

1

2

3

4

5

6

7

8

9

10

11



MIG-HEALTH APPS

Mobile Health Apps for Migrants

<https://apps4health.eu/>

Ενότητα 11 - Συνεδρία βιωματικής
κατάρτισης (11.2)

Εφαρμογές για υπηρεσίες
υγειονομικής περίθαλψης





Εταίροι

POLIBIENESTAR
UNIVERSITAT DE VALÈNCIA

UNIVERSITAT DE VALÈNCIA
ΒΑΛΕΝΣΙΑ, ΙΣΠΑΝΙΑ
www.uv.es



OXFAM ITALIA INTERCULTURA
ΑΡΕΤΖΟ, ΙΤΑΛΙΑ
www.oxfamitalia.org/

PROLEPSIS
INSTITUTE

PROLEPSIS
ΑΘΗΝΑ, ΕΛΛΑΔΑ
www.prolepis.gr

IAT
Institute for Work and Technology

WESTFALISCHE HOCHSCHULE GELSENKIRCHEN,
BOCHOLT, RECKLINGHAUSEN
ΓΚΕΛΣΕΝΚΙΡΧΕΝ, ΓΕΡΜΑΝΙΑ
www.w-hs.de



connexions
ICT for Education and Social Impact

CONNEXIONS
ΑΘΗΝΑ, ΕΛΛΑΔΑ
www.connexions.gr



RESET
ΚΥΠΡΟΣ
www.resetcy.com



media k GmbH
Μπαντ Μέργκεντχάιμ, ΓΕΡΜΑΝΙΑ
www.media-k.eu

coordina
Strategy and Sustainable Results

COORDINA ORGANIZACIÓN DE EMPRESAS Y
RECURSOS HUMANOS, S.L.
ΒΑΛΕΝΣΙΑ, ΙΣΠΑΝΙΑ
coordina-oerh.com



AMSED
ΣΤΡΑΣΒΟΥΡΓΟ, ΓΑΛΛΙΑ
www.amsed.fr





Συνεδρία βιωματικής εκπαίδευσης: Περιεχόμενο

1. Προσδιορισμός των εφαρμογών υπηρεσιών υγειονομικής περίθαλψης και των διαφόρων κατηγοριών τους





11 Εφαρμογές για υπηρεσίες υγειονομικής περίθαλψης

Στόχοι

- ✓ Απόκτηση των δεξιοτήτων για πρόσβαση σε υπηρεσίες δημόσιας και ιδιωτικής υγειονομικής περίθαλψης.
- ✓ Ενθάρρυνση των συμμετεχόντων να εφαρμόσουν τις γνώσεις που απέκτησαν μέσω πρακτικών δραστηριοτήτων.
- ✓ Ενίσχυση των δεξιοτήτων που απαιτούνται για τη λήψη τεκμηριωμένων αποφάσεων όσον αφορά την επιλογή, τη χρήση και την ενσωμάτωση των εφαρμογών στην καθημερινή ζωή των συμμετεχόντων.



Πηγή | [Pixabay license](#)
Εικόνα από [vectorjuice](#) σε [Freepik](#)





11.2.1

Προσδιορισμός των εφαρμογών υπηρεσιών υγειονομικής περίθαλψης και των διαφόρων κατηγοριών τους

Στόχοι

- Εξοικείωση με τις πιο δημοφιλείς εφαρμογές υπηρεσιών υγειονομικής περίθαλψης
- Διάκριση μεταξύ δημόσιων και ιδιωτικών παρόχων εφαρμογών για υπηρεσίες υγειονομικής περίθαλψης και των συγκεκριμένων συμφερόντων τους
- Συλλογή και αξιολόγηση διαφόρων παραδειγμάτων
- Δημιουργία σχεδίου για την αποδοτική χρήση των εφαρμογών των υπηρεσιών υγειονομικής περίθαλψης



[Εικόνα από vectorjuice σε Freepik](#)



