

# Το Shiatsu στο Νοσοκομείο

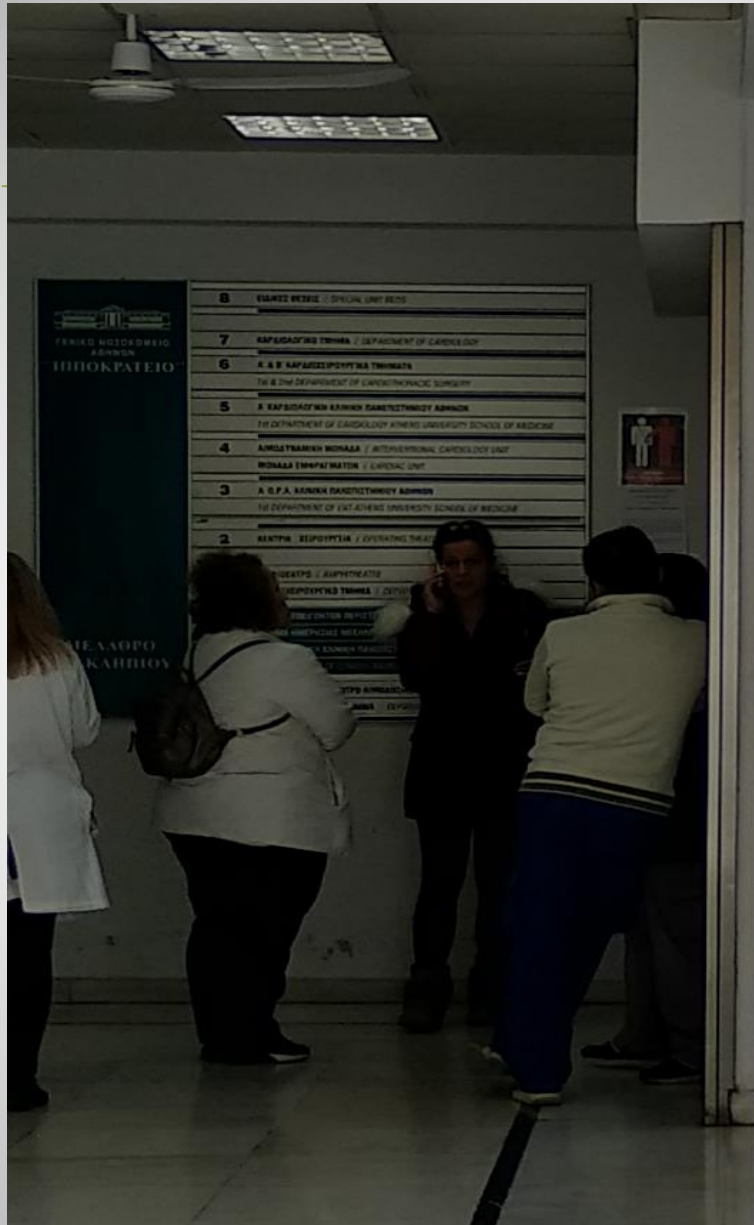


- Η Εθελοντική Δράση της προσφοράς Shiatsu, στους ασθενείς του Ιατρείου Πόνου του Ιπποκράτειου Γ.Ν.Α. ξεκίνησε τον Ιανουάριο του 2017, με πρωτοβουλία του Θέμη Ρηνά και την υποστήριξη της ΕΛΕΣΙ και συνεχίζεται μέχρι σήμερα. Συμμετέχουν στο πρόγραμμα και οι Καρολίνα Στεφανοπούλου, Δήμητρα Ξύδη, Elena De Col
- Ευχαριστούμε θερμά για την υπέροχη συνεργασία και την υποστήριξη, τις γιατρούς του Ιατρείου: Κα Ειρήνη Κουρούκλη, Κα Φανή Κρεμαστινού, Κα Βάσω Τσιτσιρίδου και την Νοσηλεύτρια Κα Κατερίνα Κοζομπόλη

