

Παγκόσμια Ημέρα Θρόμβωσης

## Κάτια Δανδουλάκη: Δεν πρέπει να θεωρούμε τα προβλήματα υγείας ταμπού

Δημοσίευση: 11 Οκτ 2017, 12:05 | Τελευταία ενημέρωση: 11 Οκτ 2017, 12:05



Την έχουμε συνηθίσει να απασχολεί τη δημοσιότητα με τις εξαιρετικές ερμηνείες της στο θέατρο, τον κινηματογράφο και την τηλεόραση. Όμως, η καταξιωμένη ηθοποιός Κάτια Δανδουλάκη αυτή τη φορά «βγαίνει» μπροστά για να μιλήσει για την αξία της πρόληψης στην υγεία μας. «Η ζωή είναι θείο δώρο. Δεν πρέπει να θεωρούμε τα προβλήματα υγείας ταμπού», λέει μιλώντας στο **in.gr** με αφορμή την Παγκόσμια Ημέρα Θρόμβωσης, στις 13 Οκτωβρίου.

Ήταν πριν τέσσερα χρόνια όταν η Κάτια Δανδουλάκη διαγνώστηκε αισθάνθηκε μια περίεργη ταχυπαλμία «πολύ διαφορετική», λέει.

«Ήταν κάτι περίεργο. Ανάρρωνα από μια βαριά υπερκόπωση και επειδή είμαι γενικά άνθρωπος που πάω αμέσως στον γιατρό όταν δεν αισθάνομαι

καλά, κάλεσα αμέσως γιατρό στο σπίτι. Ήταν νομίζω 10 με 11 το πρωί. Μου είπε ότι αυτό που είχα νιώσει ως ταχυπαλμία έπρεπε να διερευνηθεί περαιτέρω και να πάω στο νοσοκομείο. Δεν έχασα ούτε λεπτό και πήγα στο 'Ερρίκος Ντυνάν', θυμάται η Κάτια Δανδουλάκη.

Αν και όταν έφτασε στο νοσοκομείο δεν συνέτρεχε πια λόγος ανησυχίας για την υγεία της αφού ο καρδιακός παλμός είχε επανέλθει στο φυσιολογικό, η ιατρική ομάδα υπό τον Γεώργιο Ανδρικόπουλο, καρδιολόγο του Α' Καρδιολογικού Τμήματος/Τμήματος Ηλεκτροφυσιολογίας και Βηματοδότησης αποφάσισε την εισαγωγή της κυρίας Δανδουλάκη και την υποβολή της σε πλήρη καρδιολογικό έλεγχο.

Μετά την αξιολόγηση όλων των ευρημάτων, η ιατρική ομάδα διαπίστωσε ότι έπασχε από κολπική μαρμαρυγή, τη συχνότερη μορφή καρδιακής αρρυθμίας και συνέστησε στην ηθοποιό τη λήψη αντιπηκτικής αγωγής.

Στην ερώτηση πόσο εύκολη είναι η προσαρμογή στην καθημερινότητα μετά με την διαγνωση της κολπικής μαρμαρυγής και την καθημερινή λήψη φαρμακευτικής αγωγής, η δημοφιλής ηθοποιός μας απαντά πως «ακολουθώ πιστά την φαρμακευτική αγωγή μου και από το αρχικό εκείνο επεισόδιο μέχρι και σήμερα, τέσσερα χρόνια μετά, δεν έχω το παραμικρό πρόβλημα».

Και συμπληρώνει: «Στη ζωή πρέπει να είμαστε πρακτικοί με την υγεία μας. Δεν πρέπει να θεωρούμε τα θέματα υγείας ταμπού. Εξάλλου έχω βγει στο παρελθόν ανοιχτά και έχω μιλήσει και για την κατάθλιψη που αντιμετώπισα. Είμαι υπέρ της πρόληψης. Η ζωή είναι θείο δώρο και ο γιατρός είναι ένας 'μικρός θεός' που μας βοηθά να διατηρήσουμε αυτό το δώρο».

Κι επειδή η Κάτια Δανδουλάκη παραμένει πάντα πολυάσχολη (φέτος εμφανίζεται στο θέατρο και την τηλεόραση\*), εύλογα αναρωτιέται κανείς πως ένα πρόβλημα υγείας μπορεί να επηρεάσει την προσωπική και επαγγελματική της ζωής.

«Κάνω απολύτως ότι και πριν. Μια μικρή αλλαγή, που αν θέλετε επέβαλλα στον εαυτό μου είναι να μειώσω τα επαγγελματικά 'πρέπει'. Πάντα ήμουν πολυάσχολη και λόγω της φύσης του επαγγέλματος, ακολουθούσα ένα αθλητικό πρότυπο ζωής για να μπορώ να ανταποκρίνομαι στα εξαντλητικά ωράρια εργασίας και τις απαιτήσεις των ρόλων μου. Κοιμάμαι νωρίς, ξυπνάω νωρίς, τρέφομαι ισορροπημένα, κάνω τη γυμναστική μου. Συνεπώς, δεν άλλαξα τον τρόπο ζωής μου», λέει.