Εφαρμογές υπηρεσιών υγειονομικής περίθαλψης

Οι εφαρμογές που εστιάζουν στην παροχή υπηρεσιών, για παράδειγμα, υπενθυμίζουν στους χρήστες να παίρνουν τα φάρμακά τους, παρακολουθούν την κατάσταση του εμβολιασμού τους και τους υπενθυμίζουν για ιατρικές εξετάσεις. Σε ορισμένες περιπτώσεις, μπορούν ακόμη και να χρησιμοποιηθούν για να κλείσουν ραντεβού με γιατρούς. Μπορούν επίσης να χρησιμοποιηθούν για την παρακολούθηση των συμπτωμάτων ή της εξέλιξης μιας ασθένειας.





Εφαρμογές υπηρεσιών υγειονομικής περίθαλψης στην Ελλάδα



[Πηγή](#) | [Pixabay license](#)



Εφαρμογές υπηρεσιών υγειονομικής περίθαλψης από δημόσιους παρόχους στην Ελλάδα

- Προς το παρόν, ο **δημόσιος πάροχος** εφαρμογών στην Ελλάδα είναι το Υπουργείο Ψηφιακής Διακυβέρνησης.
- Η πανδημία έφερε την Ελλάδα λίγο πιο κοντά στην ηλεκτρονική υγεία, παρέχοντας διάφορες ψηφιακές πλατφόρμες για την καλύτερη αυτοδιαχείριση της υγείας.
- Ωστόσο, οι δημόσιοι πάροχοι επικεντρώθηκαν περισσότερο στη χρήση πλατφόρμων που βασίζονται σε περιηγητές ιστού παρά σε εφαρμογές.



Εφαρμογές υπηρεσιών υγειονομικής περίθαλψης από δημόσιους παρόχους στην Ελλάδα

- Το 2021, το Υπουργείο Ψηφιακής Διακυβέρνησης προχώρησε στην ανάπτυξη εφαρμογών για κινητά τηλέφωνα, οι οποίες αφορούν:
 - ✓ Προληπτική ιατρική: οι νέοι γονείς θα λαμβάνουν ειδοποιήσεις στο κινητό τους τηλέφωνο ως υπενθύμιση για να εμβολιάσουν τα παιδιά τους. Επιπλέον, οι πολίτες αναμένεται να λαμβάνουν εξατομικευμένες ενημερώσεις για προληπτικές εξετάσεις με βάση την ηλικία και το φύλο τους.
 - ✓ Συμβουλευτική εξ αποστάσεως: Η πρωτοβουλία αυτή, η οποία θα ξεκινήσει από την ψυχική υγεία και τις δερματολογικές παθήσεις, είναι ιδιαίτερα σημαντική, ιδιαίτερα για τις παραμεθόριες και νησιωτικές περιοχές, καθώς κάνει την εξ αποστάσεως επικοινωνία γιατρού-ασθενούς πιο σαφή και ξεκάθαρη.



Εφαρμογές υπηρεσιών υγειονομικής περίθαλψης από δημόσιους παρόχους στην Ελλάδα

MyHealth (μόνο στα ελληνικά)

- Το myHealth είναι μια εφαρμογή που αποτελεί μέρος του γενικότερου πλαισίου υπηρεσιών για την ηλεκτρονική εξυπηρέτηση των πολιτών σε θέματα που αφορούν την υγεία τους και τις ιατρικές διαδικασίες που πρέπει να ακολουθήσουν.
- Το myHealth δίνει στους πολίτες πρόσβαση στις ιατρικές τους συνταγές και τα παραπεμπτικά διαγνωστικών εξετάσεων, καθώς και στα Ηλεκτρονικά Ιατρικά Πιστοποιητικά τους.
- Για τη χρήση της εφαρμογής απαιτείται ο Αριθμός Μητρώου Κοινωνικής Ασφάλισης (ΑΜΚΑ).
- <https://play.google.com/store/apps/details?id=gr.gov.myhealth&hl=el>
- <https://apps.apple.com/gr/app/myhealth/id1571094114>



