ΠΑΝΕΠΙΣΤΗΜΙΟ ΠΑΤΡΩΝ · ΣΧΟΛΗ ΕΠΙΣΤΗΜΩΝ ΥΓΕΙΑΣ · ΤΜΗΜΑ ΙΑΤΡΙΚΗΣ

Εργαστήριο Υγιεινής, Επιδημιολογίας και Ποιότητας Ζωής

ΠΕΡΙΓΡΑΜΜΑ ΜΑΘΗΜΑΤΟΣ

Προαγωγή Υγείας, Πρόληψη Νόσου, Ιατρική της Κοινότητας

Απαρτιωμένο μάθημα 4ου έτους · 4 ημέρες · 5 ώρες/ημέρα

1. ΓΕΝΙΚΑ

ΣΧΟΛΗ	Επιστημών Υγείας
ΤΜΗΜΑ	Ιατρικής
ΕΠΙΠΕΔΟ ΣΠΟΥΔΩΝ	Προπτυχιακό (Integrated Master)
ΚΩΔΙΚΟΣ ΜΑΘΗΜΑΤΟΣ	MED_751
ΕΞΑΜΗΝΟ ΣΠΟΥΔΩΝ	4ο έτος (Ζ εξάμηνο) ΥΠΟΧΡΕΩΤΙΚΟ
ΤΙΤΛΟΣ ΜΑΘΗΜΑΤΟΣ	Προαγωγή Υγείας, Πρόληψη Νόσου, Ιατρική της Κοινότητας

ΑΥΤΟΤΕΛΕΙΣ ΔΙΔΑΚΤΙΚΕΣ ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΕΣ	ΩΡΕΣ ΔΙΔΑΣΚΑΛΙΑΣ*	ΠΙΣΤΩΤΙΚΕΣ ΜΟΝΑΔΕΣ
Διαλέξεις	15	
Εργαστήρια, μελέτη περιπτώσεων, παιχνίδι ρόλων	3	
Παρουσιάσεις ομαδικών εργασιών	1	
Γραπτή αξιολόγηση	1	
Σύνολο (απαρτιωμένη διδασκαλία 4 ημερών)	**20**	**3**

** Το μάθημα διδάσκεται απαρτιωμένα (block teaching) σε 4 ημέρες, 5 ώρες ανά ημέρα.*

ΤΥΠΟΣ ΜΑΘΗΜΑΤΟΣ	Ειδικού υποβάθρου / Ανάπτυξης δεξιοτήτων
ΠΡΟΑΠΑΙΤΟΥΜΕΝΑ ΜΑΘΗΜΑΤΑ	Δεν υπάρχουν τυπικά προαπαιτούμενα. Προϋποτίθενται οι γνώσεις του μαθήματος «Υγιεινή και Επιδημιολογία» (2ο έτος).
ΓΛΩΣΣΑ ΔΙΔΑΣΚΑΛΙΑΣ ΚΑΙ ΕΞΕΤΑΣΕΩΝ	Ελληνική
ΤΟ ΜΑΘΗΜΑ ΠΡΟΣΦΕΡΕΤΑΙ ΣΕ ΦΟΙΤΗΤΕΣ ERASMUS	Ναι (με υποστηρικτικό υλικό και εξέταση στα αγγλικά)
ΗΛΕΚΤΡΟΝΙΚΗ ΣΕΛΙΔΑ ΜΑΘΗΜΑΤΟΣ (URL)	[σελίδα eClass – να συμπληρωθεί]

2. ΜΑΘΗΣΙΑΚΑ ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΑ

Σκοπός

Σκοπός του μαθήματος είναι να μάθουν οι φοιτητές να εφαρμόζουν τις αρχές της προαγωγής υγείας και της πρόληψης σε δύο επίπεδα: στον μεμονωμένο ασθενή και στην κοινότητα. Επίσης να κατανοήσουν τον ρόλο του ιατρού μέσα στην Πρωτοβάθμια Φροντίδα Υγείας και στις κοινοτικές δομές. Το μάθημα στηρίζεται στις γνώσεις Υγιεινής και Επιδημιολογίας του 2ου έτους και δεν τις επαναλαμβάνει. Τις αξιοποιεί για να τεκμηριωθούν αποφάσεις και παρεμβάσεις.

