

# 15 Φεβρουαρίου: Παγκόσμια Ημέρα κατά του Παιδικού Καρκίνου

Γνωρίζω, νοιάζομαι, στηρίζω

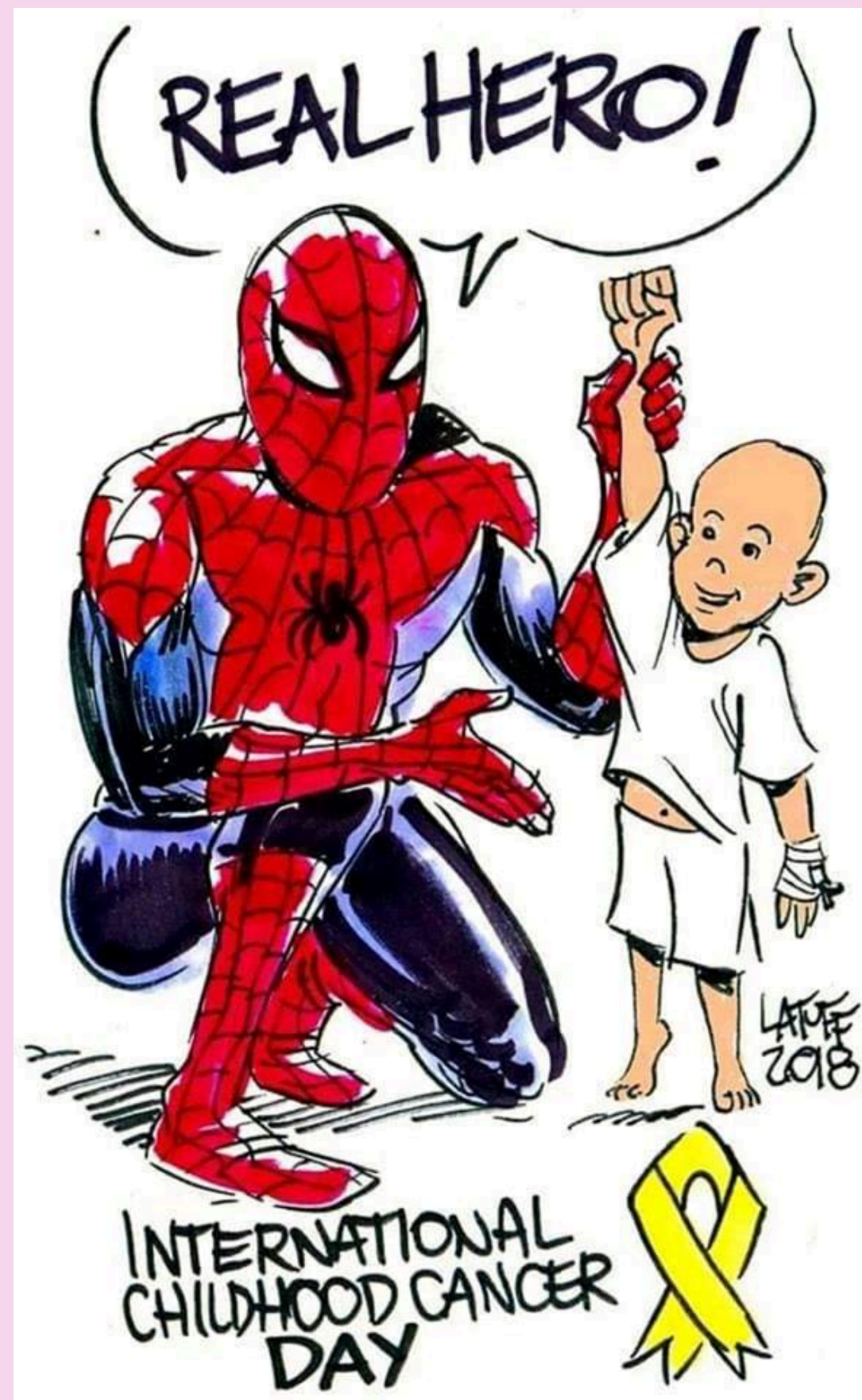


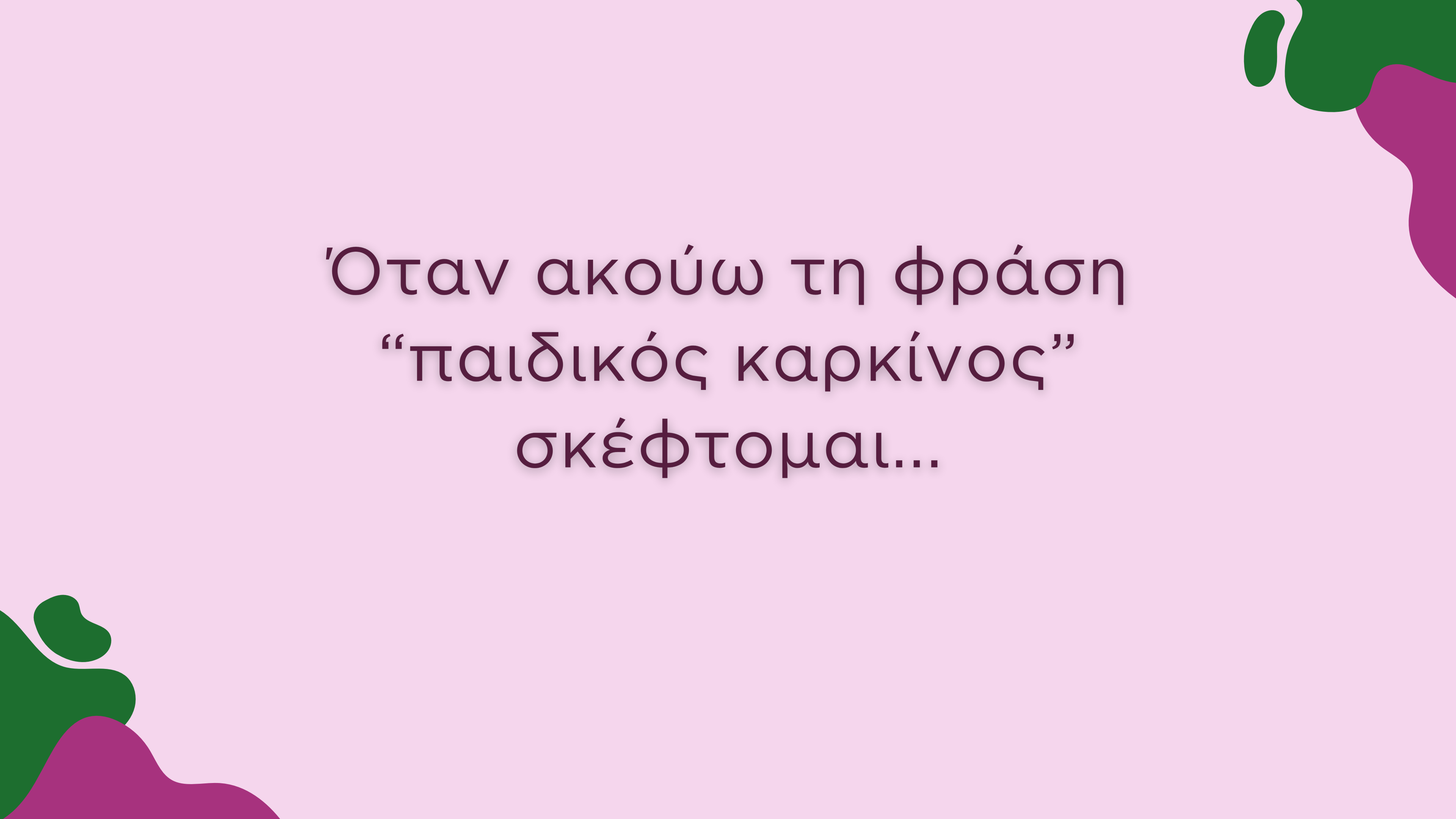
# Στις 15 Φεβρουαρίου

- τιμάμε τα παιδιά που πολέμησαν και πολεμούν τον καρκίνο
- ενημερωνόμαστε
- ευαισθητοποιούμαστε
- στηρίζουμε



Οι “σούπερ ήρωες” ζουν ανάμεσά μας...