Αναπτύχθηκε από την
Ελληνική Δημοκρατία



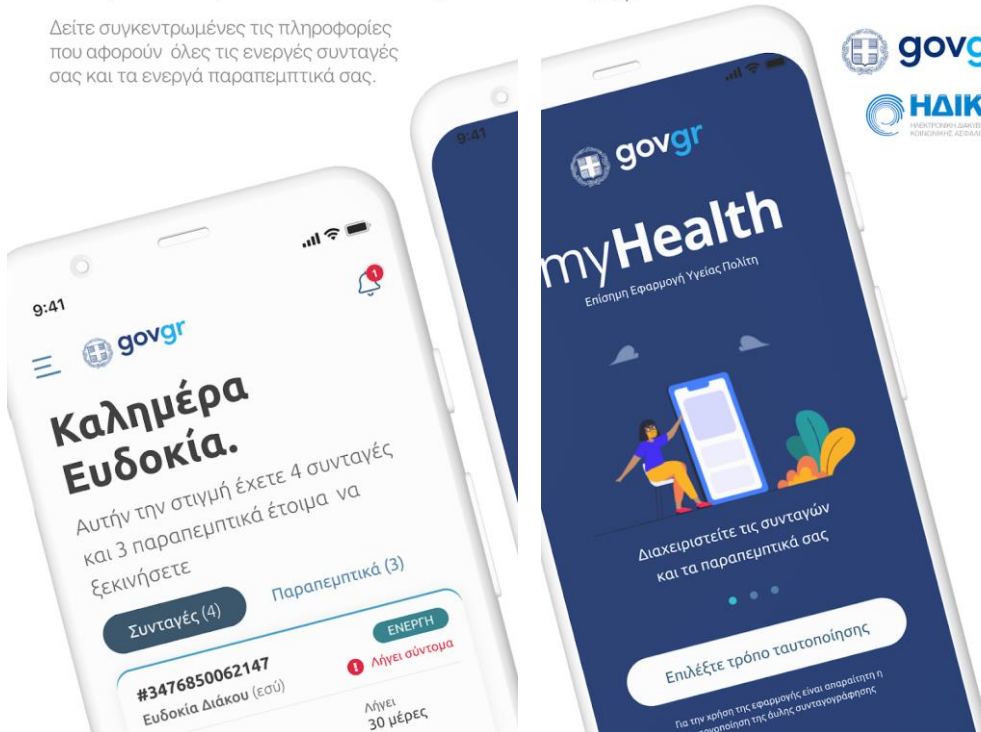
Εφαρμογές υπηρεσιών υγειονομικής περίθαλψης στην Ελλάδα



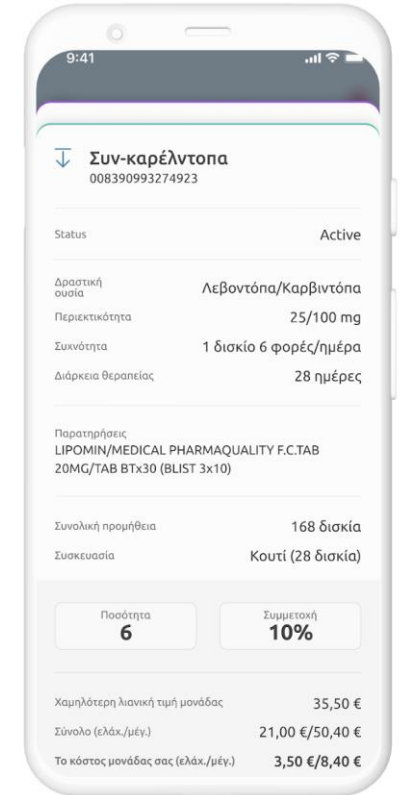
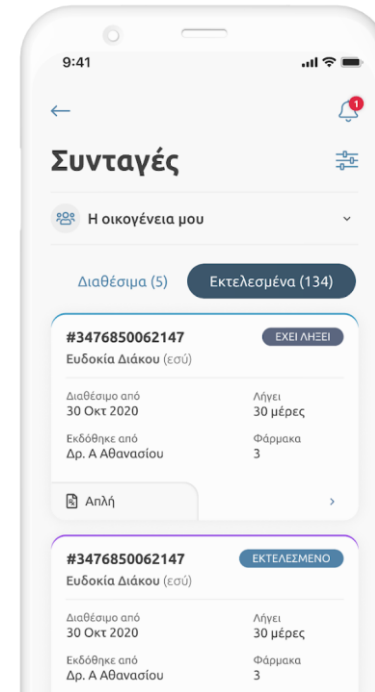
Διαχειριστείτε τις συνταγές και τα παραπεμπτικά σας