# Το Shiatsu στο Νοσοκομείο



- **ΓΙΑΤΙ ΤΟ SHIATSU ΣΤΟ ΝΟΣΟΚΟΜΕΪΟ**
- **Η ΕΜΠΕΙΡΙΑ ΤΗΣ ΑΣΚΗΣΗΣ ΤΟΥ SHIATSU ΣΤΟ ΝΟΣΟΚΟΜΕΪΟ**
- **ΣΤΑΤΙΣΤΙΚΑ ΣΤΟΙΧΕΪΑ**



8	ΕΙΔΙΚΟ ΜΕΡΙΚΟ / SPECIAL UNIT BIRTH
7	ΚΑΡΔΙΟΛΟΓΙΚΟ ΤΜΗΜΑ / DEPARTMENT OF CARDIOLOGY
6	Κ. & Ε. ΚΑΡΔΙΟΧΕΙΡΟΥΡΓΙΚΟ ΤΜΗΜΑΤΑ TO & THE DEPARTMENT OF CARDIOTHORACIC SURGERY
5	Κ. ΚΑΡΔΙΟΛΟΓΙΚΟ ΚΛΙΝΙΚΟ ΠΑΝΕΠΙΣΤΗΜΙΑΚΟ ΑΝΘΡΩΠΩΝ THE DEPARTMENT OF CARDIOLOGY KINGDOM UNIVERSITY SCHOOL OF MEDICINE
4	ΑΝΤΙΣΤΡΑΒΙΚΗ ΜΟΝΑΔΑ / INTERVENTIONAL CARDIOLOGY UNIT ΜΟΝΑΔΑ ΕΜΦΡΑΚΤΩΝ / CARDIAC UNIT
3	Α. Ο. Π. Α. ΚΛΙΝΙΚΗ ΚΑΡΔΙΟΧΕΙΡΟΥΡΓΙΚΩΝ ΑΝΘΡΩΠΩΝ TO DEPARTMENT OF EAST ACHENS UNIVERSITY SCHOOL OF MEDICINE
2	ΚΕΝΤΡΟ ΒΕΡΟΥΠΠΙΑΣ / OPERATING THEATRE



A poster for the 1st Biennial of Cardiology. The title is "1η διημερίδα Σιάντσου" (1st Biennial of Siantsou). Below the title, it says "ΤΟ ΣΙΑΤΣΟΥ ΙΣΤΗ ΕΛΛΑΔΑ ΣΗ ΜΕΡΑ αναζητούμε προκλητικές προοπτικές" (The Siantsou in Greece Today we are looking for challenging prospects). The poster features several circular icons: a globe, a heart, a stethoscope, a microscope, and a person. At the bottom, there are logos for the organizing institutions and sponsors.

## ΓΙΑΤΙ ΤΟ SHIATSU ΣΤΟ ΝΟΣΟΚΟΜΕΙΟ

- Το Νοσοκομείο είναι χώρος που σχεδόν κάθε άνθρωπος έχει πρόσβαση όταν χρειαστεί να αντιμετωπίσει οποιοδήποτε πρόβλημα με την Υγεία του. Στη συνείδηση των “ασθενών”, είναι η δομή που θα απευθυνθούν όταν η κατάσταση της υγείας τους δυσκολεύει.
- Μπορεί να είναι ασθενείς κάθε κοινωνικής τάξης, μορφωτικού επιπέδου, ηλικίας, πάθησης.
- Ένα μέρος αυτών των ανθρώπων δεν θα είχε την δυνατότητα να έρθει σε επαφή με το Shiatsu με άλλο τρόπο, είτε γιατί δεν θα είχε ακούσει για την ύπαρξή του, είτε γιατί η οικονομική του κατάσταση δεν θα επέτρεπε κάτι τέτοιο.
- Ενώ ένα άλλο μέρος δε θα εμπιστευόταν να το δοκιμάσει χωρίς να το προτείνει κάποιος γιατρός. Δε γνωρίζουν το Shiatsu ή την δουλειά μας.
- Το Ιατρείο Πόνου συγκεκριμένα διαχειρίζεται τον χρόνιο πόνο οποιασδήποτε αιτιολογίας και όποιου υπόβαθρου. Η διαχείρισή του σχετίζεται σε πολύ μεγάλο βαθμό με την ποιότητα ζωής του κάθε ανθρώπου, που τον βιώνει ανεξάρτητα από το αίτιο που τον προκαλεί. Η αντιμετώπιση και η θεραπεία του είναι δικαίωμα του κάθε ανθρώπου.