Όταν ακούω τη φράση  
“παιδικός καρκίνος”  
σκέφτομαι...

Ο “μπαμπούλας” κρύβεται στα  
“σκοτάδια” της άγνοιας...



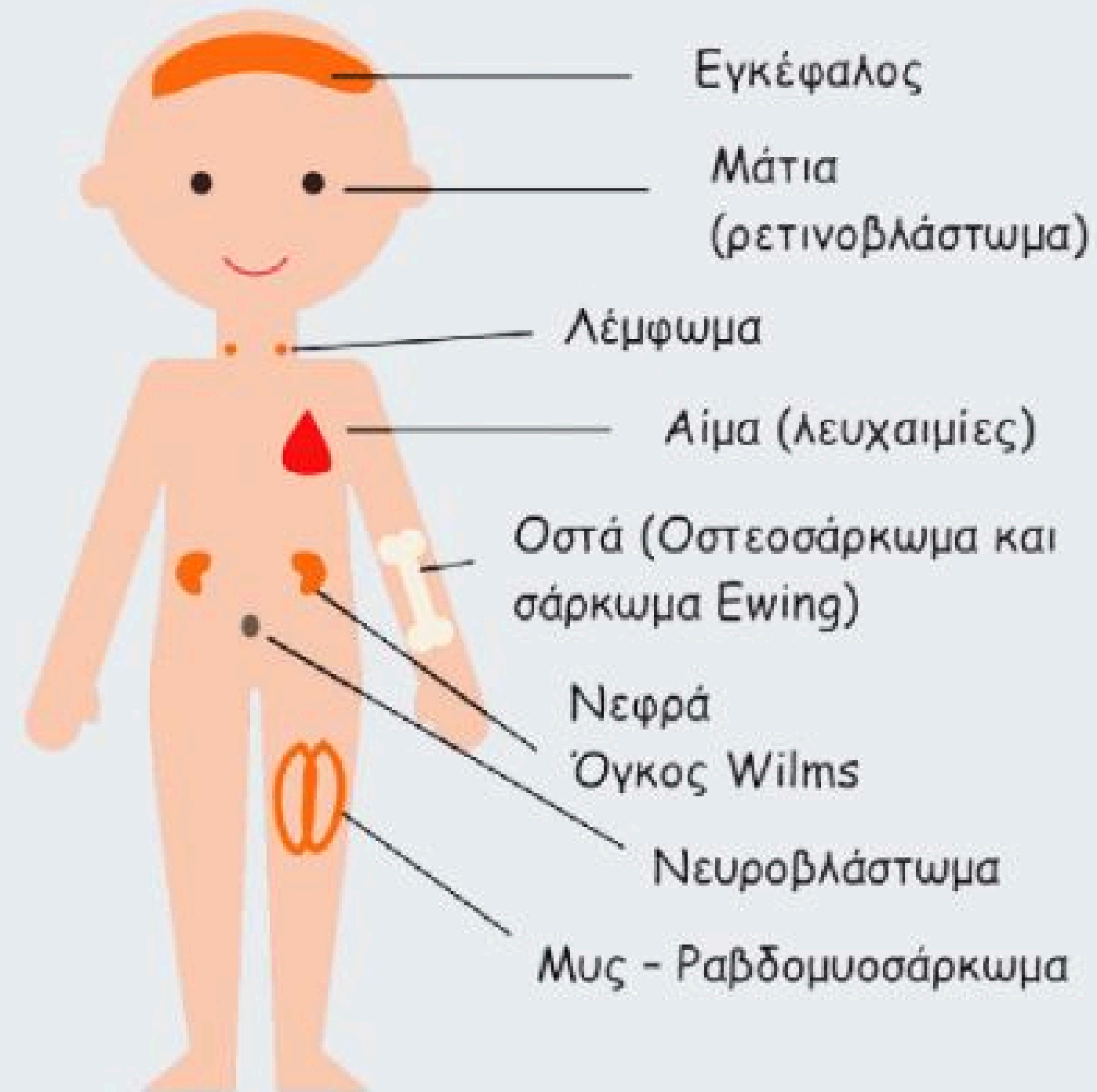
Όταν τον φέρουμε στο φως,  
παύει να είναι τόσο τρομακτικός...