Δείτε συγκεντρωμένες τις πληροφορίες που αφορούν όλες τις ενεργές συνταγές σας και τα ενεργά παραπεμπτικά σας.

Άμεση και εύκολη πρόσβαση στα στοιχεία που περιέχονται στη συνταγογράφηση και τα παραπεμπτικά για εσάς και τα προστατευόμενα μέλη σας.



Ειδοποιήσεις που αφορούν τις συνταγές και τα παραπεμπτικά



Εφαρμογές υπηρεσιών υγειονομικής περίθαλψης από δημόσιους παρόχους στην Ελλάδα

EMA (μόνο στα ελληνικά)

- Η εφαρμογή αναπτύχθηκε από το GRNET SA στο πλαίσιο της δράσης «Ηλεκτρονικές Υπηρεσίες για το Εθνικό Σύστημα Αιμοδοσίας» του Επιχειρησιακού Προγράμματος «Μεταρρύθμιση του Δημόσιου Τομέα» και συγχρηματοδοτείται από το Ευρωπαϊκό Κοινωνικό Ταμείο και από εθνικούς πόρους.
- Μέσω αυτής της εφαρμογής, ένας αιμοδότης που έχει λογαριασμό χρήστη στο Εθνικό Μητρώο Αιμοδοτών (<https://service.blooddonorregistry.gr>) μπορεί να δει τα στοιχεία του προφίλ του, τα στατιστικά του στοιχεία ως αιμοδότη, την ταυτότητα του ως εθελοντή αιμοδότη, εάν έχει εκδώσει ή υποβάλει μία, καθώς και να ενημερωθεί για το πότε μπορεί να δώσει ξανά αίμα.
- <https://play.google.com/store/apps/details?id=gr.bdr&hl=en&gl=US> (μόνο στο Google Play)



Αναπτύχθηκε από
GRNET



Εφαρμογές υπηρεσιών υγειονομικής περίθαλψης από δημόσιους παρόχους στην Ελλάδα



6:15

Calendar

You can donate blood again after:
13/11/2019

November 2019

Mon	Tue	Wed	Thu	Fri	Sat	Sun
28	29	30	31	1	2	3
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	1

Donation alerts are disabled.

5:02

Blood donor card

Card has been delivered.

Blood donor card number
301602582936

First name
ΟΝΟΜΑ ΓΙΗΗΔΕ / ΟΝΟΜΑ ΓΙΗΗΔΕ

Last name
ΕΠΩΝΥΜΟ ΓΙΗΗΔΕ / ΕΠΩΝΥΜΟ ΓΙΗΗΔΕ

Father's name
ΠΑΤΡΩΝΥΜΟ ΓΙΗΗΔΕ / ΠΑΤΡΩΝΥΜΟ ΓΙΗΗΔΕ

Mother's name
ΜΗΤΡΩΝΥΜΟ ΓΙΗΗΔΕ / ΜΗΤΡΩΝΥΜΟ ΓΙΗΗΔΕ

Blood type, Rhesus
O, Positive (+)

Date of submission
26/07/2018 17:09

Updates on the status of your application via email blooddonor286634@stg.bdr.grnet.gr

4:52

Donations

PER YEAR PER REASON DATA

15/08/2019 Blood donation
Hospital ΙΠΠΟΚΡΑΤΕΙΟ ΘΕΣ/ΝΙΚΗΣ
Αιμοδοσία **εθελοντική**

09/05/2018 Blood donation
Hospital ΙΠΠΟΚΡΑΤΕΙΟ ΑΘΗΝΩΝ
For **blood donors association**

07/10/2016 Blood donation
Hospital 401
Donation for **related patient**

10/06/2016 Blood donation
Hospital 401
Donation for **related patient**

4:51

Donations

PER YEAR PER REASON DATA

Since 2015 you've donated **4** times blood.

