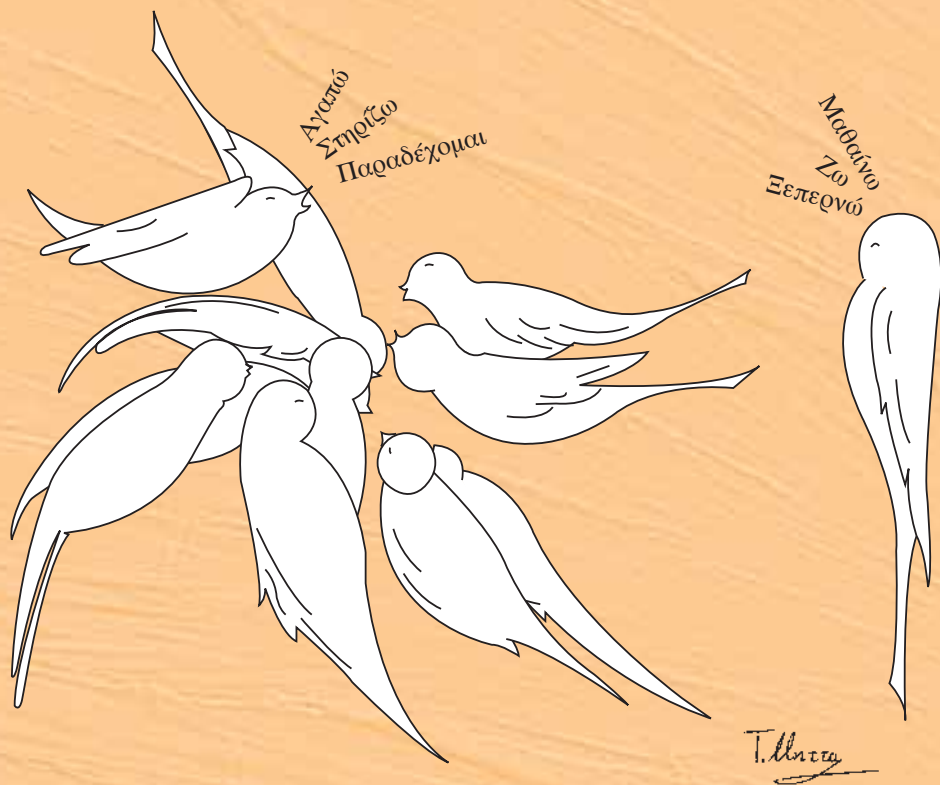


# “Μπορώ να επιβιώσω”



## ΣΥΛΛΟΓΟΣ ΚΑΡΚΙΝΟΠΑΘΩΝ ΜΑΚΕΔΟΝΙΑΣ-ΘΡΑΚΗΣ

Εγνατία 65 - Θεσσαλονίκη (546 31) • τηλ. 2310/241911 - fax 2310/221211  
Αγ. Δημητρίου 96, 1ος όρ. • τηλ. 2310/233224 • <http://www.uom.gr/skmth> • e-mail: [skmth@uom.gr](mailto:skmth@uom.gr)

ΘΕΣΣΑΛΟΝΙΚΗ 2008

# “Μπορώ να επιβιώσω”

Είμαστε εθελοντές  
Του καρκίνου νικητές  
Στη ζωή μπροστά κοιτάμε  
Τον συνάνθρωπο βοηθάμε  
Τα ταμπού μας ξεπερνάμε  
Άνθρωπέ μου σ' αγαπάμε.

*Περσεφόνη Μήττα*



**ΣΥΛΛΟΓΟΣ ΚΑΡΚΙΝΟΠΑΘΩΝ ΜΑΚΕΔΟΝΙΑΣ-ΘΡΑΚΗΣ**

Εγνατία 65 - Θεσσαλονίκη (546 31) • τηλ. 2310/241911 - fax 2310/221211  
Εντευκτήριο: Αγ. Δημητρίου 96, 1ος όγ. • <http://www.uom.gr/skmth> • e-mail: [skmth@uom.gr](mailto:skmth@uom.gr)

ΘΕΣΣΑΛΟΝΙΚΗ 2008

*«Το να αποδεχθείς και να ξεπεράσεις το πρόβλημά σου είναι γενναιότητα, το να ενισχύσεις το συνάνθρωπό σου να ξεπεράσει και εκείνος το πρόβλημά του είναι ηρωισμός και το να αγωνίζεσαι να μη συμβεί σε άλλους ό,τι σε σένα είναι θείο».*

**Γεώργιος Μπλάτζας**

*Αν. Καθ. Χειρ. Α.Π.Θ.*

*Διευθ. Α' Χειρ./Ογκολογικού  
Τμήματος "Θεαγενείου" Α.Ν.Θ.*

*«Η αλήθεια είναι σαν φάρμακο  
κι έχει τη δική της συνταγή»*

*«Το δικαίωμα ενημέρωσης του ασθενή»*

*Θεσσαλονίκη 1994*

**Π. Μήττα**

Για όποιον θέλει να βοηθήσει στο έργο του Σ.Κ.Μ.Θ. έχει ανοιχθεί λογαριασμός στην Εθνική Τράπεζα της Ελλάδος υπ' αριθμ. 223/296210-19, στην Τράπεζα Εργασίας 0026.0232.57.0100310655 και στην Τράπεζα Πειραιώς 5216-017164-768.

Α' έκδοση 2000

Β' έκδοση 2002

Γ' έκδοση 2006

Δ' έκδοση 2008

*Η μερική ή ολική ανατύπωση είτε η καθ' οιονδήποτε τρόπον αναπαραγωγή του βιβλίου, καθώς και η φωτοτύπηση τμήματος ή ολόκληρου του βιβλίου, χωρίς την έγγραφη άδεια του εκδότη, τιμωρείται από το νόμο.*

---

## ΠΡΟΛΟΓΟΣ ΤΡΙΤΗΣ ΕΚΔΟΣΗΣ

---

Το φυλλάδιο “Μπορώ να επιβιώσω” αποτελεί για μας τους καρκινοπαθείς στο Σύλλογο, το βασικότερο και σπουδαιότερο όλων των φυλλαδίων που εκδίδουμε, γιατί στις σελίδες του κρύβει το πραγματικό μήνυμα ζωής που απευθύνουμε σε κάθε φίλο αναγνώστη. Αυτός υπήρξε ο στόχος μας από την πρώτη έκδοση, και νομίζουμε ότι τον πετύχαμε καθώς προχωρήσαμε ήδη στην τρίτη του έκδοση.

Αφιερώνουμε και πάλι το φυλλάδιο στα χιλιάδες μέλη μας και στη δεκαοκτάχρονη πορεία του Συλλόγου που κατάφερε να στηρίξει τον συνάνθρωπο καρκινοπαθή στον αγώνα του για την επιβίωση.

Θεσσαλονίκη, Νοέμβριος 2006

*Περσεφόνη Μήττα*

*Πρόεδρος του Συλλόγου Καρκινοπαθών  
Μακεδονίας-Θράκης*

---

## ΠΡΟΛΟΓΟΣ ΔΕΥΤΕΡΗΣ ΕΚΔΟΣΗΣ

---

Μετά την επιτυχία της πρώτης έκδοσης (τυπώθηκαν και διανεμήθηκαν περίπου 3.000 αντίτυπα μέσα σ’ ένα χρόνο) και το αυξανόμενο ενδιαφέρον του κοινού αποφασίσαμε τη δεύτερη, επιμελημένη έκδοση του φυλλαδίου “Μπορώ να επιβιώσω”.

Ξεκίνησε ως μία εφημεριδούλα κι έγινε το βιβλίο μας. Στην πραγματικότητα το πόνημα αυτό είναι η ίδια η ψυχή του Συλλόγου, που όπως εκείνος, μεγάλωσε, άνθισε, έβγαλε άρωμα που έφτασε στους ανθρώπους. Εκείνοι μας το ζήτησαν κι εμείς το τυπώνουμε πάλι. Ευχαριστούμε.

Θα θέλαμε στο σημείο αυτό να ευχαριστήσουμε την κα. Τριανταφυλλιά Μήττα, Ιστορικό Τέχνης, για τη συνδρομή της στην έκδοση. Η εθελοντική της προσφορά μέσα από τις μεταφράσεις, την προσεκτική επιμέλεια όλων των κειμένων βρίσκει στην παρούσα προσπάθεια μια ολοκλήρωση.

Θεσσαλονίκη, Σεπτέμβριος 2002

*Περσεφόνη Μήττα*

*Πρόεδρος του Συλλόγου Καρκινοπαθών  
Μακεδονίας-Θράκης*

Εξώφυλλο

Σχέδιο: Τριανταφυλλιά Μήττα

Η έκδοση του φυλλαδίου “Μπορώ να επιβιώσω” αποτελεί ορόσημο στη δεκαετή παρουσία του Σύλλογου. Ξεκίνησε εμπειρικά από μια ανάγκη καταγραφής των σημαντικότερων εκδηλώσεών του. Στην πορεία των ετών όμως, έγινε ένα αυθύπαρκτο, εκτενές πόνημα, από τις σελίδες του οποίου έπρεπε κάθε φορά να αφαιρούμε υλικό για να τηρηθεί η ιδέα της εύχρηστης, μικρής “εφημεριδούλας”.

Αυτή ήταν και η λειτουργική του ανάμεσα στα ενημερωτικά φυλλάδια που επί σειρά ετών εξέδιδε ο Σύλλογος (σήμερα αριθμούν πενήντα [50]): η ενημέρωση για το έργο του Σύλλογου, τους στόχους, τις πολλαπλές δραστηριότητές του στον τομέα της υγείας.

Πολύ περισσότερο από μια απλή καταγραφή, όμως, το φυλλάδιο “Μπορώ να επιβιώσω” έκρουσε στις σελίδες του την αγάπη, τη ζέση, την ίδια την καρδιά των δημιουργών του δηλαδή τα χιλιάδες μέλη του.

“Όπως τα φύλλα κρατούν τη μορφή του αέρα”, έχει η “εφημεριδούλα” τη μορφή, τη γνώση, το ζωντανό παράδειγμα των ανθρώπων που εργάστηκαν γι’ αυτό. Συναισθήματα που έχουμε νιώσει, καταστάσεις που έχουμε εντοπίσει στον αγώνα για βελτίωση των συνθηκών υγείας. Ακόμα προβλήματα που επιλύσαμε και άλλα που υπάρχουν και μεγαλώνουν τη δυναμική μας, γνώσεις και εμπειρίες δεκαετιών ετών εθελοντισμού.

Μα πάνω απ’ όλα, κρύβει στις σελίδες του το πραγματικό μήνυμα για ζωή που απευθύνουμε σε κάθε φίλο-αναγνώστη. Αυτός υπήρξε ο στόχος μας από την αρχή της έκδοσης: Μέσα από παραδείγματα που “ζωγραφίζουν καλύτερα από χίλιες λέξεις” την ίδια τη ζωή, προσπαθούμε να στηρίξουμε την πίστη των συνανθρώπων μας.

Αφιερώνουμε λοιπόν το φυλλάδιο στη δεκαετή παρουσία του Σύλλογου με την ελπίδα να “αυξηθούν οι λέξεις του”, να ενδυναμώσει η παρουσία του τόσο, ώστε “ο αέρας της θλίψης, της κακοήθειας, της προκατάληψης, της απουσίας γύρω μας να σιγήσει...”.

Θεσσαλονίκη, Μάρτιος 2000

*Περσεφόνη Μήττα*

*Πρόεδρος*

*Σύλλογου Καρκινοπαθών*

*Μακεδονίας-Θράκης*

---

## Απόσπασμα από το ΚΑΤΑΣΤΑΤΙΚΟ του Συλλόγου Καρκινοπαθών Μακεδονίας-Θράκης

---

Μέσα από τις δύσκολες στιγμές της θεραπευτικής μας αγωγής, ξεπήδησε η ιδέα της συσπείρωσης γύρω από ένα φορέα, που θα φρόντιζε για την άμβλυνση και την αντιμετώπιση, με πιο αποτελεσματικό τρόπο, των ψυχοσωματικών προβλημάτων μας. Η αγάπη και η έγνοια για το δοκιμαζόμενο συνάδελφο, εν υγεία καρκινοπαθή, μας ώθησε ακόμα πιο πολύ στη γρήγορη ίδρυση του “ΣΥΛΛΟΓΟΥ ΚΑΡΚΙΝΟΠΑΘΩΝ ΜΑΚΕΔΟΝΙΑΣ-ΘΡΑΚΗΣ”. Το πρωτόφαντο αυτό γεγονός πλημμύρισε με χαρά και αισιοδοξία όλους τους καρκινοπαθείς και τους συγγενείς τους.

Έτσι, σε μια πορεία, επίσημη και ανεπίσημη, περίπου τεσσάρων ετών μέσα στα δαιδαλώδη μονοπάτια της νόσου μας, αποκτήσαμε τεράστια πείρα, ώστε να μπορούμε, με σιγουριά, να απαλύνουμε πόνο και να χαρίσουμε πίστη, τόλμη, ελπίδα, χαρά και ανακούφιση στο συνάδελφό μας, εν υγεία καρκινοπαθή.

Με πίστη στο Θεό και με τη δύναμη που αντλούμε από Αυτόν, προχωράμε με αποφασιστικότητα και θάρρος στο έργο που αναλάβαμε με τη θέλησή μας.

### ΠΟΙΟΙ ΕΙΜΑΣΤΕ;

Είμαστε απλώς ΚΑΡΚΙΝΟΠΑΘΕΙΣ, που ζήσαμε και γνωρίσαμε από κοντά όλα τα προβλήματα του καρκίνου και ΑΥΤΟΟΡΓΑΝΩΘΗΚΑΜΕ στο σύλλογο αυτόν, που είναι ένας μη κερδοσκοπικός οργανισμός αλληλοβοήθειας. Μάλιστα προσφέρουμε τις υπηρεσίες μας εθελοντικά και χωρίς κανένα υλικό όφελος ή ιδιοτέλεια.

### ΠΟΙΟΙ ΕΙΝΑΙ ΟΙ ΣΚΟΠΟΙ ΤΟΥ ΣΥΛΛΟΓΟΥ;

- α. Η αλληλοβοήθεια μεταξύ των μελών του για την εξασφάλιση μιας τέλειαις και όσο το δυνατόν ολοκληρωμένης αποκατάστασης (Rehabilitation).
- β. Η ψυχολογική προετοιμασία όσων πρόκειται να υποβληθούν σε οποιασδήποτε μορφής θεραπεία για την αντιμετώπιση κάποιας

μορφής καρκινώματος και η υποδοχή των καινούριων καρκινοπαθών, για να μπορέσουν να προετοιμαστούν στην αντιμετώπιση των αναγκών της μελλοντικής καθημερινής ζωής του καρκινοπαθή.

