μπορεί να καλλιεργηθεί από την οικογένεια, που φρόντιζε να είναι πολυάριθμη για να καλυφθούν οι ανάγκες σε εργατικά χέρια. Οι κατσίκες, τα πρόβατα (μπακαντάρικα), τα γουρούνια, οι κότες συμπλήρωναν τις ετήσιες διατροφικές ανάγκες.

Πράσινη επανάσταση

Η ανάπτυξη των μηχανών εσωτερικής καύσης έδωσε την δυνατότητα να γίνει η βιομηχανική επανάσταση, η οποία εξ αιτίας των αναγκών σε πρωτογενή υλικά, βοήθησε στο να προκύψει η μεγάλη αναμόρφωση στη γεωργία, με τον βιομηχανικό κλάδο της χημείας να πρωτοστατεί.

Ήδη από τον μεσοπόλεμο οι χημικές βιομηχανίες στόχευαν σε μόρια φυτοπροστασίας. Αμέσως μετά κυκλοφόρησαν πολλά σκευάσματα, που πρωτοστάτησαν στην αναδυόμενη αγορά.

Στην Αμερική και στην Ευρώπη έγιναν εταιρίες κολοσσοί, οι οποίες εμπλέκοντο και σε πολλά άλλα παράγωγα, όπως ανθρώπινα φάρμακα, χρώματα, πλαστικά ειδικής χρήσεως, στρατιωτικό υλικό, κλπ. Υποθέτω ότι τα χημικά αέρια που χρησιμοποιήθηκαν στους δυο πολέμους ήταν τεχνολογία δική τους. Στις ΗΠΑ: Μονσάντο, Ντου Ποντ, Σαγιάναμιντ, Ελάνκο, Γιούνιον Καρμπάιν, κλπ.
Στην Ευρώπη: Μπάγιερ, Χεξ, Σιμπά (ήταν πρώτα μία, αλλά τις διαμέλισαν οι σύμμαχοι μετά τον πόλεμο) και Ρον Πουλεν και άλλες μικρότερες.
Όλες αυτές πρωτοστάτησαν στην ανάπτυξη νέων μορίων. Το αποτέλεσμα ήταν ταχύτατα εκπληκτικό, μιας και οι αγορές καλοδέχθηκαν τα προϊόντα. Το 1968 έγινε η πρώτη καταγραφή των δραστικών ουσιών στην Αγγλία και μετρήθηκαν κοντά 1000 ουσίες. Μεγάλο οπλοστάσιο για έναν τομέα, που δεν είχε εισροές δυναμικές, αλλά αλλάζοντας τις δομές του σε καθαρά επιχειρηματικό επίπεδο του ήταν αναγκαίες. Την ίδια περίοδο, τις αλλαγές αυτές είχε δεχθεί και η περιοχή μας. Το '33, ήδη, ο κ. Λαναράς προέτρεψε τον κ. Μπεγκάτο να αναλάβει την δενδροφύτευση του κτήματος στον Σ. Σταθμό. Η αποδοχή αυτής της πρότασης ήταν η αιτία της δενδροκομικής ανάπτυξης της περιοχής μας και οφείλουμε σ' αυτούς τους άνδρες την δενδροκομική συνείδηση και γνώση που ανέπτυξαν οι δενδροκόμοι μας.
Οφειλή έχουμε και προς γεωπόνους του Δενδροκομικού Ινστιτούτου Ναούσης, που πρόθυμα πάντα πρόσφεραν την συμβουλή τους στον όποιον την ζητούσε.
Η παρουσία των νέων χημικών φαρμάκων επηρέασε σημαντικότατα την περιοχή μας γιατί πάντα η δενδροκομία είχε περισσότερες ανάγκες.Παντού δημιουργήθηκαν τα μαγαζιά φορείς που τα είχαν ιδιώτες, ασκώντας βιοποριστικό, αλλά πολύ επικίνδυνο επάγγελμα. Όλα εκείνα τα πρώτα φάρμακα χρησιμοποιήθηκαν αφειδώς και ήταν τα πλέον επικίνδυνα. Ο τρόπος δε που διακινήθηκαν ορισμένα τουλάχιστον από αυτά, όσον αφορά τυποποίηση, ενδείξεις, διασφάλιση, ήταν εγκληματικός. Ήταν η άγνοια των παρενεργειών, ήταν η ανοχή της πολιτείας και η έλλειψη επαρκούς νομοθετικού πλαισίου, ίσως. Είναι σύνηθες να μας εντυπωσιάζει το αποτέλεσμα, αλλά να ακολουθούν εξίσου δυσάρεστες παρενέργειες, αφού έχει πολύς χρόνος περάσει την αρχική χρήση. Αυτό έγινε με τις μηχανές εσωτερικής καύσης και της χρήσης υδρογονανθράκων, το ίδιο έγινε με την ατομική ενέργεια.
Τα χημικά δεν υστέρησαν. Χαρακτηριστικό παράδειγμα το DDT, χλωριωμένο παράγωγο με δράση σε λεπιδόπτερα, κουνούπια, μύγες, κλπ. Έσωσε την ανθρωπότητα από την ελονοσία, ψεκάστηκε σε όλα τα σπίτια με το «φλίτ», ψεκάσθηκε σε οπωρώνες και σε έλη για χρόνια. Ήταν από τα φάρμακα με την χαμηλότερη άμεση τοξικότητα στον άνθρωπο, κι όμως μετά από χρόνια χρήσης απεδείχθη ότι ήταν καρκινογόνο. Είχε την ικανότητα να προστίθεται στον λιπώδη ιστό, να μην αποβάλλεται καθόλου και να παραμένει αναλλοίωτο μέχρι να γίνει μια κρίσιμη συγκέντρωση. Έγινε η αιτία πολλοί άνθρωποι να χάσουν την ζωή τους επώδυνα.
Γρήγορα απαγορεύθηκε η χρήση του τουλάχιστον σε Αμερική και Ευρώπη. Ο επιστημονικός κόσμος άρχισε να βλέπει με περίσκεψη τα φυτοφάρμακα, οι κυβερνήσεις πιέσθηκαν να ζητήσουν περισσότερα στοιχεία από τις εταιρίες. Έγινε προσπάθεια να μπουν κανόνες.

Επαναπροσδιορισμός θέσεων

Ήταν η εποχή που η «Σιωπηλή Άνοιξη» με τις αποκαλύψεις της περίφημης συγγραφέα Ράσελ μας ταρακούνησε και μας έκανε να διαισθανθούμε τον ρόλο μας στην στρεβλή χρήση των χημικών. Στόχος μας πάντα ήταν το αποτέλεσμα, δηλαδή η καταστολή της ασθένειας. Οι παράπλευρες δράσεις ήταν σε δεύτερη και τρίτη μοίρα. Κι όμως πέρα από το στενό τοπικό περιβάλλον της χρήσης, καταφέραμε να φθάσουν χημικά μόρια στην περιοχή της Αρκτικής να επηρεάσουμε την τροφική αλυσίδα, να γίνουμε θεατές τροφικών σκανδάλων, να επηρεάσουμε και το ατμοσφαιρικό όζον σε ένα ποσοστό. Μετά αρχίζει η μεταμέλεια και η περίσκεψη.
Η ζωή μου τα 'φερε έτσι που ασχολήθηκα πάντα με την φυτοπροστασία, και με την χημική μάλιστα, στην σκληρή της περίοδο, αλλά και στις εξελίξεις της. Γιατί με τα χρόνια άρχισαν οι λαοί να διακρίνουν τις σημαντικές παρενέργειες. Όποτε χρειάστηκε να μπει ένας φραγμός.
Η Αμερική πρώτη και η Ευρώπη προσπάθησαν να βάλουν κάποιους κανόνες. Έπρεπε πολλά φάρμακα να φύγουν από την αγορά και να γίνουν σωστοί έλεγχοι. Δημιουργήθηκαν λίστες απόσυρσης φυτοφαρμάκων, ζητήθηκαν φάκελοι από τις παραγωγούς εταιρίες με πολλά περισσότερα στοιχεία και κυρίως περιβαλλοντικές επιπτώσεις. Έτσι έφυγαν πάρα πολλά φάρμακα εξαιτίας του ότι δεν υποστηρίχτηκαν από αυτές. Αυτό δεν σημαίνει κατ' ανάγκη ότι το Α φάρμακο ήταν περισσότερο επικίνδυνο, απλώς δεν συνέφερε πλέον να παράγεται από την εταιρία ή να κατατεθεί φάκελος, που είχε πολλούς πανάκριβους ελέγχους.

Η ικανότητα της φύσης να ακυρώνει χημικά μόρια

Πάντως πολλά φάρμακα τα απέρριψε η ίδια η φύση. Ακούς συνήθως τους παραγωγούς να λένε «χάλασε η εταιρία το φάρμακο». Όχι σε καμία σοβαρή βιομηχανία δεν συμφέρει να πληγώσει το όνομά της ή να καταστρέψει μια κερδοφόρο δραστηριότητα επιδιώκοντας ευκαιριακό κέρδος. Είναι η πανίσχυρη φύση που με τους μηχανισμούς της αδυνατίζει τα φάρμακα, δίνοντας άτομα που έχουν ικανότητες να τα ξεπεράσουν. Αυτό κυρίως παρουσιάζεται σε είδη που έχουν εξαιρετική πληθυσμιακή δυνατότητα.
Οι μελίγκρες (ψείρες) και τα ακάρεα (τετράνυχοι) είναι δυο ομάδες που πολύ γρήγορα αποτυγχάνουν τα φάρμακα, λόγω ακριβώς του ότι έχουν ταχύτατους βιολογικούς κύκλους, με τεράστιες δυνατότητες πληθυσμών. Το ίδιο συνέβη με το σύνολο των οργα-

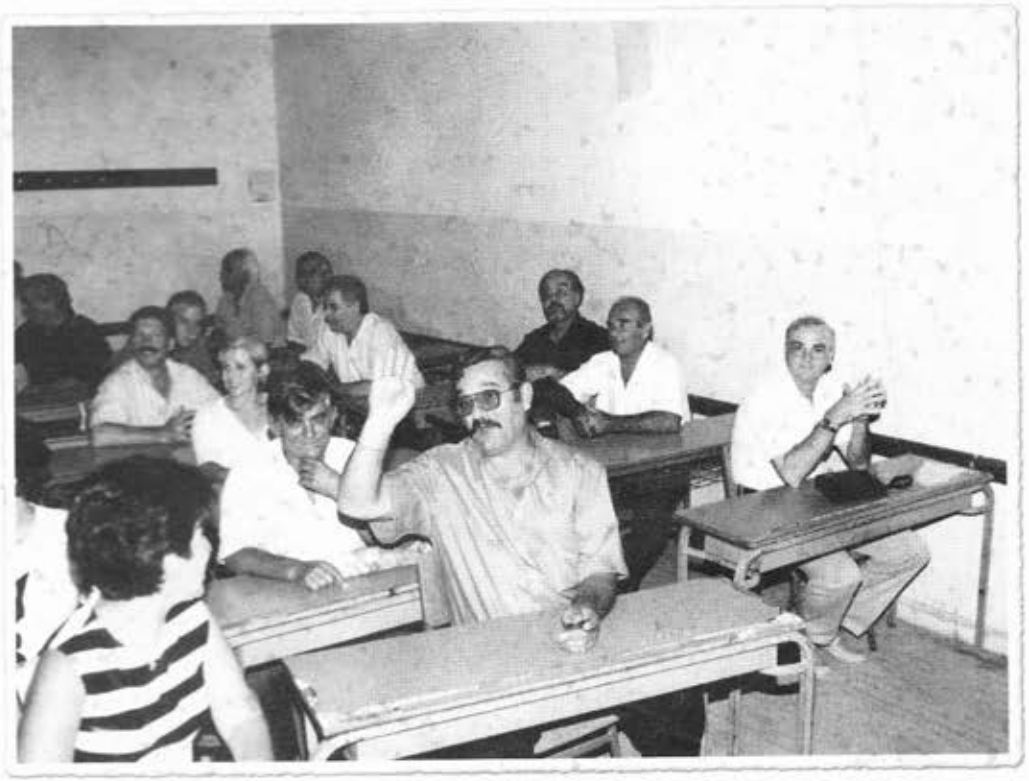
ΕΝΘΥΜΙΟΝ

ΑΠΟΦΟΙΤΟΙ ΛΑΠΠΕΙΟΥ ΓΥΜΝΑΣΙΟΥ ΝΑΟΥΣΑΣ 1962

Συμμαθήτριες με τοπικές ενδυμασίες

ΕΝΘΥΜΙΟΝ

ΑΠΟΦΟΙΤΟΙ ΛΑΠΠΕΙΟΥ ΓΥΜΝΑΣΙΟΥ ΝΑΟΥΣΑΣ 1962



Από τη συνάντηση μετά 35 χρόνια από την αποφοίτηση
επάνω: στα 3-5 Πηγάδια, κάτω: στην τάξη

ΤΡΙΘΕΜΑΤΙΚΗ ΑΝΑΦΟΡΑ ΣΤΗΝ ΙΑΤΡΙΚΗ *

Α. ΑΝΑΦΟΡΑ ΣΕ ΣΤΟΙΧΕΙΑ ΤΗΣ ΙΣΤΟΡΙΑΣ ΤΗΣ ΙΑΤΡΙΚΗΣ

«Αν τα παρελθυθότα μνημονεύης, άμεινον περί των μελλόντων βουλεύσει» (1) Ισοκράτης

Β. Η ΑΝΘΡΩΠΙΑ ΣΤΗΝ ΚΑΘΗΜΕΡΙΝΗ ΑΣΚΗΣΗ ΤΗΣ ΙΑΤΡΙΚΗΣ ΤΑ ΤΕΛΕΥΤΑΙΑ 50 ΧΡΟΝΙΑ

«Ουκ ένι ιατρικήν ειδέναι, όστις μη οιδεν ο τι εστίν άνθρωπος» (2) Ιπποκράτης

Γ. Η ΙΑΤΡΙΚΗ ΤΟΥ 21ου ΑΙΩΝΑ

«το μέλλον ανήκει σε αυτούς που πιστεύουν στην ομορφιά των ονείρων τους» Ρούσβελτ Ελέανορ

Αφιερώνοντας το μεγαλύτερο μέρος της ζωής μου στην άσκηση της μαχόμενης ιατρικής θεώρησα σκόπιμο, μετά από πρόσκληση της οργανωτικής επιτροπής των αποφοίτων του Λαππείου Γυμνασίου Νάουσας 1962, που ανήκω και εγώ, να γράψω για την επιστήμη που αγάπησα και υπηρέτησα με πάθος.