Reason	Percentage
1 voluntarily	25%
1 for blood donors association	25%
2 for patients	50%

● 1 voluntarily
● 1 for blood donors association
● 2 for patients



Εφαρμογές υπηρεσιών υγειονομικής περίθαλψης από ιδιωτικούς παρόχους στην Ελλάδα

- Η εφαρμογή **Let's ΠΑΠ** είναι η πρώτη ελληνική εφαρμογή για την υγεία της γυναίκας.
- Η εφαρμογή στοχεύει να ενημερώσει τις γυναίκες για το πώς μπορούν να παραμείνουν υγιείς και προστατευμένες από τον καρκίνο του τραχήλου της μήτρας.
- Μέσω της εφαρμογής, οι γυναίκες μπορούν να γνωρίζουν ακριβώς τον κύκλο τους, να καταγράφουν τα συμπτώματά τους και να λαμβάνουν συμβουλές διατροφής και άσκησης που θα τις κάνουν να αισθάνονται καλύτερα.

Άλλα χαρακτηριστικά:

- μεταφέρει το μήνυμα της ζωής, την αξία της πρόληψης στον αγώνα κατά του καρκίνου του τραχήλου της μήτρας
 - δίνει πρόσβαση σε μια σειρά μαθημάτων για την ενεργητική πρόληψη του καρκίνου του τραχήλου της μήτρας και του ιού HPV
 - καταγράφει τον έμμηνο κύκλο και ενημερώνει με ακρίβεια για την ημερομηνία της επόμενης περιόδου και τις ημέρες ωορρηξίας
 - παρέχει διατροφικές συμβουλές που σχετίζονται με τα συμπτώματα και την ανακούφισή τους
 - ενημερώνει για μια σειρά από θέματα υγείας, όπως η διατροφή και η άσκηση, από επαγγελματίες
- <https://play.google.com/store/apps/details?id=gr.aenorasis.letspap&hl=el&gl=US>
 - <https://apps.apple.com/us/app/lets-%CF%80%CE%B1%CF%80/id1294578686?ls=1>



Αναπτύχθηκε από το LEAP και υποστηρίζεται από την Ελληνική Ακαδημαϊκή Ομάδα Μελέτης της Παθολογίας του Τραχήλου της Μήτρας (HeCPA Group).



Εφαρμογές υπηρεσιών υγειονομικής περίθαλψης από ιδιωτικούς παρόχους στην Ελλάδα



The collage displays four screens from the 'LET'S PAP' mobile application:

- Κύκλος Περίοδου (Menstrual Cycle):** Shows a circular progress indicator for the menstrual cycle. It indicates 27 days remaining until the period on 26th Sept. It also lists: Τελευταία Περίοδος 25 Σεπ 2017, Αναμενόμενη Ωορρηξία 06 Οκτ 2017, and Αναμενόμενη Περίοδος 23 Οκτ 2017.
- Μαθήματα (Lessons):** A list of seven lessons related to cervical cancer prevention, such as 'Καρκίνος του τραχήλου της μήτρας' and 'Πρόληψη Καρκίνου Τραχήλου της Μήτρας'. A progress bar shows 25% completion.
- ΚΑΤΑΣΤΑΣΗ ΗΜΕΡΟΜΗΝΙΑ (Status Date):** Shows the date 26 Σεπ 2017 and a 'SHARE' button.
- ΚΑΤΑΣΤΑΣΗ (Status):** A health status dashboard with three sections: 'ΡΟΗ ΑΙΜΑΤΟΣ' (Blood Flow) with a red drop icon, 'ΠΟΝΟΣ' (Pain) with a sun icon, and 'ΔΙΑΘΕΣΗ' (Mood) with a smiley face icon. A 'ΣΤΑΘΕΡΟΤΗΤΑ' (Stability) section is also visible.