- γ. Η συνεργασία με ειδικούς επιστήμονες, γιατρούς ογκολόγους, των Πανεπιστημιακών Νοσοκομείων ή μη και όλων των θεραπευτικών ιδιωτικών ή μη ιδρυμάτων, με σκοπό την άμεση επαφή ιατρού και ασθενή για την ενημέρωση και προσαρμογή στα όποια σύγχρονα επιτεύγματα της ιατρικής επιστήμης.
- δ. Η καλλιέργεια πνεύματος συναδελφοσύνης, φιλίας και αγάπης μεταξύ των καρκινοπαθών, όπως και η δημιουργία ενός οικογενειακού περιβάλλοντος μεταξύ τους με την πιο πλατιά έννοια.
- ε. Η πληροφόρηση του κοινού για την κατάσταση και τους τρόπους βοήθειας και ενίσχυσης του καρκινοπαθή και η ανάπτυξη σωστής φιλίας με όλους εκείνους που θα ήσαν διατεθειμένοι να συμπαρασταθούν με κάθε τρόπο και μέσο στο έργο του Συλλόγου.
- στ. Η διαρκής μέριμνα και φροντίδα για την αποφυγή κάθε κοινωνικής δραστηριότητας οποιασδήποτε μορφής που θα είναι ξένη στον κύριο και πρωταρχικό στόχο του Συλλόγου, που είναι η ΥΓΕΙΑ, η ΨΥΧΙΚΗ ΥΓΕΙΑ και Η ΠΛΗΡΗΣ ΑΠΟΚΑΤΑΣΤΑΣΗ (REHABILITATION) των μελών του.

## **ΠΟΙΕΣ ΟΙ ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΕΣ ΜΑΣ ΣΗΜΕΡΑ;**

Επισκεπτόμαστε τους καρκινοπαθείς στα Νοσοκομεία, στα σπίτια τους και όπου τυχαίνει να βρίσκονται.

Εμπυχώνουμε τους καρκινοπαθείς και τους μεταφέρουμε τις εμπειρίες μας, άσχετα αν είναι μέλη του Συλλόγου μας ή όχι.

Ενημερώνουμε τα μέλη των οικογενειών των καρκινοπαθών πάνω στον τρόπο συμπεριφοράς και περιποιήσεως.

Βοηθάμε στην επανένταξη των καρκινοπαθών μέσα στο κοινωνικό σύνολο και τους καθοδηγούμε με ποιο τρόπο θα αποκτήσουν τα ευεργετήματα που έχει θεσπίσει η πολιτεία.

Συμμετέχουμε σε όλες τις ομιλίες, σεμινάρια και συνέδρια σχετικά με τον καρκίνο και μεταφέρουμε στα μέλη του Συλλόγου μας τα συμπεράσματά τους καθώς και τις ανακοινώσεις σχετικά με την επιστημονική έρευνα και την εφαρμογή των μοντέρνων μεθόδων θεραπευτικής αγωγής.

---

## ΠΩΣ ΜΠΟΡΕΙΤΕ ΝΑ ΒΟΗΘΗΣΕΤΕ ΤΟ ΕΡΓΟ ΜΑΣ

---

- Απλώς να μη συμπεριφέρεστε με αδιαφορία. Γιατί μια μη καλή συμπεριφορά μας φορτίζει με πρόσθετα ψυχολογικά συμπλέγματα. Είμαστε και εμείς πολίτες ισάξιοι με όλους τους άλλους πολίτες.
- Προσφέροντάς μας ΑΓΑΠΗ.
- Συστήνοντάς μας σε όποιον καρκινοπαθή γνωρίζετε που δεν έχει πληροφορηθεί ακόμα το έργο μας.
- Βοηθώντας μας οικονομικά. Η ολοκλήρωση και η προβολή των σκοπών που προβλέπει το καταστατικό του Συλλόγου μας συχνά –για να μην πούμε πάντοτε– στοιχίζει παρά πολύ ακριβά.



*Στη φωτογραφία: το γραφείο (γραμματεία) του Σ.Κ.Μ.Θ.*



---

## ΣΤΟΧΟΙ - ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΕΣ ΤΟΥ ΣΥΛΛΟΓΟΥ

---

*Απόσπασμα από την ομιλία της Προέδρου του Σ.Κ.Μ.Θ. Μήττα Περεσεφόνη σε Συνέδριο της Ελληνικής Εταιρείας Ψυχοκοινωνικής Ογκολογίας στις 8-12-2002*

«...Οι ανάγκες των ασθενών με καρκίνο με ώθησαν να ιδρύσω το Σύλλογο Καρκινοπαθών – ήδη από το 1989.

Είναι ένας εθελοντικός φορέας που αποτελείται μόνο από ασθενείς. Αριθμούμε 4.000 μέλη, ενώ άλλοι 200 περίπου εθελοντές, εξειδικευμένοι επιστήμονες (ψυχολόγοι, φυσιοθεραπευτές κ.τ.λ.) προσφέρουν εθελοντικά τις υπηρεσίες τους.

Σε όλο αυτό το διάστημα λειτουργίας του εντοπίσαμε ελλείψεις και προβλήματα στο χώρο του καρκίνου, βιώσαμε τις ανάγκες (αφού τα μέλη του Συλλόγου είναι τα ίδια ασθενείς), παλέψαμε με μια πραγματικότητα αργητική.

Έγιναν βήματα – πιστεύω ότι βοήθησε ουσιαστικά και ο Σύλλογος. Αν κοιτάξω πίσω, θα ξεχωρίσω αναλαμπές φωτός. Μια όαση στο διψασμένο αγώνα μας.

Άλλες φορές πάλι νιώθω ότι μόλις ξεκινάω. Προβλήματα που αυξάνονται σαν καρκινικός όγκος, προκαλούν τις δυνάμεις μας, δε μας φθίνουν και μας κάνουν να αγωνιζόμαστε εντονότερα για τη βελτίωση του χώρου.

Γιατροί που δεν ονοματίζουν την ασθένεια, που δε θέλουν να ξέρει ο ασθενής ότι έχει καρκίνο. Μόλις πριν λίγες μέρες μου είπε ένας γιατρός «Ο λαός μας είναι υποανάπτυκτος. Δεν ξέρει, δεν μπορεί να αντιδράσει σωστά στην ασθένεια».

Θυμώνω. Δεν είμαστε έτσι. Μην τους επιτρέπετε να μας βλέπουν σαν πράγμα ή σαν αντικείμενο. Αυτά λέω στους ασθενείς και πολλά άλλα.

Για να κερδίσουμε αυτά που μας ανήκουν, το δικαίωμα στη ζωή, το δικαίωμα να αποφασίζουμε εμείς και όχι οι άλλοι για μας, έχουμε αναπτύξει μια σειρά από δραστηριότητες και έχουμε θέσει στόχους στο Σύλλογο.

Έχουμε στο ενεργητικό μας ήδη 125 προτάσεις βελτίωσης στο χώρο του καρκίνου...».

Αγωνιζόμαστε για την υλοποίησή τους που πιστεύουμε ότι θα συντελέσουν στην καλύτερευση των συνθηκών υγείας στη χώρα μας. Αφορούν στην υποδομή στα νοσοκομεία, τις σχέσεις και την παροχή υπηρεσιών από τους γιατρούς, τους νοσηλευτές, τους ασθενείς.

Ακολουθως παρατίθενται οι στόχοι του Συλλόγου από το έτος ίδρυσής του (1991) έως σήμερα. Παρουσιάζονται σε θεματικές ενότητες, γεγονός που κρίθηκε απαραίτητο για την καλύτερη κατανόηση και προβολή του έργου του Συλλόγου.

Το διακριτικό (\*) πριν από κάποιους τίτλους αριστερά, δηλώνει ότι ο στόχος έχει επιτευχθεί, ενώ η παύλα (-) ότι η προσπάθεια είναι ακόμα σε εξέλιξη.

## **A. ΓΕΝΙΚΑ**

### **Σύσταση εθελοντικού φορέα**

- \* Σύσταση εθελοντικού φορέα στο χώρο της υγείας. Ίδρυση του πρώτου συλλόγου με αμιγή εθελοντικό χαρακτήρα (όλοι οι απασχολούμενοι, εκπαιδευτές, διοργανωτές, υπεύθυνοι προγραμμάτων, ομιλητές είναι εθελοντές).
- \* Η δημιουργία τοπικών συλλόγων σε κάθε πόλη της Ελλάδας με ανάλογο χαρακτήρα προσφοράς στους καρκινοπαθείς, δηλαδή την παρότρυνση και την υποστήριξη μεμονωμένων ατομικών πρωτοβουλιών.
- \* Αίτημα του συλλόγου: η ίδρυση Ομοσπονδίας στην Ελλάδα (από το 1991, έτος ίδρυσής του). Έχει επιτευχθεί το 2004.
- \* Ομόφωνη απόφαση όλων των συλλόγων καρκινοπαθών της Ευρώπης η ίδρυση της Ένωσης Καρκινοπαθών Ευρώπης (European Cancer Patient Coalition – E.C.P.C.)
- \* Αίτημα της Ομοσπονδίας για την ένταξη της στην Εθνική Συνομοσπονδία Ατόμων με Ειδικές Ανάγκες (Ε.Σ.Α.μεΑ.).
- \* Χορήγηση «ταυτότητας - δελτίου μέλους» του Συλλόγου και ενημέρωση για τα δικαιώματα του ασθενή μέσα από ένα ειδικό έντυπο.
- \* Σύσταση ομάδας εθελοντικής αιμοδοσίας στα πλαίσια του Συλλόγου Καρκινοπαθών για τα μέλη του.
- \* Πρόταση στην Αρχιεπισκοπή Ελλάδος για τακτική εθελοντική αιμοδοσία στα πλαίσια κάθε ενορίας.

## Νοσοκομεία

- \* Πρόταση του Συλλόγου στο ΠΕΣΥ – Υ.Υ.Π. για ανέγερση παιδιατρικού νοσοκομείου Θεσσαλονίκης που θα καλύπτει και τα παιδιά-ασθενείς με καρκίνο. Επιτεύχθει το 2007. ΥΥΠ Αβραμόπουλος.
- \* Η μετεγκατάσταση του νοσοκομείου «Θεαγενείου» Α.Ν.Θ. στο Δήμο Μίκρας. Επιτεύχθει το 2007. ΥΥΠ Αβραμόπουλος.
- \* Η άμεση λειτουργία του νοσοκομείου «Παπαγεωργίου» (1998).
- \* Μεταφορά του Παιδοογκολογικού τμήματος του νοσ. ΑΧΕΠΑ στην πέδρυγα Νεογνών για καλύτερες συνθήκες νοσηλείας.
- \* Προέκταση του Παιδοογκολογικού τμήματος του Ιπποκράτειου νοσοκομείου στο τμήμα Μεσογειακής Αναιμίας για καλύτερες συνθήκες νοσηλείας.
- \* Ίδρυση παθολογικής ογκολογικής κλινικής στο νοσοκομείο ΑΧΕΠΑ.
- \* Ίδρυση παθολογικής ογκολογικής κλινικής στο Β' ΙΚΑ Παναγία.
- \* Ίδρυση ξενώνα στην Θεσσαλονίκη και στην Αθήνα για τους περιπατητικούς ασθενείς-καρκινοπαθείς. (Αίτημα του Συλλόγου από το 1989).
- Ίδρυση ξενώνα (Hospice) για ασθενείς που η υγεία τους είναι επιβαρημένη και έχουν ανάγκη ειδικής περίθαλψης, πλαισιωμένος από ιατρούς, νοσηλευτές, ψυχολόγους, φυσιοθεραπευτές, κοινωνικούς λειτουργούς, ιερέα και εθελοντές του Σ.Κ.Μ.Θ.
- \* Ανανέωση διαγνωστικών μηχανημάτων σε νοσοκομεία και κλινικές (Ψηφιακό μαστογράφο, ΠΕΤ ΣΚΝ, Γ ΝΑΪΦ κτλ.).
- Ανανέωση ακτινοθεραπευτικών μηχανημάτων στο νοσοκ. ΑΧΕΠΑ.
- Ίδρυση έδρας ογκολογίας σε Πανεπιστήμια Αθηνών-Θεσσαλονίκης κτλ., με ειδικότητες παθολογίας ογκολογίας, χειρουργικής ογκολογίας, ακτινοθεραπείας ογκολογίας, αιματολογίας ογκολογίας, παιδιατρικής ογκολογίας κλπ.
- Συνεργαζόμενες ειδικότητες ογκολόγων (ογκολογικά συμβούλια) για την ολοκληρωμένη αντιμετώπιση των προβλημάτων του ασθενή.
- \* Συνεργασία των συλλόγων καρκινοπαθών Ελλάδος με την Εταιρία Ογκολόγων Παθολόγων Ελλάδος (ΕΟΠΕ) για την καλύτερη ποιότητα ζωής του ασθενή.
- \* Καθιέρωση του οικογενειακού ιατρού.
- \* Σταθερή παρακολούθηση από τον ίδιο ιατρό στα εξωτερικά ιατρεία.

- \* Αίτημα των γονέων παιδιών με νεοπλασματική ασθένεια: οι ελάχιστες συναντήσεις μια φορά το μήνα με το θεράποντα ιατρό.
- Συμβουλευτική ομάδα ειδικά για νέους που ξεπέρασαν το πρόβλημα του καρκίνου και βρίσκονται στο ξεκίνημα της δημιουργίας οικογένειας.
- Δημιουργία θέσεων για εξειδικευμένους ψυχολόγους, σεξολόγους, φυσιοθεραπευτές, διαιτολόγους, ειδικούς φυσιοθεραπευτές για λεμφικό μασάζ σε όλα τα νοσοκομεία της πόλης.
- \* Εκπαιδευτικά προγράμματα για τους γιατρούς, νοσηλευτές, εργαζόμενους στα νοσοκομεία της Ελλάδας.
- \* Δημιουργία ομάδας ψυχολογικής στήριξης από φοιτητές ιατρικής στις παιδοογκολογικές κλινικές των νοσοκομείων «ΑΧΕΠΑ» και «Ιπποκράτειο» Γ.Π.Ν.Θ.
- Ομάδα εθελοντών στα παιδιά με καρκίνο που θα αποτελείται από ψυχολόγο, ογκολόγο παιδίατρο, ιερέα, κοινωνική λειτουργό, διευθύνουσα του τμήματος, εκπρόσωπο συλλόγου γονιών «Λάμψη» και εκπρόσωπο Σ.Κ.Μ.Θ.
- Ομάδα εθελοντών στα Νοσοκομεία από ογκολόγο παθολόγο, ψυχολόγο, κοινωνική λειτουργό, διευθύνουσα τμήματος, ιερέα και εκπρόσωπο Σ.Κ.Μ.Θ. σε όλα τα Νοσοκομεία για τη στήριξη και βοήθεια του ασθενή.
- \* Ομάδα εθελοντών για τη βοήθεια της οικογένειας του ασθενή με καρκίνο.
- \* Άρση του «απορρήτου του φακέλου»: Δικαίωμα του ασθενή «η δεύτερη γνώμη».
- \* Αίτημα και επιδίωξη των ασθενών: ο καρκίνος να λέγεται με το όνομά του.
- Κατάργηση του παράνομου χρηματισμού γιατρών με «φακελάκι».
- Κατάργηση των απογευματινών ιατρείων στα νοσοκομεία.
- \* Κατάργηση της οικονομικής επιβάρυνσης των ασθενών στα χημειοθεραπευτικά φάρμακα για τους έμμεσα ασφαλισμένους δημοσίου ταμείου με νόμο.
- \* Δυνατότητα χορήγησης φαρμάκων σε συμβεβλημένους του ΙΚΑ μέσω των νοσοκομείων, όπου υποβάλλονται σε χημειοθεραπεία και όχι μόνο από το Β' ΙΚΑ «ΠΑΝΑΓΙΑ».
- \* Παράταση του χρόνου ισχύος στις συνταγές αναλγητικών φαρμάκων που χορηγούνται σε καρκινοπαθείς (από ιατροεία πόνου).