Τα επιμέρους θέματα που επέλεξα στην «τριθεματική αναφορά στην ιατρική» νομίζω ότι καλύπτουν, σε γενικές γραμμές, αυτό που θα επιθυμούσε ο απλός αναγνώστης να γνωρίζει σχετικά με την ιατρική επιστήμη. Πως δηλαδή άρχισε, πως εξελίχθηκε, ποιες προοπτικές έχει και τι προσφέρει ή οφείλει να προσφέρει στον άνθρωπο.

Η ενασχόλησή μου με την ιατρική επί 50 χρόνια μου δημιούργησε πολλούς προβληματισμούς, που κατά διαστήματα τους κατέγραφα. Πάντοτε ήθελα να τους ολοκληρώσω, να τους συστηματοποιήσω και να τους εκφράσω. Θεώρησα ότι αυτή ήταν μια καλή ευκαιρία για μια περιληπτική αποτύπωση. Αν το κατόρθωσα θα το κρίνετε εσείς.

Νικόλαος Θεολ. Κασάπης,
Ιατρός Παθολόγος

Όλα τα θέματα που αναπτύσσονται αναφέρονται στις λεγόμενες δυτικές αναπτυγμένες κοινωνίες.

(1) Αν ξαναφέρνεις στη μνήμη σου όσα σου έτυχαν στο παρελθόν, τότε πιο καλά θα σκεφθείς για τα μελλούμενα.

(2) Είναι αδύνατο να ξέρει την ιατρική, αυτός που δεν ξέρει ακριβώς τι είναι ο άνθρωπος.

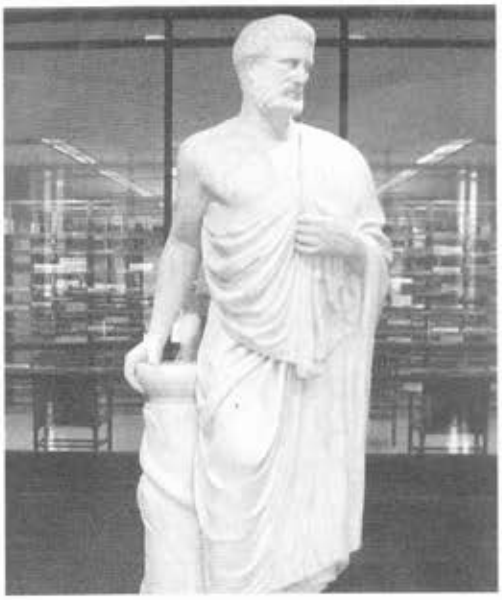
Ρέμπραντ: Μάθημα ανατομίας, 1656

ΑΝΑΦΟΡΑ ΣΕ ΣΤΟΙΧΕΙΑ ΤΗΣ ΙΣΤΟΡΙΑΣ ΤΗΣ ΙΑΤΡΙΚΗΣ

Γράφει ο Νικόλαος Θεολ. Κασάπης, Ιατρός

Ο όρος «Ιστορία» δεν σημαίνει απλώς περιγραφή γεγονότων, αλλά εκτός από την αφήγηση τους, μελετάει και αναζητάει τα αίτια που οδήγησαν σε αυτά, προσπαθώντας να ερμηνεύσει το παρόν και να προβλέψει το μέλλον. Όπως γίνεται κατανοητό, να αναφερθεί κανείς στην ιστορία της ιατρικής με λεπτομερή παράθεση όλων των γεγονότων που την καθόρισαν, αλλά και στα αίτια και στις προβλέψεις των μελλοντικών εξελίξεων, απαιτεί πολύ εκτεταμένη μελέτη.

Εδώ θα προσπαθήσω να αναφερθώ στους κυριότερους σταθμούς της εξέλιξης της ιατρικής μέχρι σήμερα, περισσότερο αφηγηματικά, με ακροθιγή μόνο αναφορά στις κοινωνικές συνθήκες που επικρατούσαν εκεί μόνο που το κρίνω σκόπιμο. Θα ανα-



Ο Ιπποκράτης, πατέρας της ιατρικής (αριστερά) και ο Γαληνός (δεξιά)

φερθώ, ανολογικά, περισσότερο στη σύγχρονη ιατρική, που η πρόοδος της είναι αλματώδης, και θα προσπαθήσω να εκτιμήσω γενικά και την πιθανή μελλοντική της πορεία.

Η εξέλιξη της ιατρικής από τους προϊστορικούς χρόνους μέχρι τα μέσα του προηγούμενου αιώνα, σε σχέση με τις άλλες επιστήμες, καθυστέρησε αρκετά και αυτό οφείλεται στον τρόπο διαβίωσης των προγόνων μας, στο πολύπλοκο της φύσης του ανθρώπου και στην λειτουργία της νόησής του.

Αρχικά ο άνθρωπος έπρεπε να επιβιώσει και η ανάγκη αυτή τον ώθησε στη προσπάθεια της κατάκτησης του φυσικού περιβάλλοντος. Ήταν επιτακτικό για τον άνθρωπο να τραφεί, να αντιμετωπίσει τα άγρα ζώα και να προφυλαχθεί από τα στοιχεία της φύσης (κρύο-καταιγίδες κλπ.). Δεν είχε την πολυτέλεια να μελετήσει τον εαυτό του. Χρησιμοποίησε το νου, για να κατασκευάσει εργαλεία και όπλα, για να αμυνθεί στα άγρια ζώα και να εξημερώσει μερικά από αυτά.

Έτσι η ιατρική των προϊστορικών χρόνων περιορίσθηκε σε πρακτικές επεμβάσεις, όπως στην ακινητοποίηση των κατεγμάτων των άκρων με κάποιο ξύλο, στους ακρωτηριασμούς των άκρων σε περιπτώσεις που υπήρχαν σοβαροί τραυματισμοί, στις αφαιρέσεις βελών και ακοντίων από το σώμα.

Επίσης ως θεραπευτικά μέσα σε διάφορες ασθένειες, ο θεραπευτής-ιερέας-μάγος, χρησιμοποιούσε διάφορες παράξενες μάσκες, χορευτικές κινήσεις και κραυγές. Με αυτόν τον τρόπο προσπαθούσε να τρομοκρατήσει τα κακά πνεύματα, στα οποία απέδιδαν τις ασθένειες, πιστεύοντας ότι θα απομακρυνθούν από το σώμα και κατά συνέπεια θα αποκτήσει ο ασθενής την υγεία του.

Με την πάροδο των αιώνων ο άνθρωπος άρχισε να καλλιεργεί τη γη, να αποταμιεύει την τροφή του και να καταπολεμά το φόβο και την ανασφάλεια. Η εξασφάλιση της διατροφής του τον απάλλασσε από την αβεβαιότητα του μέλλοντος. Έτσι ο άνθρωπος, που από τη φύση του έχει αναπτυγμένη την περιέργεια, στράφηκε στην δημιουργικότητα με σκοπό τη βελτίωση των συνθηκών της διαβίωσης του. Άρχισε λοιπόν να δημιουργείται ο πολιτισμός και να αναπτύσσονται οι επιστήμες και μαζί με όλες τις άλλες και η ιατρική.

Τα αρχαιότερα τεκμήρια της ιατρικής επιστήμης τα έχουμε από την αρχαία Αίγυπτο (περίπου την 3η χιλιετηρίδα π.Χ.). Εδώ θαυμάζει κανείς τις ανατομικές και θεραπευτικές γνώσεις των Αιγυπτίων ιατρών, χωρίς βέβαια να λείπει και το μαγικό στοιχείο, που συμπυκνώνει την παράδοση των παλαιοτέρων δεισιδαιμονιών. Στην αρχαία Αίγυπτο αναπτύχθηκε η ανατομική λόγω της ταρίχευσης των πτωμάτων και η επιδεσμολογία λόγω της δημιουργίας της Μούμιας. Στη θεραπευτική χρησιμοποιούνταν διάφορα μείγματα από βότανα, μέταλλα, ορυκτά και μέρη ζώων.

Στα μέσα του 5ου π.Χ. αιώνα, στην αρχαία Ελλάδα ο **Ιπποκράτης** είναι αυτός που όχι μόνο

θεμελίωσε την ιατρική με βάση την παρατήρηση και την εμπειρία, αλλά έδωσε και τις ηθικές αρχές που πρέπει να διέπουν την άσκηση της ιατρικής.

Έτσι ο Ιπποκράτης δικαίως απέκτησε τον τίτλο του **«πατέρα της Ιατρικής»**, γιατί αφενός ξεκαθάρισε την ιατρική από τις προλήψεις και δεισιδαιμονίες- και γενικότερα από το μαγικό στοιχείο που μέχρι τότε κυριαρχούσε στην διάγνωση και καθόριζε την θεραπεία- και την θεμελίωσε με βάση πλέον τη λογική και αφετέρου της έδωσε και ηθικό περιεχόμενο.

Ο Ιπποκράτης θέλει τον γιατρό με «ανθρωπισμό», κάτι που φαίνεται στον **«Όρκο του Ιπποκράτη»** και είναι ένα στοιχείο της ιατρικής που δεν αφήνει έκτοτε ασυγκίνητη καμία εποχή.

Ακολουθεί η Ρωμαϊκή περίοδος. Στο δεύτερο ήμισυ του 2ου αιώνα μ.Χ. διακρίνεται η μεγάλη φυσιογνωμία του **Γαληνού**, στο πρόσωπο του οποίου η ιατρική βρίσκει τον πιο ολοκληρωμένο εκφραστή της. Η συγγραφική εργασία του Γαληνού, που κυρίως ανακεφαλαίωσε όλη την ιατρική της Αρχαίας Ελλάδας, επιβλήθηκε για 14 περίπου αιώνες. Ο Γαληνός είναι ο πρώτος που παρασκεύαζε πολυσύνθετα φαρμακευτικά σκευάσματα, τα οποία έχουν μείνει μέχρι σήμερα με τον όρο «γαληνικά». Την περίοδο αυτή συναντούμε για πρώτη φορά την διάκριση των γιατρών σε πολλές ειδικότητες. Επίσης, στην Ρωμαϊκή περίοδο έγινε αντιληπτή η σημασία της Δημόσιας Υγιεινής και άρχισαν να κατασκευάζονται λουτρά-υδραγωγεία και Νοσοκομεία.

Από την εποχή του Γαληνού και μέχρι τα μέσα του 16ου αιώνα, η χρονική περίοδος που συμπίπτει εν πολλοίς με τον Μεσαίωνα, την σκοτεινή αυτή περίοδο στην ιστορία του δυτικού κόσμου, που ταυτίζεται με την αμάθεια και τις προλήψεις, λείπουν τα φωτεινά πνεύματα τα ικανά να χαράξουν καινούργιους δρόμους. Έτσι την περίοδο αυτή η ιατρική δεν παρουσιάζει τίποτε το αξιόλογο και η βάση των ιατρικών γνώσεων στηρίζεται σχεδόν αποκλειστικά στα συγγράμματα του Γαληνού.

Μετά το Μεσαίωνα αρχίζει μια νέα εποχή, κατά την οποία στο κέντρο των ιδεών και των αντιλήψεων για τη ζωή βρίσκεται ο άνθρωπος, η εποχή της Αναγέννησης. Οι επιδράσεις του νέου αυτού τρόπου σκέψης επεκτείνονται και στην ιατρική. Στο Μεσαίωνα ο άνθρωπος θαύμαζε μόνο

Ο Λουΐ Παστέρ

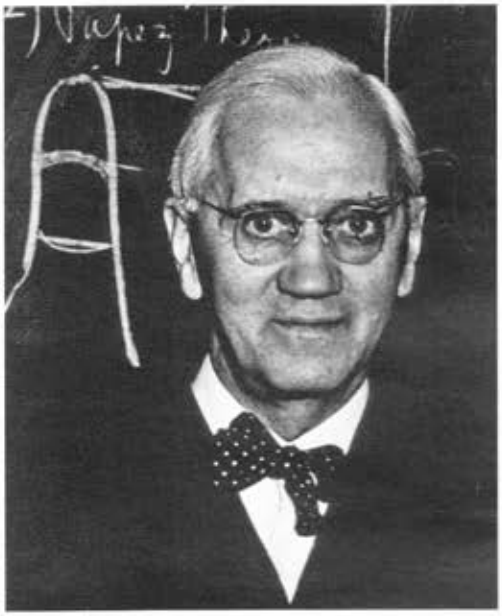
τον θεό και θεωρούσε τον εαυτό του ανάξιο μελέτης μπροστά στο μεγαλείο Του. Στην Αναγέννηση, που ακολούθησε, ο άνθρωπος θεωρώντας τον εαυτό του ένα αξιοθαύμαστο δημιούργημα του θεού, μελετάει τον εαυτό του, προκειμένου να μάθει περισσότερα για τον δημιουργό θεό.