# Ο καρκίνος της παιδικής ηλικίας:

- είναι μια **σπάνια, απειλητική** για τη ζωή ασθένεια.
- μπορεί να εκδηλωθεί σε **βρέφη, παιδιά και έφηβους**.
- σε μεγάλο ποσοστό είναι **ιάσιμος**, με **έγκαιρη διάγνωση** και κατάλληλη **ιατρική φροντίδα**.
- διαφέρει από τον καρκίνο των ενηλίκων. Χρειάζεται εξειδικευμένη θεραπεία.
- **δεν είναι μόνο μία νόσος**. Υπάρχουν δεκάδες διαφορετικές μορφές.
- **δεν είναι μεταδοτικός**.
- έχει (μέχρι στιγμής) **άγνωστα αίτια** και για αυτό **δεν μπορεί να υπάρξει πρόληψη**. Μόνο **έγκαιρη διάγνωση**.

Οι πιο συχνές μορφές καρκίνου  
της παιδικής ηλικίας:





# Τι πρέπει να προσέχω:

- **Μάζα (όγκος)** σε οποιοδήποτε σημείο του σώματος.
- **Αιμορραγία** στο δέρμα χωρίς τραυματισμό ή σε άλλες περιοχές του σώματος (π.χ. μύτη, ούλα, έντερο, κόλπος στα κορίτσια).
- **Πυρετός** χωρίς εστία λοίμωξης, που μπορεί να επιμένει ή που υποχωρεί και επανεμφανίζεται.
- **Νευρολογικά συμπτώματα**, (π.χ. πονοκέφαλος, έμετος, ειδικά το πρωί, αλλαγή συμπεριφοράς, σπασμοί κ.α.)
- **Μάτια** που εμφανίζουν στραβισμό, διόγκωση ή πτώση βλεφάρων, ξαφνική αλλαγή στην οπτική οξύτητα κ.α.
- **Πόνος** σε οποιοδήποτε σημείο του σώματος και ιδιαίτερα στα πόδια και τη μέση, **δυσκολία στο βάδισμα**.
- **Ανορεξία, κακοδιαθεσία, ωχρότητα, κόπωση** και οτιδήποτε άλλο ενοχλεί το παιδί και τους γονείς.

# Αν τα συμπτώματα επιμένουν:

- Μιλώ στους γονείς μου.
- Δεν αναβάλλω, δεν αδιαφορώ.
- Δεν “γκουγκλάρω”, δεν κάνω διάγνωση μόνος-η μου.
- Απευθύνομαι σε ιατρό και εξηγώ ακριβώς τι νιώθω και τι με ανησυχεί.
- Ακολουθώ τις οδηγίες του γιατρού.
- Παίρνω και δεύτερη γνώμη αν χρειαστεί.
- Δε σημαίνει ότι επειδή έχω κάποιο-α από τα παραπάνω συμπτώματα ότι έχω και καρκίνο!

**Από το φόβο του αγνώστου και  
την αγωνία της αναμονής...**

“Φύγατε... χθεις!”



**στο σοκ της διάγνωσης...**

“Πιστεύουμε ότι  
ανήκετε σ’ εμάς...”

“Γιατί σε μένα;”

# Δεν είσαι ο μόνος:

- 15.000 παιδιά έως 15 χρονών νοσοούν κάθε χρόνο στην Ευρώπη.
- 350 παιδιά έως 15 χρονών νοσοούν κάθε χρόνο στην Ελλάδα.
- 1 παιδί κάθε 600 γεννήσεις θα αναπτύξει καρκίνο πριν τα 20 του χρόνια.
- Το 80% των παιδιών που νοσοούν από καρκίνο στις ανεπτυγμένες χώρες θεραπεύεται. Στις αναπτυσσόμενες χώρες, μόλις το 20% των παιδιών θεραπεύεται.
- Πάνω από 500.000 άτομα στην Ευρώπη έχουν επιβιώσει από τον καρκίνο της παιδικής ηλικίας.