- \* Η απαλλαγή των ασθενών από τα έξοδα μεταφοράς από το νοσοκομείο στο σπίτι μετά από κάθε θεραπεία. Η είσπραξη (π.χ. των κομίστρων για ταξί) να γίνεται από τα Ταμεία ασφάλισης.
- \* Βελτίωση των χώρων διαμονής και νοσηλείας: καθιέρωση ειδικού διαχωριστικού μεταξύ κρεβατιών των ασθενών, τοποθέτηση μεμονωμένου ψυγείου και τηλεφώνου σε κάθε θάλαμο νοσοκομείου, κ.τ.λ.
- \* Εγκατάσταση τηλεοράσεων του Σ.Κ.Μ.Θ. σε χώρους αναμονής των νοσοκομείων (από το 1993 κ.ε.) «Θεαγένειο» Α.Ν.Θ., «Παπανικολάου» και «ΑΧΕΠΑ».
- \* Δημιουργία τράπεζας αίματος και μυελού των οστών. Συνεργασία με κέντρα Θεσσαλονίκης, Αθηνών.
- \* Δημιουργία τράπεζας σπέρματος σε συνεργασία με ανάλογα Κέντρα Θεσσαλονίκης, Αθηνών.
- \* Εκστρατεία ενημέρωσης κατά του καπνίσματος. Καθιέρωση απαγόρευσης του με νόμο σε νοσοκομεία και δημόσιες υπηρεσίες.

#### **Άτομα με Ειδικές Ανάγκες (Ε.Σ.Α.μεΑ.)**

- \* Δημιουργία χώρου στάθμευσης (πάρκινγκ) σε νοσοκομεία και δημόσιες υπηρεσίες για άτομα με ειδικές ανάγκες (Ε.Σ.Α.μεΑ.) και εθελοντές.
- \* Δημιουργία χώρου στάθμευσης (πάρκινγκ) στο κέντρο της πόλης και μπροστά στα μεγάλα καταστήματα για άτομα με ειδικές ανάγκες.
- \* Τοποθέτηση ειδικού ανακεκλιμένου διαδρόμου (ράμπα) και καθιέρωσή του σε όλα τα νοσοκομεία, ιδρύματα (γηροκομεία κλπ.), δημόσιες υπηρεσίες, τράπεζες, καταστήματα για την εύκολη πρόσβαση από άτομα με ειδικές ανάγκες (Ε.Σ.Α.μεΑ.).
- \* Τοποθέτηση ειδικής μπάρας σε εισόδους κτιρίων για τη στήριξη και την ασφαλή διέλευση των ατόμων με ειδικές ανάγκες (Ε.Σ.Α.μεΑ.).
- \* Προτεραιότητα εξυπηρέτησης σε όλες τις υπηρεσίες για τα άτομα με ειδικές ανάγκες (Ε.Σ.Α.μεΑ.).
- \* Δυνατότητα εισόδου στα αστικά μέσα μαζικής μεταφοράς από την μπροστινή πόρτα κατ' εξαίρεση σε άτομα με ειδικές ανάγκες.
- \* Κατάσταση εμπορικών καταστημάτων με αναπηρικά είδη προς εξυπηρέτηση των μελών μας.

- \* Δημιουργία κενών θέσεων και εξασφάλιση εργασίας σε άτομα με ειδικές ανάγκες.

## **B. Σ.Κ.Μ.Θ.**

### **α. Οικονομική στήριξη**

- \* Γραφείο: δωρεάν παραχώρηση από το «Θεαγένειο» νοσοκομείο μέχρι 1-6-2006 για τη γραμματειακή υποστήριξη του Συλλόγου.
- \* Διαμέρισμα: δωρεάν παραχώρηση από την κ. Α. Παπαθεοδώρου έως το 2003 για την πραγματοποίηση των ομάδων ψυχ. υποστήριξης.
- \* Διαμέρισμα: δωρεάν παραχώρηση από την οικ. Χατζοπούλου Ευσταθίου έως το 2003 για τη χρήση ξενώνα στα παιδιά με καρκίνο.
- \* Αποθήκη: δωρεάν παραχώρηση από την κ. Γ. Ξανθοπούλου ως 2005.
- \* Αποθήκη: δωρεάν παραχώρηση από την κ. Β. Αβραμίδου από 2006.
- \* Εξασφάλιση μόνιμης στέγης επί της Αγ. Δημητρίου 96 για τα προγράμματα του Συλλόγου το 2003 (ομάδ. ψυχολογικής στήριξης κτλ).
- \* Εξασφάλιση μόνιμης στέγης (αγορά γραφείου) για τη γραμματειακή υποστήριξη το 2007.
- \* Εξασφάλιση αποθηκευτικού χώρου για τις ανάγκες του Συλλόγου.
- \* Εξασφάλιση μεταφορικού μέσου για τις ανάγκες μετακίνησης των μελών του Σ.Κ.Μ.Θ. σε διάφορες εκδηλώσεις.
- \* Οικονομική ενίσχυση σε άπορους από έσοδα του Συλλόγου.
- \* Διανομή τροφίμων σε άπορες οικογένειες. (Προσφορά της κ. Μαρίας Λιόλιου).
- \* Ένταξη στο πρόγραμμα της Νομαρχίας για τα αποσυρόμενα προϊόντα. Διανομή φρούτων σε μέλη του Συλλόγου.
- \* Ένταξη στο πρόγραμμα της Διεύθυνσης Γεωργίας. Διανομή τροφίμων σε μέλη του Συλλόγου.
- \* Συμμετοχή στο πρόγραμμα διανομής διατακτικών του Δήμου Θεσσαλονίκης για τους άπορους δημότες κάθε Χριστούγεννα και Πάσχα.
- \* Συνεργασία με εμπορικά καταστήματα της Θεσσαλονίκης. Δυνατότητα αγορών με μειωμένη τιμή όλο το χρόνο σε μέλη του Συλλόγου.
- Έκπτωση στη συνδρομή του ΟΤΕ (1.000 μονάδες κλήσης) για μέλη του Συλλόγου.
- \* Οργάνωση ομάδων με εθελοντές νοσηλευτές σε κάθε περιοχή της Θεσσαλονίκης. Δωρεάν παροχή υπηρεσιών σε άπορα μέλη του Συλλόγου (π.χ. ενέσεις φαρμάκων).

- \* Ομάδα δημιουργικής απασχόλησης, κατασκευή εργοχείρων, προς πώληση για έσοδα του Συλλόγου.
- \* Τοποθέτηση κουμπαραδών σε καταστήματα, τράπεζες κ.τ.λ. για την οικονομική ενίσχυση του Συλλόγου.
- \* Πραγματοποιείται λαχειοφόρος αγορά για οικονομική ενίσχυση του Συλλόγου.

## **β. Ψυχολογική στήριξη**

- \* Πρόγραμμα ψυχολογικής στήριξης των μελών στην αίθουσα συναντήσεων του Συλλόγου (εντευκτήριο) σε συνεργασία με ομάδα επιστημόνων.
- \* Πρόγραμμα μεμονωμένης ψυχολογικής στήριξης και αυτοβοήθειας ασθενών με την ίδια πάθηση (αίθουσα εντευκτηρίου του Συλλόγου).
- \* Λειτουργία ομάδων δημιουργικής απασχόλησης (π.χ. ζωγραφικής, χορωδίας, χορού, θεάτρου, φυσιοθεραπείας, μελέτης Αγ. Γραφής κλπ.) με σκοπό την ψυχολογική υποστήριξη των μελών του Συλλόγου και την ομαλή επανένταξή τους στην κοινωνία. (Σήμερα αριθμούν 25)
- \* Ομάδα εκπαίδευσης εθελοντών.
- \* Λειτουργία κινητού περιπτέρου με προσφορά πρωινού ροφήματος (καφέ, κουλουράκια κλπ.) σε συνοδούς και ασθενείς των νοσοκομείων «Θεαγένειο» Α.Ν.Θ., ΑΧΕΠΑ, «Παπαγεωργίου» Γ.Π.Ν.Θ. και «Γ. Παπανικολάου» Γ.Π.Ν.Θ.

## **γ. Ενημέρωση - πρόληψη του κοινού**

### **1. Ομιλίες**

- \* Ενημέρωση των μελών του Συλλόγου για κάθε μορφή καρκίνου από γιατρούς-ομιλητές, που λαμβάνει χώρα στα πλαίσια εκδηλώσεων στην αίθουσα συναντήσεων του Συλλόγου (εντευκτήριο).
- \* Ενημέρωση του κοινού από γιατρούς και μέλη του Σύλλογο: ομιλίες για τον καρκίνο σε δήμους, συλλόγους, εργασιακούς χώρους κλπ.
- \* Παρουσίαση θεμάτων σχετικά με τον καρκίνο από συνεργάτες, φίλους, μέλη του Συλλόγου στα μέσα μαζικής ενημέρωσης (Μ.Μ.Ε.).
- \* Ενημέρωση μαθητών. Διοργάνωση ελεύθερων συζητήσεων στα σχολεία με θέμα: α. το κάπνισμα, β. την πρόληψη του καρκίνου και γ. την επαγγελματική συνείδηση.
- \* Διοργάνωση ετήσιας συνάντησης με τελειόφοιτους φοιτητές της Ια-

τρικής Σχολής του Α.Π.Θ. στο αμφιθέατρο του ΑΧΕΠΑ και παράλληλα παρουσίαση ομιλιών από μέλη του Συλλόγου, με στόχο την έναρξη διαλόγου και συνεργασίας μεταξύ ιατρών και ασθενών.

- \* Συμμετοχή του Συλλόγου σε συνέδρια του εσωτερικού και εξωτερικού με θέμα τον καρκίνο.

## **2. Εκδοτική δραστηριότητα**

- \* Ενημέρωση του κοινού σε θέματα πρόληψης και εξειδικευμένες μορφές καρκίνου μέσα από την ανελλιπή εκδοτική δραστηριότητα του Συλλόγου [πενήντα (50) ενημερωτικά φυλλάδια έχουν εκδοθεί και έχουν διανεμηθεί δωρεάν σε πολίτες της Ελλάδας].
- \* Ενημέρωση μέσα από τα 15 δίπτυχα και τρίπτυχα έντυπα που δίνονται στα μέλη μας για να ενημερωθούν για τα δικαιώματά τους και τις υποχρεώσεις τους.
- \* Κατάθεση του εκδοτικού υλικού στην Εθνική Βιβλιοθήκη Ελλάδας.
- \* Αποστολή του εκδοτικού υλικού (του Συλλόγου) σε ιδρύματα και βιβλιοθήκες σε όλη την Ελλάδα (δημοτικές, κρατικές, πανεπιστημιακές, βιβλιοθήκες νοσοκομείων, υπουργείων, σχολικών εκπαιδευτικών ιδρυμάτων κλπ.).
- \* Δημιουργία βιβλιοθήκης του Συλλόγου με ιατρικά θέματα για ενημέρωση του ασθενή.
- \* Δημιουργία κινητής βιβλιοθήκης στα νοσοκομεία «Θεαγένειο» Α.Ν.Θ., ΑΧΕΠΑ, «Παπαγεωργίου» Γ.Π.Ν.Θ. και «Γ. Παπανικολάου» Γ.Π.Ν.Θ. με εκδόσεις του Συλλόγου για τις διάφορες μορφές καρκίνου.
- \* Προβολή των εκδόσεων του Συλλόγου στον ημερήσιο και μηνιαίο τύπο (με δημοσιεύσεις αποσπασμάτων).
- \* Καθιέρωση στήλης σε τοπική εφημερίδα της Θεσσαλονίκης με θέματα που αφορούν στον καρκίνο.
- \* Έκδοση εφημερίδας Συλλόγου Καρκινοπαθών Μακεδονίας-Θράκης.
- \* Δημιουργία ιστοσελίδας στο διαδίκτυο (Internet).

## **3. Προβολή του έργου του Συλλόγου**

- \* Ανάρτηση αφίσας του Συλλόγου στα νοσοκομεία, κλινικές, δημόσιες υπηρεσίες.
- \* Κυκλοφορία τηλεκάρτας (του ΟΤΕ) με σήμα του Συλλόγου.



- \* Μετάδοση τηλεοπτικού σποτ με κοινωνικό μήνυμα για το έργο του Συλλόγου (Παραχωρήθηκε άδεια από το Εθνικό Ραδιοτηλεοπτικό Συμβούλιο).
- \* Τηλεφωνική επικοινωνίας όλη μέρα για τη στήριξη και την ενημέρωση των ασθενών με καρκίνο.
- Παραχώρηση τετραψήφιου αριθμού από τον ΟΤΕ για δωρεάν κλήσεις πολιτών στο Σύλλογο.

#### **δ. Ψυχαγωγία μελών του Συλλόγου**

- \* Χορήγηση εισιτηρίων κοινωνικού τουρισμού και οργάνωση εκδρομών από την Εργατική Εστία στα μέλη του Συλλόγου.
- \* Χορήγηση εισιτηρίων από το Κρατικό Θέατρο Βορείου Ελλάδος στα μέλη του Συλλόγου.
- \* Δωρεάν είσοδος σε κέντρα νυχτερινής διασκέδασης της Θεσσαλονίκης για τα μέλη του Συλλόγου.
- \* Ένταξη στο πρόγραμμα του Υ.Υ.Π. - Φιλοξενία μελών του Συλλόγου σε κατασκηνώσεις του κατά τη θερινή περίοδο.
- \* Διοργάνωση εκδρομών από το Σύλλογο.
- \* Ετήσιος χορός του Συλλόγου.

#### **ε. Κοινωνικές εκδηλώσεις (μελών του Συλλόγου)**

- \* Αγιασμός με την έναρξη του έτους (τη Δευτέρα της τρίτης εβδομάδας του Σεπτεμβρίου, από το 1991, έτος ίδρυσης του Συλλόγου).
- \* Αρτοκλασία την ημέρα της Ζωοδόχου Πηγής, προστάτιδας του Συλλόγου (από το 1991).
- \* «Κοπή βασιλόπιτας» των μελών του Συλλόγου (το πρώτο δεκαήμερο του Γενάρη).
- \* «Τσούγκρισμα αυγών». Ετήσια πασχαλινή συνάντηση μελών του Συλλόγου (τη Δευτέρα μετά την Κυριακή του Θωμά).
- \* Μνημόσυνο αποθανόντων μελών του Συλλόγου (το Σάββατο της τελευταίας εβδομάδας του Νοεμβρίου).
- \* Τακτικές συναντήσεις των μελών του Συλλόγου καθ' όλη τη διάρκεια του έτους και τους καλοκαιρινούς μήνες μια φορά την εβδομάδα σε χώρο επιλογής τους.
- \* Εορτασμός γενεθλίων παιδιών-καρκινοπαθών στις παιδοογκολογικές κλινικές της Θεσσαλονίκης. Μοίρασμα δώρων, εκπλήξεις, τούρτες κλπ.

