

# Εφηβιατρική Φροντίδα



## UNESCO Chair in Adolescent Medicine and Health Care



Φλώρα Μπακοπούλου

Ειδικό Κέντρο Εφηβικής Ιατρικής (Ε.Κ.Ε.Ι.)

Α' Παιδιατρική Κλινική Πανεπιστημίου Αθηνών

Νοσοκομείο Παιδων «Η Αγία Σοφία»



- Όπως και η πρώτη παιδική ηλικία, έτσι και η εφηβεία είναι μία **ευαίσθητη περίοδος** κατά την οποία τόσο τα υγιή όσο και τα δυσπροσαρμοστικά πρότυπα διαμορφώνουν τη μελλοντική πορεία του ατόμου
- WHO: Νέοι (young people) 10-24 ετών
- Εφηβική Ιατρική: ειδικότητα που αναδύθηκε στο 2ο μισό του 20ου αιώνα ως συνέπεια της αυξανόμενης αναγνώρισης των ιδιαίτερων υγειονομικών αναγκών των εφήβων



- Η σημερινή γενιά εφήβων και νέων ηλικίας 10-24 ετών είναι η μεγαλύτερη στην ιστορία - με συνολικό πληθυσμό 1,8 δισεκατομμύρια εκπροσωπούν το **1/4** του παγκόσμιου πληθυσμού
- Έφηβοι και νέοι 10-24 ~ **20%** πληθυσμού Ελλάδας

*World Health Organization 2009; ΕΛ.ΣΤΑΤ. 2001*

# Νέοι: μία από τις παγκόσμιες προτεραιότητες της UNESCO

Youth is included as one of UNESCO's global priorities

## Εστίαση στην εφηβεία

Κεντρικής σημασίας για την επιτυχία πολλών διεθνών πρωτοβουλιών & στόχων δημόσιας υγείας

### Αναπτυξιακών Στόχων της Χιλιετίας



Ψυχική υγεία

Ατυχήματα

Μη μεταδοτικά νοσήματα

# Παγκόσμιοι Στόχοι Δημόσιας Υγείας & Εφηβεία

**1. Βελτίωση μητρικής υγείας (MDG 5)**

**2. Μείωση εξάπλωσης σεξουαλικά μεταδιδόμενων λοιμώξεων-HIV (MDG 6)**

**3. Ανταπόκριση στην επιβάρυνση από ψυχικές διαταραχές**

**4. Ανταπόκριση στην επιβάρυνση από εκούσιες & ακούσιες κακώσεις**

**5. Έλεγχος καπνίσματος**

**6. Ανταπόκριση στην επιβάρυνση από μη μεταδοτικά νοσήματα**

*Sawyer, Lancet 2012*

Series

 Adolescent Health 2

Global perspectives on the sexual and reproductive health of adolescents: patterns, prevention, and potential

Linda H Bearinger, Renee E Slewing, Jane Ferguson, Vinit Sharma



## Βελτίωση αναπαραγωγικής - μητρικής υγείας (MDG 5)

### Παγκόσμιος Στόχος

- ~ 21 εκατ. (50%) μη ασφαλείς αμβλώσεις/έτος
- Επιπλοκές συμβάλλουν 13% στη μητρική θνησιμότητα

### Εστίαση στην Εφηβεία

- Έφηβες 15-19 ετών
- ~ 1/8 γεννήσεων σε αναπτυσσόμενες χώρες
- 25% μη ασφαλών αμβλώσεων στην υποΣαχάρια Αφρική

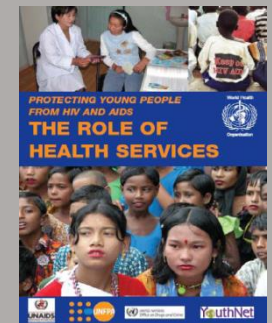
# Μείωση εξάπλωσης σεξουαλικά μεταδιδόμενων λοιμώξεων - HIV (MDG 6)

