

Interamerican



Interamerican: νέα προνόμια νοσηλείας για τους ασφαλισμένους

Νέα προνόμια νοσηλείας, τα οποία θα μπορούν να απολαμβάνουν όλοι οι ασφαλισμένοι με ατομικά προγράμματα κάλυψης νοσοκομειακής περίθαλψης, σε επιλεγμένα ιδιωτικά νοσοκομεία της Αττικής και Θεσσαλονίκης ανακοίνωσε η Interamerican.

Τα νοσοκομεία αυτά αποτελούν ουσιαστικά ένα δίκτυο ειδικά συνεργαζόμενων νοσοκομείων και είναι τα εξής 12:

	ΑΤΤΙΚΗ	ΘΕΣΣΑΛΟΝΙΚΗ
Για τους ενήλικες	1. ΑΘΗΝΑΪΚΗ MEDICLINIC 2. ΕΥΡΩΚΛΙΝΙΚΗ ΑΘΗΝΩΝ 3. MEDITERRANEO HOSPITAL 4. ΙΑΤΡΙΚΟ ΚΕΝΤΡΟ ΑΘΗΝΩΝ 5. ΙΑΤΡΙΚΟ ΠΕΡΙΣΤΕΡΙΟΥ 6. ΙΑΤΡΙΚΟ ΠΑΛΑΤΟΥ ΦΑΛΗΡΟΥ 7. ΙΑΤΡΙΚΟ ΨΥΧΙΚΟΥ	10. EUROMEDICA ΓΕΝΙΚΗ ΚΛΙΝΙΚΗ 11. EUROMEDICA ΚΥΑΝΟΥΣ ΣΤΑΥΡΟΣ 12. ΙΑΤΡΙΚΟ ΔΙΑΒΑΛΚΑΝΙΚΟ ΚΕΝΤΡΟ
Για τα παιδιά	8. ΠΑΙΔΙΑΤΡΙΚΟ ΚΕΝΤΡΟ ΑΘΗΝΩΝ 9. ΕΥΡΩΚΛΙΝΙΚΗ ΠΑΙΔΩΝ	12. ΙΑΤΡΙΚΟ ΔΙΑΒΑΛΚΑΝΙΚΟ ΚΕΝΤΡΟ

Τα παραπάνω νοσοκομεία θα απορροφούν το σύνολο ή ένα σημαντικό μέρος της συμμετοχής του πελάτη στα έξοδα του νοσοκομείου.

Αυτοκίνητο



Από 1-1-2022 νέα ελάχιστα ποσά κάλυψης αστικής ευθύνης αυτοκινήτων

Δημοσιεύτηκε στο ΦΕΚ η απόφαση της Εκτελεστικής Επιτροπής της Τραπεζής της Ελλάδος για την αναθεώρηση των ελάχιστων ποσών ασφαλιστικής κάλυψης της υποχρεωτικής ασφάλισης αστικής ευθύνης από ατυχήματα αυτοκινήτων.

Σύμφωνα με την απόφαση από την 1/1/2022, τα ελάχιστα ποσά ασφαλιστικής κάλυψης της υποχρεωτικής ασφάλισης αστικής ευθύνης από ατυχήματα αυτοκινήτων δεν μπορεί να είναι κατώτερα από

€1.300.000, ανά θύμα, σε περίπτωση σωματικής βλάβης, και €1.300.000, ανά ατύχημα, ανεξάρτητα από τον αριθμό των θυμάτων, σε περίπτωση υλικής ζημίας.

Ειδικότερα η Εκτελεστική Επιτροπή της ΤτΕ αποφάσισε:

1. Την αναθεώρηση των ελάχιστων ποσών ασφαλιστικής κάλυψης της παρ. 5 του άρθρου 6 του π.δ. 237/1986 σύμφωνα με τον Εναρμονισμένο Δείκτη Τιμών Καταναλωτή (ΕνΔΤΚ) που καλύπτει όλα τα κράτη μέλη και ως ανακοινώθηκαν αναπροσαρμοσμένα στην Ανακοίνωση της Ευρωπαϊκής Επιτροπής προς το Ευρωπαϊκό Κοινοβούλιο και το Συμβούλιο 2021/С 423/11.

2. Από 1ης Ιανουαρίου 2022 τα ελάχιστα ποσά ασφαλιστικής κάλυψης που προβλέπονται στην παρ. 5 του άρθρου 6 του π.δ. 237/1986 δεν μπορεί να είναι κατώτερα από τα οριζόμενα ακολούθως:

α) Σε περίπτωση σωματικής βλάβης 1.300.000 ευρώ, ανά θύμα.

β) Σε περίπτωση υλικής ζημίας 1.300.000 ευρώ, ανά ατύχημα, ανεξάρτητα από τον αριθμό των θυμάτων.

3. Η ισχύς της παρούσας αρχίζει από την 1.1.2022.



Αξονική Στεφανιογραφία: Μία μη επεμβατική μέθοδος απεικόνισης των στεφανιαίων αγγείων

Τα καρδιαγγειακά νοσήματα παραμένουν η πρώτη αιτία θανάτου παγκοσμίως και η στεφανιαία νόσος (ανάπτυξη αθηρωματικών πλακών στο τοίχωμα των αρτηριών της καρδιάς, των στεφανιαίων αγγείων) αποτελεί το σημαντικότερο καρδιαγγειακό νόσημα.