## ΓΙΑΤΙ ΤΟ SHIATSU ΣΤΟ ΝΟΣΟΚΟΜΕΙΟ

- Η γνωριμία και η επαφή των γιατρών με το Shiatsu σαν συμπληρωματική αγωγή στην πράξη μέσα από την εφαρμογή του, την αποτελεσματικότητα, την αποδοχή του και η δυνατότητα να χρησιμοποιηθεί σαν ένα ακόμη εργαλείο στη προσπάθεια διαχείρισης του χρόνιου πόνου.
  
- Για μας ως ασκούντες είναι μια σειρά προκλήσεων όπως :
  - Προσαρμοστικότητα στην άσκηση του Shiatsu, στον όποιο χώρο και σε όποιες συνθήκες χρειαστεί.  
Τα δεδομένα είναι μία δυναμική κατάσταση που μπορεί να αλλάζει και να αναδιαμορφώνεται συνεχώς.
  - Πολύτιμη κλινική εμπειρία ως προς τη ποικιλία των περιστατικών, την σοβαρότητα και την ένταση κάποιων περιπτώσεων.



## Η ΕΜΠΕΙΡΙΑ ΤΗΣ ΑΣΚΗΣΗΣ ΤΟΥ SHIATSU ΣΤΟ ΝΟΣΟΚΟΜΕΙΟ

- Η συνεδρία πραγματοποιείται σε χώρο που υπάρχουν 3 κρεβάτια όπου στο ένα ή και στα 2 άλλα κρεβάτια εξετάζουν ή κάνουν θεραπεία οι γιατροί σε άλλους ασθενείς παράλληλα.
- Οι συνεδρίες διαρκούν από 10' έως 60' ανάλογα με τη συνθήκη ή το χρόνο που υπάρχει.
- Οι συνθήκες μπορεί να είναι πιεστικές από χρόνο και χώρο πολλές φορές, παρόλα αυτά είναι μια πραγματικότητα και εμείς καλούμαστε να εναποθέσουμε τη γνώση μας και την εμπειρία μας με τον καλύτερο δυνατό τρόπο ώστε ο δεχόμενος να επωμιστεί όσο γίνεται περισσότερο τα οφέλη του Shiatsu. Το Shiatsu είναι άγγιγμα ψυχής. Όσο δύσκολες και αν είναι οι συνθήκες μπορεί να λειτουργήσει και να προσφέρει ευεξία και ανακούφιση στους δέκτες.
- Μέσα από αυτή τη συνεργασία μας δίνεται η δυνατότητα να αντιληφθούμε τις δύσκολες συνθήκες που δουλεύουν οι γιατροί