## Παγκόσμιος Στόχος

- 33.3 εκατ. άνθρωποι ζούσαν με HIV στα τέλη 2009

## Εστίαση στην Εφηβεία

- Νέοι 15-24 ετών αποκτούν ~ 1/2 όλων των νέων ΣΜΛ
- 1 εκατ. νέοι 15-24 ετών μολύνονται με HIV κάθε χρόνο, αντιπροσωπεύοντας το 41% νέων λοιμώξεων στα άτομα >15 ετών
- 6η αιτία θανάτου νέων 10-24 ετών
- 2η αιτία θανάτου νέων 20-24 ετών



## Ανταπόκριση στην επιβάρυνση από ψυχικές διαταραχές

### Παγκόσμιος Στόχος

- ~ 50% παγκόσμιου πληθυσμού πληρεί τα κριτήρια για μία ή περισσότερες ψυχικές διαταραχές στη διάρκεια της ζωής

### Εστίαση στην Εφηβεία

- 75% ψυχικών διαταραχών εκδηλώνονται < 24 έτη  
50% < 14 έτη
- Νευροψυχιατρικές διαταραχές: κύρια αιτία αναπηρίας στις ηλικίες 10-24 ετών



# Ανταπόκριση στην επιβάρυνση από εκούσιες & ακούσιες κακώσεις

## Παγκόσμιος Στόχος

- 1.27 εκατ. θάνατοι & 20-50 εκατ. μη θανατηφόροι τραυματισμοί/έτος από τροχαία ατυχήματα

## Εστίαση στην Εφηβεία

- Αιτίες θανάτου νέων 10-24 ετών
- Τροχαία ατυχήματα: κύρια αιτία
  - Θάνατοι από τροχαία ατυχήματα, αυτοκτονίες, ανθρωποκτονίες, βία, πολέμους, πνιγμούς και φωτιά, αντιπροσωπεύουν ~ 40% του συνόλου, σε αντίθεση με τα άτομα > 25 ετών στα οποία το ποσοστό των θανάτων από τις κακώσεις αυτές είναι μόνο 10%

## Adolescent Health 4



## Interventions to reduce harm associated with adolescent substance use

JWToumbourou, T Stockwell, C Neighbors, G A Marlatt, J Sturge, J Rehm



## Έλεγχος καπνίσματος

### Παγκόσμιος Στόχος

- Κάπνισμα: 2η κύρια αιτία θανάτου παγκοσμίως

### Εστίαση στην Εφηβεία

- 17% εφήβων 13–15 ετών καπνίζουν
- Πρότυπα χρήσης ουσιών που εγκαθίστανται στην εφηβεία είναι σχετικά σταθερά και χρόνια
- 90% ενηλίκων καπνιστών ξεκίνησαν κάπνισμα <20 έτη

## Adolescent Health 5



Adolescents with a chronic condition: challenges living,  
challenges treating

*Susan M Sawyer, Sarah Drew, Michele S Yeo, Maria T Britto*

## Ανταπόκριση στην επιβάρυνση από μη μεταδοτικά νοσήματα

### Παγκόσμιος Στόχος

- 2/3 θανάτων κάθε χρόνο αποδίδονται σε μη μεταδοτικά νοσήματα

### Εστίαση στην Εφηβεία

- Πολλοί παράγοντες κινδύνου για μη μεταδοτικά νοσήματα ξεκινούν στην εφηβεία
- Παχυσαρκία στην εφηβεία προσδίδει πολύ μεγάλο κίνδυνο για παχυσαρκία στην ενήλικη ζωή
- 70% υπέρβαρων εφήβων έχουν  $\geq 1$  παράγοντες κινδύνου για καρδιαγγειακή νόσο
- 23%  $\geq 3$  παράγοντες κινδύνου

# Αναπαραγωγική Υγεία

```
graph TD; A([Αναπαραγωγική Υγεία]) --> B[Δεδομένα για εφηβικές εγκυμοσύνες, αμβλώσεις, ΣΜΛ:]; A --> C[Προγράμματα αγωγής σεξουαλικής και αναπαραγωγικής υγείας:]; A --> D[Παροχή υπηρεσιών και εκπαίδευση επαγγελματιών υγείας:]; B --- B1[Δεν υπάρχουν]; C --- C1[Δεν υπάρχουν]; D --- D1[Ανεπαρκής];
```