- \* Δημιουργική απασχόληση με ζωγραφική σε παιδιά στις παιδοογκολογικές κλινικές (ΑΧΕΠΑ – «Ιπποκράτειο» Γ.Π.Ν.Θ.). Μηνιαία και ετήσια βράβευση των καλύτερων έργων από διακεκριμένους ζωγράφους της πόλης.
- \* «Πες μου τι θέλεις και θα γίνει»: παιχνίδι ευχών για παιδιά-ασθενείς σε νοσοκομεία της πόλης (από το 1993 κ.ε.).
- \* Μπίνγκο: παιχνίδι ψυχολογίας και απασχόλησης σε παιδιά-ασθενείς σε νοσοκομείο της πόλης.
- \* Διοργάνωση αποκριάτικων εορτών (με μάσκες, σερπαντίνες, χορούς) σε παιδοογκολογικές κλινικές της Θεσσαλονίκης.
- \* Εορτασμός της γιορτής της μητέρας στις παιδοογκολογικές κλινικές Θεσσαλονίκης με τούρτες, δώρα και εκπλήξεις.
- \* Ομάδα συνοδών εξόδου, ψυχαγωγίας για καρκινοπαθή παιδιά με αναπηρίες.
- \* Ομάδες επισκέψεων σε ιδρύματα της πόλης με παράλληλες διοργανώσεις πολιτιστικών και κοινωνικών εκδηλώσεων.
- \* «Εορτή Πάσχα»: επισκέψεις μελών και χορωδίας του συλλόγου σε νοσοκομεία της Θεσσαλονίκης, μοίρασμα δώρων (αυγά, τσουρέκια κλπ.) σε ασθενείς, παιδιά και ενήλικες (τη Μεγάλη Τρίτη του Πάσχα).
- \* «Εορτή Χριστουγέννων»: επισκέψεις μελών και χορωδίας του Συλλόγου σε νοσοκομεία της Θεσσαλονίκης, μοίρασμα δώρων σε ασθενείς, παιδιά και ενήλικες.
- \* «Κοπή βασιλόπιτας»: στα νοσοκομεία «Θεαγένειο» Α.Ν.Θ., ΑΧΕΠΑ, «Παπαγεωργίου» και «Παπανικολάου» το πρώτο δεκαήμερο του Γενάρη.

## **στ. Γενικά**

- \* Σε συνεργασία με ειδικούς γιατρούς ο Σύλλογος βοηθά παιδιά να επισκεφτούν άλλα ερευνητικά κέντρα του εξωτερικού.
- \* Πρόταση του Συλλόγου: η εισαγωγή παιδιών – καρκινοπαθών σε πανεπιστημιακά ιδρύματα της χώρας χωρίς εξετάσεις.
- \* Πρόταση από τον Σ.Κ.Μ.Θ. να γίνεται μία φορά το χρόνο ένας μικρός μαραθώνιος από τα μέλη για την μετάδοση μηνύματος ζωής.

*Περσεφόνη Μήττα*

«Ξενώνας. Τι γλυκιά που ακούγεται η λέξη αυτή! Ένα σπίτι στην πόλη με πολλή αγάπη από εθελοντές. Είχα εκεί το δικό μου δωμάτιο να στεγάσει τους πόνους, την απελπισία, τη μοναξιά, την αγάπη, τα παιδιά.

Αθήνα. Δεν υπάρχει τίποτα. Θυμάμαι έναν χρόνο νοσηλείας, χρειάστηκε έναν ξενώνα. Ανύπαρκτος χώρος. Πού έμενα; Στο πουθενά, όταν χρειάστηκε. Αλήθεια, πού έμεναν όλοι αυτοί που είχαν τις ίδιες ανάγκες σαν εμένα από τα νησιά, από διάφορα μέρη της Ελλάδας;

Θεσσαλονίκη. Τίποτα. Πού πάνε τόσο άνθρωποι που έρχονται όπως κι εγώ τότε από μακριά; Τη Μακεδονία, τη Θράκη; Λύσεις, όπως τα παγκάκια των νοσοκομείων, στα υπόγεια, στο πάρκο του νοσοκομείου, εάν είναι καλοκαίρι ή στα αυτοκίνητα. Ντροπή!

Ξενώνας. Επισκέφθηκα την Αντικαρκινική Εταιρεία (κ. Δοντά) το 1989, την Εταιρεία Χειρουργικής Ογκολογίας (κ. Γκαρά), το γραφείο Ευρωπαϊκών Κοινοτήτων, κλπ.

Θεσσαλονίκη. Κάλεσα υπεύθυνους των κλινικών του Θεαγευείου Α.Ν.Θ. (κ. Π., κ. Μ., κ. Β., κ. Π., κτλ.), υπεύθυνους άλλων νοσοκομείων (κ. Χ. κλπ.).

Επισκέφθηκα κρατικούς λειτουργούς, τον Υπουργό Υγείας-Πρόνοιας, τον Υπουργό Μακεδονίας-Θράκης, τη Νομαρχία Θεσσαλονίκης, το Δήμο Θεσσαλονίκης και εκπροσώπους της εκκλησίας. Μου τάξανε πολλά. Θέλω ένα πράγμα μόνο: έναν ξενώνα.

Σιωπή, παράξενο. Όχι, δεν είναι παράξενο, ο χώρος αυτός είναι σκληρός. Ωστόσο σκληρότερο είναι να πολεμάς. Και πολέμησα. Σκληρό είναι να νιώθεις ότι δεν έχεις εχθρό μόνο τον καρκίνο, αλλά και την αδιαφορία, τα συμφέροντα, το «εγώ». Δύσκολο είναι να πολεμάς, δυσκολότερο να προσπερνάς και εγώ τα κατάφερα. Έμεινα, πάλεψα, νίκησα. **Ένας ξενώνας.**

Ευχαριστώ αυτούς που είχαν αυτιά να ακούσουν τη φωνή μου που χανόταν μέσα στη συσσωρευμένη ανάγκη κάποια στιγμή.

Ευχαριστώ αυτούς που σε κάποιο σταθμό μου έδωσαν το χέρι και με σήκωσαν.

Ευχαριστώ αυτούς που ζωγράφισαν τον πόνο μας.

Ευχαριστώ το Θεό που με άφησε να χαρώ τη χαρά του τέλους. **Έναν ξενώνα.**

Χρωστάω τη χαρά μου σε πολλούς. Ανάμεσά τους τον κ. Βαλασόπουλο, πρώην Περιφερειάρχη Θεσσαλονίκης και την ομάδα του.

Ένα μεγάλο ευχαριστώ σε όλους, γιατί όλοι συνέβαλαν θετικά ή αρνητικά για να συνεχίσω».

*Περσεφόνη Μήττα, Πρόεδρος Σ.Κ.Μ.Θ.*

*Θεσσαλονίκη, Μάρτιος 2000*

---

## ΤΑ ΔΙΚΑΙΩΜΑΤΑ ΤΟΥ ΑΣΘΕΝΗ

### από την ποιότητα και τα ασφαλιστικά ταμεία

---

1. Αναπηρική σύνταξη.
2. Επίδομα Πρόνοιας για τους “ανασφάλιστους και έμμεσα ασφαλισμένους”. (Προϋποθέσεις): α. Κατάθεση πρόσφατης γνωμάτευσης του νοσοκομειακού ιατρού στη Διεύθυνση Υγείας (Μοναστηρίου 15) και β. υποβολή αίτησης στην άνω Επιτροπή.
3. Πάσο, για τις αστικές και υπεραστικές συγκοινωνίες. Αστικές δωρεάν, υπεραστικές 50% (π.χ. ΟΣΕ και ΚΤΕΛ).
4. Απαλλαγή από την Εφορία.  
(Το 3 και 4 ισχύει για όλους, ανεξάρτητα από την Ασφάλεια που έχουν. Οι προϋποθέσεις όπως στο επίδομα πρόνοιας).
5. Τεχνητά μέλη.
6. Φυσιοθεραπείες.
7. Τεχνητό μαστό και στηθόδεσμο στις μαστεκτομές κάθε δύο χρόνια.
8. Περούκα για τις χημειοθεραπείες.
9. Ορθοπεδικά βοηθήματα (πατερίτσες κτλ.) κάθε δύο χρόνια.
10. Δ ω ρ ε ά ρ μ α κ α από όλα τα Ταμεία.
11. Αποκλειστική νοσοκόμα. (Για τους κατακεκλιμένους εντός του νοσοκομείου, άμεσα ασφαλισμένους).
12. Ασφαλισμένοι του Ι.Κ.Α. με καρκίνο του πνεύμονα δικαιούνται επίδομα αεροθεραπείας, από τον 8ο έως 2ο μήνα του επόμενου έτους.
13. Οι ασφαλισμένοι όλων των Ταμείων δικαιούνται δελτία κοινωνικού τουρισμού κάθε χρόνο και εκδρομές 8, 3, 1 ημερών από την Εργατική Εστία.
14. Μειωμένη στρατιωτική θητεία στο πρώτο παιδί, όταν ο γονιός έχει ποσοστό αναπηρίας 67% και ανήλικο το δεύτερο παιδί.
15. Το παιδί-ασθενής με καρκίνο απαλλάσσεται της στρατιωτ. θητείας.
16. Οι Συνταξιούχοι αναπηρίας του ΙΚΑ συμπληρώνοντας το 60ο έτος της ηλικίας τους μετατρέπουν τη σύνταξή τους σε γήρατος, διότι αυξάνεται το ποσό της σύνταξης.

ΤΑ ΑΤΟΜΑ  
ΜΕ ΑΝΑΠΗΡΙΕΣ  
ΕΞΥΠΗΡΕΤΟΥΝΤΑΙ  
ΚΑΤΑ ΠΡΟΤΕΡΑΙΟΤΗΤΑ



ΥΠΟΥΡΓ. ΑΠΟΦΑΣΗ  
ΔΙΔΑΠ Α6/27299

---

## ΤΑ ΔΙΚΑΙΩΜΑΤΑ ΤΟΥ ΑΣΘΕΝΗ

### Ο ΟΠΟΙΟΣ ΝΟΣΗΘΕΥΕΤΑΙ ΣΕ ΝΟΣΟΚΟΜΕΙΟ ΤΗΣ ΕΛΛΑΔΟΣ

---

Έχετε το δικαίωμα σύμφωνα με το νόμο:

1. Να κατανοείτε και να χρησιμοποιείτε αυτά τα δικαιώματα. Αν για κάποιο λόγο δεν τα καταλαβαίνετε ή χρειάζεστε βοήθεια, το νοσοκομείο πρέπει να σας προσφέρει βοήθεια συμπεριλαμβανομένου ενός υπεύθυνου.
2. Να δεχτείτε θεραπεία χωρίς διάκριση σε σχέση με τη φυλή, το χρώμα, τη θρησκεία, το φύλο, την εθνική καταγωγή ή την οικονομική σας δυνατότητα.
3. Να λάβετε ευγενική και περιποιητική φροντίδα σε ένα καθαρό και ασφαλές περιβάλλον χωρίς περιττούς περιορισμούς.
4. Να έχετε έγκρατη φροντίδα, εάν την χρειαστείτε.
5. Να απαιτήσετε την εφαρμογή του νόμου που απαγορεύει το κάπνισμα σε όλους τους χώρους των νοσοκομείων.
6. Να έχετε στη διάθεσή σας όλες τις πληροφορίες που χρειάζεστε.
7. Να υπάρχει στη διάθεσή σας ομάδα ογκολόγων ιατρών (ογκολογικά συμβούλια) που θα συναποφασίζει για την αγωγή που θα ακολουθηθεί (π.χ. κυτταρολόγος, παθολόγος, ακτινοθεραπευτής, χειρουργός κλπ.).
8. Να πληροφορηθείτε το όνομα και τη θέση του γιατρού, ο οποίος θα είναι υπεύθυνος για σας στο νοσοκομείο.
9. Να γνωρίζετε τα ονόματα, τις θέσεις και τη λειτουργία των ατόμων που είναι επιφορτισμένοι με τη φροντίδα σας καθώς και να αρνηθείτε την παρατήρηση, την εξέταση ή τη θεραπεία από κάποιον από αυτούς.
10. Να λάβετε όλες τις πληροφορίες για τη διάγνωση, τη θεραπεία και την πρόγνωση.
11. Να πάρετε όλες τις αναγκαίες πληροφορίες πριν τη συγκατάθεσή σας σε κάθε προτεινόμενη μέθοδο θεραπείας. Αυτή η πληροφο-

ρία θα πρέπει να περιλαμβάνει και τους πιθανούς κινδύνους ή τις ωφέλειες από τον τρόπο θεραπείας.

12. Άρση του «απορρήτου του φακέλου»: Δικαίωμα του ασθενή «η δεύτερη γνώμη».
13. Να αρνηθείτε θεραπεία με την προϋπόθεση να έχετε λάβει γνώση για την πιθανή επίδραση που θα έχει στην υγεία σας.
14. Να αρνηθείτε να πάρετε μέρος σε εργαστηριακές έρευνες. Στην απόφασή σας να λάβετε μέρος ή όχι σε έρευνες έχετε το δικαίωμα για μια πλήρη εξήγηση.
15. Όταν είστε στο νοσοκομείο έχετε το δικαίωμα της εμπιστευτικής και απόρρητης πληροφορίας για κάθε θέμα που εμπίπτει στον ιατρικό σας φάκελο.
16. Να λάβετε μέρος σε όλες τις αποφάσεις σχετικά με τη θεραπεία και την έξοδό σας από το νοσοκομείο. Το νοσοκομείο πρέπει να σας εφοδιάσει με ένα έγγραφο εξιτηρίου.
17. Να ζητήσετε να σας ενημερώσουν γύρω από τα δικαιώματα που έχει θεσπίσει η πολιτεία για σας (επίδομα, πάσο, απαλλαγή εφορίας).
18. Να ζητήσετε πληροφορίες εάν το νοσοκομείο διαθέτει ψυχολόγο (κοινωνική λειτουργό, σεξολόγο, κλπ.) για την καλή ψυχολογική κατάσταση και την ποιότητα ζωής του ασθενή.
19. Να ζητήσετε πληροφορίες εάν το νοσοκομείο διαθέτει φυσιοθεραπευτή και διαιτολόγο για τη γρήγορη επανένταξή του στο κοινωνικό σύνολο.
20. Να εξετάσετε το ιατρικό μητρώο σας και να πάρετε ένα ιατρικό αντίγραφο, για το οποίο το νοσοκομείο θα σας χρεώσει. Δεν μπορούν να αρνηθούν τη χορήγηση αντιγράφου, στην περίπτωση που δεν μπορείτε να πληρώσετε.
21. Να παραπονεθείτε χωρίς φόβο για τη φροντίδα και τις υπηρεσίες που λαμβάνετε και να ζητήσετε από το νοσοκομείο να σας απαντήσει αν το θέλετε και γραπτώς. Αν δεν είστε ικανοποιημένοι με την απάντηση, μπορείτε να παραπονεθείτε στο διοικητή του νοσοκομείου.

*Περσεφόνη Μήττα*

---

## ΟΙ ΥΠΟΧΡΕΩΣΕΙΣ ΤΟΥ ΑΣΘΕΝΗ

### Ο ΟΠΟΙΟΣ ΝΟΣΗΛΕΥΕΤΑΙ ΣΕ ΝΟΣΟΚΟΜΕΙΟ ΤΗΣ ΕΛΛΑΔΟΣ

---

Αυτή η έκθεση σχεδιάστηκε για να δείξουμε στο Σ.Κ.Μ.Θ. ότι πιστεύουμε στην αμοιβαία εμπιστοσύνη, σεβασμό και συνεργασία που είναι η βάση για την παροχή ποιοτικής ιατρικής θεραπείας.