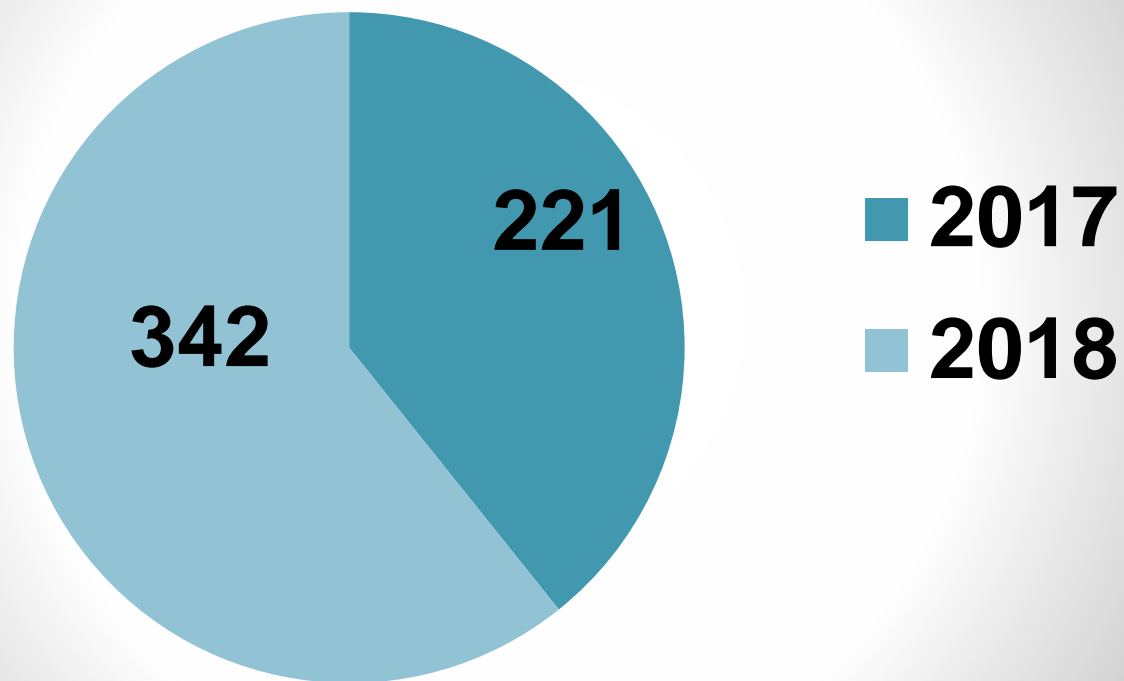
## Η ΕΜΠΕΙΡΙΑ ΤΗΣ ΑΣΚΗΣΗΣ ΤΟΥ SHIATSU ΣΤΟ ΝΟΣΟΚΟΜΕΙΟ

- Ο κοινός χώρος άσκησης της πρακτικής μας, με τους γιατρούς δημιουργεί ένα πεδίο αλληλεπίδρασης σε πολλά επίπεδα:
  - Δουλειά παράλληλα με τη δουλειά τους,
  - παρατήρηση των μεν και των δε
  - συνύπαρξη σε ανθρώπινο επίπεδο μέσα από την ιδιότητά μας,
  - διαμόρφωση μιας σχέσης εκτίμησης και εμπιστοσύνης μέσα από τη δράση. Σαν κατάληξη ωραίες ανθρώπινες σχέσεις.
- Η μέχρι τώρα εμπειρία μας δείχνει ότι το Shiatsu έχει μεγάλη αποδοχή από τους περισσότερους ασθενείς. Βιώνουν ένα αίσθημα ευεξίας ακόμα και αν κάποιες φορές το κυρίως σύμπτωμα δεν βελτιωθεί. Επίσης σε αρκετές περιπτώσεις υπάρχει βελτίωση σε παράπλευρη παθολογία που δεν είναι ο αρχικός λόγος που ήρθαν στο Ιατρείο Πόνου. Οι περισσότεροι ασθενείς ζητάνε να μάθουν περισσότερες πληροφορίες για το Shiatsu.
- Η πορεία της συνεργασίας μας με τους γιατρούς, τους δημιουργεί περισσότερη εμπιστοσύνη και σιγουριά στο να προτείνουν το Shiatsu στους ασθενείς.



