

ΕΠΙΣΤΗΜΟΝΙΚΟ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ

10:00 – 10:30 | Προσέλευση – Χαιρετισμοί | Μ. Μαριδάκη, Κ. Πούλια, Ε. Φάππα, Θ. Ψαλτοπούλου

10:30 – 11:30 | 1η Ενότητα: Δευτερογενής πρόληψη στην σύγχρονη ογκολογία
Προεδρείο: **Η. Αθανασιάδης, Α. Αρδαβάνης, Ε. Σαλούστρος**

- Από τη θεραπεία στην επιβίωση: ο τρόπος ζωής ως γέφυρα επανάκαμψης μετά το ογκολογικό εξιτήριο, **Σ. Ντρουφάκου**
- Διατροφική υποστήριξη, σαρκοπενία και καχεξία στον ογκολογικό ασθενή: τι πρέπει να συνεχίζεται στο σπίτι, **Ε. Καραφυλλίδης**
- Φυσιοθεραπευτική αποκατάσταση: επιστροφή στην καθημερινότητα μετά το εξιτήριο, **Μ. Μαρσέλλου**
- Cancer survivorship: ο ρόλος της διεπιστημονικής παρέμβασης και εκπαίδευσης φροντιστών, **Α. Παπαγεωργίου**

11:30 – 12:30 | 2η Ενότητα: Μεταβολική υγεία
Μεταβολική Υγεία μετά το εξιτήριο: διαβήτης, παχυσαρκία και εξατομικευμένη φροντίδα
Προεδρείο: Α. Παπαγεωργίου, Ε. Χατζηαγγελάκη, Σ. Χατζημωυσής

- Το εξιτήριο ως μεταβολική ευκαιρία: εξατομικευμένη συνταγογράφηση διατροφής, κίνησης και διαχείρισης βάρους, **Σ. Λιβαδάς**
- Σακχαρώδης διαβήτης τύπου 2 μετά τη νοσηλεία: γλυκαιμικός έλεγχος, θεραπευτική εκπαίδευση και μακροχρόνια συμμόρφωση, **Π. Ξεκούκη**
- Φαρμακοθεραπεία της παχυσαρκίας και Ιατρική του Τρόπου Ζωής: Διατροφική Υποστήριξη, άσκηση και διατήρηση της μυϊκής μάζας, **Π. Βαραγιάννης**
- Η ψυχική υγεία μετά τη νοσηλεία: Άγχος, κατάθλιψη, φόβος υποτροπής και προσήλωση στη θεραπεία, **Λ. Βάρβογλη**

12:30 – 13:00 Διάλειμμα καφέ



13:00 – 14:00 | 3η Ενότητα: Καρδιαγγειακή νόσος

Καρδιαγγειακή αποκατάσταση και δευτερογενής πρόληψη: Από το νοσοκομείο στην καθημερινή ζωή

Προεδρείο: **Κ. Τούτουζας, Η. Τσούγκος**

- Καρδιολογία του τρόπου ζωής μετά το εξιτήριο: από τον έλεγχο παραγόντων κινδύνου στην αλλαγή συμπεριφοράς, **Ε. Βολτυράκης**
- Συνταγογράφηση άσκησης στην καρδιομεταβολική αποκατάσταση: δοσολογία, ασφάλεια και παρακολούθηση, **Γ. Βαβέτσης**
- Διακοπή καπνίσματος, stress και καρδιαγγειακός κίνδυνος: παρεμβάσεις υψηλής επίδρασης στην καθημερινή πράξη, **Ρ. Κουρέα**
- Άσκηση μετά το εξιτήριο: Εξειδικευμένοι επιστήμονες στην εφαρμογή πρωτοκόλλων κλινικής άσκησης, **Α. Φιλίππου**

14:00 – 15:00 | 4η Ενότητα: Η Συνταγογράφηση του εξιτηρίου

Προεδρείο: Λ. Βάρβογλη, Ε. Γάκη

- Ειδικές συστάσεις για τον τρόπο ζωής. Ο κρίσιμος ρόλος του ύπνου μετά τη νοσηλεία, **Α. Παπαβασιλείου**
- Το εξιτήριο: Τι χρειάζεται πραγματικά ο ασθενής για μια ασφαλή επιστροφή στην καθημερινότητα;, **Ζ. Γραμματόγλου**
- Πώς αξιολογείται το μοντέλο: Επανεισαγωγές, υποτροπές, λειτουργική αποκατάσταση, ποιότητα ζωής και οικονομική αξία, **Γ. Φραγκιαδάκης**
- Τι πρέπει να παραλαμβάνουν ο ασθενής και ο φροντιστής την ημέρα του εξιτηρίου;, **Μ. Τσεκούρα**

15:00 – 16:00 | Lunch Break – Wellbeing Break

16:00 – 16:30 Διεθνής Διάλεξη

A. Woolley - World Lifestyle Medicine Organization

Εκπαιδεύοντας τους επαγγελματίες υγείας στην Ιατρική του Τρόπου Ζωής: Από την επιστημονική γνώση στη δευτερογενή πρόληψη

16:30 | Στρογγυλό τραπέζι

Προεδρείο: Α. Αμφιλοχίου, Π. Ξεκούκη

- **Γ. Χρούσος -** Στρες, φλεγμονή και νόσος: η βιολογία της επανάκαμψης μετά τη νοσηλεία
- **Α. Παπαγεωργίου –** Η ενσωμάτωση της Ιατρικής του Τρόπου Ζωής στην συνταγογράφηση του εξιτηρίου ως μοντέλο δευτερογενούς πρόληψης στις πολιτικές Υγείας