At the bottom of each screen is a navigation bar with icons for: ΑΡΧΙΚΗ (Home), ΗΜΕΡΟΛΟΓΙΟ (Calendar), ΜΑΘΗΜΑΤΑ (Lessons), ΙΑΤΡΕΙΑ (Clinic), and ΒΙΒΛΙΟΘΗΚΗ (Library).



Εφαρμογές υπηρεσιών υγειονομικής περίθαλψης από ιδιωτικούς παρόχους στην Ελλάδα

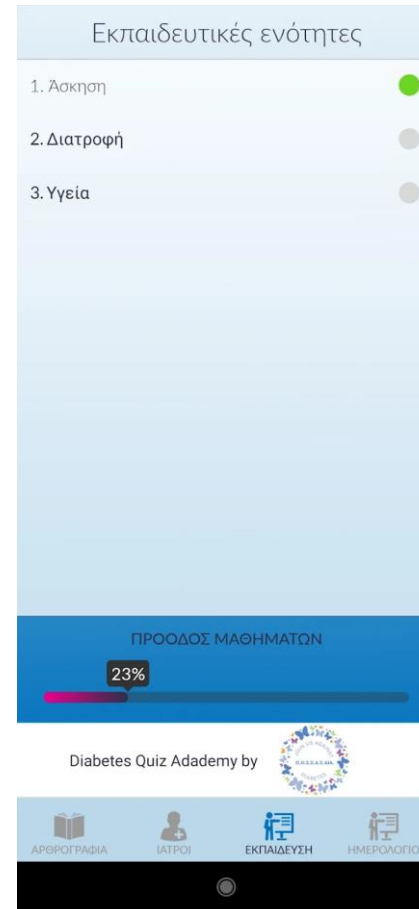
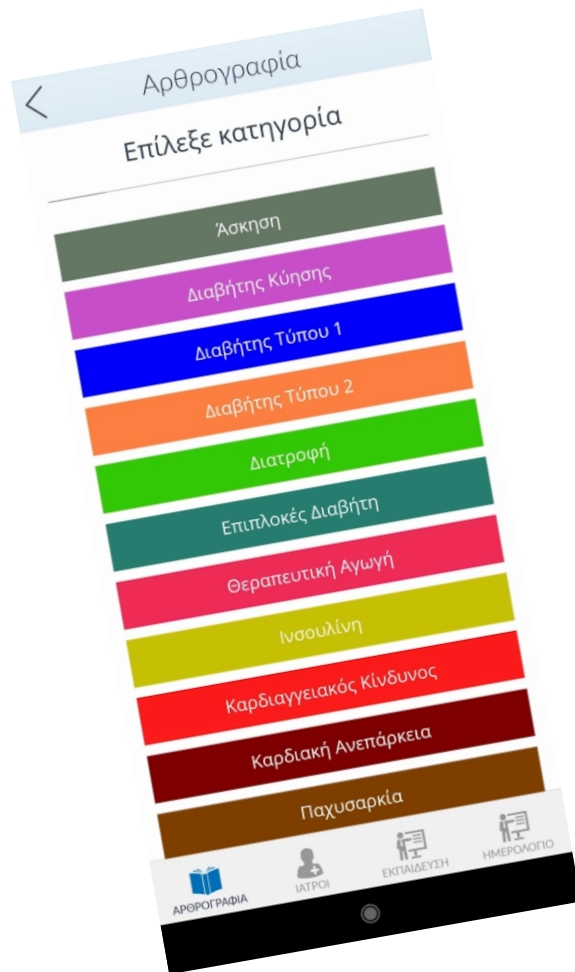
- Με τη χρήση της εφαρμογής **all4Diabetes**, το κοινό έχει καθολική πρόσβαση στα πιο έγκυρα, έγκαιρα και χρήσιμα άρθρα της ιατρικής κοινότητας.
- Η πλατφόρμα αναζήτησης της εφαρμογής εντοπίζει σε καθημερινή βάση, κατηγοριοποιεί και παραπέμπει σε άρθρα από δημοφιλείς και αξιόπιστες ιστοσελίδες υγειονομικού περιεχομένου, που σχετίζονται με τον διαβήτη.
- Οι χρήστες της εφαρμογής μπορούν να βρουν τα στοιχεία επικοινωνίας των γιατρών, με βάση την τοποθεσία τους, προκειμένου να κλείσουν ραντεβού.
- Στο ημερολόγιο, οι χρήστες καταγράφουν καθημερινά τη διάθεσή τους και προσθέτουν ως υπενθύμιση το ραντεβού τους με τον επαγγελματία υγείας της επιλογής τους.
- Μέσω κουίζ, οι χρήστες μπορούν να εμπλουτίσουν τις γνώσεις τους για τον διαβήτη.
- Η εφαρμογή τελεί υπό την αιγίδα της Πανελλήνιας Ομοσπονδίας Σωματείων - Σύνδεσμος Ατόμων με Σακχαρώδη Διαβήτη.
- <https://mail.google.com/mail/u/0/?tab=rm&ogbl#inbox/FMfcgzGxSHhsrfnHHqcKXXxXgNvbHDPC>
- <https://apps.apple.com/id/app/all4diabetes/id1491723023>