Πηγή: [floga.org.gr](http://floga.org.gr)

**και από εκεί στη  
συνειδητοποίηση,  
την ενημέρωση και  
το πέρασμα σε μια άλλη  
καθημερινότητα...**



“Στην αρχή θα το βλέπεις  
σαν ένα λιοντάρι...”





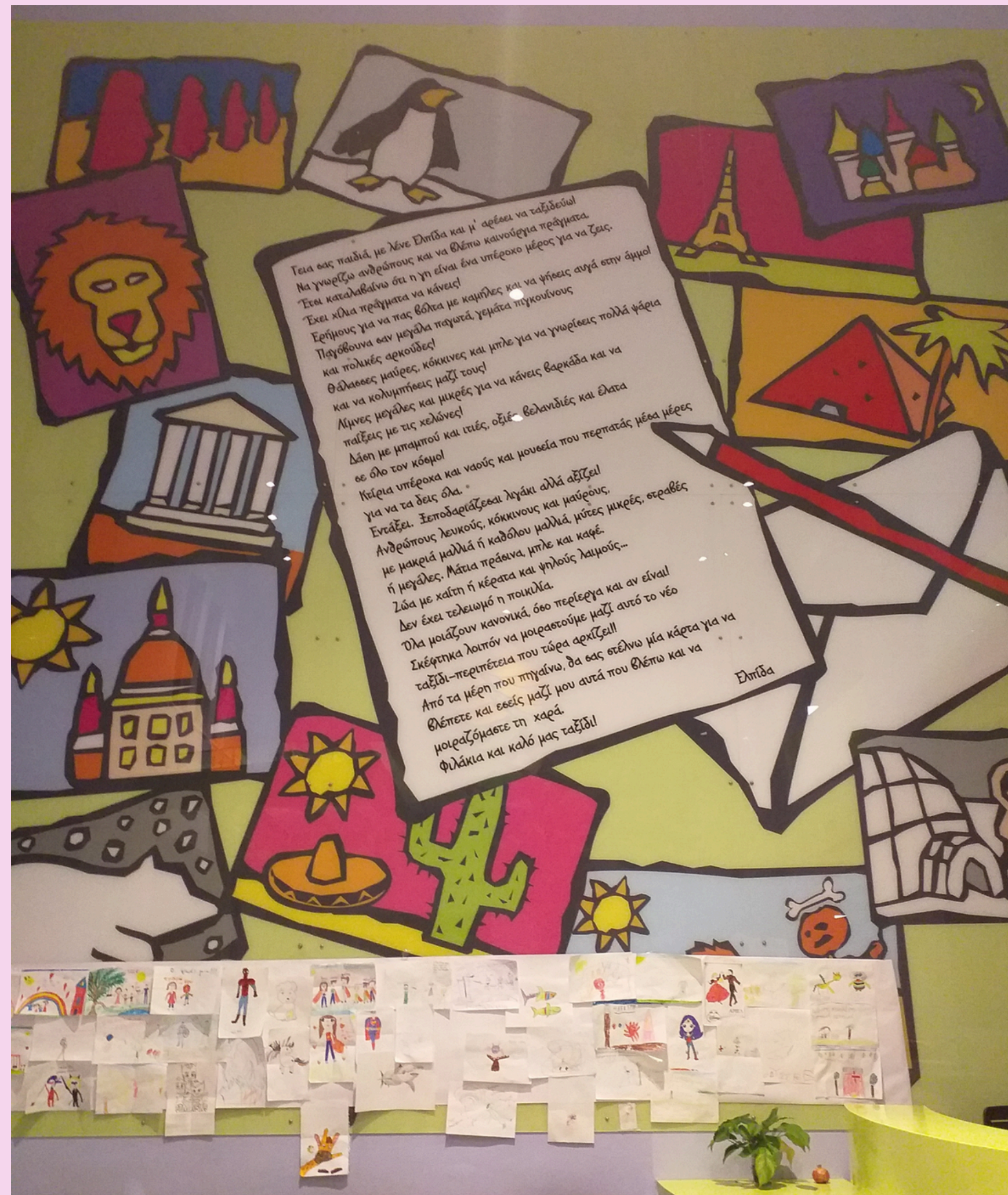
“στο τέλος θα είναι ένα μικρό μυρμηγκάκι...”