Όταν νοσηλεύεστε σε νοσοκομεία της Ελλάδας έχετε τις ακόλουθες υποχρεώσεις:

1. Να είστε συνεπείς στην ημέρα και ώρα που έχετε ραντεβού στα εξωτερικά ιατρεία έχοντας μαζί σας την κάρτα του νοσοκομείου και τις εξετάσεις.
2. Εάν υπάρχει αλλαγή στο ραντεβού να ενημερώνουμε τηλεφωνικά την υπεύθυνη για την καλύτερη λειτουργία του νοσοκομείου.
3. Εάν κάνετε εισαγωγή μεταφέρετε μόνο τα απαραίτητα (όπως ρουχισμό, βιβλιάριο ασθένειας, κ.τ.λ.) έτσι ώστε να διατηρείται ο χώρος καθαρός και τακτοποιημένος.
4. Αποφεύγετε να παίρνετε μαζί σας πράγματα αξίας όπως χρυσαφικά κ.τ.λ.
5. Θα πρέπει να προσέχετε να είστε καθαροί, να τηρείτε τις συνθήκες υγιεινής προς όφελος όλων.
6. Οι νοσηλεύόμενοι πρέπει να συμβάλλουν στη διατήρηση ενός ήσυχου περιβάλλοντος του νοσοκομείου.
7. Συνοδοί και ασθενείς πρέπει να σέβονται την περιουσία του νοσοκομείου.
8. Να είστε ευγενικοί και διακριτικοί με τους άλλους ασθενείς και με το προσωπικό του νοσοκομείου.
9. Πρέπει να συνεργάζεστε με το νοσοκομείο, εάν είναι απαραίτητο να σας μεταφέρουν σε άλλο δωμάτιο.
10. Να δώσετε ακριβείς και πλήρεις πληροφορίες για τις περασμένες ασθένειές σας, φάρμακα κ.τ.λ.
11. Να μιλήσετε στον γιατρό, τον (την) νοσοκόμο αν αλλάξει η κατάσταση σας ή αν παρουσιαστούν προβλήματα κατά τη διάρκεια της θεραπείας σας.
12. Να σεβαστείτε την πολιτική του νοσοκομείου ότι απαγορεύει το κάπνισμα.
13. Να τηρείτε τις ώρες επίσκεψης και να πληροφορείτε τους επισκέπτες σας για τον κανονισμό. Οι συγγενείς να σέβονται την ώρα κοινής ησ-

- χίας του ασθενή, είτε είναι δικός τους άρρωστος, είτε για κάποιον άλλον συνάνθρωπό τους που είναι στον ίδιο θάλαμο.
14. Για την καλύτερη συνεργασία και ενημέρωση του ασθενή θα πρέπει να κατανοήσει η οικογένεια ότι αναλαμβάνει ένας συνοδός μαζί με τον ασθενή να κάνει τις ερωτήσεις που πρέπει στο γιατρό του.
  15. Αποφύγετε τις πολλές ερωτήσεις στον γιατρό εκτός ιατρείου.
  16. Εάν χρειάζεστε αποκλειστική νοσοκόμα απευθυνθείτε στην υπηρεσία ενημέρωσης του πολίτη στο νοσοκομείο που νοσηλεύεστε.
  17. Να επιδιώκετε να βλέπετε το γιατρό σας το πρωί και όχι στα απογευματινά ιατρεία.
  18. Απαραίτητη προϋπόθεση να ενημερώνεστε αν ο γιατρός σας έχει κάνει ειδικότητα ογκολογίας, όπως π.χ. παθολόγος ογκολόγος, αιματολόγος ογκολόγος κ.τ.λ.
  19. Να ξέρετε ότι απαγορεύεται το «φακελάκι» για τους γιατρούς και νοσηλευτές του νοσοκομείου.
  20. Εάν νιώθετε αδικημένοι απευθυνθείτε στη διεύθυνση του νοσοκομείου για τα παράπονά σας και όχι φωνάζοντας στους διαδρόμους.
  21. Δικαίωμά σας είναι να ρωτήσετε να σας πουν τα αποτελέσματα του ιατρικού συμβουλίου.
  22. Δικαίωμα του ασθενή είναι η δεύτερη γνώμη, γι' αυτό ο φάκελος θα δίνεται κατόπιν αίτησης και παράδοσης αστυνομικής ταυτότητάς σας στο νοσοκομείο που νοσηλεύεστε.
  23. Δικαίωμά σας είναι επίσης φεύγοντας από το νοσοκομείο να ζητήσετε ενημερωτικό σημείωμα μαζί με το εξιτήριό σας.
  24. Είναι και δική σας ευθύνη εάν φεύγετε από το νοσοκομείο και δεν είσαστε πλήρως ενημερωμένοι για τα προβλήματα της υγείας που σας απασχολούν.
  25. Δική σας ευθύνη είναι εάν δεν γνωρίζετε ότι έχετε καρκίνο και τι μορφή είναι.
  26. Επίσης δική σας ευθύνη είναι εάν δεν σας ενημέρωσε ο γιατρός σας για τη θεραπευτική αγωγή που θα ακολουθήσετε.
  27. Ο Σύλλογος έχει ετοιμάσει για σας σειρά ερωτήσεων, που θα τις βρείτε στο πίσω μέρος του εντύπου που κρατάτε, εσείς επιλέξτε να κάνετε αυτές που σας αντιπροσωπεύουν.
  28. Μην ξεχνάτε να χαμογελάτε και την ώρα του πόνου, γιατί το χαμόγελο είναι υγεία και σε αυτόν που το έχει και σε αυτόν που το εισπράττει.
  29. Δική μας χαρά θα είναι σαν πρώην ασθενείς να είμαστε κοντά σας όταν μας χρειάζεστε.

*Περσεφόνη Μήττα*



## ΕΡΩΤΗΣΕΙΣ ΑΣΘΕΝΩΝ

1. Τι έδειξε η βιοψία; Τι μορφή καρκίνου έχω;
2. Πόσο σύντομα μπορεί να με δει ένας ειδικός γιατρός;
3. Ο γιατρός που θα με δει είναι αναγνωρισμένος σαν ειδικευμένος ογκολόγος;
4. Μπορώ να ζητήσω δεύτερη γνώμη;
5. Υπάρχει περίπτωση να γίνουν μεταστάσεις; Ποιες είναι οι πιθανότητες υποτροπής;
6. Θα κάνω χημειοθεραπεία; Ποια θα είναι η διάρκειά της; Ποιες θα είναι οι ανεπιθύμητες παρενέργειες;
7. Θα κάνω ακτινοθεραπεία; Πόσες ακτινοβολίες; Ποιες θα είναι οι άμεσες και οι απότερες παρενέργειες;
8. Υπάρχουν εναλλακτικές λύσεις;
9. Τι είναι ορμονοθεραπεία; Γιατί την κάνουμε; Ποιες είναι οι επιπτώσεις;
10. Τι είναι η ανοσοθεραπεία; Γιατί την κάνουμε;
11. Τι είναι η βιολογική θεραπεία; Γιατί την κάνουμε;
12. Είναι εγχειρήσιμος ο όγκος; Είναι ανεγχειρήσιμος;
13. Μπορεί να αποφευχθεί ένας ακρωτηριασμός; Πώς;
14. Ποιες είναι οι θεραπευτικές μου επιλογές; Τι ποσοστό επιτυχίας θα έχω;
15. Υπάρχει κληρονομική επιβάρυνση στην πάθησή μου;
16. Σε ποιον θα απευθυνθώ αν έχω παράπονα για τη θεραπεία, την πρόγνωση, τη διάγνωση;
17. Ποιος θα με ενημερώσει για τα δικαιώματά μου;
18. Ποιος μπορεί να προσφέρει σε μένα και την οικογένειά μου υποστήριξη πριν και μετά τη θεραπεία;
19. Ο οικογενειακός μου γιατρός θα ειδοποιηθεί πριν τη διάγνωση; Θα μπορεί να με βοηθήσει;
20. Τι φαρμακευτική αγωγή παίρνω;
21. Θα έχω εμέτους; Μπορώ να τους αποφύγω; Θα μου πέσουν τα μαλλιά;
22. Τι πρέπει να κάνω εάν έχω συνεχή πόνο;
23. Πώς θα είναι η διάθεσή μου; Πότε πρέπει να καλώ τον γιατρό μου;
24. Νιώθω πολλή κόπωση. Τι μπορώ να κάνω γι' αυτό;
25. Μπορώ να εργασθώ; Μπορώ να γυμναστώ;
26. Θα επιστρέψω στις καθημερινές μου ασχολίες;
27. Απαγορεύεται η έκθεση στον ήλιο; Να αποφεύγω τον κόσμο σε κλειστό χώρο;
28. Τι να προσέξω στη διατροφή μου στη διάρκεια θεραπείας και μετά;
29. Κάθε πότε θα κάνω τσεκ-απ;
30. Μπορώ να κάνω αποκατάσταση μαστού, πότε και πώς;
31. Σταματά η περίοδος μετά την α/θ, την χ/θ ή την ορμονοθεραπεία;
32. Τι πρέπει να γνωρίζω για το σεξ;
33. Υπάρχει τράπεζα σπέρματος για να κρατήσω το σπέρμα μου πριν την έναρξη της θεραπείας;
34. Θα υπάρξει πρόβλημα στειρότητας σε μένα ή συγγενών (εκ γενετής) προβλημάτων στα παιδιά μου εξαιτίας της θεραπείας;
35. Θα 'θελα ένα ενημερωτικό σημείωμα.

*Περεσφώνη Μήττα*

**Η**προσαρμογή στις αλλαγές που φέρνει ο καρκίνος, γίνεται ευκολότερη και για τους καρκινοπαθείς και για τις οικογένειές τους, όταν λαμβάνουν χρήσιμη πληροφόρηση και υπηρεσίες υποστήριξης.

Τι έχει προγραμματίσει το Δ.Σ. του Συλλόγου Καρκινοπαθών Μακεδονίας-Θράκης στη χρονική περίοδο από το 1992 κε:

### ΟΜΑΔΕΣ ΣΥΝΑΝΤΗΣΕΩΝ

- 1) Κλειστή ομάδα ψυχολογικής στήριξης των ασθενών καρκινοπαθών.
- 2) Ανοιχτή ομάδα ψυχολογικής στήριξης των ασθενών καρκινοπαθών.
- 3) Ομάδα ψυχολογικής στήριξης της οικογένειας του καρκινοπαθή.
- 4) Ανοιχτές ομάδες συζήτησης (καφές).
- 5) Τμήμα μελέτης Αγίας Γραφής.
- 6) Τμήμα αυτογνωσίας.
- 7) Τμήμα σωφρολογίας.
- 8) Τμήμα δραματοθεραπείας.
- 9) Τμήμα θεάτρου.
- 10) Τμήμα με «θεατρικό παιχνίδι».
- 11) Τμήμα μουσικής.
- 12) Τμήμα μουσικοθεραπείας.
- 13) Τμήμα παραδοσιακών χορών.
- 14) Τμήμα χορωδίας.
- 15) Τμήμα ζωγραφικής.
- 16) Τμήμα αρωματοθεραπείας.
- 17) Τμήμα φυσιοθεραπείας - διαχείριση στρες.
- 18) Τμήμα ορθοστατικών ασκήσεων.
- 19) Μαθήματα κοπτικής - ραπτικής.
- 20) Τμήμα εκμάθησης αγγλικών - ιταλικών.
- 21) Τμήμα εκπαίδευσης εθελοντών.
- 22) Τμήμα ιστορίας.
- 23) Τμήμα διακόσμησης.
- 24) Λεμφικό μασάζ.
- 25) Συνάντηση ασθενή με ασθενή. Συνάντηση ασθενή με ψυχολόγο.

Συνεργασία με ψυχολόγο από Αμερική 2-3 φορές το χρόνο.

Τα παραπάνω τμήματα έχουν προγραμματιστεί για όλους εκείνους τους ασθενείς καρκινοπαθείς που πρεσβεύουν ότι η ζωή συνεχίζεται ακόμη και με τον καρκίνο. Η συμμετοχή σ' αυτά είναι δωρεάν.

---

## ΟΜΙΛΙΕΣ Σ.Κ.Μ.Θ.

---

Ο Σ.Κ.Μ.Θ. έχει διοργανώσει από το 1991 έως σήμερα μια σειρά από ομιλίες με σκοπό την ενημέρωση του κοινού σε θέματα πρόληψης και θεραπείας του καρκίνου. Οι εκδηλώσεις αυτές πραγματοποιούνται σε ειδικά οργανωμένους χώρους του Συλλόγου (Αίθουσα Εντευκτηρίου, Αγίου Δημητρίου 96, Θεσσαλονίκη).

- 1) 13.02.1994: Θέμα “Σχέση ιατρού με ασθενή”.
- 2) 01.07.1996 » “Ομάδες αυτοβοήθειας και ψυχολογική στήριξη μεταξύ των μελών”.
- 3) 30.03.1996 » “Η χημειοθεραπεία και εσύ”.
- 4) 27.05.1996 » “Η ακτινοβολία και εσύ”.
- 5) 30.10.1996 » “Καρκίνος του δέρματος και ηλιοθεραπεία”.
- 6) 19.02.1997 » “Τα αποτελέσματα του συνεδρίου στο Brighton της Αγγλίας (10-12.10.1996): “καρκίνος πέρα από την ιατρική”.
- 7) 09.05.1997 » “Ψυχολογική υποστήριξη σε άτομα που δοκιμάστηκαν από τον καρκίνο”.
- 8) 09.05.1997 » “Φροντίδα του στόματος – Ένα πρόγραμμα στοματικής υγιεινής”.
- 9) 19.05.1997 » “Αυτοκόλλητο παυσίπονο και αιμοστατικό φάρμακο”.
- 10) 28.05.1997 » “Όταν στην οικογένεια υπάρχει καρκίνος”.
- 11) 11.06.1997 » “Διατροφή και καρκίνος”.
- 12) 22.11.1997 » “Συμβολή της επανορθωτικής χειρουργικής στην αντιμετώπιση νεοπλασμάτων (ανάπλαση μετά από μαστεκτομή, νεοπλάσματα δέρματος, νεοπλάσματα κεφαλής και τραχήλου”.
- 13) 17.12.1997 » “Παρουσίαση καλλυντικών στο Σύλλογο”.
- 14) 29.05.1998 » “Καρκίνος του μαστού”.
- 15) 29.03.1999 » “Συνεργασία εθελοντών και ιατρικών μονάδων σε χώρους καρκινοπαθών”.
- 16) 03.11.1999 » “Ψυχοκοινωνικά προβλήματα του καρκινοπαθή και πώς αντιμετωπίζονται”.

- 17) 12.02.2000 Θέμα “Οι ψυχικές δυνάμεις των ασθενών και πώς θα τις αξιοποιήσουν” (“Ο καρκίνος στο 2000”).
- 18) 06.03.2000 » “Η Ελπίδα”.
- 19) 29.03.2000 » “Ορθόδοξη εξωτερική ιεραποστολή για τα παιδιά της Ινδίας”.
- 20) 22.05.2000 » “Η επίδραση της προσευχής στη θεραπεία της νόσου”.

Οι ομιλίες του Συλλόγου συνεχίζονται με τον ίδιο ρυθμό.