Δεδομένα για  
εφηβικές  
εγκυμοσύνες,  
αμβλώσεις, ΣΜΛ:

**Δεν υπάρχουν**

Προγράμματα  
αγωγής  
σεξουαλικής και  
αναπαραγωγικής  
υγείας:

**Δεν υπάρχουν**

Παροχή  
υπηρεσιών και  
εκπαίδευση  
επαγγελματιών  
υγείας:

**Ανεπαρκής**

## Ψυχική Υγεία



Παροχή υπηρεσιών υγείας στην εφηβική ηλικία ασθενέστερη (ανεπάρκεια επαγγελματιών ΨΥ, μειωμένη ικανότητα & απουσία κινήτρου μη ειδικών, περιορισμένη ενημέρωση για τις ψυχικές διαταραχές, στίγμα που συνδέεται με αυτές)

Σύνολο παιδιών & εφήβων που αντιμετώπιζαν προβλήματα  
2001: μόνο 10-15% έφθανε στις υπηρεσίες της ψυχικής υγείας (Τσιάντης 2001)

**Ψυχιατρική μεταρρύθμιση 2000: ΨΥΧΑΡΓΟΣ, ΚΕΔΥ**

# Ακούσιες Κακώσεις Τροχαία



Δέσμη παρεμβάσεων για την οδική ασφάλεια σε όλη την Ελλάδα από κυβερνητικούς και μη κυβερνητικούς φορείς (2001-2010)

## Παχυσαρκία



Ανάμεσα στα υψηλότερα ποσοστά παιδικής παχυσαρκίας όχι μόνο στην Ευρώπη αλλά και παγκόσμια

- υπερβαρότητα 26%
- παχυσαρκία 11-12%

*Tambalis 2010*

**Α΄ Παιδιατρική Κλινική: 2 προγράμματα ΕΣΠΑ**

# Αίτια Θνησιμότητας Εφήβων και Νέων 10-24 ετών: 2000-2009

ΕΛ.ΣΤΑΤ.