Και καταλήγει υπογραμμίζοντας ότι «πρέπει να είμαστε προνοητικοί με την υγεία μας. Δεν πρέπει να αφήνουμε σιδηροπέρι μας ανησυχία χωρίς απάντηση. Πρέπει να πηγαίνουμε αμέσως στον γιατρό. Γιατί όσο νωρίτερα πάμε και ανακαλύψουμε το πρόβλημα που υπάρχει, τόσο πιο νωρίς θα ξεκινήσουμε τη θεραπεία και θα συνεχίσουμε κανονικά τη ζωή μας. Ας εκμεταλλευθούμε τις δυνατότητες της Ιατρικής σήμερα και ας γίνουμε πιο τακτικοί με τις προληπτικές ιατρικές εξετάσεις μας».

### Η θρόμβωση μπορεί να προληφθεί

Ο Γεώργιος Ανδρικόπουλος, πρόεδρος του Ινστιτούτου Μελέτης και Εκπαίδευσης στη Θρόμβωση και στην Αντιθρομβωτική Αγωγή (ΙΜΕΘΑ), με αφορμή την Παγκόσμια Ημέρα Θρόμβωσης (13 Οκτωβρίου), μιλώντας στο **in.gr** εξηγεί ότι η θρόμβωση, υπό τη μορφή εγκεφαλικού επεισοδίου, πνευμονικής εμβολής ή φλεβικής θρομβοεμβολής είναι κύρια αιτία θανάτου στον ελληνικό πληθυσμό.

«Η πρόληψη της θρόμβωσης είναι επιβεβλημένη με την κατάλληλη αντιπηκτική αγωγή για τους ασθενείς που την έχουν ανάγκη και συνδυαστικά πάντα με την εφαρμογή των κατάλληλων υγιεινοδιαιτητικών κανόνων, που όλοι πρέπει να εφαρμόζουμε στο πλαίσιο ενός υγιεινού τρόπου ζωής», επισημαίνει ο κ. Ανδρικόπουλος.

Στην Ελλάδα κάθε χρόνο 35.000 άτομα παθαίνουν εγκεφαλικό επεισόδιο, ποσοστό 50% επιπλέον του αναμενόμενου. Η κολπική μαρμαρυγή, η συχνότερη μορφή καρδιακής αρρυθμίας, είναι βασική αιτία των εγκεφαλικών επεισοδίων, τα οποία επίσης μπορούν να προληφθούν με την κατάλληλη φαρμακευτική αγωγή, σύμφωνα με τον πρόεδρο του ΙΜΕΘΑ.

«Επίσης, 50.000 Έλληνες ετησίως εκδηλώνουν κάποιο σοβαρό θρομβοεμβολικό επεισόδιο λόγω φλεβικής θρόμβωσης, η οποία είναι βασική αιτία νοσοκομειακής θνησιμότητας. Με την κατάλληλη θεραπεία και την έγκαιρη κινητοποίηση των ασθενών, που συνήθως δεν συμβαίνει, μπορούμε αποτελεσματικά να προλάβουμε τον θάνατο ασθενών από θρομβοεμβολή και πνευμονική εμβολή», τονίζει ο κ. Ανδρικόπουλος.

Τέλος, το έμφραγμα του μυοκαρδίου, μια μορφή αρτηριακής θρόμβωσης, στοιχίζει τη ζωή σε 20.000 συμπολίτες μας, κάθε χρόνο, ενώ θα μπορούσε και αυτό να προληφθεί και να αντιμετωπιστεί έγκαιρα με τα σύγχρονα θεραπευτικά μέσα.

«Η αντιμετώπιση της υπέρτασης, της δισλιπιδαιμίας, του καπνίσματος και του σακχαρώδους διαβήτη θα μπορούσαν να περιορίσουν σημαντικά τους παραπάνω θανάτους στη χώρα μας», καταλήγει ο Γεώργιος Ανδρικόπουλος προτρέποντας μας να ακολουθούμε έναν υγιεινό τρόπο ζωής.

\* Η Κάτια Δανδουλάκη, πρωταγωνιστεί φέτος στην θεατρική κωμωδία του Τζο Ντι Πιέτρο «Εξυπνα, Μικρά Ψέματα», που θα κάνει πρεμιέρα στο Θέατρο Δανδουλάκη τέλη Οκτωβρίου, σε σκηνοθεσία Πέτρου Φιλιππίδη. Στην παράσταση

*παίζουν επίσης οι: Γιώργος Παρτσαλάκης, Αλμπέρτο Φάις και Δανάη Σκιάδη. Επίσης, παίζει στην τηλεοπτική σειρά του ANTI «4xxx4», ως αντισυμβατική ψυχολόγος τεσσάρων γυναικών, σε σκηνοθεσία Δημήτρη Αρβανίτη και Θανάση Ιατρίδη και σενάριο των Ρένα Ρίγγα, Αδαμαντία Αρβανίτη και Κώστα Βαζάκα.*

**Μαίρη Μπιμπή**  
health.in.gr