Μαθησιακά αποτελέσματα

Με την επιτυχή ολοκλήρωση του μαθήματος οι φοιτητές θα είναι σε θέση να:

1. εξηγούν τις έννοιες της υγείας και της προαγωγής υγείας και τις αρχές του Χάρτη της Οττάβας·
2. αναλύουν τον ρόλο των κοινωνικών προσδιοριστών στη διαμόρφωση των ανισοτήτων στην υγεία·
3. εφαρμόζουν θεωρίες συμπεριφοράς υγείας στον σχεδιασμό παρεμβάσεων·
4. διακρίνουν τα επίπεδα πρόληψης και να συγκρίνουν την πληθυσμιακή στρατηγική με τη στρατηγική υψηλού κινδύνου·
5. αξιολογούν κριτικά ένα πρόγραμμα προσυμπτωματικού ελέγχου (κριτήρια Wilson–Jungner, σφάλματα, υπερδιάγνωση)·
6. καταρτίζουν εξατομικευμένο προληπτικό πλάνο και να διενεργούν σύντομη συμβουλευτική παρέμβαση (μοντέλο 5Α)·
7. περιγράφουν τις αρχές και την οργάνωση της ΠΦΥ διεθνώς και στην Ελλάδα·
8. διενεργούν απλή «διάγνωση κοινότητας» και να ιεραρχούν ανάγκες υγείας με βάση τοπικά δεδομένα·
9. σχεδιάζουν κοινοτική παρέμβαση προαγωγής υγείας ή πρόληψης με μετρήσιμους στόχους και σχέδιο αξιολόγησης·
10. αναγνωρίζουν τις ανάγκες των ευάλωτων ομάδων και τον ρόλο της κοινότητας στην ετοιμότητα απέναντι σε κρίσεις.

Γενικές ικανότητες

- Αναζήτηση, ανάλυση και σύνθεση δεδομένων και πληροφοριών
- Λήψη αποφάσεων με βάση την τεκμηρίωση
- Ομαδική εργασία
- Σχεδιασμός και διαχείριση έργων
- Επικοινωνία με ασθενείς και κοινότητα
- Σεβασμός στη διαφορετικότητα και ευαισθησία σε θέματα ισότητας στην υγεία
- Άσκηση κριτικής και αυτοκριτικής
- Επίδειξη κοινωνικής, επαγγελματικής και ηθικής υπευθυνότητας

3. ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΟ ΜΑΘΗΜΑΤΟΣ

Κάθε ημέρα έχει μία θεματική ενότητα και τελειώνει με διαδραστική δραστηριότητα. Ενδεικτικό ωράριο: 09:00–14:30, με διαλείμματα.

Ημέρα 1 : Δευτέρα 28 Σεπτεμβρίου 2026– Προαγωγή Υγείας

Ώρα	Θέμα	Μορφή	Διδάσκων
09.00-10.00	Παρουσίαση του μαθήματος. Έννοιες υγείας και προαγωγής υγείας: Χάρτης της Οττάβας (1986), Υγεία σε Όλες τις Πολιτικές, ενδυνάμωση	Διάλεξη	Βανταράκης Απ.
10.00-11.00	Κοινωνικοί προσδιοριστές της υγείας και ανισότητες (μοντέλο Dahlgren–Whitehead, ισότητα στην υγεία)	Διάλεξη	Βανταράκης Απ.
11.00-12.00	Θεωρίες συμπεριφοράς υγείας (Health Belief Model, Transtheoretical Model, Theory of Planned Behaviour, κοινωνικο-οικολογικό μοντέλο), γραμματισμός υγείας	Διάλεξη	Γιαννακόπουλος Βασίλης
12.00-13.00	Κύριοι παράγοντες κινδύνου: κάπνισμα, αλκοόλ, διατροφή και παχυσαρκία, φυσική δραστηριότητα, ψυχική ευεξία	Διάλεξη	Βανταράκης Απ.

Ώρα	Θέμα	Μορφή	Διδάσκων
13.00-14.00	Σχεδιασμός προγράμματος προαγωγής υγείας (PRECEDE–PROCEED, SMART στόχοι, δείκτες αξιολόγησης). Συγκρότηση ομάδων εργασίας	Ομάδες	Βανταράκης Απ.