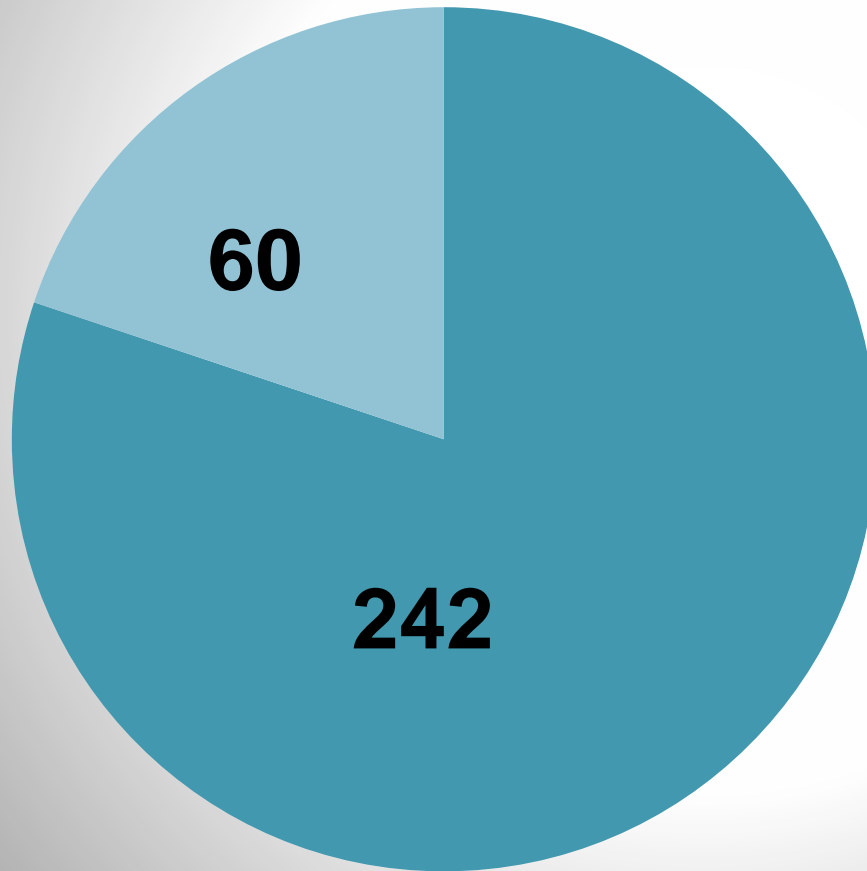


## ΑΡΙΘΜΟΣ ΣΥΝΕΔΡΙΩΝ



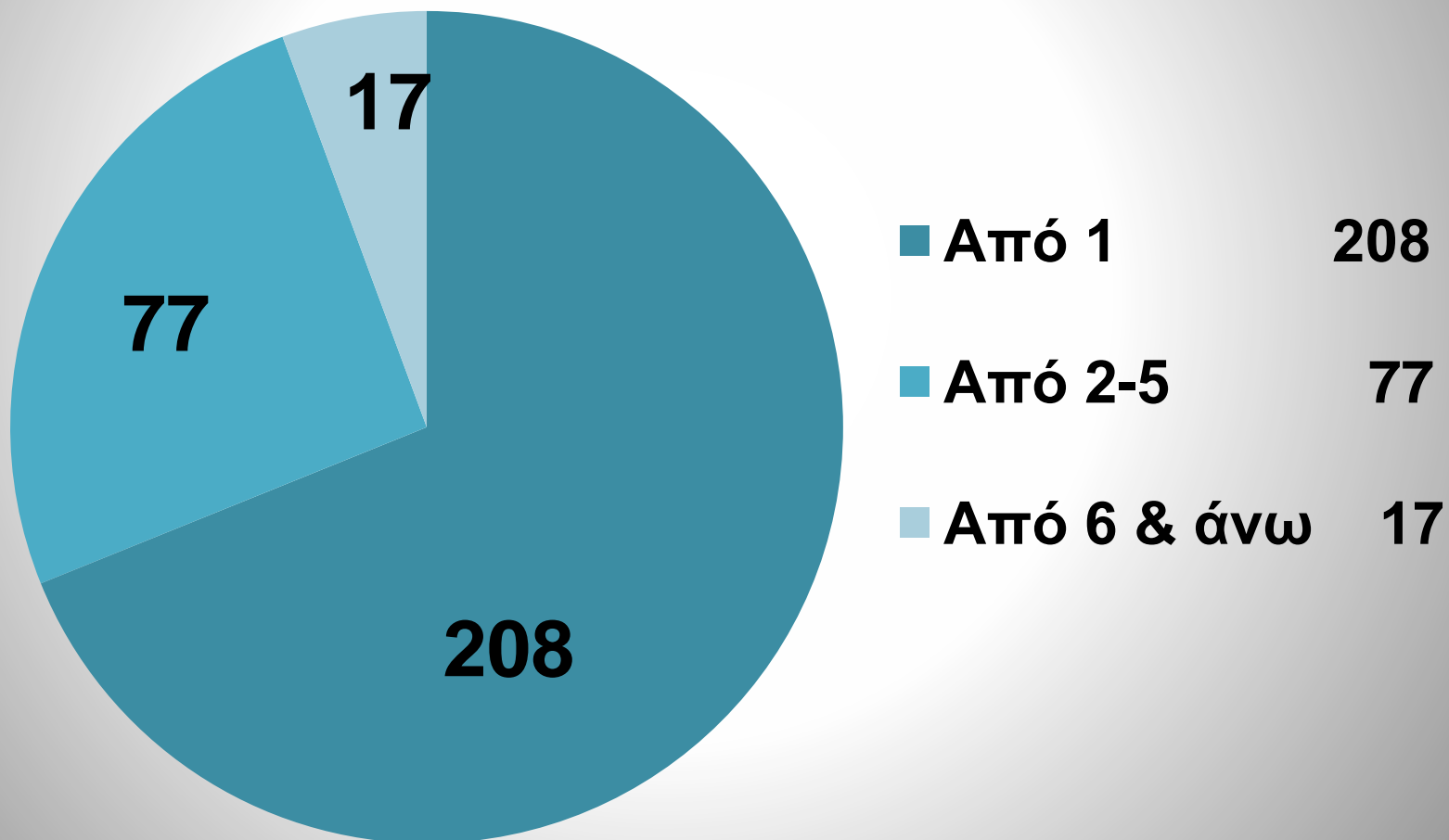
**Σύνολο 2017-2018 = 563**

**302 Ασθενείς Δέχθηκαν Shiatsu**

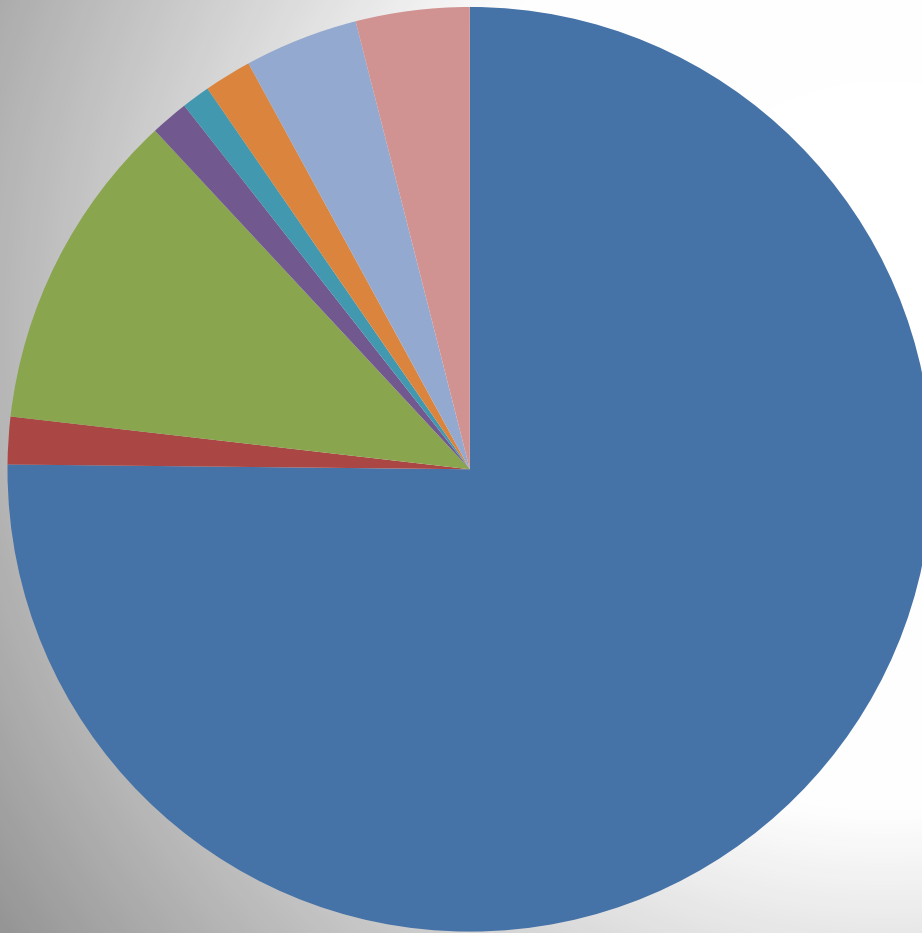


- **Γυναίκες**
- **Άντρες**

## Συνεδρίες από 1 - 14



## Περιστατικά



■ Μυοσκελετικά	227
■ Ινομυαλγία	5
■ Νευροπαθητικός Πόνος	34
■ Ρευματοειδής Αρθρίτιδα	4
■ Σκλήρυνση Κατά πλάκας	3
■ Κεφαλαλγίες	5
■ Καρκινικός Πόνος	12
■ Μετεγχειρητικός Πόνος	12

