

Εξεταστήκατε από

**Integrated Community Ageing Team**  
**[Ολοκληρωμένη Κοινωνική Ομάδα**  
**Γήρανσης]**

**020 7288 5326**

Patient Advice and Liaison Service (PALS) [Υπηρεσία Συμβούλων και Διασύνδεσης Ασθενών]

Εάν θέλετε να εκφράσετε κάποια φιλοφρόνηση, παράπονο ή ανησυχία, επικοινωνήστε με την ομάδα PALS στο 020 7288 5551 ή στην ηλεκτρονική διεύθυνση [whh-tr.PALS@nhs.net](mailto:whh-tr.PALS@nhs.net)

Σε περίπτωση που χρειάζεστε ένα αντίγραφο του παρόντος με μεγάλα τυπογραφικά στοιχεία, σε ηχητική μορφή ή μεταφρασμένο, επικοινωνήστε μαζί μας στο 020 7288 3182. Θα κάνουμε ό,τι καλύτερο μπορούμε για να καλύψουμε τις ανάγκες σας.

*Ο οργανισμός Whittington Health NHS Trust και η ICAT λαμβάνουν σοβαρά υπόψη τη διαφορετικότητα, την ισότητα και τη συμπερίληψη. Για τον λόγο αυτό, ζητάμε από όλους όσους λαμβάνουν τις υπηρεσίες φροντίδας μας να σεβαστούν τη φιλοσοφία μας. Ενθαρρύνουμε το προσωπικό μας να αναφέρει οποιαδήποτε συμπεριφορά που δε συνάδει με τις εν λόγω αξίες ή είναι προσβλητική, ώστε να ληφθούν τα κατάλληλα μέτρα.*

Twitter.com/WhitHealth  
Facebook.com/WhittingtonHealth

Whittington Health NHS Trust  
Magdala Avenue  
London  
N19 5NF  
Phone: 020 7272 3070  
[www.whittington.nhs.uk](http://www.whittington.nhs.uk)

Date published: 16/10/2023  
Review date: 16/10/2025  
Ref: ACS/ICAT/02-Gre

© Whittington Health  
Please recycle

**NHS**

**Whittington Health**  
NHS Trust



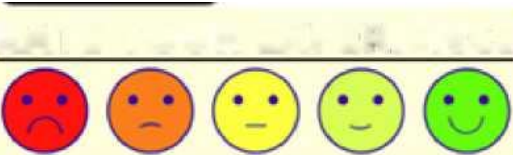
**(ICAT) Ολοκληρωμένη**  
**Κοινωνική Ομάδα Γήρανσης**

Integrated Community  
Ageing Team  
(Greek)



1. Ανοίξτε την εφαρμογή της κάμερας στη συσκευή σας και εστιάστε στον κωδικό QR.
2. Κάντε κλικ στον αναδυόμενο σύνδεσμο και συμπληρώστε το ερωτηματολόγιο.

ΑΞΙΟΛΟΓΗΣΤΕ ΤΗΝ ΕΜΠΕΙΡΙΑ ΣΑΣ



Δεχθήκατε επίσκεψη από την ICAT. Αυτό συνέβη επειδή ο γιατρός σας ή κάποιος άλλος επαγγελματίας σας παρέπεμψε για έναν γενικό έλεγχο της υγείας σας. Πρόκειται για μια σύντομη παρέμβαση και σε περίπτωση που απαιτείται συνεχής υποστήριξη, η ICAT θα απευθυνθεί σε άλλες ομάδες.

### Ποιοι είμαστε;

Η ICAT ειδικεύεται στην αξιολόγηση και στη διαχείριση των ηλικιωμένων, ιδιαίτερα όσων πάσχουν από μυϊκή ατροφία. Ο όρος μυϊκή ατροφία περιγράφει το γεγονός ότι ο οργανισμός μας ενδέχεται να είναι πιο ευάλωτος λόγω της διαδικασίας γήρανσης. Συχνά χαρακτηρίζεται από προβλήματα όπως μείωση της μυϊκής δύναμης και κόπωση. Στην ομάδα μας περιλαμβάνονται: -

- Εξειδικευμένοι γηριάτροι και γιατροί
- Νοσηλεύτες
- Φαρμακοποιοί και βοηθοί φαρμακείου
- Εργοθεραπευτές
- Φυσικοθεραπευτές
- Τεχνικοί θεραπείας

### Μερικοί από τους λόγους για τους οποίους μπορεί να έχετε παραπεμφθεί:

- Δυσκολία στη μετακίνηση
- Πρόσφατη πτώση ή επαναλαμβανόμενες πτώσεις
- Δυσκολίες με δραστηριότητες όπως το πλύσιμο και η προετοιμασία γευμάτων
- Δυσκολία να θυμηθείτε
- Δυσκολία με τη διαχείριση φαρμάκων
- Πρόσφατη εισαγωγή σε νοσοκομείο
- Προβλήματα με την ουροδόχο κύστη ή το έντερο
- Μοναξιά ή απομόνωση

### Τι εξετάζουμε

- Μακροχρόνιες παθήσεις όπως διαβήτης, καρδιακά προβλήματα και αναπνευστικά προβλήματα
- Φαρμακευτικές αγωγές
- Μνήμη και ψυχολογική διάθεση
- Αξιολόγηση πτώσεων
- Βάδιση και ισορροπία
- Δραστηριότητες της καθημερινότητας
- Υποστήριξη και κοινωνικοποίηση
- Οικιακό περιβάλλον και πρόσβαση σε πόρους
- Συζητήσεις για τη μελλοντική φροντίδα

### Πού διενεργούνται αυτές οι εξετάσεις;

Όταν αυτό είναι εφικτό, θα σας επισκεπτόμαστε στο σπίτι σας κατά τον χρόνο που σας εξυπηρετεί.

Ενίοτε μπορεί να σας προτείνουμε να επισκεφθείτε την κλινική μας στο Whittington Hospital.

Οι αξιολογήσεις μας πραγματοποιούνται συνήθως σε διάστημα μερικών εβδομάδων, ώστε να δημιουργήσουμε ένα πρόγραμμα φροντίδας με το οποίο θα είστε ικανοποιημένοι. Το πρόγραμμα αυτό θα προωθείται από τον οικογενειακό γιατρό (GP) σας και οποιονδήποτε άλλο ενδεδειγμένο επαγγελματία.

Εάν χρειάζεται να συνομιλήσετε με ένα μέλος της ομάδας ICAT, επικοινωνήστε με το γραφείο Δευτέρα - Παρασκευή, μεταξύ 8 π.μ. - 4 μ.μ., στο 020 7288 5326.

Εάν νιώθετε έντονη αδιαθεσία, επικοινωνήστε με τον γιατρό σας ή καλέστε στο 111 εάν το ιατρείο του είναι κλειστό.

## Το πρόγραμμα φροντίδας σας