

## Ελληνας δικηγόρος Ειλικρινή, πρόθυμη και φιλική εξυπηρέτηση

Παναγιώτης Παναγιωτόπουλος BA LLB AMALIB

35 Isabel Street, Belmore  
ακριβώς δίπλα στον  
Ιερό Ναό των Αγίων Πάντων, Μπέλμορ  
Τηλέφωνο **9789 2242**

**PNA legal**

Για όλες τις νομικές σας υποθέσεις.

- Εκπτώσεις για συνταξιούχους.

14280

*Για άνθη σε κάθε περίπτωση*

**WARATAH FLORIST**  
ΤΩΝ ΣΥΜΠΑΤΡΙΩΤΩΝ ΜΑΣ  
ΠΩΛ ΚΑΙ ΠΩΛΙΝ ΜΠΕΡΤΟΥΤΣΙ

\* Ανθοδέσμες \* Στεφάνια \* Ανθοστολισμοί

322 Homer St., Earlwood. Τηλ.: 9559 1193

## ΕΛΛΗΝΙΚΟ ΓΡΑΦΕΙΟ ΚΗΔΕΙΩΝ "ΤΟ ΦΩΣ ΤΗΣ ΠΙΣΤΕΩΣ"



**783 New Canterbury Rd.  
Hurlstone Park,**

απέναντι από την εκκλησία του Αγίου Στεφάνου

Τηλ. **1800 053 134**

(24 ώρες χωρίς χρέωση για την περιοχή του Σύδνεϊ)

Προσωπική εξυπηρέτηση από τον  
**ΚΩΣΤΑ & την ΜΑΡΙΑ ΓΚΑΤΖΙΑ**

10792

## Οι τέσσερις πρωτεΐνες που αντιμετωπίζουν την υπέρταση

**Τ**έσσερις πρωτεΐνες που αντιμετωπίζουν αποτελεσματικά την υπέρταση ανακάλυψαν Ιάπωνες επιστήμονες στα μούτια των κοτόπουλων, γεγονός που σημαίνει ότι η κατανάλωση του εν λόγω κρέατος μπορεί να βοηθήσει ακόμα και στην απαλλαγή από την ασθένεια.

Σε μελέτη τους, που δημοσιεύεται στην επιθεώρηση «Journal of Agricultural Chemistry and Food», οι επιστήμονες αναφέρουν ότι μπόρεσαν να βγάλουν κολλαγόνο από τα πόδια κοτόπουλου, το οποίο στη συνέ-

χεια χορήγησαν μαζί με την τροφή σε υπερτασικά ποντίκια. Να σημειωθεί εδώ ότι το κολλαγόνο είναι η πρωτεΐνη του συνδετικού ιστού στα ζώα.

Οκτώ ώρες αργότερα μείωσαν την αρτηριακή πίεση στα ποντίκια που είχαν καταναλώσει το κολλαγόνο και διαπίστωσαν σημαντική μείωσή της σε σχέση με εκείνη που εμφάνιζε άλλη ομάδα πειραματόζων, στα οποία είχε απλώς χορηγηθεί διάλυμα άλατος. Τα τρωκτικά της πρώτης ομάδας συνέχιζαν να διατηρούν σε χαμηλό επίπεδο την υπέρτασή τους ακόμα

και τέσσερις εβδομάδες μετά τη χορήγηση του κολλαγόνου.

Η υψηλή αρτηριακή πίεση που επιμένει είναι ένας από τους παράγοντες κινδύνου για την εκδήλωση εγκεφαλικού, καρδιακής προσβολής και καρδιακής ανεπάρκειας και αποτελεί αιτία χρόνιας αναπνευστικής ανεπάρκειας. Εκτιμάται, δε, ότι ευθύνεται για το 4,5% του συνόλου των ασθενειών που εμφανίζονται σ' όλο τον κόσμο, ενώ απειλεί τις αναπτυσσόμενες χώρες στο ίδιο επίπεδο μ' εκείνο που απειλεί τις ανεπτυγμένες.

## Δεν κάνουν μαστογραφία οι μισές Ελληνίδες

Μόνο το 53,8%  
των γυναικών  
ηλικίας 50-69 ετών  
έχει κάνει  
μαστογραφία  
τα τελευταία  
3 χρόνια. Χαμηλά  
τα ποσοστά και  
στην ψηλάφηση του  
μαστού από γιατρό



Οι μισές Ελληνίδες δεν κάνουν μαστογραφία. Το ποσοστό όσων κάνουν προληπτικές εξετάσεις για καρκίνο του μαστού μειώνεται όσο περνά η ηλικία. Η εικόνα αυτή έρχεται σε πλήρη αντίθεση με το γεγονός ότι σχεδόν όλες οι γυναίκες γνωρίζουν πόσο κρίσιμη είναι η συγκεκριμένη εξέταση για την υγεία τους.

Το συμπέρασμα αυτό προκύπτει από πανελλαδική έρευνα για τον καρκίνο «Hellas Health II», η οποία πραγματοποιήθηκε σε 1.490 άτομα ηλικίας 18 ετών και άνω από το Κέντρο Μελετών Υπηρεσιών Υγείας της Ιατρικής Σχολής του Πανεπιστημίου Αθηνών και το Ινστιτούτο Κοινωνικής και Προληπτικής Ιατρικής.

Παρουσιάζοντας χθες τα ευρήματά της, ο αναπληρωτής καθηγητής Κοινωνικής Ιατρικής κ. Γιάννης Τούντας σχολίασε ότι οι Ελληνίδες φαίνεται να ανησυχούν αρκετά για το ενδεχόμενο να νοσήσουν από καρκίνο του μαστού, χωρίς, όμως, η ανησυχία αυτή να συνοδεύεται από επαρκή ενημέρωση και πρόληψη.

Εξαιρετικό ενδιαφέρον είχε η διερεύνηση της στάσης των γυναικών στη μαστογραφία. Μόνο το 53,8% των γυναικών ηλικίας 50 έως

69 ετών δήλωσαν ότι έχουν κάνει μαστογραφία μέσα στα τρία τελευταία χρόνια.

### Τα στοιχεία

Οι γυναίκες ηλικίας 50 έως 54 ετών έχουν περισσότερες πιθανότητες να έχουν κάνει μαστογραφία σε σχέση με τις γυναίκες ηλικίας 55 έως 69.

Στις ηλικίες 50 έως 54 ετών, μαστογραφία έχει κάνει το 72,1%, ενώ στις ηλικίες 55 έως 59 ετών το ποσοστό είναι 54,9%. Όσο μεγαλώνει η ηλικία, τα ποσοστά εμφανίζουν πτωτική τάση.

Στον πληθυσμό των γυναικών ηλικίας 60 έως 69 ετών, το 42,7% δήλωσαν ότι έχουν κάνει μαστογραφία τα τρία τελευταία χρόνια.

Σύμφωνα με τον κ. Τούντα, η τάση αυτή είναι άκρως επικίνδυνη, καθώς για να φανούν τα πλεονεκτήματα της μαστογραφίας σε επίπεδο πληθυσμού, θα πρέπει να γίνεται συστηματικά, σε ποσοστό άνω του 70% του πληθυσμού των γυναικών ηλικίας 50 έως 69 ετών.

Χαμηλά είναι τα ποσοστά και στην ψηλάφηση του μαστού από γιατρό. Στη συγκεκριμένη εξέταση έχει υποβληθεί το 56,4% των γυναικών άνω των 40 ετών.

Περισσότερες είναι οι γυναίκες που έχουν προβεί σε αυτο-ψηλάφηση του μαστού (71%, άνω των 40 ετών).