



<https://smart-patients.eu>

ΕΝΗΜΕΡΩΤΙΚΟ
ΔΕΛΤΙΟ



Erasmus+

Έξυπνοι Ασθενείς: Ολιστική ενδυνάμωση των πολιτών προκειμένου να γίνουν ειδικοί στην υγεία τους

ΕΞΥΠΝΟΙ ΑΣΘΕΝΕΙΣ

Για να γίνει κάποιος έξυπνος ασθενής πρέπει να εκπαιδευτεί. Η αντίστοιχη εκπαιδευτική διαδικασία στην οποία βασίζεται το έργο είναι η **ενδυνάμωση**. Για το σκοπό αυτό, απαιτείται μια ολιστική προσέγγιση που περιλαμβάνει πτυχές όχι μόνο από την ιατρική, αλλά και από την κοινωνιολογία και την ψυχολογία. Οι έξυπνοι ασθενείς κατανοούν τη δική τους συμβολή στην ανάρρωση και ίαση ως απαραίτητο συμπλήρωμα και όχι ανταγωνιστικά προς τα επιτεύγματα της ιατρικής. Θέλουν επίσης να ζήσουν μια ζωή που αποτρέπει να ασθενήσουν. Κατανοούν ότι η υγεία δεν μπορεί να διατηρηθεί μόνο με ιατρική παρέμβαση, αλλά εξαρτάται επίσης από τον τρόπο ζωής, καθώς και από κοινωνικούς και περιβαλλοντικούς παράγοντες.



ΟΙ ΣΤΟΧΟΙ ΤΟΥ ΕΡΓΟΥ ΕΞΥΠΝΟΙ ΑΣΘΕΝΕΙΣ

Οι στόχοι του έργου «Έξυπνοι Ασθενείς» είναι η ενδυνάμωση των πολιτών ώστε να γίνουν «έξυπνοι ασθενείς» μέσω της ανάπτυξης της απαραίτητης αυτοπεποίθησης και των κατάλληλων δεξιοτήτων επικοινωνίας και αλληλοεπίδρασης με τους επαγγελματίες του τομέα της υγείας, η υποστήριξη τους προκειμένου να ανιχνεύουν προβλήματα υγείας σε αρχικό στάδιο και η κατανόηση του ρόλου τους, δηλαδή, η συμμετοχή στη διαδικασία της ανάρρωσης ως απαραίτητο συμπλήρωμα και όχι ανταγωνιστικά με τα επιτεύγματά της ιατρικής. Τα προϊόντα του έργου είναι εφαρμογές διαδικτύου και κινητών, βασικά εργαλεία με συστάσεις, συμβουλές και οδηγίες για την ατομική πρόληψη και φροντίδα, την ενδυνάμωση και τη συμμετοχή στη διαδικασία της ανάρρωσης και την αποδοχή μιας νέας οπτικής για τη ζωή.



ΣΤΡΑΤΗΓΙΚΗ ΕΕ για την ΥΓΕΙΑ

Ένα σημαντικό θέμα που συμπεριλαμβάνεται και στη «Στρατηγική για την υγεία» της Ευρωπαϊκής Ένωσης είναι η «ενδυνάμωση των πολιτών – η τοποθέτηση, δηλαδή, των ασθενών στην καρδιά του συστήματος και η ενθάρρυνσή τους ώστε να εμπλακούν ενεργά στη διαχείριση των αναγκών της υγείας τους». Η προληπτική φροντίδα δεν πρέπει να μένει μόνο στο επίπεδο γιατρού και νοσοκομείου αλλά οι πολίτες θα πρέπει να έχουν τη δυνατότητα να αποτελούν «έξυπνους ασθενείς».





Θεματική ενότητα 1: Πρόληψη

ΕΡΑΣΜΟΥΣ+ MEDRI ΕΚΕΤΑ ΕΠΙΧΕΙΡΗΣΙΑΚΟ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ERASMUS+ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΔΙΑΧΕΙΡΙΣΗΣ ΕΡΕΥΝΑΣ

ΠΡΟΛΗΨΗ

Αυτή η θεματική ενότητα σας βοηθά να βελτιώσετε την υγεία σας και σας δίνει κίνητρο να αποκτήσετε ένα πιο υγιεινό τρόπο ζωής.

- 1 Ισορροπία μεταξύ επαγγελματικού και προσωπικού βίου
- 2 Διατροφή
- 3 Σωματική δραστηριότητα
- 4 Σεξουαλική ζωή
- 5 Ψυχική υγεία



Θεματική ενότητα 2: Ενδυνάμωση ασθενούς

ΕΡΑΣΜΟΥΣ+ MEDRI ΕΚΕΤΑ ΕΠΙΧΕΙΡΗΣΙΑΚΟ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ERASMUS+ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΔΙΑΧΕΙΡΙΣΗΣ ΕΡΕΥΝΑΣ

ΕΝΔΥΝΑΜΩΣΗ ΑΣΘΕΝΟΥΣ

Αυτή η θεματική ενότητα σας δίνει συμβουλές για το πως να ενδυναμώσετε τον εαυτό σας στην επικοινωνία με τους επαγγελματίες υγείας, να βελτιώσετε τις δεξιότητές σας ως ασθενής και τις γνώσεις σας όταν έχετε συμπτώματα και χρειάζεστε επαγγελματική βοήθεια.

- 1 Κατανόηση του ρόλου σας
- 2 Δεξιότητες ασθενούς
- 3 Γνωρίστε τα δικαιώματά σας
- 4 Πολιτιστική επίγνωση
- 5 Βασικές γνώσεις ασθενούς



Θεματική ενότητα 3: Συμμετοχή

ΕΡΑΣΜΟΥΣ+ MEDRI ΕΚΕΤΑ ΕΠΙΧΕΙΡΗΣΙΑΚΟ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ERASMUS+ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΔΙΑΧΕΙΡΙΣΗΣ ΕΡΕΥΝΑΣ

ΣΥΜΜΕΤΟΧΗ

Αυτή η θεματική ενότητα σας βοηθά να συμμετέχετε στη θεραπεία και την ίαση όταν αντιμετωπίζετε μία κατάσταση κατά την οποία η ασθένεια και η βλάβη της υγείας σας είναι αναπόφευκτη και χρόνια,

- 1 Δημιουργία σχέσεων
- 2 Συμμόρφωση
- 3 Αντιδράσεις στην ασθένεια
- 4 Ανάρρωση - ίαση
- 5 Νέες οπτικές στην αντίληψη



ΕΤΑΙΡΟΙ ΕΡΓΟΥ

MEDRI Medicinski fakultet
Sveučilišta u Rijeci, Rijeka, Croatia

NUI Galway
OÉ Gaillimh National University of
Ireland, Galway, Ireland

WZL "Was hab' ich?", Dresden,
Germany

Inštitut Integra
Integra Institut, Velenje,
Slovenia

WZL Wissenschaftsinitiative
Nideroesterreich(WIN), Würnitz,
Austria

ΕΤΑΙΡΟΙ ΕΡΓΟΥ

QUALED
QUALED, Žilina, Slovakia

P.PORTO Instituto
Politecnico do Porto, Porto,
Portugal

GU Ακαδημαϊκό
Δοαδίκτυο (GUNET), Αθήνα,
Ελλάδα

