



**EPIRUS**  
HEALTH STUDY

# ΜΕΛΕΤΗ ΥΓΕΙΑΣ ΗΠΕΙΡΟΥ

ΜΙΑ ΠΡΩΤΟΠΟΡΙΑΚΗ ΜΕΛΕΤΗ  
ΓΙΑ ΤΗΝ ΥΓΕΙΑ  
ΤΩΝ ΚΑΤΟΙΚΩΝ ΤΗΣ ΗΠΕΙΡΟΥ

## ΣΧΕΤΙΚΑ

### ΜΕ ΤΗ ΜΕΛΕΤΗ

Η Μελέτη Υγείας Ηπείρου είναι μια πρωτοποριακή προοπτική επιδημιολογική μελέτη που θα διερευνήσει την αιτιολογία χρόνιων πολυπαραγοντικών νοσημάτων με απώτερο σκοπό τη βελτίωση της υγείας των Ηπειρωτών, και κατ' επέκταση όλων των Ελλήνων.

Θα μελετήσουμε 10.000 μόνιμους κατοίκους της Ηπείρου ηλικίας 25 έως 70 ετών, από τους οποίους θα συλλεχθούν λεπτομερείς πληροφορίες αποτελούμενες από ερωτηματολόγια και μετρήσεις κλινικών και βιοχημικών δεικτών. Μέσω του εντοπισμός ατόμων στα πρώιμα στάδια νοσημάτων, η μελέτη της φυσικής ιστορίας τους και η ανάδειξη βιοδεικτών που θα χρησιμοποιηθούν για εξατομικευμένη πρόληψη, θεραπεία και πρόγνωση.

## ΣΤΟΧΟΣ

### ΤΗΣ ΜΕΛΕΤΗΣ

Η δημιουργία μια μοναδικής για τα ελληνικά χρονικά πλούσιας βιοτράπεζας που θα χρησιμοποιηθεί για σημαντική βιοιατρική έρευνα στο εγγύς και απώτερο μέλλον.

## ΠΡΟΫΠΟΘΕΣΕΙΣ

### ΣΥΜΜΕΤΟΧΗΣ ΣΤΗ ΜΕΛΕΤΗ



μόνιμος κάτοικος της Ηπείρου



ηλικίας 25-70 ετών



δηλώστε συμμετοχή online στο:  
**[ehs.med.uoi.gr/booking](https://ehs.med.uoi.gr/booking)**  
ή καλέστε στο **2651 200 462**

## ΣΥΝΕΡΓΑΖΟΜΕΝΟΙ

### ΦΟΡΕΙΣ



Πανεπιστήμιο  
Ιωαννίνων



Ιατρική Φρονίδα  
Ιωαννίνων

## ΥΛΟΠΟΙΗΣΗ ΤΗΣ ΜΕΛΕΤΗΣ

### 1. ΕΡΩΤΗΜΑΤΟΛΟΓΙΑ

Θα χρησιμοποιηθεί ένας συνδυασμός ερωτηματολογίων που θα συμπληρώνουν οι συμμετέχοντες με τη βοήθεια συνεντευκτών με σκοπό τη συλλογή των παρακάτω πληροφοριών: δημογραφικά χαρακτηριστικά, κοινωνικό-οικονομικό επίπεδο, φυσική άσκηση, κάπνισμα, κατανάλωση αλκοόλ, διατροφή, χρήση κινητού τηλεφώνου, διάρκεια ύπνου, προσωπικό και οικογενειακό ιατρικό ιστορικό, χρήση φαρμάκων, ιστορικό της παιδικής ηλικίας, αναπαραγωγικό ιστορικό, άγχος, κατάθλιψη, γνωσιακές λειτουργίες.

### 2. ΚΛΙΝΙΚΕΣ ΜΕΤΡΗΣΕΙΣ

Θα διενεργηθούν οι ακόλουθες κλινικές μετρήσεις: ανθρωπομετρία (ύψος, βάρος, δείκτης μάζας σώματος, περίμετρος περιφέρειας μέσης και γλουτών, λιπομέτρηση), αρτηριακή πίεση και αρτηριακή σκληρία σε όλους τους συμμετέχοντες και σπιρομέτρηση, ηλεκτροκαρδιογράφημα και υπέρηχος καρδιάς σε επιλεγμένο αριθμό συμμετεχόντων.



### 3. ΒΙΟΛΟΓΙΚΑ ΔΕΙΓΜΑΤΑ

Θα συλλεχθούν βιολογικά δείγματα αίματος, ούρων και σιέλου, στα οποία θα μετρηθούν βιοχημικοί δείκτες, όπως η ολική χοληστερόλη, η HDL (καλή χοληστερόλη), η LDL (κακή χοληστερόλη) και η γλυκόζη (σάκχαρο).



#### Πάρτε μέρος κι εσείς!

- ελάτε μετά από **δωρη νηστεία**
- φέρετε τα φάρμακα και συμπληρώματα που λαμβάνετε και την πιο πρόσφαση αιματολογική εξέταση

#### ΟΦΕΛΗ ΣΥΜΜΕΤΟΧΗΣ

#### Συμμετέχοντας στη Μελέτη Υγείας Ηπείρου:

1. θα λάβετε μια δωρεάν και λεπτομερή αναφορά της κατάστασης της υγείας σας.
2. θα έχετε τη δυνατότητα να συνομιλήσετε με τους γιατρούς και να διατυπώσετε απορίες σας.
3. θα συμβάλλετε σημαντικά στη δημιουργία νέας γνώσης στο χώρο της Υγείας.



Ευρωπαϊκή Ένωση  
Ευρωπαϊκό Ταμείο  
Περιφερειακής Ανάπτυξης



ΕΠΙΧΕΙΡΗΣΙΑΚΟ  
ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ  
ΗΠΕΙΡΟΣ  
2014-2020

με τη συγχρηματοδότηση της Ελλάδας και της Ευρωπαϊκής Ένωσης



ανάπτυξη - εργασία - αλληλεγγύη