Αναπτύχθηκε από LEAP



Εφαρμογές υπηρεσιών υγειονομικής περίθαλψης από ιδιωτικούς παρόχους στην Ελλάδα



Εφαρμογές υπηρεσιών υγειονομικής περίθαλψης από ιδιωτικούς παρόχους στην Ελλάδα

- Μέσω του Doctoranytime οι χρήστες μπορούν εύκολα να βρουν τον καταλληλότερο επαγγελματία υγείας ανάμεσα σε περισσότερες από 100 ειδικότητες, και να κλείσουν ραντεβού για επίσκεψη ή βιντεοκλήση, για τους ίδιους και τους αγαπημένους τους.
- Οι χρήστες επιλέγουν απλώς μια περιοχή και μια ημέρα και ώρα που τους ταιριάζει.
- Λειτουργίες της εφαρμογής:
 - Εντοπίζει τους καλύτερους επαγγελματίες υγείας για τις ανάγκες του χρήστη και κλείνει ραντεβού εύκολα και γρήγορα.
 - Δίνει επιλογές ανάμεσα σε περισσότερες από 100 ειδικότητες και αμέτρητες υπηρεσίες για μια εξατομικευμένη εμπειρία
 - Κλείνει ραντεβού για επίσκεψη ή βιντεοκλήση από την άνεση του σπιτιού
 - Εντάσσει τον χρήστη σε μια μεγάλη κοινότητα χρηστών που παρέχουν χρήσιμες κριτικές για κάθε επαγγελματία.
- https://play.google.com/store/apps/details?id=com.doctoranytime.app&utm_Pηγή=webhome
- https://apps.apple.com/gr/app/doctoranytime/id1555253814?utm_Pηγή=webhome



Αναπτύχθηκε από
doctoranytime



Εφαρμογές υπηρεσιών υγειονομικής περίθαλψης από ιδιωτικούς παρόχους στην Ελλάδα



Η υγεία σου στα χέρια σου 24/7

Η εφαρμογή υγείας που ακούει τις ανάγκες σου!

Κλείσε ραντεβού σε 1'
Επιλογή ειδικών βάσει των αναγκών σου

Οι αξιολογήσεις σου έχουν επιβεβαιώσει την ασφάλεια και την ποιότητα των υπηρεσιών

doctor anytime

100% αξιόπιστες αξιολογήσεις. Μάθε περισσότερα σχετικά με την Πολιτική Διαχείρισης Αξιολογήσεων εδώ.