Ημέρα 2: Τρίτη 29 Σεπτεμβρίου 2026– Πρόληψη Νόσου

Ώρα	Θέμα	Μορφή	Διδάσκων
09.00-10.00	Φυσική ιστορία της νόσου, επίπεδα πρόληψης (από την αρχέγονη έως την τεταρτογενή), πληθυσμιακή στρατηγική και στρατηγική υψηλού κινδύνου («παράδοξο της πρόληψης»)	Διάλεξη	Γελαστοπούλου Ελ.
10.00-11.00	Προσυμπτωματικός έλεγχος: κριτήρια Wilson–Jungner, σφάλματα (lead-time, length-time) και υπερδιάγνωση, προγράμματα για τον καρκίνο (Σύσταση του Συμβουλίου της ΕΕ, 2022)	Διάλεξη	Γελαστοπούλου Ελ.
11.00-12.00	Κλινική πρόληψη στην πράξη. Εθνικό Πρόγραμμα Πρόληψης «Προλαμβάνω», τριτογενής πρόληψη και αποκατάσταση. Εξατομικευμένο προληπτικό πλάνο	Διάλεξη	Γελαστοπούλου Ελ.
12.00-13.00	Πρόληψη Αναπνευστικών νοσημάτων	Διάλεξη	Καρκούλιας Κ.
13.00-14.00	Πρόληψη καρδιαγγειακών νοσημάτων	Διάλεξη	Τσίγκας Γρ.

Ημέρα 3: Τετάρτη 30 Σεπτεμβρίου 2026 – Ιατρική της Κοινότητας

Ώρα	Θέμα	Μορφή	Διδάσκων
09.00-10.00	Έννοια της Ιατρικής της Κοινότητας. ΠΦΥ: από την Alma-Ata (1978) στην Astana (2018), καθολική κάλυψη υγείας	Διάλεξη	Β. Κατσακιώρη
10.00-11.00	Η ΠΦΥ στην Ελλάδα: Κέντρα Υγείας, ΤΟΜΥ, προσωπικός ιατρός, διασύνδεση με τη δημόσια υγεία (ΕΟΔΥ)	Διάλεξη	Β. Κατσακιώρη
11.00-12.00	Κοινοτικά προσανατολισμένη Ιατρική: εκτίμηση αναγκών υγείας, αξιοποίηση τοπικών δεδομένων	Διάλεξη	Η.Θεοδωρόπουλος
12.00-13.00	Κοινοτικές παρεμβάσεις και συμμετοχή της κοινότητας: Υγιείς Πόλεις, Σχολεία που προάγουν την υγεία	Διάλεξη	Χ. Τσαγκρή
13.00-14.00	«Διάγνωση κοινότητας»: σενάριο ορεινού δήμου ή αστικής γειτονιάς, με ιεράρχηση προβλημάτων υγείας	Διάλεξη	Ε. Δομούζογλου

Ημέρα 4 – Πέμπτη 1 Οκτωβρίου 2026, Ιατρική της Κοινότητας ΙΙ: Ειδικές Ομάδες και Σύνθεση

Ώρα	Θέμα	Μορφή	Διδάσκων
09.00-10.00	Ευάλωτες ομάδες: μητέρα και παιδί, ηλικιωμένοι, άτομα με αναπηρία, μετανάστες και πρόσφυγες, Ρομά, άστεγοι.	Διάλεξη	Α.Βανταράκης
10.00-11.00	Ψυχική υγεία στην κοινότητα και εξαρτήσεις	Διάλεξη	Ε. Γκιντώνη
11.00-12.00	Κοινότητα, περιβάλλον και κρίσεις: περιβαλλοντική υγεία, One Health, κλιματική αλλαγή, ετοιμότητα απέναντι σε καταστροφές και επιδημίες σε τοπικό επίπεδο	Διάλεξη – συζήτηση	Ε. Σαζακλή
12.00-13.00	Παρουσιάσεις ομαδικών εργασιών (κοινοτικό πρόγραμμα προαγωγής υγείας ή πρόληψης)	Παρουσιάσεις	Βανταράκης Απ.

Ώρα	Θέμα	Μορφή	Διδάσκων
13.00-14.00	Παρουσιάσεις ομαδικών εργασιών (κοινοτικό πρόγραμμα προαγωγής υγείας ή πρόληψης)	Παρουσιάσεις	Βανταράκης Απ

Προαιρετικά: Γραπτή αξιολόγηση, ανασκόπηση και αξιολόγηση του μαθήματος από τους φοιτητές