Έτσι η Ιατρική στους αιώνες που ακολούθησαν μέχρι σήμερα, απελευθερώνεται από την μεταφυσική και στρέφεται στην ανάπτυξη δικών της μεθόδων, που στηρίζονται στη λογική. Γίνεται πλέον αποδεκτή η εκτέλεση ανατομικών σπουδών σε ανθρώπινα πτώματα και στα μέσα του 16ου αιώνα ο **Vesalius**, με το έργο του «Περί κατασκευής του ανθρωπίνου σώματος», εγκαινίασε τη σύγχρονη ανατομική.

Η πρόοδος αυτή της ανατομικής, όπως ήταν φυσικό, επηρέασε και άλλους τομείς της Ιατρικής επιστήμης, με αποτέλεσμα να ακολουθήσουν επαναστατικές ανακαλύψεις στη φυσιολογία, την παθολογία και τη χειρουργική.

Στον τομέα της φυσιολογίας στις αρχές του 17ου αιώνα, ο **William Harvey** έθεσε τις βάσεις της μηχανιστικής θεώρησης του οργανισμού, περιγράφοντας την κυκλοφορία του αίματος στο αγγεία, με την καρδιά να αποτελεί την αντλία της κυκλοφορίας.

Στον τομέα της παθολογίας τον 17ο αιώνα, χάρη στην ανακάλυψη του μικροσκοπίου και την εφαρμογή πειραμάτων, άρχισε να αμφισβητείται η θεωρία της αυτόματης γέννησης και ανακαλύπτονται οι πρώτοι μικροοργανισμοί. Οι Ευρωπαίοι γιατροί γνωρίζουν νέες θεραπευτι-



Ο Αλεξάντερ Φλέμινγκ

κές μεθόδους και νέες φαρμακευτικές ουσίες, λόγω της ανάπτυξης της επικοινωνίας με τους λαούς της ανατολής.

Στον τομέα της χειρουργικής, στον ίδιο αιώνα, αποκτώνται καινούργιες εμπειρίες, επειδή την περίοδο αυτήν οι συνεχείς πόλεμοι με την χρησιμοποίηση πυροβόλων όπλων δημιουργούσαν τραυματισμούς, που απαιτούσαν επιτακτικά από τους χειρουργούς την αντιμετώπιση τους.

Τον 18ο αιώνα το κύριο έργο των γιατρών ήταν η συστηματοποίηση του μεγάλου όγκου των γνώσεων της ιατρικής, που είχε συγκεντρωθεί τους προηγούμενους αιώνες. Ο αιώνας αυτός δεν μπορεί να θεωρηθεί σαν ιδιαίτερα μεγάλος στην ιστορία της ιατρικής, αλλά παρουσίασε σημαντική πρόοδο στην ανατομία και τη φυσιολογία. Επίσης λόγω των επιδημιών, σημαντική ήταν η βελτίωση της δημόσιας υγιεινής με την συλλογή των απορριμμάτων,τη δημιουργία αποχωρητηρίων και τον πολλαπλασιασμό των Νοσοκομείων. Παρά την απόκτηση των καινούργιων γνώσεων, την τελειοποίηση του μικροσκοπίου και του θερμομέτρου, την ανάπτυξη της χημείας και της βιολογίας, δεν κατορθώθηκε να αντιμετωπισθούν επιτυχώς οι ασθένειες.

Ο μέσος όρος ζωής του ανθρώπου τον αιώνα αυτόν δεν ξεπερνούσε τα 22 χρόνια και η παιδική θνησιμότητα μέχρι την ηλικία των 5 ετών ήταν πάνω από 50%. Στον ίδιο αιώνα ξέσπασε και η επιδημία της ευλογιάς με 60 εκατομμύρια νεκρούς. Την εποχή αυτή ο **E. Jenner**, ανακάλυψε τον δαμαλισμό (εμβολιασμός για την ευλογιά) και άνοιξε ο δρόμος για την προφύλαξη από τα λοιμώδη νοσήματα και την ανάπτυξη της κοινωνικής ιατρικής, με αποτέλεσμα η υγεία από ατομικό να θεωρείται πλέον κοινωνικό αγαθό.

Ο 19ος αιώνας που ακολούθησε σημαδεύτηκε από πολύ σημαντικές ανακαλύψεις της ιατρικής. Τότε τέθηκαν οι βάσεις της κληρονομικότητας από τον **Mendel**, για να επιβεβαιωθεί στη συνέχεια ότι στα χρωματοσώματα των κυττάρων εντοπίζονται οι κληρονομικές καταβολές. Η ανακάλυψη αυτή προκάλεσε επανάσταση στη σύγχρονη βιολογία και την ιατρική. Επίσης καταρρίφτηκε η θεωρία της αυτόματης γένεσης από τον Pasteur, που απέδειξε μαζί με τον **Koch** την σχέση των μικροβίων με τις ασθένειες.

Από τον **Pasteur** έγινε η παρασκευή των εμβολίων κατά της λύσσας και του άνθρακα και εφαρμόσθηκε η παστερίωση για την καταστροφή των μικροβίων. Στον αιώνα αυτόν, ανακαλύπτονται μέθοδοι αντισηψίας και αναισθησίας για την αντιμετώπιση του πόνου στις χειρουργικές επεμβάσεις, που αποτέλεσαν σημαντικό σταθμό στον τομέα της χειρουργικής.

Έτσι ο αιώνας αυτός σφράγισε την ιστορία της ιατρικής με σπουδαίες ανακαλύψεις, που αποτέλεσαν τη βάση για την μεγάλη εξέλιξη της στον επόμενο αιώνα.

Ο ρόλος της ιατρικής πρωταρχικά ήταν και είναι πάντοτε η ανακούφιση του ανθρώπου από τον σωματικό και ψυχικό πόνο και η διατήρηση της ζωής. Στον κύριο αυτό ρόλο οι δυνατότητες της ιατρικής στο τέλος του 19ου αιώνα δεν ήταν και πάρα πολύ μεγαλύτερες από την εποχή του Ιπποκράτη.

Ο 20ος αιώνας που ακολούθησε και που έκλεισε πριν από λίγα χρόνια χαρακτηρίσθηκε από την αλματώδη πρόοδο της ιατρικής.

Αρχίζουν να ανακαλύπτονται τα παθογόνα μικρόβια, που είναι τα αίτια πολλών νόσων και να θεμελιώνεται η χρήση χημικών προϊόντων στη θεραπευτική. Η ανακάλυψη και η βιομηχανική παραγωγή των εμβολίων έδωσε την δυνατότητα της πρόληψης των λοιμωδών νόσων, που τους προηγούμενους αιώνες αποτελούσαν μάστιγα για την ανθρωπότητα.

Λίγο πριν από την ανατολή του 20ου αιώνα ο **B. Rontgen** ανακαλύπτει τις ακτίνες Χ. και στις

αρχές του αιώνα, το ζεύγος, **Marie & Pierre Curie** ανακαλύπτουν την ραδιενέργεια και έτσι δόθηκε νέα ώθηση στην διάγνωση διάφορων παθήσεων και στη θεραπευτική αντιμετώπιση των νεοπλασμάτων.

Η ανακάλυψη της **ινσουλίνης** το 1922 και η χρήση της στη θεραπεία του σακχαρώδους διαβήτη ήταν σωτήρια για πολλούς ανθρώπους, που ήταν καταδικασμένοι χωρίς τη χρήση της να πεθάνουν.

Με την ανακάλυψη από τον **A. Fleming** το 1929 και την ευρεία χρήση της πενικιλίνης από το 1943 αρχίζει μια καινούργια σελίδα στην θεραπευτική αντιμετώπιση των λοιμώξεων και, ίσως μέσα στα 12 χρόνια που πέρασαν μέχρι τον θάνατό του (1955) να ήταν ο άνθρωπος που είχε σώσει περισσότερες ζωές από κάθε άλλο μέχρι τότε.

Ακολουθεί το 1952 η ανακάλυψη της στρεπτομυκίνης από τον **S. Waksman**, το νικητή, όπως τον χαρακτήρισαν, της φυματίωσης.

Έκτοτε, η χημική φαρμακοβιομηχανία πρόσθεσε στην φαρέτρα της ένα πλήθος αξιόλογων φαρμάκων για την αντιμετώπιση των παθολογικών καταστάσεων. Το 1956 η εφαρμογή της μεθόδου διάγνωσης του καρκίνου του τραχήλου της μήτρας από τον Έλληνα κυτταρολόγο **Γεώργιο Παπανικολάου**, που εργαζόταν στις Η.Π.Α, το γνωστό **Pap test**, έσωσε και σώζει πολλές ζωές γυναικών.

Στον τομέα της χειρουργικής την πρώτη πετυχημένη μεταμόσχευση νεφρού το 1953 στις Η.Π.Α. και η εφαρμογή της εξωσωματικής κυκλοφορίας από τον **Gibbon** την ίδια χρονιά έφερε επανάσταση στην καρδιοχειρουργική. Οι μεταμοσχεύσεις καρδιάς, με πρωτοπόρο τον **Christian Barnard** το 1967, άνοιξαν νέους ορίζοντες στην μεταμόσχευση οργάνων. Ακολούθησε το 1981 η πρώτη επιτυχημένη μεταμόσχευση καρδιάς και πνευμόνων ταυτοχρόνως. Με την ανακάλυψη συνεχώς νέων ανοσοκατασταλτικών φαρμάκων, που είναι απαραίτητα για να μην απορριφθούν τα μοσχεύματα από τον οργανισμό, ο κλάδος της χειρουργικής που ασχολείται με την μεταμόσχευση διαφόρων οργάνων έχει πλέον αλματώδη εξέλιξη. Βασικό πρόβλημα στις μεταμοσχεύσεις οργάνων παραμένει η έλλειψη δοτών. Εδώ χρειάζεται ευαισθητοποίηση του κοινού, ώστε οι δωρητές οργάνων να αυξηθούν. Σημειωτέον ότι η

Ο Γεώργιος Παπανικολάου

χώρα μας κατέχει την τελευταία θέση στον τομέα της δωρεάν οργάνων μετά θάνατο απ' όλες τις Ευρωπαϊκές χώρες.

Εκτός από τα μοσχεύματα οργάνων, στον αιώνα αυτόν, κατασκευάσθηκαν πολλές τεχνικές συσκευές, όπως τεχνητός νεφρός-καρδιακές μεταλλικές βαλβίδες-αναπνευστήρες κ.α που σώζουν ζωές και βελτιώνουν την ποιότητα της ζωής.

Με τη χρήση ακτίνων λέιζερ γίνονται πλέον πολλές επεμβάσεις με μεγαλύτερη ακρίβεια και λιγότερες παρενέργειες.

Η ανακάλυψη της αξονικής και μαγνητικής τομογραφίας έδωσε την δυνατότητα της καλύτερης απεικόνισης των διαφόρων οργάνων και επομένως της πρωϊμότερης και ακριβέστερης διάγνωσης πολλών ασθενειών.

Πολλές είναι οι συσκευές και τα όργανα που σήμερα είναι στη φαρέτρα του γιατρού και τον βοηθούν στην καθημερινή ιατρική πράξη για σωστότερη διάγνωση (καρδιογράφοι-υπερηχογράφοι-ενδοσκοπικά όργανα και πάρα πολλά άλλα που δεν έχει ιδιαίτερο νόημα η αναφορά τους εδώ).

Κλείνοντας με τον αιώνα που μόλις τελείωσε θέλω να τονίσω ότι είναι πάρα πολλές οι καινούργιες ανακαλύψεις, που η εφαρμογή τους βελτίωσε την ποιότητα και τον χρόνο ζωής του ανθρώπου. Ενδεικτικά αναφέρω ως περισσότερο γνωστά το περίφημο μπλε χάπι για την στυτική δυσλειτουργία και την υποβοηθούμενη αναπαραγωγή.

Είναι φανερό ότι στον 20ο αιώνα έγιναν τερά-

Ο Κρίστιαν Μπάρναρτ

στιες πρόοδοι στην ιατρική, που είναι ασφαλώς πολύ μεγαλύτερες από την πρόοδο που έγινε τους προηγούμενους 40 αιώνες. Στον αιώνα αυτόν οι γνώσεις που συγκεντρώθηκαν,η εύρεση των αιτίων και των μηχανισμών των νόσων, η ανακάλυψη στην θεραπευτική μεγάλου αριθμού φαρμάκων και άλλων θεραπευτικών μεθόδων βελτίωσαν σημαντικά την υγεία του ανθρώπου όχι μόνο σε ατομικό αλλά και σε κοινωνικό επίπεδο.

Στον τομέα της κοινωνικής και προληπτικής ιατρικής τα επιτεύγματα είναι αξιόλογα. Με το τέλος του αιώνα που έφυγε εφαρμόζονται κανόνες υγιεινής και πρόληψης των νόσων, με αποτέλεσμα τα λοιμώδη νοσήματα, που για πολλούς αιώνες αποδεκάτιζαν την ανθρωπότητα (επιδημίες πανώλης-χολέρας-γρίπης-ευλογιάς κ.ά) να έχουν σήμερα σχεδόν εξαλειφθεί.