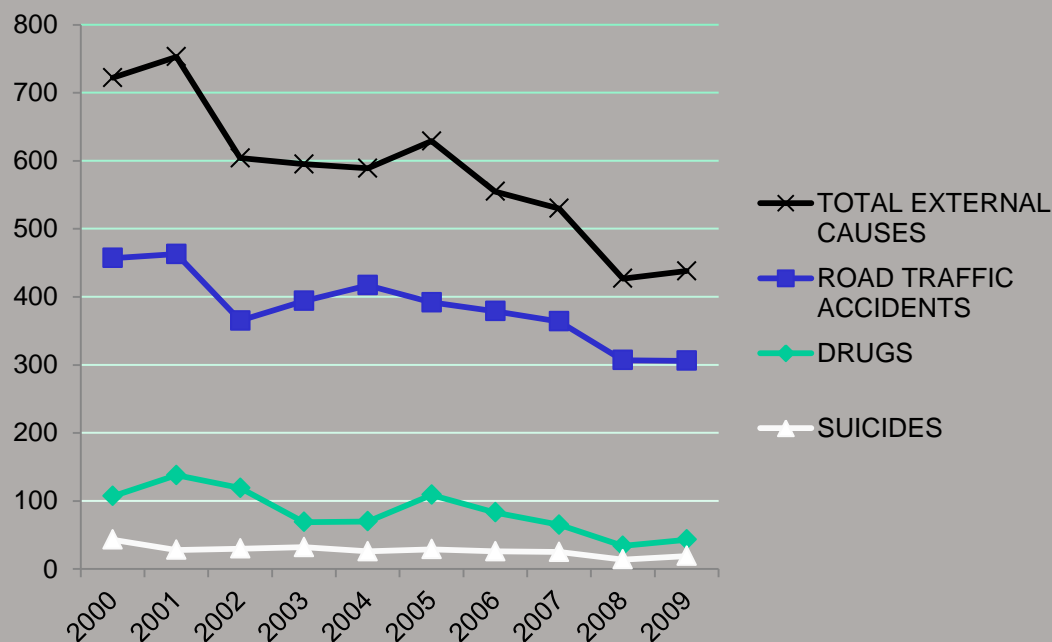


**Τροχαία ατυχήματα** ~ 66% (17,9/100.000/έτος)

**Ναρκωτικά** ~ 15% (4/100.000/έτος)

**Αυτοκτονίες** ~ 5% (1,3/100,000 /έτος)

Μείωση 39% κατά τη δεκαετία (από 33.6 σε 20.4/100.000;  $p=0.0002$ )

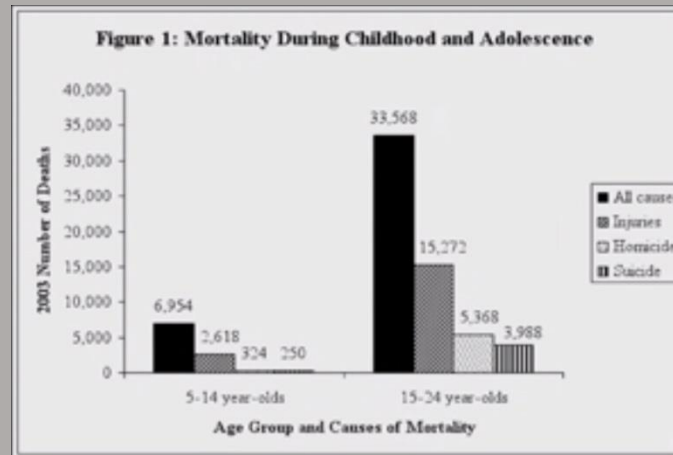


Τα 3 βασικά εξωτερικά αίτια θανάτου: κυρίως ψυχοκοινωνικά-συμπεριφορικά & σε μεγάλο βαθμό προλήψιμα



# Εφηβική Υγεία - Θνησιμότητα

- Τα τελευταία 50 έτη η υγεία των εφήβων έχει βελτιωθεί σε πολύ μικρότερο βαθμό σε σχέση με αυτή των μικρότερων παιδιών.
- Παρά το γεγονός ότι οι έφηβοι είναι πιο μεγαλόσωμοι και δυνατοί από τα μικρά παιδιά, τα ποσοστά θνησιμότητας αυξάνονται περισσότερο από 200% από την παιδική ηλικία, κυρίως λόγω κακώσεων, αυτοκτονιών, κατάχρησης ουσιών και διαταραχών πρόσληψης τροφής.



# Ενήβωση-Puberty vs Εφηβεία-Adolescence

*1η φορά στην ιστορία της εξέλιξης του ανθρώπου*

Βιολογική ενήβωση -νευροενδοκρινικό στοιχείο - προηγείται σημαντικά της ηλικίας επιτυχούς λειτουργικότητας ως ενηλίκου - ψυχικό & κοινωνικό στοιχείο εφηβείας

## **Σύγχρονες συνθήκες υγιεινής, διατροφής, ιατρικής**

Βιολογική ενήβωση π.χ. ηλικία εμμηναρχής έχει πέσει στο εξελικτικά καθορισμένο όριο

## **Πολυπλοκότητα σύγχρονης κοινωνίας**

Προσδοκία παρατεταμένης μόρφωσης/εκπαίδευσης, καθυστερημένης αναπαραγωγικής διαδικασίας: καθυστέρηση ψυχοκοινωνικής ανάπτυξης

## **Καθυστέρηση πλήρους εγκεφαλικής ωρίμανσης έως 25 έτη**

# Πλαστικότητα Εφηβικού Εγκεφάλου

Αντίθετα με κοινή πεποίθηση ότι το μεγαλύτερο μέρος της ανάπτυξης του εγκεφάλου συμβαίνει στην πρώτη παιδική ηλικία, ο ανθρώπινος εγκέφαλος υφίσταται παρατεταμένη ανάπτυξη κατά τη διάρκεια της εφηβείας και στην δεκαετία μετά τα 20.