4. ΔΙΔΑΚΤΙΚΕΣ ΚΑΙ ΜΑΘΗΣΙΑΚΕΣ ΜΕΘΟΔΟΙ – ΑΞΙΟΛΟΓΗΣΗ

ΤΡΟΠΟΣ ΠΑΡΑΔΟΣΗΣ	Δια ζώσης, απαρτιωμένη διδασκαλία 4 ημερών. Διαλέξεις με διαδραστικά στοιχεία, μελέτη περιπτώσεων, παιχνίδι ρόλων, εργασία σε μικρές ομάδες.
ΧΡΗΣΗ ΤΠΕ	• Διαθέσιμο εκπαιδευτικό υλικό, ανακοινώσεις και παράδοση εργασιών στο eClass • Ηλεκτρονικές ψηφοφορίες στις διαλέξεις (π.χ. Mentimeter, Wooclap) • Ανοιχτά δεδομένα υγείας (ΕΛΣΤΑΤ, Eurostat, WHO) για τη «διάγνωση κοινότητας» • Εργαλεία εκτίμησης κινδύνου (SCORE2) και βάσεις συστάσεων (USPSTF)

Οργάνωση διδασκαλίας

Δραστηριότητα	Φόρτος εργασίας (ώρες)
Διαλέξεις	15
Εργαστήρια, μελέτη περιπτώσεων, παιχνίδι ρόλων	3
Παρουσιάσεις ομαδικών εργασιών	1
Γραπτή εξέταση	1
Εκπόνηση ομαδικής εργασίας	15
Αυτοτελής μελέτη	40
Σύνολο (3 ECTS × 25 ώρες)	**75**

Αξιολόγηση φοιτητών

Γλώσσα αξιολόγησης: Ελληνική (για φοιτητές Erasmus στα αγγλικά).

Μέθοδος	Περιγραφή	Βάρος
Γραπτή εξέταση	30 ερωτήσεις πολλαπλής επιλογής (γνώσεις και εφαρμογή) και ένα σύντομο σενάριο (προληπτικό πλάνο ασθενή ή πρόβλημα κοινότητας). Διάρκεια 60 λεπτά.	60%
Ομαδική εργασία	Γραπτό σχέδιο κοινοτικού προγράμματος (έως 2.000 λέξεις) και προφορική παρουσίαση 10 λεπτών (βλ. Παράρτημα).	30%
Συμμετοχή	Ενεργός συμμετοχή στα εργαστήρια, στη μελέτη περιπτώσεων και στο παιχνίδι ρόλων.	10%

Στην επαναληπτική εξεταστική διατηρείται ο βαθμός της ομαδικής εργασίας και επαναλαμβάνεται μόνο η γραπτή εξέταση.

Τα κριτήρια αξιολόγησης και βαθμολόγησης της εργασίας αναρτώνται στο eClass από την πρώτη ημέρα.

5. ΣΥΝΙΣΤΩΜΕΝΗ ΒΙΒΛΙΟΓΡΑΦΙΑ

- Elmore JG, Wild DMG, Nelson HD, Katz DL. *Jekel's Επιδημιολογία, Βιοστατιστική, Προληπτική Ιατρική και Δημόσια Υγεία*. 5η έκδ. Επιμέλεια ελληνικής έκδοσης: Α. Βανταράκης, Μ. Λεοτσινίδης, Ε. Σαζακλή. Αθήνα: Ιατρικές Εκδόσεις Βασιλειάδη, 2022. ISBN 978-618-5560-17-1.
- Park K. *Park's Textbook of Preventive and Social Medicine*. 28th ed. Jabalpur: Banarsidas Bhanot, 2025. (Ιατρική της Κοινότητας, ΠΦΥ, ειδικές ομάδες)
- *Oxford Handbook of Public Health Practice*. 4th ed. Oxford: Oxford University Press. (εκτίμηση αναγκών, κοινοτικές παρεμβάσεις)
- Glanz K, Rimer BK, Viswanath K (eds). *Health Behavior: Theory, Research, and Practice*. 6th ed. Hoboken, NJ: Wiley, 2024.
- Naidoo J, Wills J. *Foundations for Health Promotion*. Elsevier (τελευταία έκδοση).
- Rose G, Khaw KT, Marmot M. *Rose's Strategy of Preventive Medicine*. Oxford: Oxford University Press, 2008.
- Boulton ML, Wallace RB (eds). *Maxcy-Rosenau-Last Public Health and Preventive Medicine*. 16th ed. New York: McGraw Hill.
- *Mayo Clinic: Προληπτική Ιατρική και Δημόσια Υγεία* (ελληνική μετάφραση). Διαθέσιμο στη Βιβλιοθήκη του Πανεπιστημίου Πατρών.