Στον αιώνα που πριν από λίγα χρόνια άρχισε οι παθήσεις φθοράς και πολιτισμού είναι τα κυριότερα αίτια θανάτου του συγχρόνου ανθρώπου. Η διαρκής αύξηση του πληθυσμού, ο τρόπος και η μεγαλύτερη διάρκεια ζωής του ανθρώπου είναι βασικοί παράγοντες που οδηγούν την αύξηση των ανωτέρω παθήσεων. Οι καρδιαγγειακές παθήσεις και οι κακοήθεις νεοπλασίες είναι οι πρώτες αιτίες θανάτου. Επίσης αποτελούν πρόβλημα ο σακχαρώδης διαβήτης, οι ρευματο-αρθροπάθειες, τα ψυχικά νοσήματα και η άνοια. (μορφή της είναι η γνωστή νόσος Alzheimer), που αφορούν την υγεία και τη ζωή μεγάλου αριθμού ανθρώπων.

Σήμερα με την αποκρυπτογράφηση του γεννητικού κώδικα του ανθρώπου ανοίγονται καινούργιοι ορίζοντες για την πρόληψη, την διάγνωση και την αντιμετώπιση των σύγχρονων ασθενειών. Η δυνατότητα της χρησιμοποίησης των βλαστοκυττάρων δίνουν νέες ελπίδες για την επιτυχή αντιμετώπιση πολλών νοσημάτων. Στα χρόνια που θα ακολουθήσουν υπάρχουν βάσιμες ελπίδες ότι με τα καινούργια επιτεύγματα της ιατρικής, που είναι σίγουρο ότι θα συνεχισθούν, τόσο με την μελέτη του γεννητικού κώδικα όσο και με την εφαρμογή της νανοτεχνολογίας στην ιατρική, η πρώιμη διάγνωση και θεραπεία των κακοήθων νεοπλασμάτων, αλλά και άλλων παθήσεων, θα τύχουν ικανοποιητικής αντιμετώπισης.

Με τις νέες τεχνολογίες της γεννητικής, και ιδιαίτερα της κλωνοποίησης, ίσως στο μέλλον λυθεί και το πρόβλημα της ύπαρξης των απόλυτα συμβατών μοσχευμάτων για τους λήπτες των μεταμοσχευμένων οργάνων. Όλα τα ιατρικά επιτεύγματα που πραγματοποιήθηκαν στο πέρασμα των αιώνων δεν πρέπει να θεωρηθούν σαν καρπός τυχαίων γεγονότων ή καρποί ορισμένων μόνο μεγαλοφυών ανθρώπων. Πίσω από αυτά και πίσω από τα ονόματα των τελικών εκφραστών κρύβεται ο μόχθος, η επιμονή, το θάρρος και μερικές φορές οι υλικές και ηθικές θυσίες πολλών ερευνητών και ιατρών της μαχόμενης ιατρικής. Υπάρχει πάντοτε ένας επίπονος μακροχρόνιος αγώνας της επιστήμης για την εναγώνια αναζήτηση της αλήθειας, που ρυθμίζει τη ζωή μας.

Τελειώνοντας θέλω να τονίσω ότι η ιατρική, εκτός από τα πολύπλοκα βιολογικά προβλήματα που προσπαθεί να λύσει με όλες τις επιστημονικές-τεχνολογικές ανακαλύψεις, πρέπει πάντοτε να προωθεί σημαντικά και την ιδέα του ανθρωπισμού, οι βάσεις του οποίου τέθηκαν από τον Ιπποκράτη. Οι ηθικές αρχές της προσωπικής ιατρικής πρέπει να κυριαρχούν στις σχέσεις μεταξύ ιατρού και ασθενούς.

Ο ιατρός, πέρα από την επιστημονική κατάρτιση, επιβάλλεται να διαθέτει και συναισθηματική ωριμότητα και πνευματική καλλιέργεια, ώστε να εκτιμάει και να λαμβάνει υπόψη, εκτός από την σωματική και ψυχολογική κατάσταση του ασθενούς και την οικογενειακή, οικονομική και κοινωνική θέση του. Τότε μόνο η ιατρική επιτελεί το σκοπό της. ■

***Μερικά στοιχεία του πονήματος αυτού είναι από την ομιλία του γράφοντος, που έγινε την Τετάρτη 20 Δεκεμβρίου 1978 στο Πολιτιστικό Κέντρο Νάουσας, στη σειρά των Διαλέξεων-Συζητήσεων «ΛΑΪΚΟ ΠΑΝΕΠΙΣΤΗΜΙΟ» .**

Πικάσο: Επιστήμη και ευσπλαχνία, 1897

Η ΑΝΘΡΩΠΙΑ ΣΤΗΝ ΚΑΘΗΜΕΡΙΝΗ ΑΣΚΗΣΗ ΤΗΣ ΙΑΤΡΙΚΗΣ ΤΑ ΤΕΛΕΥΤΑΙΑ 50 ΧΡΟΝΙΑ

Γράφει ο Νικόλαος Κασάπης, Ιατρός

Αποφεύγω τον όρο «Ανθρωπισμός» και προτιμώ τον όρο «Ανθρωπιά», γιατί ο πρώτος είναι φορτισμένος με φιλοσοφική, κοινωνική, θρησκευτική και πολιτική έννοια και έχει πάρα πολλές αξιώσεις και απαιτεί μεγάλη επέκταση και εξειδίκευση, ενώ ο σκοπός του παρόντος πονήματος είναι η καθημερινή ανθρώπινη σχέση του γιατρού με τον ασθενή και το συγγενικό του περιβάλλον τα τελευταία 50 χρόνια, που την βίωσα και προσωπικά. Με τον όρο «Ανθρωπιά» υπονοώ τα ψυχικά χαρακτηριστικά (αγάπη, συμπόνια κλπ.) και τις πνευματικές ιδιότητες (νόηση, λόγο κλπ.) που έχει ο άνθρωπος και τον ξεχωρίζουν από όλα τα άλλα όντα.

Τα πρώτα χρόνια της τελευταίας 50ετίας, όταν τις κοινωνίες της χώρας μας τις αποτελούσαν κυρίως οι λαϊκές γειτονιές με τις μονοκατοικίες και τις αυλές, οι σχέσεις των ανθρώπων ήταν προσωπικές και είχαν έντονο το στοιχείο της αλληλεγγύης και του συναισθηματισμού. Την εποχή αυτή τα ιατρικά μέσα ήταν λιγοστά και επομένως οι δυνατότητες του οικογενειακού γιατρού, για διάγνωση και αντιμετώπιση των διαταραχών της υγείας των ασθενών του, ήταν περιορισμένες. Στηριζόταν πολύ στη λήψη καλού ιστορικού, στην κλινική εμπειρία και στην φυσική κλινική εξέταση. Τότε, λοιπόν, ο γιατρός, που συνήθως ήταν χωρίς εξειδίκευση ή είχε την ειδικότητα του παθολό-

γου, έπρεπε να ασχοληθεί περισσότερο χρόνο για τη λήψη του ιστορικού συνομιλώντας με τον ασθενή και το περιβάλλον του, αλλά και με την κλινική εξέταση.

Αυτή η διαδικασία δημιουργούσε οικειότητα μεταξύ ασθενούς-συγγενικού περιβάλλοντος και του γιατρού, που είναι απαραίτητη για να υπαρχει ικανοποιητική ανθρώπινη επικοινωνία.

Επίσης, επειδή και ο γιατρός ζούσε στο ίδιο κοινωνικό περιβάλλον, γνώριζε όχι μόνο πρόσωπα αλλά και καταστάσεις (οικονομικές-οικογενειακές-επαγγελματικές) που αφορούσαν τον κάθε ασθενή του και του έδιναν την δυνατότητα να τον αντιμετωπίσει με περισσότερη «ανθρωπιά». Έτσι ο γιατρός ήταν ο γείτονας, ο φίλος και εκείνος που με τον λόγο του και την εν γένει συμπεριφορά του απαλυνε τον πόνο, καλλιεργούσε την ελπίδα και έδινε αγάπη και παρηγοριά. Ο ασθενής και το περιβάλλον του είχε απόλυτη εμπιστοσύνη και οι αποφάσεις του γιατρού ήταν κάτι περισσότερο από σεβαστές. Έπρεπε να τηρηθούν χωρίς καμία παρέκκλιση αλλά και δεν διανοούνταν κανείς να τις αμφισβητήσει. Ο γιατρός ήταν για τον ασθενή και την οικογένειά του ο «μικρούλης θεός».

Με την πάροδο των χρόνων, λόγω της αστικοποίησης του πληθυσμού, εμφανίζονται οι πολυκατοικίες με τα διαμερίσματα, περιορίζεται ο ελεύθερος χώρος, ο κόσμος κυκλοφορεί όλο και περισσότερο με αυτοκίνητο, οι μητέρες περνάνε πολύ χρόνο στους χώρους εργασίας, άρχισαν οι προσωπικές επαφές των ανθρώπων να περιορίζονται, η γειτονιά σιγά -σιγά άρχισε να εξαφανίζεται σαν κοινωνικός σύνδεσμος και μαζί της και η έννοια της αλληλεγγύης.

Οι καινούργιες γενεές περνούν πλέον τον ελεύθερο χρόνο τους μέσα στα διαμερίσματα, βλέπουν τηλεόραση, ασχολούνται με το διαδίκτυο και αρχίζει να προβάλλεται το καινούργιο πρότυπο του επιτυχημένου ανθρώπου (με το καλό διαμέρισμα, με το εξοχικό σπίτι,με το ακριβό αυτοκίνητο κλπ.).

Οι δρόμοι γεμίζουν καταστήματα με ωραίες βιτρίνες και η διαπαιδαγώγηση γίνεται πλέον όχι στη γειτονιά της αλληλεγγύης και του συναισθηματισμού αλλά μέσα από την τηλεόραση και το διαδίκτυο. Αλλάζουν οι κοινωνικές αξίες και πλέον επικρατεί ο καταναλωτισμός και ο ατομικισμός.

Οι αξίες, λοιπόν, αλλάζουν, όλοι θέλουν να κερδίζουν όσο το δυνατόν περισσότερα χρήματα, όχι τόσο για άμεσες ουσιαστικές ανάγκες, αλλά για μεγαλύτερη κοινωνική αποδοχή και προβολή.

Την περίοδο αυτή η ιατρική επιστήμη κάνει πραγματικά τεράστιες προόδους. Υπάρχει πλέον η δυνατότητα της σωστότερης και ακριβέστερης διάγνωσης, ως και της επιτυχημένης θεραπείας για πολλές ασθένειες που στο παρελθόν δεν αντιμετωπιζόταν ικανοποιητικά. Ο γιατρός εξειδικεύεται σε επί μέρους τομείς της ιατρικής επιστήμης, χρησιμοποιεί συχνά ιατρικά μηχανήματα για την διάγνωση και αρχίζει να μην δίνει την βαρύτητα που έδινε τα προηγούμενα χρόνια στο ιατρικό ιστορικό και την κλινική εξέταση. Ο ασθενής έχει χάσει εν πολλοίς τον οικογενειακό του ιατρό. Απευθύνεται πολλές φορές από μόνος του σε αυτόν που θεωρεί ειδικό για την πάθησή του. Τον ασθενή όμως εκτός από την νόσο που έχει, τον κατέχει και ο φόβος και η αγωνία για την ζωή του. Παρόμοια βιώματα ζει και το οικογενειακό του περιβάλλον.

> Η «ανθρωπιά» εξαρτάται σε μεγάλο βαθμό από την επικοινωία που αναπτύσσεται από τον γιατρό με τον ασθενή του και το συγγενικό του περιβάλλον.

Έτσι ο σύγχρονος γιατρός εκτός από τα μέσα που του παρέχει η επιστήμη του και που η εξειδίκευσή του τον κάνει ικανό να τα χρησιμοποιήσει για σωστότερη διάγνωση και καλύτερη θεραπεία, καλείται να αντιμετωπίσει και τα παράπλευρα συμπτώματα της νόσου του ασθενούς και του περιβάλλοντός του.

Παρά, λοιπόν, τις προόδους της ιατρικής το κύρος των γιατρών ουσιαστικά μειώνεται, όταν δεν συμπορεύονται οι επιστημονικές γνώσεις με την σωστή επικοινωνία και την τήρηση γενικών κανόνων ηθικής. Έτσι ο γιατρός για να μπορέσει να διατηρήσει το κύρος του, πρέπει να είναι όχι μόνο κοντά στον «ασθενή άνθρωπο», αλλά και για τον «ασθενή άνθρωπο». Αυτό προϋποθέτει **ΙΑΤΡΙΚΕΣ ΓΝΩΣΕΙΣ-ΑΝΘΡΩΠΙΝΗ ΕΠΙΚΟΙΝΩΝΙΑ ΚΑΙ ΗΘΙΚΗ**.

Όσον αφορά τις ΙΑΤΡΙΚΕΣ ΓΝΩΣΕΙΣ ο γιατρός είναι υποχρεωμένος να παρακολουθεί τις εξελίξεις της επιστήμης του. Η εξέλιξη της ιατρικής έδωσε στο σύγχρονο γιατρό πολλά **εργαστηριακά μέσα** (απεικονιστικά-ενδοσκοπικά-βιοπαθολογικά-κυτταρολογικά κλπ.) για ορθή διάγνωση, που οφείλει να γνωρίζει τη σωστή χρησιμοποίησή τους, πολλά **φάρμακα** για τα οποία πρέπει να είναι ενήμερος για την δράση τους, τις παρενέργειές τους και τις αλληλοεπιδράσεις τους και πολλές δυνατότητες **χειρουργικών επεμβάσεων** που οφείλει να ξέρει όχι μόνο να τις εκτελεί τεχνικά σωστά, αλλά να εφαρμόζει την καταλληλότερη και περισσότερο ενδεδειγμένη χειρουργική μέθοδο για κάθε περίπτωση.