# Ζωή σε παύση...



“με λένε  
Ελπίδα...”



# Η καθημερινότητα του παιδιού με καρκίνο και της οικογένειάς του

Μια σκληρή δοκιμασία με επιπτώσεις:

- Σωματικές
- Ψυχολογικές
- Κοινωνικές
- Οικονομικές



# Σωματικές επιπτώσεις

- παρενέργειες των φαρμάκων (άμεσες και μακροπρόθεσμες)
- επίπονες ιατρικές πράξεις
- σωματική αδυναμία, πτώση του ανοσοποιητικού
- κίνδυνος άλλων λοιμώξεων



# Ψυχολογικές επιπτώσεις

- βίαιη αποκοπή από την κανονικότητα (σπίτι, σχολείο, φίλοι)
- απομόνωση - αίσθημα μοναξιάς
- πλήθος αρνητικών συναισθημάτων: φόβος, αβεβαιότητα, μελαγχολία, θυμός, απελπισία...
- κλονισμένη εικόνα του εαυτού που οδηγεί σε χαμηλή αυτοεκτίμηση



# Κοινωνικές και οικονομικές επιπτώσεις

- η οικογένεια (άμεση και ευρύτερη) κλονίζεται
- κοινωνικό στίγμα
- γραφειοκρατία και καθημερινές προκλήσεις (π.χ. διαδικασία για επίδομα αναπηρίας)
- οικονομικές δυσκολίες (αποχή από εργασία, έξοδα θεραπειών, διαμονή μακριά από το σπίτι κ.λπ.)





**Τι μπορώ να κάνω;**

“Η λύπηση είναι κακό πράγμα...”





# Τι ΔΕΝ πρέπει να κάνω...

- Δεν αποφεύγω
- Δεν λυπάμαι
- Δεν απομονώνω
- Δε σχολιάζω/δεν κοροϊδεύω

# Τι μπορώ να κάνω;

- **Ενημερώνομαι** από ειδικούς και έγκυρες πηγές στο διαδίκτυο.
- **Ακούω και βλέπω** τον άνθρωπο που έχει ανάγκη. Δεν αποφεύγω. Δεν αδιαφορώ.
- **Κατανοώ** τις δυσκολίες του και **διευκολύνω** όπου μπορώ.

# Τι μπορώ να κάνω;

- **Στηρίζω ψυχολογικά: Είμαι εκεί.** Τηλεφωνώ. Επισκέπτομαι. Ακούω.
- **Στηρίζω πρακτικά (ανάλογα με το ρόλο μου):** Βοηθώ σε θέματα διεκπεραιωτικά / γραφειοκρατικά, δουλειές του σπιτιού, σίτιση, καθαριότητα, πληρωμή λογαριασμών, φροντίδα μελών/κατοικιδίων που μένουν πίσω κ.α.
- **Στηρίζω οικονομικά:** Άμεσα ή μέσω δωρεάς σε οργανισμούς.

# Τι μπορώ να κάνω;

## Γίνομαι εθελοντής:

- Προσφέρω **εθελοντική εργασία** σε κάποιο οργανισμό που στηρίζει τα παιδιά με καρκίνο (Φλόγα, Ελπίδα κ.λπ.)
- Διοργανώνω και συμμετέχω σε **δράσεις ενημέρωσης και ευαισθητοποίησης** της τοπικής κοινωνίας
- Γίνομαι **αιμοδότης** (αίμα, αιμοπετάλια, πλάσμα)
- Γίνομαι **δότης μυελού οστών** (Τράπεζα Εθελοντών Δοτών Μυελού των Οστών).