*Στη φωτογραφία: η αίθουσα όπου εφαρμόζονται τα προγράμματα του Σ.Κ.Μ.Θ., στην οδό Αγίου Δημητρίου 96 (1ος όροφος)*

Ο ΚΑΡΚΙΝΟΣ  
ΠΑΛΕΥΕΤΑΙ  
ΔΕΝ ΕΙΝΑΙ  
ΚΟΛΛΗΤΙΚΟΣ

Τα στάδια που περνά ο καρκινοπαθής:

1. Άρνηση
2. Θυμός
3. Παζάρεμα
4. Αποδοχή

---

## ΟΜΙΛΙΕΣ Σ.Κ.Μ.Θ.

---

Σε όλη τη διάρκεια λειτουργίας του Συλλόγου (1991 κ.ε.) ο Σύλλογος μετέχει σε διάφορες ομιλίες με σκοπό την ενημέρωση του κοινού για τον καρκίνο και την πρόληψή του. Οι παραπάνω εκδηλώσεις πραγματοποιούνται σε συνεργασία με τα μέσα μαζικής ενημέρωσης και με ομιλητές-μέλη του Συλλόγου σε χώρους νοσοκομείων, στο Αριστοτέλειο Πανεπιστήμιο, σε δημόσιες υπηρεσίες, σωματεία κλπ. καθώς και στα πλαίσια επιστημονικών συνεδρίων, στα οποία μετέχει ο Σύλλογος.

- 1) 30.01.1991 Θέμα “Τα στάδια του καρκινοπαθή: άρνηση - θυμός - παζάρεμα - αποδοχή”.
- 2) 08.11.1991: » “Ξενώνας - Ομάδες ψυχολογικής στήριξης ασθενών με καρκίνο”.
- 3) 20.02.1992 » “Γνώρισε τον καρκινοπαθή”.
- 4) 02.03.1992 » “Παρουσίαση του φυλλαδίου για τον παιδικό καρκίνο”.
- 5) 17.04.1992 » “Η αλήθεια πονά, το ψέμα σκοτώνει”.
- 6) 23.09.1992 » “Αγάπη και ενημέρωση για ποιότητα ζωής”.
- 7) 13.10.1992 » “Ξενώνας - Μεταβίβαση των ατόμων με ειδικές ανάγκες και δημιουργία πάρκινγκ”.
- 8) 23.11.1992 » “Μαζί θα ξεπεράσουμε το φόβο του καρκίνου”.
- 9) 11.05.1993 » “Ο καρκίνος: μια άλλη οπτική γωνία”.
- 10) 01.06.1993 » “Δώσε ζωή στο χρόνο σου”.
- 11) 06.08.1993 » “Καρκίνος του πνεύμονα (κάπνισμα)”.
- 12) 18.09.1993 » “Καλύτερα «το προλαμβάνειν» παρά «το θεραπεύειν»”.
- 13) 02.12.1993 » “Κοινοποίηση της διακήρυξης της Χάγης του 1991 αναφορικά με τα δικαιώματα του καρκινοπαθή”.
- 14) 23.01.1994 » “Ο ασθενής, το επίκεντρο της προσοχής μας”.
- 15) 15.05.1994 » “Εγώ τον καρκίνο μου τον έχω χόμπυ”.
- 16) 01.06.1994 » “Κάπνισμα σε ένα ήδη επιβαρυσμένο περιβάλλον”.
- 17) 01.09.1994 » “Ζώντας με τον καρκίνο”.
- 18) 16.09.1994 » “Η αλήθεια είναι σα φάρμακο και έχει τη δική της συνταγή”.
- 19) 01.10.1994 » “Ο καρκινοπαθής και ο ρόλος της οικογένειας”.

- |     |            |      |   |
|-----|------------|------|---|
| 20) | 10.01.1995 | Θέμα | “Ο καρκίνος μου και εγώ”.   |
| 21) | 10.05.1995 | »    | “Παρηγορητική ιατρική”.   |
| 22) | 25.11.1995 | »    | “Καρκίνος και κοινωνικά καρκινώματα”.   |
| 23) | 23.01.1996 | »    | “Η θέση του καρκινοπαθή στη σημερινή κοινωνία”.   |
| 24) | 29.03.1996 | »    | “Ο ρόλος των εθελοντών καρκινοπαθών στην περίθαλψη ασθενών με καρκίνο”.                                     |
| 25) | 17.04.1996 | »    | “Μήνυμα ζωής”.  |
| 26) | 23.11.1996 | »    | “1. Κάπνισμα και βλαβερές συνέπειες, 2. Ενημέρωση και πρόληψη για τον καρκίνο, 3. Επαγγελματική Συνείδηση”. |
| 27) | 14.01.1997 | »    | “Σχέσεις ιατρών-ασθενών στην ογκολογία”.  |
| 28) | 26.03.1997 | »    | “Καρκίνος του μαστού”.  |
| 29) | 09.04.1997 | »    | “Καρκίνος της μήτρας”.  |
| 30) | 26.05.1997 | »    | “Παιδιατρική ογκολογία”.  |
| 31) | 29.09.1997 | »    | “Το ταξίδι του καρκίνου”.   |
| 32) | 08.10.1997 | »    | “Όταν κάποιος στην οικογένεια έχει καρκίνο”.  |
| 33) | 15.12.1997 | »    | “Η ανάγκη του ασθενή για μια πολύπλευρη ιατρική φροντίδα”.  |

Οι ομιλίες του Συλλόγου συνεχίζονται με τον ίδιο ρυθμό.



*Ομιλία σε φοιτητές της ιατρικής στο αμφιθέατρο του ΑΧΕΠΑ*

Ο Σ.Κ.Μ.Θ. στην προσπάθειά του να ευαισθητοποιήσει τον κόσμο γύρω από την αξία και τη χρησιμότητα της ενημέρωσης-πρόληψης του καρκίνου, έχει αναπτύξει μια αξιόλογη εκδοτική δραστηριότητα από το 1993.

Πρόκειται για μια σειρά πενήντα (50) ενημερωτικών φυλλαδίων, από τα οποία τα σαράντα δύο (42) αποτελούν επιμελημένες μεταφράσεις από ανάλογες εκδόσεις του Εθνικού Ινστιτούτου Καρκίνου της Αμερικής (N.C.I.). Τα υπόλοιπα οκτώ (8) γράφτηκαν από μέλη του Συλλόγου και εκπονήθηκαν από εθελοντές και φίλους.

Τα φυλλάδια αυτά, που διανέμονται δωρεάν, παρέχουν στον αναγνώστη χρήσιμα στοιχεία γύρω από κάθε μορφή καρκίνου καθώς επίσης και πολύτιμες, γενικές οδηγίες και συμβουλές.

Ακολουθως παρατίθενται οι τίτλοι των πονημάτων με χρονική σειρά, με βάση την έκδοσή τους από το Σύλλογο Καρκινοπαθών Μακεδονίας-Θράκης στην περίοδο από το 1993 ως σήμερα.

### **Τίτλοι των φυλλαδίων:**

1. “Μιλώντας με το παιδί για τον καρκίνο”
2. “Μετεγχειρητικές ασκήσεις σε γυναίκες με μαστεκτομή”
3. “Οδηγός αυτοπεριοποίησης μετά από εγχείριση πνεύμονος”
4. “Κόβω το τσιγάρο” (Στοιχεία και χρήσιμες συμβουλές για τη διακοπή)
5. “Η χημειοθεραπεία και εσύ” (Τέσσερα βήματα βοήθειας προς τους ασθενείς)
6. “Τι πρέπει να γνωρίζεις για τον καρκίνο του δέρματος”
7. “Τι πρέπει να γνωρίζεις για τον καρκίνο των οστών”
8. “Τι πρέπει να γνωρίζεις για τον καρκίνο της μήτρας”
9. “Τι πρέπει να γνωρίζεις για τους σπίλους και τους δυσπλαστικούς σπίλους”
10. “Τι πρέπει να γνωρίζεις για τα μη Hodgkin λεμφώματα”
11. “Τι πρέπει να γνωρίζεις για τον καρκίνο του στόματος”
12. “Τι πρέπει να γνωρίζεις για τη νόσο του Hodgkin”
13. “Τι πρέπει να γνωρίζεις για το πολλαπλό μυέλωμα”
14. “Τι πρέπει να γνωρίζεις για τον καρκίνο των όρχεων”
15. “Τι πρέπει να γνωρίζεις για το μελάνωμα”
16. “Τι πρέπει να γνωρίζεις για τον καρκίνο του εγκεφάλου”
17. “Τι πρέπει να γνωρίζεις για τον καρκίνο του προστάτη”
18. “Τι πρέπει να γνωρίζεις για τον καρκίνο του παχέος εντέρου”
19. “Το ανοσοποιητικό σύστημα – Πώς λειτουργεί”
20. “Όταν κάποιος στην οικογένεια έχει καρκίνο”
21. “Δώσε χρόνο στη ζωή” (Ψυχολογική στήριξη ασθενών και το περιβάλλον τους)
22. “Συμβουλές διατροφής για καρκινοπαθείς”

23. “Όταν ο καρκίνος επανέρχεται. Μια νέα πρόκληση”
24. “Ερωτήσεις και απαντήσεις σχετικά με τον έλεγχο του πόνου”
25. “Η χημειοθεραπεία και εσύ” (Οδηγός αυτοβοήθειας στη διάρκεια θεραπείας)
26. “Ακτινοβολία και εσύ” (Οδηγός αυτοβοήθειας στη διάρκεια θεραπείας)
27. “Τι πρέπει να γνωρίζεις για τον καρκίνο του στομάχου”
28. “Τι πρέπει να γνωρίζεις για τη λευχαιμία”
29. “Τι πρέπει να γνωρίζεις για τον καρκίνο του τραχήλου της μήτρας”
30. “Τι πρέπει να γνωρίζεις για τον καρκίνο του παγκρέατος”
31. “Κοιτώντας μπροστά” (Οδηγός για καρκ/παθείς που έχουν αποθεραπευτεί)
32. “Τι πρέπει να γνωρίζεις για τον καρκίνο”
33. “Μπορώ να επιβιώσω”
34. “Σεξουαλικότητα και καρκίνος” (Για τον καρκ. άνδρα και τη σύντροφό του)
35. “Σεξουαλικότητα και καρκίνος” (Για την καρκ. γυναίκα και το σύντροφό της)
36. “Οδηγός πληρωφ. μεταμόσχευσης μυελού των οστών. Βοήθεια μεταξύ φίλων”
37. “Απαντήσεις στις ερωτήσεις σχετικά με τον καρκίνο του ήπατος”
38. “Μιλώντας με το παιδί για τον θάνατο”
39. “Το ταξίδι του καρκίνου”
40. “Αντιμετώπιση της κόπωσης κατά τη διάρκεια και μετά τη θεραπεία”
41. “Τι πρέπει να γνωρίζεις για τις κλινικές δοκιμές”
42. “Ό,τι συνέβη σε σένα, συνέβη και σε μένα”
43. “Αποκατάσταση μαστού. Μια προσωπική επιλογή”
44. “Τι πρέπει να γνωρίζεις για τον καρκίνο του λάρυγγα”
45. “Καρκίνος, ε και;” (Μικρές ιστορίες από μέλη του Συλλόγου)
46. “Τα ποιήματά μας” (Μια συλλογή ποιημάτων από μέλη του Συλλόγου)
47. “Μπορώ να επιβιώσω” (Μετάφραση στα Αγγλικά)
48. “Καρκίνος και οικογένεια”
49. “Πόση δύναμη κρύβει ένα παιδί” (Μικρές ιστορίες παιδιών με καρκίνο)
50. “Ίατρικά λάθη”. Φτάνει πια!

Φιλικά, η Πρόεδρος  
Π. Μήττα





## ΠΡΟΤΑΣΕΙΣ ΤΟΥ Σ.Κ.Μ.Θ.

Αριθμ.Πρωτ.: 37

Προς  
Τη Διεύθυνση  
θ/θμίας Εκπαίδευσης Θεσσαλονίκης  
(Υπόψη κ. ....)  
Σαπφούς 44  
546 27 Θεσσαλονίκη

Θεσσαλονίκη 14-6-1995

Θέμα: "Επίσκεψη σε σχολεία της πόλης της Θεσσαλονίκης"

Στα πλαίσια των δραστηριοτήτων του Συλλόγου Καρκινοπαθών Μακεδονίας-Θράκης και στην προσπάθειά μας να ενημερώσουμε το ευρύτερο καινά και ιδιαίτερα τους γέους σας για την πρόληψη του καρκίνου, εμείς οι καρκινοπαθείς σας παρακαλούμε κατά το ερχόμενο σχολικό έτος 1993-94 και σε ημερομηνίες και ώρες δικής σας επιλογής, να μας επιτρέψετε να επισκευθούμε τα σχολεία Μέσης Εκπαίδευσης και να μεταδώσουμε τις εμπειρίες μας για ευαισθητοποίηση και ενημέρωση των μαθητών σχετικά με τον καρκίνο.

Μαζί μας θα είναι ειδικευμένοι γιατροί ογκολόγοι που θα τονί-  
σουν τη σημασία της πρόληψης και της έγκαιρης διάγνωσης του καρκίνου.



Ο σύλλογος καρκινοπαθών Μακεδονίας-Θράκης δημιούργησε στο «Θεαγένειο» νοσοκομείο ένα κινητό περίπτερο, στον ένατο όροφο και στο υπόγειο, όπου θα προσφέρει καφέ, σε καθημερινή βάση στις 10.00 το πρωί, στους συγγενείς των καρκινοπαθών.

Το όνειρό τους είναι να τελειώσει ο Ξενώνας και να συνεχιστεί το έργο των ομάδων ψυχολογικής στήριξης. Στο πρόγραμμα αυτό βοήθησαν αφλοκερδώς ο Ξυλουργός κ. Γ. Μπάκας, ο ζωγράφος κ. Σ. Φωτόπουλος και ο κατασκευαστής υαλοπινάκων κ. Χριστουλάκης.

Θεσσαλονίκη, 5 Οκτωβρίου 2001

Αριθμ. Πρωτ. 444/274

Προς  
Μακαριώτατο Αρχιεπίσκοπο  
Αθηνών και Πάσης Ελλάδος  
Αγ. Φιλοθέης 21  
Αθήνα

Μακαριώτατε,

Με μεγάλο σεβασμό προς το πρόσωπό σας και προς όλη την Εκκλησία γενικότερα, σας απευθύνουμε θερμό χαιρετισμό του επαμελούς Διοικητικού Συμβουλίου του Συλλόγου Καρκινοπαθών Μακεδονίας-Θράκης (Σ.Κ.Μ.Θ.) και των 1.600 μελών του. [...]

Στο πλαίσιο των διαρκών προσπάθειών μας για την επιβίωση και την ποιότητα ζωής των ΚΑΡΚΙΝΟΠΑΘΩΝ, λαμβάνουμε το θάρρος να σας παρακαλέσουμε για τη δημιουργία μιας κοινής ΤΡΑΠΕΖΑΣ ΑΙΜΑΤΟΣ. Την επιθυμία αυτή των καρκινοπαθών που πιστεύουμε είναι και επιθυμία όλων των ασθενών από οποιαδήποτε ασθένεια πάσχουν, παρακαλούμε, δεχθείτε να μεταφέρετε μέσω των Σεβασμιωτάτων Μητροπολιτών στο φιλέσπλαχνο Ποίμνιο της Εκκλησίας. Είναι πολύ μεγάλο αγαθό το ΑΙΜΑ στους ασθενείς που το χρειάζονται για να ζήσουν και στοιχίζει μόνο 10 λεπτά από το χρόνο των υγιών συνανθρώπων μας.

Σας ευχαριστούμε κι ελπίζουμε στη συμπαράστασή σας.