Σήμερα, μπορούμε να πούμε, με τα μέσα που υπάρχουν (επιστημονικά συνέδρια-βιβλιογραφία-διαδίκτυο) η έλλειψη επιστημονικών γνώσεων δεν δικαιολογείται και είναι επικίνδυνη για τον ασθενή, πλην όμως η ύπαρξη μόνον επιστημονικών γνώσεων χωρίς τους άλλους δύο πυλώνες της «ανθρωπιάς» είναι καταστροφική και για τον ασθενή και για την κοινωνία. Δυστυχώς όμως ο υλιστικός ευδαιμονισμός, που περιορίζει πολύ τον διαθέσιμο χρόνο και του γιατρού, δημιουργεί σε πολλές περιπτώσεις έλλειμμα «ανθρωπιάς».

Η «ανθρωπιά» εξαρτάται σε μεγάλο βαθμό από την **ΕΠΙΚΟΙΝΩΝΙΑ** που αναπτύσσεται από τον γιατρό με τον ασθενή του και το συγγενικό του περι-

βάλλον. Αυτή έχει σχέση με τις πληροφορίες, τις σκέψεις και τα συναισθήματα που εκφράζονται στις συναντήσεις του γιατρού και του ασθενούς του. Η επικοινωνία αυτή δεν πρέπει να ξεχνάμε ότι δεν είναι ισοβαρής. Από την μια μεριά είναι ο γιατρός που είναι υγιής και «δυνατός», ενώ από την άλλη μεριά είναι ο ασθενής με το σωματικό ή ψυχικό μειονέκτημα της νόσου, τους φόβους και τις ανασφάλειές του. Επομένως εκείνος που φέρει ακέραια την ευθύνη για καλή, επωφελή και με ανθρώπινα χαρακτηριστικά επικοινωνία είναι ο γιατρός. Οι ανθρώπινες σχέσεις του γιατρού με τον ασθενή έχουν μεγάλη σημασία. Ο μεν ασθενής χρειάζεται την συμπαράσταση και το ενδιαφέρον του γιατρού όχι μόνο για ψυχική ανακούφιση αλλά γιατί επιδρά θετικά και στην θεραπευτική του αγωγή. Η εμπιστοσύνη που δημιουργείται βοηθάει τον ασθενή να αποβάλλει τα αρνητικά του συναισθήματα (φόβος- άγχος κ.α). που είναι σημαντικό για να ξεπεράσει ή να αμβλύνει το πρόβλημα υγείας, γι αυτό οφείλει ο γιατρός να ανταποκριθεί θετικά. Ο δε γιατρός όταν καλλιεργεί την εμπιστοσύνη με τον ασθενή βοηθιέται για να έχει όλες εκείνες τις πληροφορίες που του είναι απαραίτητες για την σωστή διάγνωση. Για τους λόγους αυτούς ο γιατρός οφείλει από την πρώτη επαφή να κερδίσει την εμπιστοσύνη του ασθενούς του.

Αυτό προϋποθέτει απλότητα στην συμπεριφορά του, χρησιμοποίηση κατανοητής για τον ασθενή γλώσσας και διάθεση αρκετού χρόνου. Ο χρόνος πρέπει να είναι επαρκής για να μπορέσει ο ασθενής να εκφράσει τα προβλήματα του, να υποβάλλει τις ερωτήσεις που θέλει και να πάρει ικανοποιητικές απαντήσεις. Συνεπώς ο γιατρός σήμερα πρέπει να μπορεί όχι μόνο να εξηγεί στον ασθενή του με απλότητα, κατανοητά και πειστικά όλα όσα έχουν σχέση με την πάθησή του, αλλά και να τον προσεγγίζει με «ανθρωπιά» αναπτύσσοντας μαζί του τις καλύτερες δυνατές ανθρώπινες σχέσεις που απαιτούν ασφαλώς από τον γιατρό διάθεση χρόνου και κατάθεση ψυχής για να είναι και τα αποτελέσματα όσο το δυνατόν καλύτερα. Βασικό στοιχείο της «ανθρωπιάς» που πρέπει να επιδεικνύει ο γιατρός απέναντι στον ασθενή είναι και η **ΗΘΙΚΗ ΑΝΤΙΜΕΤΩΠΙΣΗ** του ασθενούς που εκφράζεται μέσα από την συμπεριφορά του με την επικοινωνία που αναπτύσσει μαζί του.

Βασικό στοιχείο της ηθικής είναι η αντιμετώπιση του ασθενούς σε όλα τα στάδια της επικοινωνίας με την ηθική αξία που έχει κάθε άνθρωπος ανεξάρτητα από την κατάσταση της υγείας του. Επομένως ο «ασθενής άνθρωπος» πρέπει να είναι το κέντρο του ενδιαφέροντος του γιατρού με την ίδια ηθική αξία που έχει και ο υγιής συνάνθρωπός μας. Ο γιατρός πρέπει σε κάθε ευκαιρία εμπράκτως να δείχνει ότι η αποκλειστική του έγνοια είναι η αποκατάσταση ή η βελτίωση της υγείας του ασθενούς σαν ενιαία σωματική και ψυχική ολότητα.

Αυτό μπορεί να το πετύχει εκφράζοντας αισθήματα συμπάθειας και κατανόησης απέναντι στον ψυχικό πόνο που δημιουργεί στον ασθενή η κατάσταση της υγείας του. Η συμπαθητική συμπεριφορά του γιατρού απέναντι στον ασθενή πρέπει να είναι αυθόρμητη και να στοχεύει τον ασθενή και όχι να εκφράζεται με «μέσον» τον ασθενή για ιδιοτελείς σκοπούς, γιατί τότε θα είναι μια στάση ανεύθυνη, χωρίς συνέχεια και δεν θα αποβλέπει στο πραγματικό συμφέρον του ασθενούς.

Ένα άλλο μεγάλο θέμα καθημερινής ηθικής σε σχέση με τον ασθενή είναι η τήρηση του ιατρικού απόρρητου. Είναι ένα θέμα αρκετά περίπλοκο και σε γενικές γραμμές μπορεί κανείς να πει, ότι είναι και προσωπικό και αξιολογείται από κάθε γιατρό για κάθε περίπτωση χωριστά. Η βασική ηθική αρχή που πρέπει να διέπει το ιατρικό απόρρητο και πρέπει να τηρείται με συνέπεια είναι να το διαφυλάγει, αν η αποκάλυψή του δεν προστατεύει άλλους συνανθρώπους μας. Είναι βασικό το ιατρικό απόρρητο να τηρείται και μετά τον θάνατο του ασθενούς μας. Μου κάνει εντύπωση τι σκοπιμότητα έχει η αποκάλυψη από τα μέσα μαζικής ενημέρωσης, όταν αναγγέλλουν τον θάνατο κάποιου αναγνωρίσιμου συνανθρώπου μας, αναφέροντας μάλιστα και την αιτία του. Τις περισσότερες φορές είναι και ανήθικο, γιατί δημιουργεί και αισθήματα φόβου-πανικού και απαισιοδοξίας σε συνανθρώπους μας που τυχαίνει να πάσχουν από την «ίδια» πάθηση. Συχνά μας ενημερώνουν π.χ. ότι ο τάδε «έχασε τη μάχη με την «επάρατο» κλπ.» Κατά την γνώμη μου είναι κάτι και επιζήμιο και παραβιάζει την βασική ηθική αρχή του ιατρικού απόρρητου.

Στην καθημερινή ιατρική άσκηση πολλές φορές ο γιατρός είναι αναγκασμένος να ανακοινώσει δυσάρεστα γεγονότα που έχουν σχέση με την διάγνωση και την εξέλιξη της πάθησης του ασθενούς. Είναι μια κατάσταση πολύ οδυνηρή και για τον ασθενή και για τους συγγενείς του, αλλά και για τον ίδιο το γιατρό.

Στις περιπτώσεις αυτές ο γιατρός πρέπει να σταθμίσει σε ποιον πρώτα (στον ασθενή-σε συγγενικό πρόσωπο-συγχρόνως και στους δύο) πρέπει να ανακοινώσει το δυσάρεστο γεγονός, με ποιον τρόπο (να αποκαλύψει απ' ευθείας όλη την αλήθεια ή σταδιακά ή συγκαλυμμένα) και σε ποιο χρόνο θα το κάνει. Είναι κάτι που θέλει προετοιμασία και πολύ λεπτό χειρισμό από μέρους του γιατρού, γιατί η αναγγελία ενός δυσάρεστου γεγονότος για τον ασθενή μπορεί να του δημιουργήσει τρόμο-οργή-έντονο σοκ (χάνει όπως κοινώς λέμε το έδαφος κάτω από τα πόδια του) και γενικά σημαντική διαταραχή της προσωπικότητάς του. Ο γιατρός πρέπει να έχει τον χρόνο να συ-

Ο γιατρός πρέπει σε κάθε ευκαιρία εμπράκτως να δείχνει ότι η αποκλειστική του έγνοια είναι η αποκατάσταση ή η βελτίωση της υγείας του ασθενούς σαν ενιαία σωματική και ψυχική ολότητα.

μπαρασταθεί στον ασθενή και στους συγγενείς του, όχι εκφράζοντας συμπόνια και οίκτο, που όχι μόνο δεν επιθυμούν αλλά επί πλέον τους εξοργίζει, αλλά επιβεβαιώνοντας την συμπάθεια και εκφράζοντας με τον πειστικότερο τρόπο την προσπάθειά του να κάνει το καλύτερο δυνατό για την περίπτωσή του. Πολλές φορές ασθενείς με σοβαρές παθήσεις αποφεύγουν τους γιατρούς που τις διέγνωσαν και απευθύνονται σε άλλους γιατρούς, επειδή ακριβώς δεν μπόρεσαν οι πρώτοι να αναπτύξουν την καλή επικοινωνία με τα βασικά στοιχεία της ηθικής στην αντιμετώπιση τους, που θα τους επέτρεπαν να συμπαρασταθούν ειλικρινά στην αναγγελία της δυσάρεστης διάγνωσης και πρόγνωσης.

Τα τελευταία χρόνια έχει αλλάξει και ο τρόπος αντιμετώπισης του θανάτου. Παλαιότερα θεωρούσαν το θάνατο ένα φυσικό γεγονός, που ήταν αναπόφευκτο και ήταν κατά κάποιον τρόπο και αποδεκτός. Οι ασθενείς πέθαιναν στα σπίτια τους ανάμεσα σε συγγενικά και αγαπημένα πρόσωπα. Ο σύγχρονος άνθρωπος δεν αποδέχεται εύκολα τον θάνατο, επειδή ίσως έχει πιστέψει ότι η μεγάλη εξέλιξη της ιατρικής επιστήμης μπορεί να κάνει και «θαύματα». Έτσι πολλοί ασθενείς αφήνουν την τελευταία τους πνοή στο Νοσοκομείο. Εδώ ο ρόλος του γιατρού είναι ουσιώδης για να κρίνει ποιος ασθενής πρέπει να μεταφερθεί στο Νοσοκομείο και ποιος καλό είναι να μείνει στο οικείο περιβάλλον του σπιτιού, στο δικό του ζεστό κρεβάτι. Επίσης είτε στο Νοσοκομείο είτε στο σπίτι, επειδή ο θνήσκων ασθενής παραμένει ο «ασθενής άνθρωπος» με ακεραία την ηθική αξία και τα δικαιώματα, ο ρόλος του γιατρού είναι να του προσφέρει έναν όσο το δυνατό πιο ανώδυνο και «ειρηνικό» θάνατο.

Ο γιατρός επίσης πρέπει να είναι ενήμερος για την οικογενειακή, κοινωνική, οικονομική και επαγγελματική κατάσταση του ασθενούς του για να έχει πλήρη εικόνα, ώστε και οι ενέργειες του να έχουν όλα εκείνα τα στοιχεία της «ανθρωπιάς» (συμπάθεια-αγάπη-ειλικρίνεια-εντιμότητα) για να τον αντιμετωπίσει σαν «ασθενή άνθρωπο» και όχι σαν ένα ακόμη ιατρικό περιστατικό ή έναν ακόμη «πελάτη».

Πάντοτε το θέμα της ηθικής στην άσκηση της ιατρικής επιστήμης ήταν επίκαιρο λόγω των διαφορετικών απόψεων που έχουν εκφρασθεί για επί μέρους θέματα, όπως π.χ. της ευθανασίας. Τα τελευταία χρόνια με την αλματώδη ανάπτυξη κυρίως της γενετικής, την δυνατότητα μεταμοσχεύσεων οργάνων και τη σωρεία των κλινικών μελετών σε ασθενείς για καινούργια φάρμακα ή μεθόδους διάγνωσης και θεραπείας, η ιατρική ηθική ή η βιοηθική, όπως συνήθως σήμερα ονομάζεται, έχει αποκτήσει μεγάλη πολυπλοκότητα, κάτι που ξεφεύγει από το σκοπό του παρόντος.