## Προμετωπιαίος φλοιός - prefrontal cortex (PFC)

Διαμεσολαβεί εκτελεστικές λειτουργίες: εσωτερικά καθοδηγούμενη συμπεριφορά, σχεδιασμό στόχων, έλεγχο παρορμήσεων, που αποτελούν την ουσία της ορθολογικής σκέψης, αντισταθμίζουν τις παρορμήσεις και ελέγχουν τη ριψοκίνδυνη συμπεριφορά.

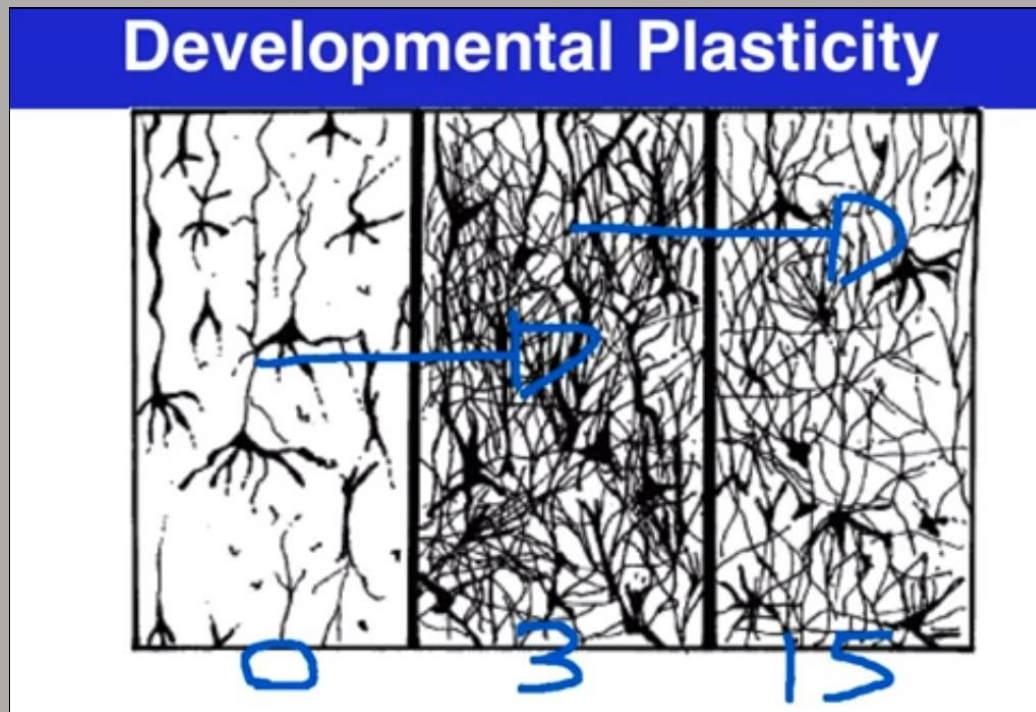
## PFC: τελευταία περιοχή του εγκεφάλου που ωριμάζει

Εφηβικός εγκέφαλος δε φτάνει πλήρη λειτουργική ικανότητα ενηλίκων μέχρι το μέσον με τέλος της εφηβείας.



# Εγκεφαλική Ωρίμανση

Ανθρώπινο φλοιό: βασικό μοτίβο μέγιστης πυκνότητας συνάψεων στην πρώτη παιδική ηλικία ακολουθείται από ισχυρή απαλοιφή συνάψεων **‘κλάδεμα - synaptic pruning’** κατά τη διάρκεια της πρώιμης (ακουστικός φλοιός) και μέσης εφηβείας (PFC) - συνεχίζει με χαμηλότερο ρυθμό στην νεαρή ενήλικη ζωή



# Εφηβικός Εγκέφαλος

‘Φυσικό προσάναμμα - Natural tinderbox’

Ορμόνες φύλου: διεγείρουν συμπεριφορές όπως σεξουαλική ορμή, αυξημένη συναισθηματική ένταση, ανάληψη κινδύνων, αλλά τα συστήματα του εγκεφάλου που ρυθμίζουν και μετριάζουν αυτές τις συναισθηματικές παρορμήσεις δεν έχουν ακόμη ωριμάσει.