Θεσμικά κείμενα και ηλεκτρονικές πηγές

- WHO – Ottawa Charter for Health Promotion (1986)
- WHO/UNICEF – Διακήρυξη της Alma-Ata (1978) και Διακήρυξη της Astana (2018)
- WHO – Healthy Cities και Health Promoting Schools
- Σύσταση του Συμβουλίου της ΕΕ για τον προσυμπτωματικό έλεγχο του καρκίνου (2022)
- U.S. Preventive Services Task Force (USPSTF) – Recommendations
- Υπουργείο Υγείας – Εθνικό Πρόγραμμα Πρόληψης «Προλαμβάνω»· Εθνικό Πρόγραμμα Εμβολιασμών Ενηλίκων
- Ν. 4486/2017 – Μεταρρύθμιση της Πρωτοβάθμιας Φροντίδας Υγείας

Συναφή επιστημονικά περιοδικά

- *Health Promotion International*
- *American Journal of Preventive Medicine*
- *Preventive Medicine*
- *BMC Public Health*
- *European Journal of Public Health*
- *Journal of Community Health*

Διδάσκοντες	e-mail
Βανταράκης Απ.	avanta@upatras.gr
Γιαννακόπουλος Β.	
Σαζακλή Ελ.	elsazak@upatras.gr
Γελαστοπούλου Ελ.	jelasto@upatras.gr
Καρκούλιας Κ.	karkoulias@upatras.gr
Τσαγκρή Χ.	chara.tsagri@gmail.com
Γκιντώνη Ε.	evigintoni@upatras.gr
Δομούζογλου Ε.	dom.eleni@yahoo.gr

Διδάσκοντες	e-mail
Κατσακιώρη Β.	vkatsak@gmail.com
Τσίγκας Γ.	gregtsig@upatras.gr
Θεοδωρόπουλος Η.	iliastheodorpoulos@dypede.gr

ΠΑΡΑΡΤΗΜΑ – Οδηγίες ομαδικής εργασίας

Θέμα: Σχεδιασμός κοινοτικού προγράμματος προαγωγής υγείας ή πρόληψης για συγκεκριμένη κοινότητα και πρόβλημα υγείας.

Ομάδες: 5–6 φοιτητές. Οι ομάδες συγκροτούνται την 1η ημέρα, δουλεύουν στην τάξη την 1η και την 3η ημέρα και παρουσιάζουν την 4η ημέρα. Η γραπτή εργασία παραδίδεται στο eClass έως 7 ημέρες μετά το τέλος του μαθήματος.

Ενδεικτικά θέματα

- Αύξηση της συμμετοχής στον προσυμπτωματικό έλεγχο για τον καρκίνο του παχέος εντέρου σε αγροτικό δήμο
- Πρόληψη πτώσεων σε ηλικιωμένους που ζουν μόνοι
- Παιδική παχυσαρκία: παρέμβαση σε σχολεία της πρωτοβάθμιας εκπαίδευσης
- Εμβολιαστική κάλυψη σε κοινότητες Ρομά
- Διακοπή καπνίσματος μέσω της ΤΟΜΥ
- Ψυχική υγεία εφήβων: δίκτυο υποστήριξης στην κοινότητα
- Προστασία ευάλωτων ομάδων από τους καύσωνες σε αστική γειτονιά

Δομή γραπτής εργασίας (έως 2.000 λέξεις)

1. Περιγραφή της κοινότητας και διάγνωση κοινότητας, με επιδημιολογικά και κοινωνικά δεδομένα
2. Ιεράρχηση του προβλήματος και ορισμός του πληθυσμού-στόχου
3. Θεωρητικό πλαίσιο (μοντέλο συμπεριφοράς υγείας ή PRECEDE–PROCEED)
4. Σκοπός και SMART στόχοι
5. Παρεμβάσεις, εταίροι στην κοινότητα, χρονοδιάγραμμα και ενδεικτικός προϋπολογισμός
6. Σχέδιο αξιολόγησης (διαδικασίας, επίδρασης, αποτελέσματος) με συγκεκριμένους δείκτες
7. Βιβλιογραφία (τουλάχιστον 8 πηγές)

Κριτήρια βαθμολόγησης

Κριτήριο	Βάρος
Διάγνωση κοινότητας και τεκμηρίωση του προβλήματος	20%
Εφαρμογή θεωρητικού πλαισίου και στόχοι	20%
Ρεαλιστικότητα, συμμετοχή της κοινότητας και καινοτομία των παρεμβάσεων	25%
Σχέδιο αξιολόγησης	20%
Ποιότητα παρουσίασης και απαντήσεις σε ερωτήσεις	15%