Τα τελευταία χρόνια η ιατρική έχει πάψει να είναι πατερναλιστική, δηλαδή ο γιατρός να αποφασίζει και ο ασθενής και το περιβάλλον του να εφαρμόζει τις αποφάσεις του. Έτσι ο ασθενής σήμερα έχει πιο ενεργό ρόλο για την αντιμετώπιση του προβλήματός του. Πολλές φορές ο ρόλος του γιατρού είναι να δίνει στον ασθενή τις πληροφορίες εκείνες που είναι επιστημονικά αποδεκτές και ο ασθενής καλείται να αποφασίζει ποιες ενέργειες θα κάνει, που αφορούν την διάγνωση και ποιά θεραπευτική μέθοδο θα ακολουθήσει. Τις περισσότερες βέβαια φορές, επειδή ο ασθενής βρίσκεται κάτω από συναισθηματική πίεση και δεν είναι σεθέση να πάρει μόνος του αποφάσεις, καλείται ο γιατρός με την αμφίδρομη επικοινωνία που έχει καλλιεργήσει να εξετάσουν από κοινού όλες τις πιθανές εκδοχές και να πάρουν από κοινού τις αποφάσεις για την σωστότερη αντιμετώπιση.

Ο γιατρός πρέπει να είναι συνεχώς επιστημονικά ενημερωμένος και να επιδιώκει να έχει καλή επικοινωνία, με ειλικρίνεια και τιμιότητα με τον ασθενή του.

Η καινούργια αυτή σχέση γιατρού-ασθενούς όχι μόνο δεν μειώνει την ευθύνη του γιατρού, αλλά την αυξάνει. Ο γιατρός πρέπει να είναι συνεχώς επιστημονικά ενημερωμένος και να επιδιώκει να έχει καλή επικοινωνία, με ειλικρίνεια και τιμιότητα με τον ασθενή του. Έτσι πρέπει να έχει την δυνατότητα της σφαιρικής ενημέρωσης του ασθενούς πάνω στο πρόβλημά του. Δίνει όμως και στον ασθενή την δυνατότητα και συγχρόνως του δημιουργεί την υποχρέωση, να συμμορφώνεται καλύτερα στις αποφάσεις που παίρνονται πλέον από κοινού.

Γενικά είναι αποδεκτό ότι η βασική παράμετρος που επηρεάζει την γνώμη του ασθενούς για τον γιατρό είναι η σχέση που αναπτύσσει με αυτόν. Η σχέση αυτή βέβαια εκτός από τον τρόπο αντιμετώπισης του ασθενούς από τον ίδιο το γιατρό επηρεάζεται και από το υγειονομικό σύστημα που υπάρχει σε κάθε χώρα. Δυστυχώς το τελευταίο διάστημα το υγειονομικό σύστημα στη χώρα μας, όπως προς το παρόν εξελίσσεται, φαίνεται να μην βοηθάει στην προσπάθεια που πρέπει να κάνει ο γιατρός για δημιουργία όσο το δυνατόν καλύτερων ανθρώπινων σχέσεων με τον ασθενή. Αυτό βέβαια δεν απαλλάσσει τον γιατρό από το να επιδιώκει τις καλύτερες δυνατές σχέσεις σε κάθε κοινωνικό περιβάλλον, όσο και δυσμενές να είναι.

Η κοινωνία σήμερα όχι μόνο έχει απαιτήσεις από τον γιατρό, αλλά είναι και αυστηρή μαζί του, επειδή από τις γνώσεις, την ενημέρωσή του και την στάση του απέναντι στον ασθενή και στο συγγενικό του περιβάλλον εξαρτάται η υγεία και η ζωή του ανθρώπου, που ζητάει την βοήθειά του.

Ο γιατρός δεν πρέπει να ξεχνάει ότι σε κάποια στιγμή της ζωής του είναι πολύ πιθανόν να βρεθεί και ο ίδιος στη θέση του ασθενούς και πρέπει να αντιμετωπίζει τους ασθενείς του με την γνώση και την ευαισθησία που θα επιθυμούσε να τον αντιμετωπίσουν και αυτόν, όταν βρεθεί στη θέση τους. ■

Σερ Λιουκ Φάιλντς: Ο γιατρός, 1891

Η ΙΑΤΡΙΚΗ ΤΟΥ 21ου ΑΙΩΝΑ

Ο αιώνας που έφυγε χαρακτηρίσθηκε από την αλματώδη πρόοδο της ιατρικής λόγω της ανακάλυψης των αιτιών των διαφόρων παθήσεων και του μηχανισμού δημιουργίας αυτών καθώς και λόγω της ανακάλυψης πολλών φαρμάκων.

Γράφει ο Νικόλαος Κασάπης, Ιατρός

Έτσι βρέθηκαν τα αίτια διαφόρων λοιμωδών νόσων, που τους προηγούμενους αιώνες αποτελούσαν τις μάστιγες για την ανθρώπινη ζωή με τις εκατόμβες των θυμάτων από διάφορες επιδημίες (πανώλης-χολέρας-ευλογιάς-γρίπης κ.α). Ακολούθησε η δημιουργία των εμβολίων και πολλών φαρμάκων, όπως επίσης και η εφαρμογή κανόνων δημόσιας υγιεινής για την πρόληψη και θεραπευτική αντιμετώπιση των νόσων αυτών με μεγάλη επιτυχία.

Το αποτέλεσμα της εξάλειψης, σχεδόν, των λοιμωδών νοσημάτων, που ήταν μέχρι τότε η πρώτη αιτία θανάτου, αύξησε σημαντικά το μέσο όρο ζωής του ανθρώπου και βελτίωσε την ποιότητα της. Η αύξηση των χρόνων που ζει πλέον ο άνθρωπος, μαζί με την αλλαγή του τρόπου ζωής (απομάκρυνση από τον φυσικό τρόπο ζωής σε όλους τους τομείς, από την εργασία και την διατροφή μέχρι τον τρόπο επικοινωνίας), είχαν σαν αποτέλεσμα να πάρουν την πρωτοκαθεδρία, σαν κύριες αιτίες θανάτου, τα καρδιαγγειακά νοσήματα (καρδιοπάθειες και εγκεφαλικά), τα κακοήθη νεοπλάσματα και να αυξηθεί σημαντικά ο αριθμός των αν-

θρώπων που πάσχουν από εκφυλιστικές παθήσεις του εγκεφάλου (π.χ. Alzheimer-κ.ά. άνοιες), από ψυχικές παθήσεις (κατάθλιψη-ψυχώσεις), από σακχαρώδη διαβήτη, από ρευματοπάθειες-αρθροπάθειες κ.ά. Σε ότι αφορά την κατανόηση των μηχανισμών δημιουργίας των παθήσεων αυτών υπήρξε σημαντική πρόοδος και ανακαλύφθηκαν και φάρμακα για την αντιμετώπιση τους, χωρίς όμως να είναι τόσο ριζική η θεραπεία, όσο θα επιθυμούσαμε.

Η πρώτη 10ετία του αιώνα που διανύουμε σημαδεύτηκε από σπουδαίες ανακαλύψεις και εφευρέσεις, που δίνουν βάσιμες ελπίδες ότι το μέλλον των επόμενων γενεών θα είναι και με περισσότερα χρόνια ζωής, αλλά και με καλύτερη ποιότητα ζωής στα χρόνια που θα ζουν, με την προϋπόθεση ότι δεν θα υπάρξουν κοινωνικές αναταραχές και περιβαλλοντολογικές καταστροφές.

Στην ιατρική της καθημερινής πράξης έχουν γίνει σημαντικές αλλαγές. Άλλαξε η σχέση του γιατρού με τον ασθενή. Οι ασθενείς συμμετέχουν πλέον στις αποφάσεις που τους αφορούν. Άλλαξε όμως και ο τρόπος της ιατρικής σκέψης. Η ιατρική που στηριζόταν σε συμπεράσματα με βάση μόνο τη λογική σκέψη αντικαταστάθηκε από την ιατρική που στηρίζεται στο τελικό πρακτικό αποτέλεσμα. Οι δύο αυτές αλλαγές νομίζω ότι είναι επαναστατικές για τον τρόπο που γίνεται πλέον η προσέγγιση της διάγνωσης, της θεραπείας και της επικοινωνίας του γιατρού με τον ασθενή, ώστε να μιλάμε για «Νέα ιατρική».

Για να γίνω πιο κατανοητός, θα αναφέρω δύο πρόσφατες ανακοινώσεις, που δείχνουν τον διαφορετικό τρόπο σκέψης της ιατρικής του συμπεράσματος, που στηριζόταν μόνο στην λογική και της ιατρικής που βασίζεται στο τελικό πρακτικό αποτέλεσμα.

Ήταν γνωστό εδώ και χρόνια, ότι η υψηλή «καλή» χοληστερίνη προστατεύει από καρδιαγγειακά επεισόδια. Τελευταία, οι αναλύσεις περιστατικών έδειξαν ότι αυτοί που κληρονομικά είχαν υψηλή «καλή» χοληστερίνη δεν είχαν την αναμενόμενη καρδιαγγειακή προστασία, σε σχέση με τα άτομα που βελτίωναν την χαμηλή «καλή» χοληστερίνη με την διακοπή του καπνίσματος, τη δίαιτα και τη σωματική άσκηση. Επομένως η «καλή» χοληστερίνη από μόνη της δεν αποτελεί ασπίδα προστασίας για καρδιαγγειακά επεισόδια, όπως μας έλεγε η ιατρική που βασιζόταν στο συμπέρασμα. Η ιατρική αυτή σκέψη στηριζόταν στη λογική ότι η «καλή» χοληστερίνη, επειδή απομακρύνει την «κακή» από τα τοιχώματα των αρτηριών, συμπερασματικά μειώνει την αρτηριοσκλήρυνση και, επομένως, τα καρδιαγγειακά επεισόδια. Σήμερα, μελέτες με την ιατρική σκέψη που στηρίζεται στο τελικό πρακτικό αποτέλεσμα έδειξαν ότι η σωματική άσκηση, η διακοπή του καπνίσματος και η κατάλληλη δίαιτα είναι οι παράγοντες που μειώνουν τους κινδύνους των καρδιαγγειακών επεισοδίων και αυξάνουν και την «καλή» χοληστερίνη. Επομένως δεν είναι σωστό να καθησυχάζει σήμερα εκείνος που έχει υψηλή «καλή» χοληστερίνη, εφόσον καπνίζει, δεν ασκείται και δεν τρέφεται σωστά. Χρειάζεται να κόψει το κάπνισμα, να κάνει δίαιτα και να ασκείται σωματικά, όπως ακριβώς πρέπει να κάνει και εκείνος που έχει χαμηλή «καλή» χοληστερίνη.

Η δεύτερη πρόσφατη ανακοίνωση αφορά την χρησιμότητα του προστατικού αντιγόνου (PSA), σα δείκτη κακοήθειας του προστάτη. Απεδείχθη ότι από τα χίλια άτομα που θα μείνουν χωρίς καμία διαγνωστική ή θεραπευτική αντιμετώπιση μόνο ένα άτομο θα πεθάνει από καρκίνο του προστάτη. Αυτό συμβαίνει, επειδή ο καρκίνος του προστάτη εμφανίζεται σε μεγάλη σχετικά ηλικία, έχει συνήθως βραδεία εξέλιξη και δεν είναι η αιτία θανάτου, εκτός από την μορφή του επιθετικού καρκίνου, που είναι σπάνια. Αν όμως στα άτομα αυτά και στις περιπτώσεις που θα χρειαζόταν προβαίναμε σε διαγνωστικές βιοψίες και εφαρμόζαμε χημειοθεραπείες, από τις επιπλοκές αυτών θα πέθαιναν τρία άτομα.

Επομένως και εδώ βλέπουμε ότι με την μέχρι τώρα ιατρική σκέψη, που στηριζόταν μόνο στην λογική του συμπεράσματος– η οποία υποστήριζε ότι με την πρώιμη διάγνωση του προστατικού καρκίνου δίνεται η δυνατότητα να αρχίσουμε έγκαιρα θεραπεία και συμπερασματικά προλαβαίνουμε την περαιτέρω εξέλιξη (μεταστάσεις)- είχαμε τρείς θανάτους στα χίλια περιστατικά. Η ιατρική όμως που βασίζεται στο τελικό πρακτικό αποτέλεσμα μας έδειξε ότι αν δεν προβαίναμε σε καμία διαγνωστική και θεραπευτική ενέργεια στα χίλια αυτά περιστατικά θα είχαμε ένα μόνο θάνατο, του ανδρός που θα είχε τον επιθετικό καρκίνο.