Τα τελευταία 15 έτη, με την πρόοδο της τεχνολογίας των πολυτομικών αξονικών τομογράφων και των ηλεκτρονικών υπολογιστών, αναπτύχθηκε και σταδιακά καθιερώθηκε η

αξονική τομογραφία της καρδιάς ή αλλιώς αξονική στεφανιογραφία, η οποία με αναίμακτο τρόπο, όπως κάθε άλλη αξονική τομογραφία, σε λίγα δευτερόλεπτα μπορεί να μας δώσει σημαντικές πληροφορίες για την κατάσταση των στεφανιαίων αγγείων.

Μεγάλες επιστημονικές μελέτες, τα προηγούμενα χρόνια, απέδειξαν την αξία της αξονικής στεφανιογραφίας. Αποτελεί την εξέταση με την μεγαλύτερη αρνητική προγνωστική αξία (επιβεβαίωση απουσίας στενώσεων στα στεφανιαία αγγεία) που αγγίζει το 100%. Έτσι, οι μεγαλύτερες επιστημονικές καρδιολογικές εταιρείες εξέδωσαν κατευθυντήριες οδηγίες για την ορθή χρήση της μεθόδου.

Με βάση αυτές τις οδηγίες η αξονική στεφανιογραφία είναι εξέταση πρώτης επιλογής σε ασθενείς:

- Με μη γνωστή στεφανιαία νόσο και τυπικά ή άτυπα συμπτώματα στηθάγχης,
- Με ανώμαλη έκφυση των στεφανιαίων αγγείων,
- Μετά από επέμβαση αορτοστεφανιαίας παράκαμψης (by pass) για την εκτίμηση της βατότητας των μοσχευμάτων.

Επιπλέον, είναι κατάλληλη εξέταση:

- Σε ασθενείς με γνωστή στεφανιαία νόσο και τυπικά ή άτυπα συμπτώματα στηθάγχης,
- Σε ασθενείς με ασαφή αποτελέσματα σε προηγούμενες διαγνωστικές εξετάσεις (υπερηχογράφημα, δοκιμασία κόπωσης κ.λπ.),
- Σε νέους ασθενείς χαμηλού και μέσου κινδύνου στεφανιαίας νόσου, πριν τη διενέργεια χειρουργικής επέμβασης,
- Σε ασθενείς με υποψία μη ισχαιμικής καρδιομυοπάθειας, για τον αποκλεισμό στεφανιαίας νόσου.
- Για την εκτίμηση ασθενών με stent στις στεφανιαίες αρτηρίες διαμέτρου μεγαλύτερης των 3 mm,

Για την εκτίμηση της ανατομίας των στεφανιαίων σε ασθενείς με οξύ διαχωρισμό αορτής.

Αντενδείξεις για την διενέργεια της εξέτασης είναι:

- ο ιστορικό βαριάς αλλεργικής αντίδρασης σε ιωδιούχο σκιαγραφικό,
- ο νεφρική ανεπάρκεια,
- ο μη αντιρροπούμενη καρδιακή ανεπάρκεια,
- ο οξύ έμφραγμα του μυοκαρδίου,
- ο αδυναμία συνεργασίας με οδηγίες συγκράτησης της αναπνοής και ακινησίας.

Στον όμιλο Affidea, η αξονική στεφανιογραφία διενεργείται με μεγάλη επιτυχία στα διαγνωστικά του κέντρα, σε συνεργασία με τους παραπέμποντες κλινικούς ιατρούς.

Η Affidea εφαρμόζει τα πιο σύγχρονα πρωτόκολλα με συγκεκριμένες παραμέτρους που συμβάλλουν στην ασφαλή, έγκυρη και έγκαιρη διάγνωση, μειώνουν τον χρόνο εξέτασης, ενώ βελτιστοποιούν την απεικόνιση και κατά συνέπεια την αποτελεσματικότητα.

Ιδιαίτερο βάρος, μάλιστα, δίνει στη διαφύλαξη της ασφάλειας του εξεταζόμενου, με την εφαρμογή διαδικασιών βελτιστοποίησης της δόσης ακτινοβολίας. Εξοπλισμένη με τον πλέον σύγχρονο και πρωτοποριακό ιατροτεχνολογικό εξοπλισμό, σε άνετες και σύγχρονες εγκαταστάσεις και στελεχωμένη με εξειδικευμένους ιατρούς όλων των ειδικοτήτων, αποτελεί πρότυπο παροχής υψηλού επιπέδου υπηρεσιών υγείας.