# ΣΤΑΤΙΣΤΙΚΑ

- Στο διάστημα των 2 ετών υπήρξαν περίπου 15 περιπτώσεις ασθενών που δεν ήθελαν να δεχτούν συνεδρία
- Στο μεγαλύτερο ποσοστό των ανθρώπων που δέχθηκαν συνεδρίες υπήρξε βελτίωση των συμπτωμάτων
- Στις περιπτώσεις που οι συνεδρίες επανελήφθησαν, η βελτίωση ήταν μεγαλύτερη
- Είναι σημαντικό να αναφερθεί πως οι περισσότεροι ασθενείς είχαν δεχθεί παράλληλα ιατροφαρμακευτική αγωγή οπότε είναι δύσκολο να αξιολογηθεί ο ακριβής ρόλος του Shiatsu
- Τέλος να αναφέρουμε ότι πέρα από την όποια βελτίωση στα συμπτώματα, οι ασθενείς δήλωναν αυξημένη αίσθηση ευεξίας και χαλάρωσης







## ΠΑΡΑΛΛΗΛΗ ΔΡΑΣΗ

- Στις 26 Οκτωβρίου του 2018 στα πλαίσια του μήνα ενημέρωσης και διάδοσης του Shiatsu που οργάνωσε η Ελληνική Εταιρεία Σιάτσου (ΕΛΕΣΙ), σε συνεργασία με την διοίκηση και την υπεύθυνη του Ιατρείου Πόνου προσφέραμε συνεδρίες στο προσωπικό του Νοσοκομείου. Δέχθηκαν 35 άτομα συνεδρίες με μεγάλη αποδοχή.
- Συμμετείχαμε στην Ημέρα Ανοιχτών Ιατρείων Πόνου που διοργανώνει η Ελληνική Εταιρεία Θεραπείας Πόνου & Παρηγορικής Φροντίδας (ΠΑΡΗ.ΣΥ.Α) και τα 2 χρόνια της παρουσίας μας στο Νοσοκομείο.