Βέβαια εδώ υπάρχει και ηθικό δίλημμα. Έχουμε το δικαίωμα τον συγκεκριμένο άνδρα με τον επιθετικό τύπο καρκίνου, να μην του προσφέ-

η σωματική άσκηση, η διακοπή του καπνίσματος και η κατάλληλη δίαιτα είναι οι παράγοντες που μειώνουν τους κινδύνους των καρδιαγγειακών επεισοδίων

ρουμε τις υπηρεσίες, που θα του έδιναν χρόνο ζωής, προκειμένου να σώσουμε κάποιους άλλους από τυχόν επιπλοκές των διαγνωστικών και θεραπευτικών μεθόδων;

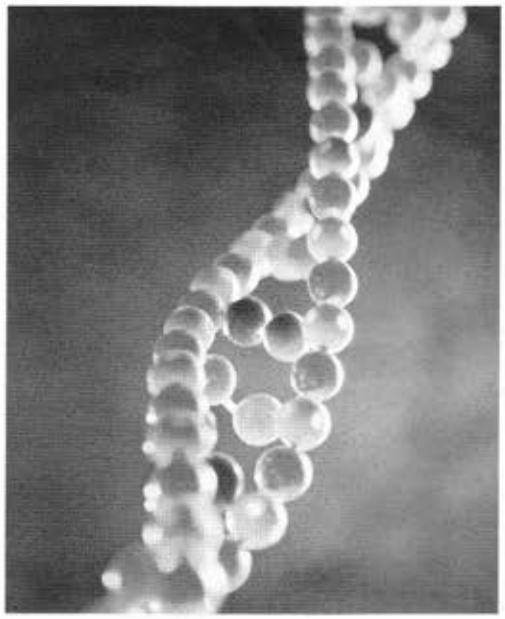
Τα δύο παραδείγματα που προανέφερα εξυπακούεται ότι θα τύχουν και άλλων μελετών, ώστε το τελικό αποτέλεσμα να είναι όσο το δυνατόν περισσότερο αξιόπιστο. Απλώς τα ανέφερα, επειδή ανακοινώθηκαν πρόσφατα, αφορούν καταστάσεις που είναι γνωστές στον πολύ κόσμο και δείχνουν με σαφήνεια τον διαφορετικό τρόπο σκέψης της ιατρικής του αιώνα που διανύουμε από τον τρόπο που η ιατρική μέχρι τώρα εξέταζε και έλυνε τα προβλήματα υγείας. Η εκρηκτική ανάπτυξη της τεχνολογίας, της πληροφορικής και της μοριακής βιολογίας έφεραν επανάσταση στις δυνατότητες της ιατρικής τον 21ο αιώνα.

Η χαρτογράφηση του ανθρώπινου γονιδιώματος ανοίγει νέους δρόμους για τον εντοπισμό των γονιδίων εκείνων, που είναι υπεύθυνα για την δημιουργία πολλών από τις παθήσεις του σύγχρονου ανθρώπου. Έτσι η ιατρική χέρι-χέρι με την βιολογία και την νανοτεχνολογία, (χρησιμοποίηση υλικών πολύ μικρού μεγέθους στην τεχνολογία), ελπίζει ότι στα επόμενα χρόνια θα μπορέσει να εντοπίσει τα αίτια και να ανακαλύψει και αποτελεσματικούς τρόπους πρόληψης και αντιμετώπισης νοσημάτων, που μέχρι τώρα τα θεωρούσαμε ανίατα ή χρόνια νοσήματα.

Σήμερα συνεχώς εφευρίσκονται νέοι μέθοδοι για τον εντοπισμό παθολογικών γονιδίων, που αποτελούν τα αίτια εκδηλώσεως κληρονομικών παθήσεων, όπως και μέθοδοι που ανακαλύπτουν μεταλλάξεις γονιδίων, τα οποία είναι υπεύθυνα για εκδήλωση πολλών εκφυλιστικών και αυτοάνοσων παθήσεων (ρευματοειδής αρθρίτιδα-Μυασθένεια-Ελκώδη κολίτιδα κλπ..) το μέλλον υπάρχει ελπίδα να βρεθεί και το αίτιο των μεταλλάξεων ώστε, με μέτρα πρόληψης, πολλές παθήσεις, που σήμερα δεν αντιμετωπίζονται επιτυχώς θεραπευτικά, να μπορούν να προληφθούν.

Η εφαρμογή της νανοτεχνολογίας στην ιατρική (νανοϊατρική) υπόσχεται να βελτιώσει στο μέλλον τόσο τη διάγνωση, τη θεραπευτική αντιμετώπιση αλλά και την παρακολούθησης της εξέλιξης των διαφόρων παθήσεων.

Στα πλαίσια της έγκαιρης και με ακρίβεια διάγνωσης των παθήσεων υπάρχουν βάσιμες ελπίδες ότι θα εφευρεθούν διαγνωστικές συσκευ-



ές, που θα είναι εύχρηστες και αξιόπιστες και θα δίνουν την δυνατότητα ακόμη και της αυτοδιάγνωσης.

Στα πλαίσια της θεραπείας η νανοϊατρική σκοπεύει στην εφεύρεση φαρμάκων, που με συγκεκριμένη τεχνολογία θα αποδεσμεύονται στα παθολογικά κύτταρα και στους παθολογικούς ιστούς, ώστε και το αποτέλεσμα να είναι καλύτερο, αλλά να μειώνεται και ο κίνδυνος παρενεργειών. Έτσι θα μπορεί ένα φάρμακο να πηγαίνει μόνο στα καρκινικά κύτταρα που θα τα καταστρέφει, άλλο να δρα στο σημείο που υπάρχει στα αγγεία αθηρωματική πλάκα και με τη δράση του να μειώνει τους κινδύνους των καρδιαγγειακών νοσημάτων. Επίσης, καταβάλλεται προσπάθεια δημιουργίας νανοσυσκευών με ελεγχόμενη αποδέσμευση π.χ ινσουλίνης με τόση βιολογική ακρίβεια, που θα απαλλάξει τους σακχαροδιαβητικούς ασθενείς από την χορήγηση ινσουλίνης ή αντιδιαβητικών δισκίων και από την αυστηρή διαιτητική αγωγή, που είναι σήμερα αναγκασμένοι να ακολουθούν.

Η δυνατότητα της χρησιμοποίησης των βλαστοκυττάρων (είναι τα αδιαφοροποίητα κύτταρα που κάτω από ορισμένες συνθήκες μπορούν να μετατραπούν σε ειδικά κύτταρα του σώματος, π.χ. σε μυϊκά κύτταρα της καρδιάς ή ηπατικά κύτταρα κ.ά.), δίνουν νέες ελπίδες για την επιτυχή αντιμετώπιση πολλών νοσημάτων. Το πειραματικό δεδομένο της αντικατάστασης των προβληματικών ιστών και οργάνων του σώματος από υγιή με τη χρήση των βλαστοκυττάρων είναι πολύ ενθαρρυντικό. Έτσι, στο μέλλον, με την εμφύτευση βλαστοκυττάρων σε παθολογικούς ιστούς και όργανα θα δημιουργούμε υγιή.

Θα μπορεί π.χ. να αντικαθίσταται το νεκρωμένο τμήμα του καρδιακού μυός μετά από έμφραγμα ή να αντικαθίστανται κύτταρα του παγκρέατος σε σακχαροδιαβητικούς ασθενείς από υγιή και έτσι να επιτυγχάνεται ριζική θεραπεία κλπ.. Η δυνατότητα αυτή των βλαστοκυττάρων είναι πολύ πιθανό να δώσει θεραπευτικές λύσεις σε πολλές παθήσεις, που σήμερα θεωρούνται ανίατες. Οι παθήσεις που σήμερα αντιμετωπίζονται με τα βλαστοκύτταρα είναι οι λευχαιμίες, διάφορα λεμφώματα, αναιμίες και διάφορες άλλες διαταραχές του αίματος. Σήμερα γίνονται έρευνες για την αντιμετώπιση με βλαστοκύτταρα των καρδιαγγειακών παθήσεων, των εγκεφαλικών παθήσεων, του σακχαρώδους διαβήτη, της σκλήρυνσης κατά πλάκας, της νόσου Parkinson και της νόσου Alzheimer.

Επίσης με την ανάπτυξη σε πειραματόζωα οργάνων με ιστοσυμβατότητα (να ταιριάζει το όργανο του δότη με του λήπτη), με την χρησιμοποίηση βλαστοκυττάρων του λήπτη, θα λυθεί το πρόβλημα της δωρεάν οργάνων για μεταμόσχευση, αλλά και το πρόβλημα του κινδύνου της απόρριψης του οργάνου που μεταμοσχεύεται.

Η δυνατότητα σήμερα εφαρμογής της ρομποτικής χειρουργικής σε πολλές ειδικότητες της χειρουργικής, με τα πλεονεκτήματα του μικρότερου χειρουργικού τραύματος (μικρότερο πόνο-λιγότερη απώλεια αίματος-λιγότερες επιπλοκές-ταχύτερη ανάρρωση κλπ..) και την μεγέθυνση του χειρουργικού πεδίου εξασφαλίζει στον χειρουργό μεγαλύτερη ακρίβεια κινήσεων, ώστε και χειρουργικές επεμβάσεις που δεν μπορούσαν να γίνουν με τον κλασικό τρόπο τώρα να είναι εφικτές. Η ρομποτική χειρουργική σε συνδυασμό με την τηλε-ιατρική δίνει την δυνατότητα να γίνονται χειρουργικές επεμβάσεις χωρίς ο ασθενής και ο χειρουργός να είναι στον ίδιο χώρο, ακόμη και όταν τους χωρίζει απόσταση πολλών χιλιάδων χιλιομέτρων. Είναι ένας κλάδος που εξελίσσεται και υπόσχεται καλύτερη αντιμετώπιση σοβαρών ασθενειών που χρειάζονται εξειδικευμένες επεμβάσεις (μερικές φορές και επείγουσες), με μικρότερο κόστος και λιγότερη ταλαιπωρία, αφού δεν θα είναι ο ασθενής υποχρεωμένος να μετακινείται σε μεγάλες αποστάσεις.

Σήμερα, με την εφαρμογή της νέας ιατρικής σκέψης, την αποκρυπτογράφηση του γεννητικού κώδικα του ανθρώπου, την χρησιμοποίησης των βλαστοκυττάρων, την δυνατότητα της νανοϊατρικής και την ρομποτική χειρουργική ανοίγονται καινούργιοι ορίζοντες για την πρόληψη, τη διάγνωση και την αντιμετώπιση των σύγχρονων παθήσεων.

Όπως, όμως, σε όλες τις καινοτομίες έτσι με τις καινούργιες ανακαλύψεις και εφευρέσεις της ιατρικής, δημιουργούνται και πολλά ερωτηματικά που άπτονται της ηθικής. Επειδή όμως τα προβλήματα της βιοηθικής δεν είναι στα πλαίσια των προθέσεων του γράφοντος, δεν αναφέρονται στην παρούσα συγγραφή.

Τελειώνοντας, θα θελα να αναφέρω ότι δεν αρκεί μόνο η συναρπαστική εξέλιξης της ιατρικής, που προσπάθησα να σκιαγραφήσω, για να βελτιωθεί η υγεία του ανθρώπου.

Με βάσει τον ορισμό της υγείας, για να θεωρήσουμε ένα άτομο υγιές πρέπει να είναι σωματικά, ψυχικά και κοινωνικά σε ευεξία.

Συνεπώς, η υγεία του εξαρτάται εκτός από βιολογικούς παράγοντες και από το φυσικό- κοινωνικό περιβάλλον, από τις παρεχόμενες από την πολιτεία υπηρεσίες υγείας, και από την ανθρώπινη συμπεριφορά.

Επομένως, για να έχουν ουσιαστικό αντίκρισμα τα θαυμαστά αυτά επιτεύγματα της επιστήμης, πρέπει να υπάρχουν και τα κατάλληλα κοινωνικά συστήματα υγείας, που να δίνουν την δυνατότητα σε όλους τους ανθρώπους να τα χρησιμοποιούν. Πρέπει να υπάρχει υγιές φυσικό και κοινωνικό περιβάλλον. Επίσης, βασικό είναι να έχει ο γιατρός τον απαραίτητο ανθρωπισμό στην άσκηση της ιατρικής.

Έτσι μόνο ο άνθρωπος του 21ου αιώνα μπορεί να ελπίζει ότι θα ζήσει με λιγότερο πόνο, θα έχει καλύτερη ποιότητα και περισσότερα χρόνια ζωής. ■

ΟΡΓΑΝΩΤΙΚΗ ΕΠΙΤΡΟΠΗ ΣΥΝΑΝΤΗΣΗΣ
ΑΠΟΦΟΙΤΩΝ ΛΑΠΠΕΙΟΥ ΓΥΜΝΑΣΙΟΥ ΝΑΟΥΣΑΣ 1962
ΤΑΧ. ΔΙΕΥΘΥΝΣΗ: Νίκος Κασάπης, Βύρωνος 45, ΝΑΟΥΣΑ, Τ.Κ: 592 00

ΔΩΡΕΑ ΟΡΓΑΝΩΝ ΜΕΤΑ ΘΑΝΑΤΟΝ

Η Οργανωτική επιτροπή αποφάσισε, μέσα στα πλαίσια της προώθησης της ιδέας της Δωρεάς Οργάνων μετά θάνατον, να κάνει σύντομη αναφορά - την ημέρα της συνάντησης - και να μοιράσει έντυπα του Εθνικού Οργανισμού Μεταμοσχεύσεων, για να συμπληρώσουν τα στοιχεία, όσες και όσοι θέλουν να αποκτήσουν την κάρτα του δωρητή. Επίσης να περιληφθεί το παρόν στην ύλη του επετειακού τεύχους του περιοδικού «ΝΙΑΟΥΣΤΑ».

Δωρεά Οργάνων μετά θάνατον σημαίνει ότι προσφέρω όργανά μου για μεταμόσχευση σε κάποιον συνάνθρωπό μου, όταν δεν είμαι πια στη ζωή.

Γίνεται μόνον αν βρεθώ στη θέση του **εγκεφαλικά νεκρού ανθρώπου**, υπό την προϋπόθεση ότι νοσηλεύομαι σε **μονάδα εντατικής θεραπείας** και πάντοτε με την **συναίνεση της οικογένειάς μου**, ακόμη και στην περίπτωση που έχω αποκτήσει την κάρτα του δωρητή. Είναι επομένως βασικό, αν αποφασίσω να γίνω δωρητής οργάνων, να το συζητήσω με την οικογένειά μου για να είναι ενήμερη της επιθυμίας μου.