“Πόσα γεύματα πρέπει να τρώω;» συμβουλεύει η Αγγελική Δουρδουνά, Διαιτολόγος - Διατροφολόγος

Τα συχνά και μικρά γεύματα είναι σημαντικά όχι μόνο για να επιτύχουμε ένα σωστό βάρος, αλλά και για να υπάρχει ευγλυκαιμία, δηλαδή ομαλός γλυκαιμικός έλεγχος και άρα φυσιολογικά επίπεδα γλυκόζης στο αίμα. Αναλυτικότερα,

- Φροντίστε να καταναλώνετε 3 κύρια γεύματα ημερησίως (πρωινό, μεσημεριανό, βραδινό), σε σταθερές ώρες και 2 ή 3 ενδιάμεσα γεύματα, πχ πρόγευμα και απογευματινό.

- Στα ενδιάμεσα γεύματα προτιμήστε υγιεινά τρόφιμα, όπως φρούτα ή συνδυασμό φρούτου με ανάλατους ξηρούς καρπούς, γιασούρτι με χαμηλά λιπαρά ή μπάρα δημητριακών.
- Καλό είναι να μην παραλείπετε το πρωινό, γιατί θα φάτε πολύ περισσότερο το μεσημέρι και θα πάρετε πιο εύκολα βάρος, κυρίως στην κοιλιά. Με το πρωινό έχουμε σωματική και πνευματική υγεία. Τι μπορεί να περιλαμβάνει το πρωινό; Ημιάπαχα γαλακτοκομικά, δημητριακά ολικής άλεσης, φρούτα, ταχίνι.
- Ένα κύριο γεύμα για να είναι πλήρες χρειάζεται συνδυασμό υδατανθράκων (ψωμί, ρύζι, μακαρόνια, πλιγούρι, πατάτα) και πρωτεϊνών (κρέας χωρίς ορατά λίπη, τυρί) σε μετρημένες ποσότητες, καθώς και λαχανικά εποχής με μετρημένο ελαιόλαδο.
- Καλή ιδέα για βραδινό γεύμα αποτελούν οι σαλάτες, πχ ντάκος, τονοσαλάτα, κοτοσαλάτα, σαλάτα από ποικιλία λαχανικών με τυρί και αυγό βραστό. Εναλλακτικά, μπορεί να φάει κάποιος λιγότερο από το μεσημεριανό μαγειρεμένο φαγητό.
- Είναι μύθος ότι πρέπει να τρώει κάποιος μόνο ψητό κρέας με σαλάτα για να αδυνατίσει και ότι απαγορεύεται να φάει ψωμί ή αμυλούχα τρόφιμα μαζί με πρωτεΐνη. Με τις αποκαλούμενες «χημικές» δίαιτες που βασίζονται στο ψητό κρέας με σαλάτα, χωρίς υδατάνθρακες, μπορεί κάποιος να χάσει γρήγορα βάρος, αλλά δεν είναι λίπος. Πρόκειται για υγρά και μυϊκό ιστό. Όμως, χάνοντας μυϊκό ιστό, μειώνεται ο βασικός μεταβολισμός μας και άρα παίρνουμε πολύ γρήγορα και εύκολα βάρος.
- Είναι σημαντικό να μην παραλείπουμε γεύματα. Οι περισσότεροι άνθρωποι που έχουν λίπος στην κοιλιά ή και υψηλό σάκχαρο έκαναν μόνο 2 γεύματα ημερησίως.

Επικαιρότητα



Πρόστιμο 40.000 ευρώ για προώθηση “κάρτας υγείας” με παραπλανητικές πρακτικές

Διοικητικό πρόστιμο ύψους 40.000 ευρώ σε επιχείρηση υπηρεσιών διαφήμισης και προώθησης καρτών παροχής υπηρεσιών υγείας επέβαλε η Γενική Διεύθυνση Προστασίας Καταναλωτή. Η επιχείρηση διαφήμιζε μέσω τηλεοπτικών μηνυμάτων και πωλούσε σε ιδιαίτερα χαμηλές και ελκυστικές τιμές «κάρτες υγείας» με τις οποίες προσφερόταν στους

καταναλωτές πρόσβαση σε ένα σύνολο υπηρεσιών υγείας χωρίς όμως να υπάρχει και αντίστοιχη συνέπεια στις παροχές.

Από τον έλεγχο που διενεργήθηκε, κατόπιν σχετικών καταγγελιών που υποβλήθηκαν από καταναλωτές, προέκυψε ότι οι ως άνω υπηρεσίες υγείας παρέχονταν σε πολλές περιπτώσεις με πολύ μεγάλη καθυστέρηση ή και καθόλου με διάφορες προφάσεις.

Επιπρόσθετα, η επιχείρηση υιοθέτησε αθέμιτες και παραπλανητικές εμπορικές πρακτικές κατά την εξ' αποστάσεως διάθεση δύο προϊόντων της ενώ παράλληλα παρέλειπε να ενημερώσει τους καταναλωτές για το δικαίωμα υπαναχώρησής τους από τις αγορές εξ αποστάσεως.

Το πρόστιμο επιβλήθηκε για παραβάσεις των διατάξεων του ν. 2251/1994, περί προστασίας του καταναλωτή. Υπενθυμίζεται ότι οι καταναλωτές μπορούν να καταγγέλλουν φαινόμενα αθέμιτων εμπορικών πρακτικών και παραβάσεων της καταναλωτικής νομοθεσίας στη γραμμή 1520 (Γραμμή του Καταναλωτή).