“Ό,τι δε σε  
σκοτώνει...



σε κάνει πιο  
δυνατό”

The image features a light pink background with decorative elements in the corners. In the top-right and bottom-left corners, there are abstract, organic shapes in shades of green and purple. The central text is written in a dark purple, serif font.

Η μαρτυρία ενός παιδιού  
που νίκησε τον καρκίνο...

# Τι με δίδαξε ο καρκίνος...

- Δεν είμαστε άτρωτοι.
- Μπορεί να βρεθώ στη θέση σου.
- Είμαστε πολύ πιο δυνατοί από όσο νομίζουμε.
- Έχουμε ανάγκη ο ένας τον άλλον.
- Η ευτυχία βρίσκεται στις μικρές, καθημερινές χαρές.
- Η ρουτίνα είναι καλή.
- Η υπομονή είναι αρετή.
- Η υγεία είναι ανεκτίμητη.
- Η ζωή έχει αξία.



# Σημαντικοί Σύλλογοι που στηρίζουν τα παιδιά με καρκίνο στην Ελλάδα

**Ελπίδα - Σύλλογος Φίλων Παιδιών με Καρκίνο**  
[elpida.org](http://elpida.org)

**Φλόγα - Σύλλογος Γονιών Παιδιών με  
Νεοπλασματική Ασθένεια**  
[www.floga.org.gr](http://www.floga.org.gr)



# Άλλοι σύλλογοι που στηρίζουν τα παιδιά με καρκίνο στην Ελλάδα

- **ΠΙΣΤΗ**, Σύλλογος Γονέων και Κηδεμόνων Παιδιών με Νεοπλασματικές Παθήσεις, Νοσοκομείο Παίδων Αγία Σοφία - [www.pisti.gr](http://www.pisti.gr)
- **ΛΑΜΨΗ**, Σύλλογος γονέων παιδιών με νεοπλασματικές ασθένειες Βόρειας Ελλάδας - <http://lampsi.org>
- **MAKE A WISH**, Κάνε μια ευχή Ελλάδος - [www.makeawish.gr](http://www.makeawish.gr)  
Πρόγραμμα το Αστέρι της Ευχής
- **Να θυμάσαι θα ξαναβγεί ο ήλιος. Αλέξανδρος**- Σύλλογος γονέων κηδεμόνων και φίλων παιδιών με νεοπλασματική ή άλλη σοβαρή για την υγεία τους ασθένεια  
<https://www.facebook.com/alexandrosthesisunwillriseagain>

# Εμείς πώς μπορούμε να βοηθήσουμε;

- Να κάνουμε μια χρηματική δωρεά σε κάποιο Σύλλογο που στηρίζει τα παιδιά με καρκίνο;
- Να οργανώσουμε μια φιλανθρωπική εκδήλωση π.χ. έναν αγώνα δρόμου ή έναν αγώνα ποδοσφαίρου με σκοπό την συγκέντρωση χρημάτων και την ευαισθητοποίηση του κόσμου;
- Να βοηθήσουμε να πραγματοποιηθεί η ευχή ενός παιδιού;
- Να συνεργαστούμε με ένα άλλο σχολείο σε μια κοινή δράση;

**Κάθε πρόταση είναι ευπρόσδεκτη!**


Μια μικρή κίνηση από εμάς είναι μια αχτίδα ελπίδας για ένα παιδί που πολεμά τον καρκίνο.



Πριν φύγεις...

Στείλε το δικό σου μήνυμα σε  
ένα παιδί που πολεμά  
τον καρκίνο\*

\*Στο μεγάλο τραπέζι θα βρεις ένα χαρτί και  
μαρκαδόρους. Γράψε μια ευχή ή ζωγράφισε κάτι.  
Το πανό μας θα στολίσει έναν τοίχο της  
ογκολογικής μονάδας παιδων Ελπίδα στην Αθήνα.





Σας ευχαριστώ!

Μαμά Γεωργία