Δυστυχώς, οι ανάγκες των ασθενών, που χρειάζονται μοσχεύματα, είναι πολύ μεγαλύτερες από την εθελοντική προσφορά μοσχευμάτων. Έτσι πολλές φορές, παρά τη δυνατότητα της ιατρικής να πραγματοποιήσει μια μεταμόσχευση και να δώσει ΖΩΗ σε κάποιον συνάνθρωπό μας, αυτό δε γίνεται εφικτό. Με την υιοθέτηση της ιδέας της δωρεάς οργάνων μετά θάνατον από μεγάλο μέρος του πληθυσμού μπορεί να κλείσει η ψαλίδα μεταξύ των διαθέσιμων μοσχευμάτων και των αναγκών για μεταμόσχευση. Για την επίτευξη αυτού του σκοπού σας καλούμε να δώσετε το «παρών» με την εγγραφή σας στο Μητρώο Δωρητών Οργάνων.

Δεν πρέπει να ξεχνάμε ότι η πιθανότητα να χρειασθούμε εμείς οι ίδιοι ή κάποιο αγαπημένο μας πρόσωπο ένα μόσχευμα είναι πολύ μεγαλύτερη από το να δωρίσουμε ένα όργανό μας μετά θάνατον.

Η δωρεά οργάνων μετά θάνατον είναι πράξη πολιτισμού και ανθρωπισμού που γεφυρώνει τη ζωή με το θάνατο.

Για την Οργανωτική Επιτροπή
Νίκος Κασάπης
γιατρός

βιβλία που δεν πρέπει να λείπουν από τη βιβλιοθήκη σας...

ΕΥΣΤΑΘΙΟΥ ΣΤΟΥΠΑΝΝΑΚΗ

ΙΣΤΟΡΙΑ ΤΗΣ ΠΟΛΕΩΣ ΝΑΟΥΣΗΣ

ΑΠΟ ΤΗΣ ΙΔΡΥΣΕΩΣ ΜΕΧΡΙ ΤΗΣ ΚΑΤΑΣΤΡΟΦΗΣ ΤΗΣ ΤΟ 1822

(ΚΑΤΑ ΑΝΕΚΔΟΤΟΝ ΣΧΕΔΙΑΣΜΑ Δ. ΠΛΑΤΑΡΙΔΗ)

σελ.: 270, τιμή: 20€

ΝΑΟΥΣΑ, 19ος-20ος αιώνας

συλλογικό έργο που παρουσιάζει πτυχές της ιστορίας της πόλης μετά την καταστροφή της το 1822 και μέχρι τον Β' Παγκ. Πόλεμο

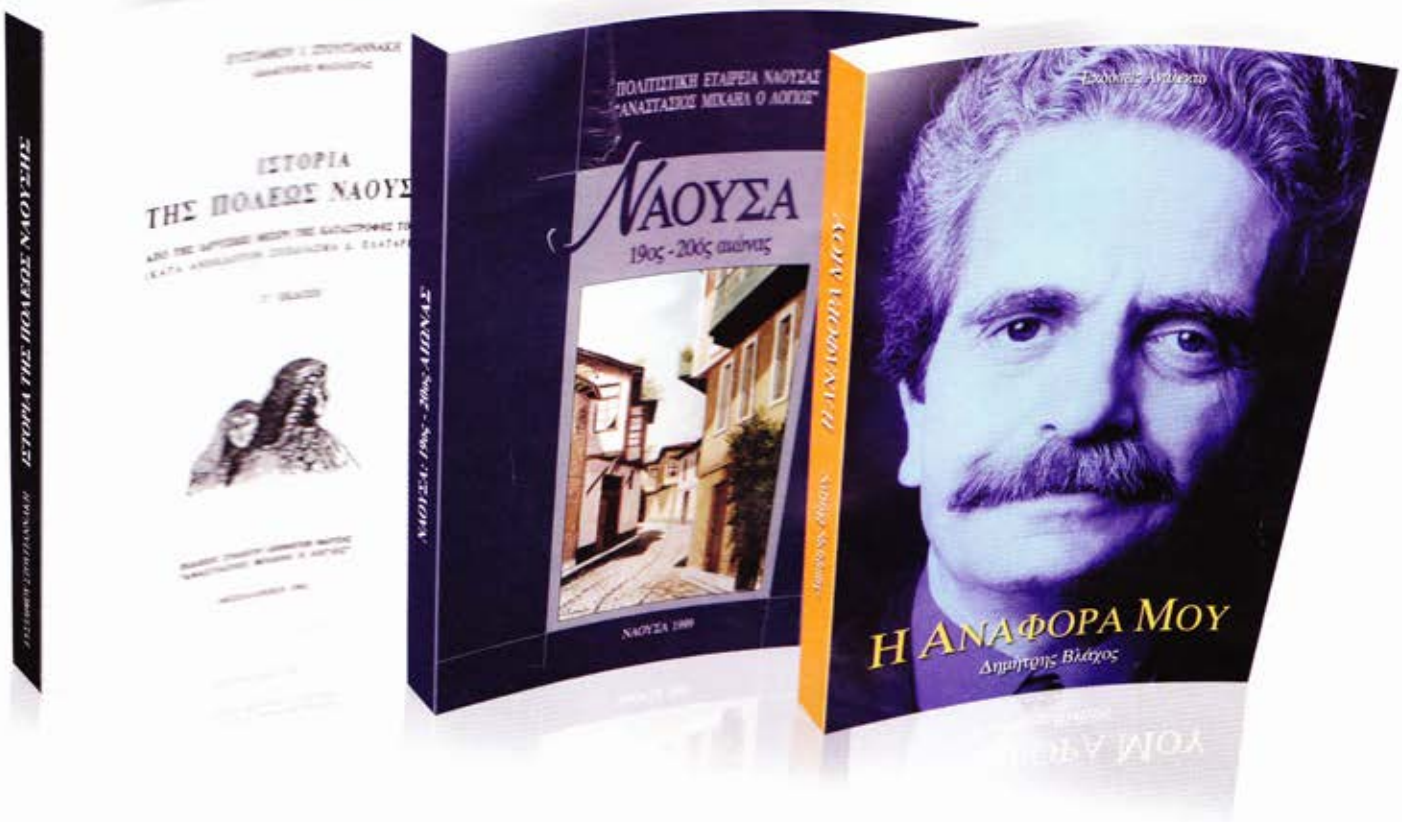
σελ.: 414, τιμή: 25€ (χαρτόδετο), 30€ (πανόδετο)

ΔΗΜΗΤΡΗ ΒΛΑΧΟΥ

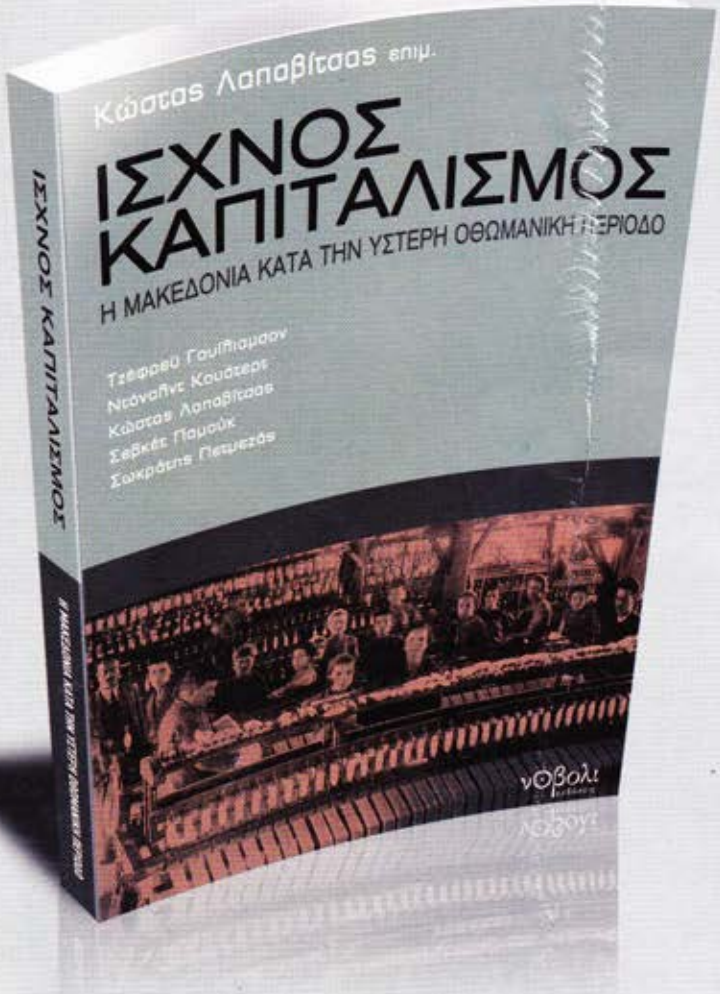
Η ΑΝΑΦΟΡΑ ΜΟΥ

μια ιδιαιτέρως ενδιαφέρουσα αφήγηση του για πέντε τετραετίες Δημάρχου Νάουσας, που φωτίζει πολλές πτυχές της σύγχρονης ιστορίας της πόλης, αλλά και της Ελλάδας γενικότερα

σελ.: 318, τιμή: 20€



ΔΙΑΘΕΣΗ: Πολιτιστική Εταιρεία Νάουσας, Δημ. Βιβλιοθήκη, τηλ.: 2332024102 | Αλέξανδρος Οικονόμου, τηλ.: 2332029380



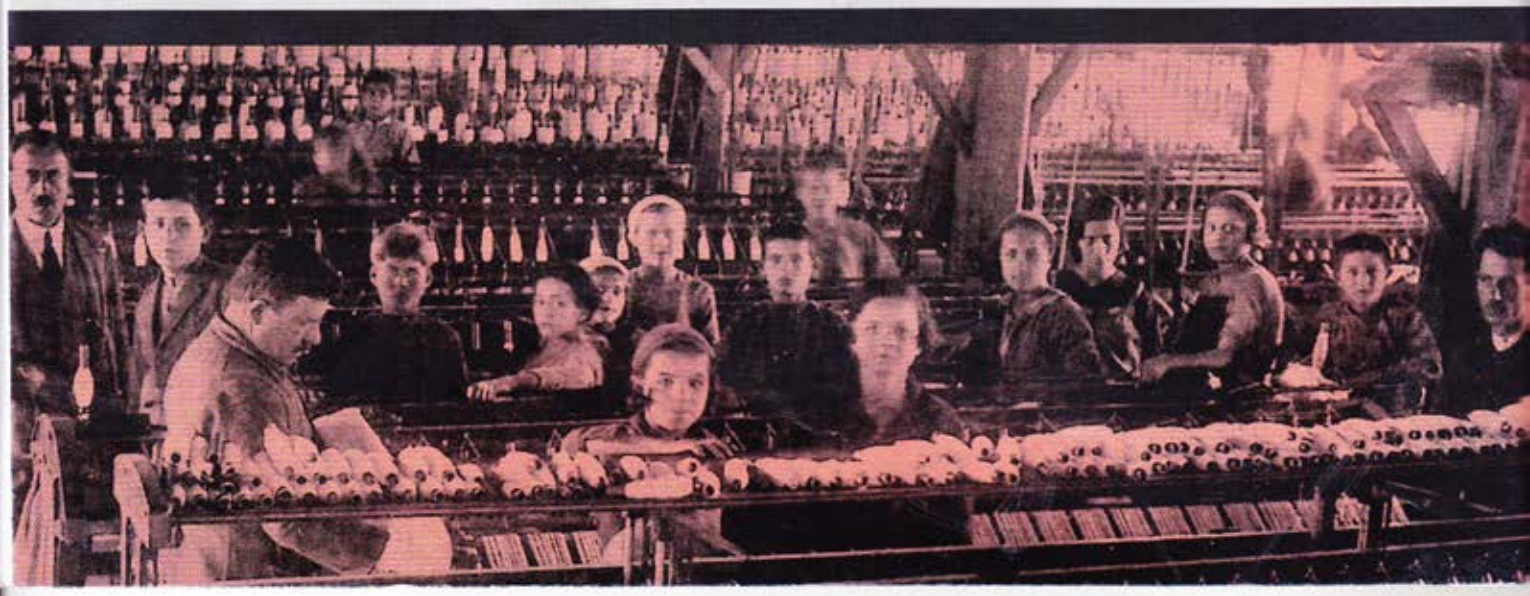
ΚΩΣΤΑ ΛΑΠΑΒΙΤΣΑ (ΕΠΙΜΕΛΕΙΑ)

ΙΣΧΝΟΣ ΚΑΠΙΤΑΛΙΣΜΟΣ

Η ΜΑΚΕΔΟΝΙΑ ΚΑΤΑ ΤΗΝ ΥΣΤΕΡΗ ΟΘΩΜΑΝΙΚΗ ΠΕΡΙΟΔΟ

Το βιβλίο αποτελεί συλλογή επιστημονικών μελετών που αφορούν την ανάπτυξη του καπιταλισμού στην Οθωμανική Αυτοκρατορία.

Επίκεντρο του ενδιαφέροντος είναι η περιοχή της Μακεδονίας και κυρίως η πόλη της Νάουσας που διαδραμάτισε καθοριστικό ρόλο στην καπιταλιστική ανάπτυξη.

σελ. 260, τιμή: 20€

ΔΙΑΘΕΣΗ: Πολιτιστική Εταιρεία Νάουσας, Δημ. Βιβλιοθήκη, τηλ.: 2332024102 | Αλέξανδρος Οικονόμου, τηλ.: 2332029380