Με τιμή

Για το Διοικητικό Συμβούλιο

Η Πρόεδρος  
Μήττα Περεσεφόνη

Η Γενική Γραμματέας  
Ντελιπούλου Ελένη



### Εγκαινιάζεται αύριο η βιβλιοθήκη του «Θεαγενείου» ΑΝΘ

Το διοικητικό συμβούλιο του Συλλόγου Καρκινοπαθών Μακεδονίας - Θράκης στα πλαίσια της εξαιρετικής ενημερωτικής και προληπτικής του δραστηριότητας εγκαινιάζει στο αντικαρκινικό νοσοκομείο «Θεαγένειο» την κινητή βιβλιοθήκη του, που ευγενικά παραχώρησε στο Σύλλογο η διοίκηση του νοσοκομείου. Τα εγκαινία θα γίνουν αύριο στις 12 το μεσημέρι στο αίθριο του «Θεαγενείου». Κατά την τελετή των εγκαινίων θα αποδοθούν στη διοίκηση του νοσοκομείου και δύο τηλεοράσεις - η μία εκ των δύο είναι προσφορά του Συλλόγου η δε άλλη αιρεθείας προσφορά μέσω του Συλλόγου της αντιπροσωπείας SONY προς τέρψη των ασθενών του «Θεαγένειου».



## ΔΕΚΑ ΜΙΚΡΕΣ ΣΥΜΒΟΥΛΕΣ

1. Θέλεις να ζήσεις; Κόψε το τσιγάρο και ξεκίνα μια χαρούμενη ζωή. Γιατί:
2. Καλύτερα να προλαβαίνεις παρά να θεραπεύεις.
3. Η αγάπη κι η ενημέρωση δίνουν ποιότητα ζωής.
4. Η αλήθεια πονάει, αλλά το ψέμα σκοτώνει. Αφού:
5. Ποιος μπορεί να αποφασίσει καλύτερα από μένα για μένα;
6. Πίστευε στη ζωή, είναι το καλύτερο φάρμακο.
7. Ζήσε το σήμερα, ξέχασε το χθες, το αύριο σε περιμένει.
8. Εκείνο που αξίζει στη ζωή είναι να πολεμάμε είτε νικήσουμε είτε όχι. Νίκη είναι η κάθε μάχη που δίνουμε στη ζωή.
9. Θέλω να σε βοηθήσω, δώσου μου την ευκαιρία.
10. Μαζί θα ξεπεράσουμε τον φόβο του καρκίνου, δεν είσαι μόνος σου.

*Περσεφόνη Μήττα*

*9.10.1991*



*Σχέδιο: Τριανταφυλλιά Μήττα*

*Γιατί καπνίζουν και δε με ρωτούν;  
Γιατί με σκοτώνουν αφού μ' αγαπούν;  
Περσεφόνη Μήττα*

## ΜΠΟΡΕΙΣ

- Μην καπνίζεις, μην πίνεις.  
Μπορείς.
- Να μην έχεις άγχος.  
Μπορείς.
- Δούλευε, η δουλειά είναι υγεία.  
Μπορείς.
- Να χαίρεσαι την κάθε μέρα που ζεις.  
Μπορείς.
- Έλεγχο μια φορά το χρόνο ιατρικό, οδοντιατρικό.  
Μπορείς.
- Οι γυναίκες μια φορά το μήνα αυτοεξέταση μαστού και τακτικό τέστ ΠΑΠ.  
Μπορείς.
- Πρόσεχε τη διατροφή σου.  
Μπορείς.
- Να ακολουθείς διατροφή με λιγότερα λιπαρά.  
Μπορείς.
- Βοήθησε τον αγώνα μας κατά του καρκίνου. Μας αφορά όλους.  
Μπορείς.

*Περσεφόνη Μήττα, 31.5.1991*



Γνώρισε τον καρκίνο



Πρόλαβε τον καρκίνο



Θα ζήσουμε με τον καρκίνο

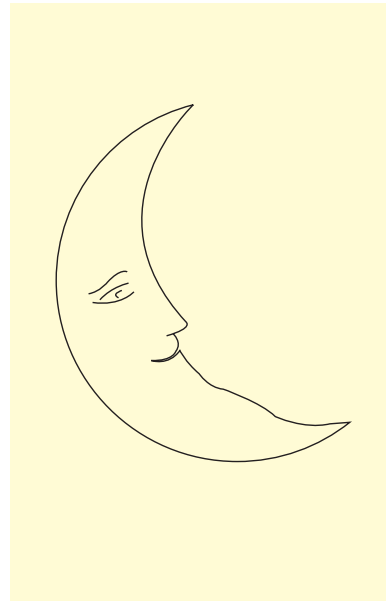
- 4 Φεβρουαρίου: Παγκόσμια ημέρα κατά του καρκίνου
- 7 Απριλίου: Παγκόσμια ημέρα υγείας
- 12-16 Μαΐου: Εβδομάδα μελανώματος
- 31 Μαΐου: Ημέρα κατά του καπνίσματος
- 4 Ιουνίου: Παγκόσμια ημέρα επιβιωσάντων από τον καρκίνο
- Οκτώβριος: Μήνας κατά του καρκίνου του μαστού
- 17 Οκτωβρίου: Παγκόσμια ημέρα πόνου
- 16 Οκτωβρίου: Ημέρα διατροφής
- 3 Δεκεμβρίου: Ημέρα Ε.Σ.Α.μεΑ.
- 5 Δεκεμβρίου: Παγκόσμια ημέρα εθελοντισμού

*Π. Μήττα, 31.5.2000*

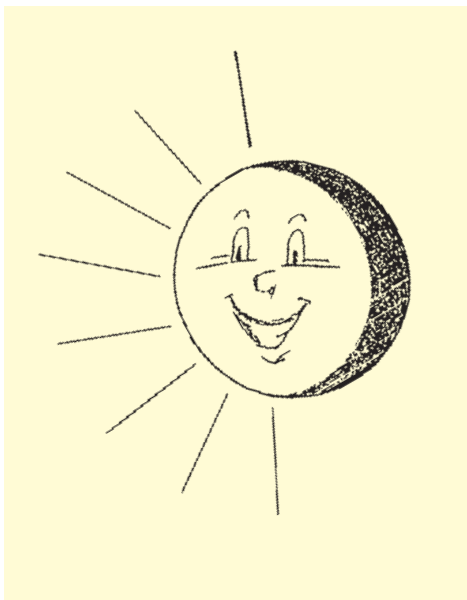
Θυμήσου,  
η αλήθεια πονά,  
αλλά το ψέμα σκοτώνει.  
*Περσεφόνη Μήττα*  
30.12.1990

“Ο καρκίνος είναι μια αρρώστια  
σαν όλες τις άλλες.  
Για να τον νικήσεις  
πρέπει πρώτα να τον υποτιμήσεις”.  
*Σουζάνα Παπαδοπούλου*  
1998

Δώσε:           OXI  
χρόνο στη ζωή,  
αλλά  
ζωή στο χρόνο  
*Αχ. Τουρκαντώνης*  
*Καθηγ. Α.Π.Θ.*



*Η πρώτη νεαρή γυναίκα από τα μέλη  
του Συλλόγου Καρκινοπαθών που  
παντρεύτηκε και δημιούργησε οικογένεια*



...Εγώ τον καρκίνο μου  
τον έχω ΧΟΜΠΥ...

*B. Αντωνιάδου*  
1995

Κοιτάζω τον ήλιο  
και ζω το σήμερα  
βλέπω το φεγγάρι  
και ελπίζω για το αύριο.

*Περσεφόνη Μήττα*  
1998

...Υγρά τα μάτια,  
καρδιά κομμάτια,  
ζέστη και κρύο  
αρρώστεια αντί...

*Κλιμπέ Γεωργία*  
13 ετών



*Ο πρώτος νεαρός άντρας  
από τα μέλη του Συλλόγου  
Καρκίνοπαθών που παντρεύτηκε  
και δημιούργησε οικογένεια*



## Η ψυχή του ανθρώπου

Ρωτώ το φεγγάρι και τα αστέρια  
τον ήλιο που λάμπει να μου πει:  
“πόσο κλειστή η ψυχή του ανθρώπου  
και πόσο δύσκολο κανείς να μπει”.

Ζήτησα μόνο να βοηθήσω,  
θυμό εισέπραξα πολύ.  
Εύκολο είναι να γκρεμίζεις  
να κτίζεις δύσκολο πολύ.

Δουλειά μας είναι να αγαπούμε  
πρόθυμοι να είμαστε και οι δύο.  
Το επίκεντρο μας ο ασθενής  
μπροστά εσύ και ύστερα εγώ.

*Περσεφόνη Μήττα, 1996*

## Ελπίδα

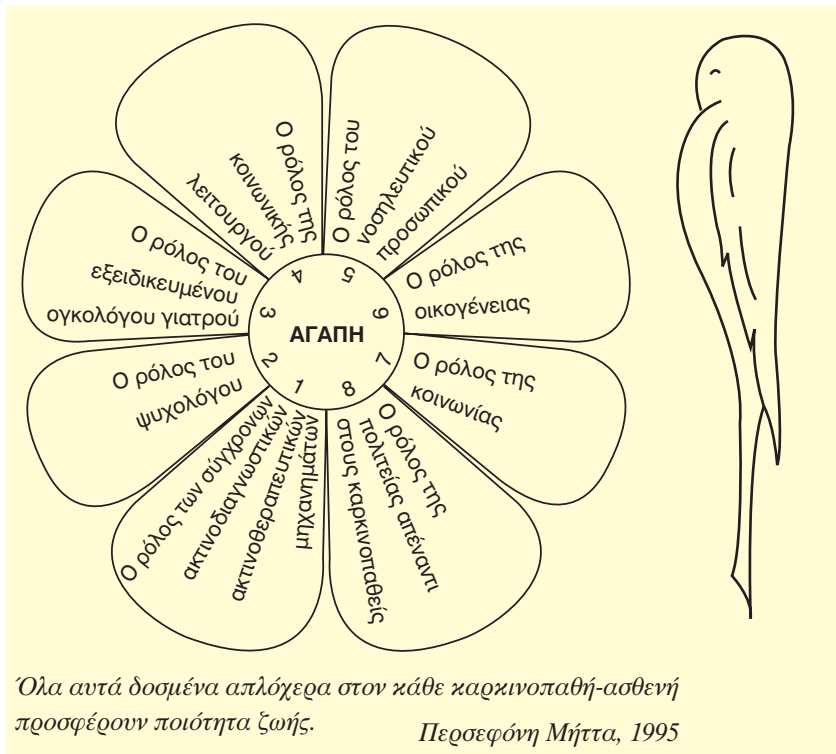
Επαγγελματική συνείδηση,  
μάθημα στα σχολεία:  
ένα καλύτερο αύριο  
θέλει η κοινωνία.

*Περσεφόνη Μήττα, 1992*

## Απογοήτευση

Τα μάτια σου είναι κατάσπρα,  
τα φρύδια σου βγαλμένα,  
το στόμα σου τρέχει νερό,  
σκύβω να πιω και είναι αίμα.

*Περσεφόνη Μήττα, 1998*





- Κοιτάζω με τα μάτια Σου,  
ακούω με τα αυτιά Σου,
- τράβα το δρόμο σου εσύ  
και θα με βρεις μπροστά σου.

*Περσεφόνη Μήττα*  
1989

Μέσα από αυτήν την αρρώστεια γνώρισα λίγο το θάνατο. Όμως κατάλαβα τι είναι η ΖΩΗ. Είδα λίγο την κόλαση. Κατάλαβα όμως τι είναι ο παράδεισος. Έχασα τον εαυτό μου, όμως και τον γνώρισα, όσο ποτέ δεν τον είχα γνωρίσει...

Καταστράφηκα εξωτερικά, φτιάχθηκα όμως, νομίζω, εσωτερικά. Έζησα την αληθινή δυστυχία. Τώρα όμως ξέρω να αναγνωρίζω την αληθινή Ευτυχία.

*Ντίνα Γκουλιόβα*  
1994

Ανοίγω τα μάτια και βλέπω Εσένα  
Εσένα που πάντα Αγάπη σκορπάς.  
Κλείνω τα μάτια και νιώθω Εσένα,  
Εσένα, Θεέ μου, που τα πάντα κοιτάς.

Ανοίγω την καρδιά μου και βάζω Εσένα,  
Εσένα που μ' Αγαπάς Αληθινά.  
Ανοίγω την ψυχή μου και νιώθω Εσένα,  
κι ακούω τα πουλιά να τραγουδούν ξανά.

*Στέλλα Γαλάνη*  
29.9.1997



**“...Θεσσαλονίκη,  
πρώτων μεγάλη...”**

Είσαι μιαν αρχόντισσα  
και τα παιδιά σου όλα  
στεφάνι εγινήκανε  
ετούτη εδώ την ώρα.

Άλλο στολίζει τα μαλλιά  
και άλλο το λαιμό σου,  
εφώτισαν και έλαμψε  
όλο το αρχοντικό σου.

Έχεις περίσσια ομορφιά  
και άλλη τόση χάρη,  
μες στα Βαλκάνια η θεά,  
ο ήλιος, το φεγγάρι.

Τα φώτα σου φτάσανε  
μέχρι την Ευρώπη  
και από κει σε όλη τη γη,  
αυτή του κόσμου πρώτη.

Κοιτάζοντάς σε ένιωσα  
συγκίνηση μεγάλη  
μικρή Θεσσαλονίκη μου,  
πόλη πολλών μεγάλη.

*Περσεφόνη Μήττα  
Θεσσαλονίκη 1.1.1997*

## **Μοναξιά**

Στενό κελί της μοναξιάς  
καρδιά μου, πάψε να πονάς  
- μεσ’ στο κελί της μοναξιάς.

Τα χέρια χτυπούν στα σίδερα  
κι ο αέρας είναι λίγος,  
- στενό κελί της μοναξιάς.

Καρδιά μου, γέμισες πληγές,  
τα δάκρυα τις ξεπλένουν,  
γύρω οι αλυσίδες μου  
το σώμα μου βραίνουν.

Καρδιά μου, αφουγκράζομαι  
Μπορείς και ανασαίνεις  
Ματώσανε τα σίδερα  
και όμως υπομένεις.

Καρδιά μου, κοίτα τι έγραψε,  
το αίμα σου κυλώντας:  
“Είμαι μαζί σου, μην πονάς,”  
- στενό κελί της μοναξιάς...