Περίοδος πλαστικότητας εφηβικού εγκεφάλου φαίνεται να σχετίζεται χρονικά με τη μεγαλύτερη ευπάθεια σε εθισμό & εξαρτήσεις, ριψοκίνδυνες σεξουαλικές συμπεριφορές, έναρξη ψυχικής ασθένειας (ποσοστά κατάθλιψης αυξάνονται στην εφηβεία ειδικά στα κορίτσια και η πρόδρομη φάση της ψύχωσης, συμπεριλαμβανομένης της σχιζοφρένειας πρώιμης έναρξης, εκδηλώνεται στην εφηβεία)

## Κλάδεμα - synaptic pruning

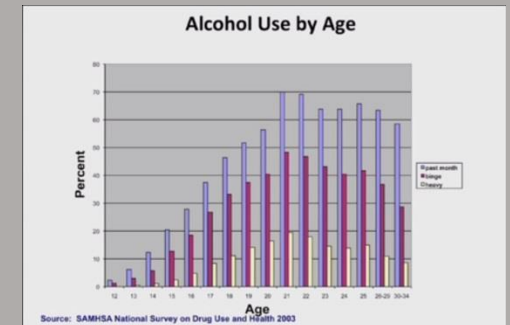
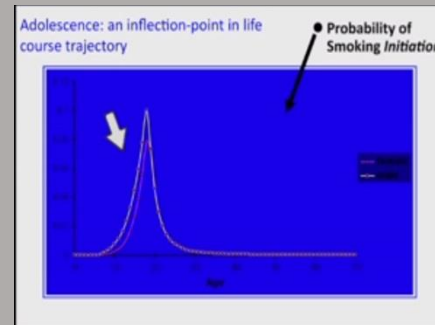
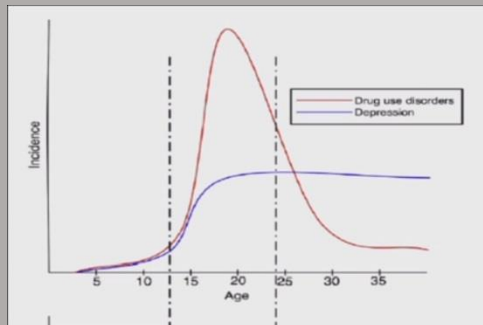
- Λειτουργική σημασία κλαδέματος κατά την εφηβεία: αιγιγματική
- Πιθανώς σχετίζεται με ρύθμιση ισορροπίας διέγερσης/αναστολής σε μεμονωμένους νευρώνες και ανάμεσα στα δίκτυα
- Κύριο επιχείρημα υπέρ αυτής της υπόθεσης απορρέει από την ειδικότητα της απώλειας: επιλεκτικά εκφυλίζει διεγερτικές συνάψεις, ενώ φείδεται ανασταλτικών συνάψεων
- Λέπτυνση φαιάς ουσίας μετωπιαίου φλοιού: ιδανικό όριο κλαδέματος απαραίτητο για τη φυσιολογική ανάπτυξη ενήλικης γνωστικής λειτουργίας – μπορεί να έχει ευρείες κλινικές προεκτάσεις
- Υπερβολική λέπτυνση φαιάς ουσίας σε σχιζοφρένεια, ΔΕΠΥ, χρήση αλκοόλ, στρες σεξουαλικής κακοποίησης

## Αναντιστοιχία (mismatch) στην ηλικία βιολογικής & ψυχοκοινωνικής ωρίμανσης

### **Ουσιαστική πίεση στους σύγχρονους έφηβους**

Αυξημένο κίνδυνο για ψυχοκοινωνικές διαταραχές:

κατάθλιψη, ψυχικές, ψυχοσωματικές διαταραχές, κατάχρηση ουσιών, αντικοινωνική συμπεριφορά



## Adolescent Health 6



### Youth-friendly primary-care services: how are we doing and what more needs to be done?

*Andre Tylee, Dagmar M Haller, Tanya Graham, Rachel Churchill, Lena A Sanci*

## Σημερινή γενιά Εφήβων και Νέων:

- Σύνθετες προκλήσεις σε θέματα υγείας, σε μεγάλο βαθμό προλήψιμα
- Χάσμα μεταξύ υπηρεσιών υγείας που επιζητούν και επιβάρυνσης από σοβαρά προβλήματα
- Στις περισσότερες χώρες δεν έχει δοθεί επαρκής έμφαση στις ιδιαίτερες ιατρικές & ψυχοκοινωνικές ανάγκες των εφήβων που αντιμετωπίζονται στα πλαίσια παροχής υπηρεσιών είτε για παιδιά ή για μεγαλύτερους ενήλικες, σε παιδιατρικά ή παθολογικά εξωτερικά ιατρεία κυρίως για χρόνια ή οξεία νοσήματα, ενώ σε θέματα προληπτικής αγωγής, αναπαραγωγικής & ψυχικής υγείας είναι παραμελημένοι





1. Δωρεάν ή προσιτή σε όλους τους νέους
2. Βολικές ώρες λειτουργίας και τοποθεσία
3. Ενημέρωση νέων για όλες τις παρεχόμενες υπηρεσίες υγείας

7. Παρέχονται υπηρεσίες υγείας βασισμένες σε πρωτόκολλα και κατευθυντήριες οδηγίες

**Adolescent  
Friendly Health  
Services  
WHO**

4. Καταρτισμένοι επαγγελματίες υγείας
5. Εκπληρώνει τις περισσότερες ανάγκες των νέων με ελάχιστες παραπομπές

**6. Υπηρεσία**

Διασφαλίζει ιδιωτικότητα (διακριτική είσοδο)

Διασφαλίζει μικρό χρόνο αναμονής επισκέψεων με ή χωρίς ραντεβού

Στερείται κοινωνικού στίγματος

Ελκυστικό, καθαρό, ασφαλές περιβάλλον

Παρέχει ενημέρωση με ποικιλία μεθόδων



# Υπηρεσίες Υγείας Φιλικές προς τους Εφήβους

## Ελληνικά δεδομένα

Ολιστική & διεπιστημονική προσέγγιση για πρόληψη και προαγωγή υγείας των εφήβων: περιορισμένες στην Αθήνα

**Ειδικό Κέντρο Εφηβικής Ιατρικής, Α΄ Παιδιατρικής  
Πανεπιστημιακής Κλινικής Νοσοκομείο Παίδων «Η Αγία Σοφία»**

- 1η Πανεπιστημιακή Δομή Φιλική προς τους Εφήβους που λειτούργησε στην Ελλάδα από το 2005
- Φιλοξενεί τη μοναδική έδρα UNESCO στον κόσμο για την Εφηβική Υγεία και Ιατρική
- Μοναδικό θεσμοθετημένο Κέντρο στη χώρα (ΦΕΚ 1936, 14-12-2010) για παροχή εξειδικευμένης ιατρικής φροντίδας, μετεκπαίδευση και εξειδίκευση στον τομέα της Εφηβικής Ιατρικής



# Υπηρεσίες Υγείας Φιλικές προς τους Εφήβους

Προτεραιότητα στο μέλλον είναι να διασφαλιστεί πως σε κάθε νομό θα λειτουργήσουν οργανωμένες καινοτόμες Υπηρεσίες Υγείας Φιλικές προς τους Εφήβους, στελεχωμένες από κατάλληλα εκπαιδευμένους επαγγελματίες υγείας στην  
Εφηβική Ιατρική

**Ευχαριστώ θερμά**