Δραστηριότητα: Συγκεντρώστε διάφορες εφαρμογές σε ένα έτοιμο πρότυπο



- Γνωρίσατε διάφορα παραδείγματα εφαρμογών δημόσιων και ιδιωτικών υπηρεσιών υγείας.
- Τώρα, εξερευνήστε τις βασικές λειτουργίες και ρυθμίσεις τους.
- Επιλέξτε 1-3 εφαρμογές υπηρεσιών υγειονομικής περίθαλψης στη γλώσσα της χώρας υποδοχής σας.
- Συμπληρώστε το πρότυπο.

11.2.1 Pre-defined template for the Experiential Training Session

Name	Owner/Programmer / Provider	Public / private provider?	Cost	Platform (link)	Target Group (e.g. "Children", "Elderly", "Women", "Dealing with Pain", "Mental Problems", "certain diseases")	Description
1 Student Health App	Trinity College Cambridge	Private	Free	https://apps.apple.com/de/app/student-health-app/id934979379	Students of Trinity College Cambridge / Great Britain	<p>The Student Health App offers plain-talking reassurance, info and advice on over 125 topics relevant to students in areas such as...</p> <ul style="list-style-type: none">> first aid & emergencies> common ailments> mental health problems> physical (body) symptoms> love and sex> healthy living> travel health> alcohol & drugs> long-term health problems> staying safe at university> accessing health services...





Δραστηριότητα: Δημιουργήστε το δικό σας σχέδιο για τη χρήση εφαρμογών υπηρεσιών υγείας

- Υπάρχουν θέματα υγείας που αφορούν τον εκπαιδευόμενο/τον φίλο/το παιδί/τους συγγενείς (π.χ. επαναλαμβανόμενοι πονοκέφαλοι, προϋπάρχουσες ασθένειες, ανάγκη για προληπτικά μέτρα υγείας);
- Ποιες εφαρμογές υπηρεσιών υγείας είναι διαθέσιμες που αφορούν σε αυτά τα θέματα (π.χ. εφαρμογές για εναλλακτικές θεραπείες, ειδικές κλινικές);
- Ποια/ες εφαρμογή/ες θα ήταν ωφέλιμη/ες;
- Μεταφέρετε και καταγράψτε αυτή/αυτές τις εφαρμογές σε ένα πρότυπο, ώστε να αναπτύξετε ένα σχέδιο για μελλοντική χρήση.

11.2.1 Pre-defined template for creating a plan for using healthcare services apps

	Name of the beneficiary	Health topic to be tackled	Name of the app	Platform (link)	Description	Why is this app beneficial for the user?
1	Margerita	Painful tensions due to lack of physical exercise	TK App	https://www.tk.de/techniker/magazin/digitale-gesundheit/spezial/tk-fit-2066260	This is an app of a health insurance company that also offers a fitness programme which rewards physical activities	The aim is to relieve painful tension in the muscles.
2						
3						
4						
5						





MIG-HEALTH APPS

Mobile Health Apps for Migrants

Συγχαρητήρια!

Έχετε ολοκληρώσει τη
διδασκαλία αυτής της ενότητας!



Με τη συγχρηματοδότηση
της Ευρωπαϊκής Ένωσης

Με τη συγχρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης. Οι απόψεις και οι γνώμες που διατυπώνονται εκφράζουν αποκλειστικά τις απόψεις των συντακτών και δεν αντιπροσωπεύουν κατ' ανάγκη τις απόψεις της Ευρωπαϊκής Ένωσης ή του Ευρωπαϊκού Εκτελεστικού Οργανισμού Εκπαίδευσης και Πολιτισμού (EACEA). Η Ευρωπαϊκή Ένωση και ο EACEA δεν μπορούν να θεωρηθούν υπεύθυνοι για τις εκφραζόμενες απόψεις.