*Περσεφόνη Μήττα  
Θεσσαλονίκη, 31.07.1988*



## ΕΝΑΣ ΣΥΛΛΟΓΟΣ

Φίλοι, για κάτι όμορφο θέλω να σας μιλήσω  
ακούστε με, υπόσχομαι λίγο να σας κρατήσω.  
Στο νούμερο 46 κει στην Αγία Σοφία  
κάποιες κυρίες βλέπω τις, μαζεύονται συχνά.  
Όλες τους είναι “ατυχείς”, έτσι τις λέει ο κόσμος  
γιατί βαθιά τους νιώσανε τι πα’ να πει πόνος.  
Αυτές λοιπόν εκάνανε έναν ωραίο σύλλογο  
που αν τους στόχους μάθετε, δε θάχετε αντίλογο.  
Φίλοι, στόχο μας έχουμε η μια την άλλη να κρατήσει  
κι όταν η μπόρα έρχεται, καμιά να μη λυγίσει.  
Όπου ακούμε άρρωστο να τρέξουμε προθύμως  
το κλάμα γέλιο να γενεί, αν γίνεται μονίμως.  
Σ’ όλους τους καρκινοπαθείς δίπλα τους να σταθούμε  
τις δύσκολες τους τις στιγμές μαζί να μοιραστούμε.  
Κι όταν αποτελέσματα θα παίρνουμε ωραία  
μαζί θα τα χαιρόμαστε ολόκληρη η παρέα.  
Ελάτε, φίλοι μου, κοντά κάτι όμορφο να δείτε  
βοήθεια να δώσετε και να βοηθηθείτε.  
Αλήθεια, αγάπη όταν δώσετε, θεοί θα αισθανθείτε.  
Είν’ όμορφο, τ’ ορκίζομαι, ναι, είναι ιερό  
να βλέπεις μάτι αρρώστου από χαρά υγρό  
με τρέμοντα τα χείλη του, το στόμα του στεγνό  
να εύχεται: “Παιδάκι μου, να ’χεις κάθε καλό”.  
Φίλε, δε θέλουμε να πεις «κοίτα την την καημένη  
απ’ την αρρώστεια της και τους γιατρούς είναι καταδικασμένη».  
Όχι, έτσι δε νιώθουμε, αλήθεια σας το λέμε  
κάνουμε όνειρα κι εμείς και να χαρούμε θέμα  
όλα ετούτα στη ζωή που ν’ όμορφη στ’ αλήθεια  
και να χαρούμε ελπίζουμε με το Θεό βοήθεια.

*Ευδοξία Σακαρίδου-Γκίνου*  
1993

## Γράμμα στον Άη Βασίλη Α'. Πόνος

Άγιε μας Βασίλη  
που είσαι εκεί ψηλά  
άκουσέ μας λίγο,  
για λίγο μοναχά.

Αυτιά έχουν οι άνθρωποι  
μα εμάς δε μας ακούνε,  
τα μάτια τους υπάρχουνε  
μα είναι κλειστά, δε βλέπουν.

Ζητήσαμε μια αίθουσα  
κι αυτή δε μας την δίνουν,  
με ειδικό προσωπικό,  
ανθρώπινες συνθήκες.

Τα είπαμε προφορικά,  
τα ίδια και με γράμμα,  
τα είπαμε τηλεοπτικά,  
τα δώσαμε στον τύπο.

Μας δόθηκε υπόσχεση  
μετά από συστάσεις  
σε ένα υπόγειο, μια γωνιά  
εκεί να μας στεγάσει.

Ο χώρος τούτος τέλειωσε  
για μας χαρά μεγάλη,  
χάρτινος πύργος γκροέμισε  
και η χαρά εχάθη.

Σουίτα δε ζητήσαμε  
ούτε να φύγουμε έξω.  
Ένα δωμάτιο άνετο  
τον πόνο μας να αντέξει.

Το ξέρουνε οι βουλευτές  
κι ο Υπουργός ακόμα  
το ξέρουνε κι οι βο-λευτές  
όλοι στην ίδια χώρα.

Κανένα δε συγκίνησαν  
τόσες κοινοποιήσεις,  
απάντηση δε χρώσταγε  
κανένας να μας δώσει.

Κάποιος που έχει αυτιά  
που έχει και τα μάτια  
στο ΑΧΕΠΑ ένα πρωινό  
ας έρθει, ας κοπιάσει.

Μέσα σ' ένα διάδρομο  
μετά από εφημερία  
κάθεται ο καρκινοπαθής  
μέσα σ' αυτό το κρύο.

Κι αφού έχει ταλαιπωρηθεί  
ολόκληρη τη νύχτα  
να ταξιδέψει για να 'ρθει  
σκέφτεται πώς θα φύγει.

Όλα γίναν στην ώρα τους  
κι ο αυλόγυρος ακόμα,  
το επίκεντρο ο ασθενής  
απέχει για την ώρα.

Άγιε μας Βασίλη  
που είσαι εκεί ψηλά,  
άκουσέ μας λίγο  
για λίγο τώρα δα...

*Περσεφόνη Μήττα  
Θεσσαλονίκη, 30.12.1996*

## **Γράμμα στον Άη Βασίλη** **Β'. Αγονία**

Άγιε μας Βασίλη, που είσαι εκεί ψηλά  
εσύ αν μας ακούσεις, θα αλλάξουνε πολλά.

Αίθουσα δεν υπάρχει για να νοσηλευτώ,  
μηχάνημα κατάλληλο για να θεραπευτώ.

Οι βόμβες κοβαλτίου χαλάσανε κι αυτές  
κι εμείς στα λόγια ακόμα είμαστε από χτες.

Αύριο δεν υπάρχει, δεν έχει υποδομή,  
στο χτες έχουμε μείνει, που έχει πια χαθεί.

Ο γραμμικός επιταχυντής είναι μοναδικός,  
μα στη Μακεδονία χάλασε κι αυτός.

Οι άρρωστοι φωνάζουνε, παράπονα πολλά,  
αθώς ο καρκίνος μπροστά σε όλα αυτά.

Σ' άλλα μέρη τα πετούν σε μια δεκαετία  
εμείς εδώ τα έχουμε και είναι σα μουσεία.

Κατάντια είναι όλα αυτά –και να σκεφθεί κανείς–  
το “Παπαγεωργίου” έγινε, χωρίς να λειτουργεί.

Έχει τα μηχανήματα καινούρια, κλειδωμένα,  
εμείς αργοπεθαίνουμε κι η ελπίδα κάθε μέρα.

Στα παιδιά μας, σκέφτομαι, τι έχουμε να πούμε,  
όταν εκείνα θα πονούν, εμείς δε θα ακούμε.

Παράγγειλαν μας είπανε, μα πότε θα μας έρθουν,  
κανείς δε λέει τίποτα κι οι υπεύθυνοι απέχουν.

Ποιότητα δεν έχουμε κι αυτό θα σου το πούμε  
από το θέλημα Θεού εμείς μονάχα ζούμε.

*Περσεφόνη Μήττα*  
*Θεσσαλονίκη, 30.12.1997*

## “Γράμμα στον Άγιο Βασίλη” Γ'. Φόβος

Άγιε μας Βασίλη  
που είσαι εκεί ψηλά,  
ζητάμε να βοηθήσεις  
ακόμα μια φορά.

Ο χώρος του καρκίνου  
είναι πολύ σκληρός,  
μα όταν υπάρχει αγάπη  
πορεύεται κι αυτός.

Είμαστε καρκινοπαθείς  
κανείς πια δεν το κρύβει  
και ευχή μας είναι πάντοτε  
να 'μαστε και πιο λίγοι.

Ζούμε μες στον πόνο,  
τους ακρωτηριασμούς,  
τις χημειοθεραπείες  
σε δύσκολους καιρούς.

Όλοι τα κάνουν όλα,  
τρομάζω σαν σκεφτώ,  
όλοι τα ξέρουν όλα  
όταν τους χρειαστώ.

Τη λέξη «ειδικότητα»  
σήμερα απαιτούμε  
θέλουμε την ποιότητα  
στο μέλλον που θα ζούμε.

Θέλει εξειδικευμένους  
γιατρούς πολύ καλούς,  
θέλει οργανωμένους,  
υπομονετικούς.

Να κάνουνε συσκέψεις  
όλοι μαζί γι' αυτό,  
να συναποφασίζουν  
ποιο είναι το σωστό.

Να μου το μεταφέρουν  
να ενημερωθώ,  
να συναποφασίζω  
-αυτό σας το ζητώ.

Ζητάμε την αγάπη  
απ' τον νοσηλευτή,  
απ' τον γιατρό ζητάμε  
αλήθεια να μας πει.

Θα μας το πει με τρόπο  
σα να 'μαστε και μεις  
πατέρας, αδελφός του,  
παιδί του, συγγενής.

Θέλουμε ψυχολόγους,  
φυσιοθεραπευτές,  
μέσα απ' τον καρκίνο  
να βγούμε νικητές.

Σ' αυτά τα αποτελέσματα  
σα φτάσουμε μια μέρα  
εμείς πια δεν χρειάζεται  
να 'μαστε εδώ πέρα.

Στη χώρα του καρκίνου  
δε μας κρατά ο πόνος,  
η αγάπη κι η αλήθεια  
είναι ο μόνος νόμος.

*Περσεφόνη Μήττα  
Θεσσαλονίκη, 1.1.2002*

## “Γράμμα στον Άγιο Βασίλη” Δ'. Έκκληση

Άγιε μας Βασίλη,  
που είσαι 'κεί ψηλά,  
βοήθησε να γίνει  
ένα νοσοκομείο  
μόνο για παιδιά.

Με όλες τις παθήσεις  
και όχι χωριστά,  
να παίζουν, να πονάνε  
να γίνονται καλά.

Να έχει χώρους αναμονής,  
χώρους ψυχαγωγίας,  
σχολείο για τα γράμματα,  
χώρους δημιουργίας.

Η Αθήνα έχει τρία,  
μα είναι μακριά.  
Μακεδονία-Θράκη:  
ποιότητα καμιά.

Απόσταση μεγάλη  
είναι για το παιδί,  
να πάει στην Αθήνα  
για να νοσηλευτεί.

Άγιε μας Βασίλη,  
βλέπεις από ψηλά,  
βοήθα τα παιδιά μας,  
να πάνε όλα καλά.

*Περσεφόνη Μήττα  
Θεσσαλονίκη, 5.1.2005*



*Για τα εικονιζόμενα έργα οι υπογραφές μπήκαν στις αρχές του 2007 με την υπόσχεση να παραδωθούν σε 4 χρόνια.*

ΤΑ ΙΔΡΥΤΙΚΑ ΜΕΛΗ

ΟΝΟΜΑΤΕΠΩΝΥΜΟΝ

ΥΠΟΓΡΑΦΗ

- 1) Περσεφόνη Μήττα
- 2) Μαρία Παπαχρήστου
- 3) Κων/νος Μουρίκης
- 4) Ελευθερία Τσιλιμάντου-Κουνάβα
- 5) Μαρία Καλαούζη-Κοτίνη
- 6) Φώτιος Βαϊράλης
- 7) Προκόπιος Ανθρακίδης
- 8) Αφροδίτη Περιστεράκη
- 9) Κορνηλία Σαϊνιτίδου
- 10) Τίμων Σακλαμπάνης
- 11) Στέλλα Νάσση
- 12) Ιγνάτιος Θεοφανίδης
- 13) Μελπομένη Δημητρίου
- 14) Δέσποινα Ταρτόρα
- 15) Θωμάς Κουτσιμπάρης
- 16) Σάββας Χατζηγεωργιάδης
- 17) Παναγιώτης Πατούμας
- 18) Λουκάς Φωκιάς
- 19) Ανδρέας Αγάς
- 20) Ορέστης Ιωαννίδης

*M. Παπαχρήστου*  
*[Signature]*  
*[Signature]*  
*[Signature]*  
*[Signature]*  
*[Signature]*  
*[Signature]*  
*[Signature]*  
*[Signature]*  
*[Signature]*  
*[Signature]*  
*[Signature]*  
*[Signature]*  
*[Signature]*  
*[Signature]*  
*[Signature]*  
*[Signature]*  
*[Signature]*  
*[Signature]*  
*[Signature]*

Αρ. Βρίταιος  
 Καθηγητής Ακτινοθεραπευτικής  
 Ογκολογίας Α.Π.Θ.  
 Επίτιμος Πρόεδρος  
 του Συλλόγου Σ.Κ.Μ.Θ.

Θεσσαλονίκη 24/12/1991



**Η ΔΙΟΙΚΗΣΗ  
 ΤΟΥ ΣΥΛΛΟΓΟΥ  
 ΚΑΡΚΙΝΟΠΑΘΩΝ  
 ΜΑΚΕΔΟΝΙΑΣ-ΘΡΑΚΗΣ**

Το διοικητικό συμβούλιο του συλλόγου καρκινοπαθών Μακεδονίας - Θράκης, ύστερα από τις αρχαιρεσίες που έγιναν στις 19 Φεβρουαρίου συγκροτήθηκε σε σώμα ως εξής: Πρόεδρος Περσεφόνη Μήττα, αντιπρόεδρος Βασίλειος Γρηγοριάδης, γενική γραμματέας Μαρία Πετρίδου, ταμίας Ιωάννης Σαριδάκης, σύμβουλοι Ανδρέας Αγάς, Αννέτα Ματάκου και Βασιλική Αντωνιάδου. Αναπληρωματικά μέλη εξελέγησαν οι: Μαρία Μαντζιρίτζη, Ανθούλα Ανδρεάδου και Μαρία Παρθένη.

**ΑΝΑΓΝΩΡΙΣΗ ΣΩΜΑΤΕΙΟΥ**

Με την υπ' αριθ. 76/1993 απόφαση του πολυμελούς πρωτοδικείου Θεσσαλονίκης (διαδικασία εκούσιας δικαιοδοσίας) αναγνωρίστηκε η σύσταση μη κερδοσκοπικού χαρακτήρα σωματείου με την επωνυμία «Σύλλογος καρκινοπαθών Μακεδονίας-Θράκης» και έδρα τη Θεσσαλονίκη και εγκρίθηκε το από 24-12-1991 καταστατικό αυτού, αποτελούμενο από 41 άρθρα.

Σκοπός του σωματείου είναι η αλληλοβοήθεια και η καλλιέργεια πνεύματος φιλίας και αγάπης μεταξύ των μελών του, η ψυχολογική προετοιμασία όσων πρόκειται να υποβληθούν σε θεραπεία, η συνεργασία με ειδικούς επιστήμονες και η πληροφόρηση του κοινού για τους τρόπους βοήθειας των καρκινοπαθών.

Ο πληρεξούσιος δικηγόρος  
**ΛΥΣΑΝΔΡΟΣ ΑΛΕΞΙΑΔΗΣ**

ΤΟ ΔΙΟΙΚΗΤΙΚΟ ΣΥΜΒΟΥΛΙΟ  
ΤΟΥ ΣΥΛΛΟΓΟΥ ΚΑΡΚΙΝΟΠΑΘΩΝ ΜΑΚΕΔΟΝΙΑΣ-ΘΡΑΚΗΣ  
ΑΠΑΡΤΙΖΕΤΑΙ ΑΠΟ ΤΟΥΣ ΚΑΤΩΘΙ:

1. ΠΡΟΕΔΡΟΣ : ΜΗΤΤΑ ΠΕΡΣΕΦΟΝΗ
2. ΑΝΤΙΠΡΟΕΔΡΟΣ : ΣΑΡΙΔΑΚΗΣ ΙΩΑΝΝΗΣ
3. ΓΡΑΜΜΑΤΕΥΣ : ΧΑΤΖΗΧΑΡΑΛΑΜΠΟΥΣ ΕΛΕΝΗ
4. ΤΑΜΙΑΣ : ΔΑΛΑΚΑΣ ΚΩΝΣΤΑΝΤΙΝΟΣ
5. ΜΕΛΟΣ : ΑΝΔΡΕΑΔΟΥ ΑΝΘΟΥΛΑ
6. ΜΕΛΟΣ : ΤΣΟΛΟΥ ΕΛΕΝΗ
7. ΜΕΛΟΣ : ΠΑΠΑΣΤΕΡΓΙΑΔΟΥ ΚΑΛΛΙΟΠΗ

*Θεσσαλονίκη, 11-3-2007*



Ευχαριστώ εκείνους που με βοήθησαν.  
Ευχαριστώ όμως και όσους δε με βοήθησαν,  
γιατί έτσι με έκαναν να γίνομαι καλύτερη.

*Περσεφόνη Μήττα  
2000*