

ΑΝΑΡΤΗΤΕΟ ΣΤΟ ΔΙΑΔΙΚΤΥΟ



**ΕΛΛΗΝΙΚΗ ΔΗΜΟΚΡΑΤΙΑ
ΥΠΟΥΡΓΕΙΟ ΥΓΕΙΑΣ
ΓΕΝΙΚΗ ΓΡΑΜΜΑΤΕΙΑ ΔΗΜΟΣΙΑΣ ΥΓΕΙΑΣ
Δ/ΝΣΗ ΠΡΩΤΟΒΑΘΜΙΑΣ ΦΡΟΝΤΙΔΑΣ ΥΓΕΙΑΣ
ΤΜΗΜΑ ΣΤΟΜΑΤΙΚΗΣ ΥΓΕΙΑΣ
& ΟΔΟΝΤΙΑΤΡΙΚΗΣ ΠΕΡΙΘΑΛΨΗΣ**

ΕΞ. ΕΠΕΙΓΟΝ

Αθήνα, 12/03/2026
Αρ. πρωτ.: Γ1δ/ Γ.Π. οικ.12318

Ταχ. Διεύθυνση : Αριστοτέλους 17
Ταχ. Κώδικας : 101 87
Πληροφορίες : Μ. Τσαντίδου
Τηλέφωνο : 213-2161333
Φαξ : 213-2161919
E-mail : pfy4@moh.gov.gr

**ΠΡΟΣ : ΟΠΩΣ Ο ΠΙΝΑΚΑΣ
ΑΠΟΔΕΚΤΩΝ**

**ΘΕΜΑ: Παγκόσμια Ημέρα Στοματικής Υγείας (World Oral Health Day) - 20η
Μαρτίου 2026**

Σχετ: Το από 9-3-2026 μήνυμα ηλεκτρονικού ταχυδρομείου της Ελληνικής Οδοντιατρικής Ομοσπονδίας

Η Δ/ση Πρωτοβάθμιας Φροντίδας Υγείας, Τμήμα Στοματικής Υγείας & Οδοντιατρικής Περίθαλψης, στο πλαίσιο της Παγκόσμιας Ημέρας Στοματικής Υγείας (World Oral Health Day), όπως αυτή έχει καθιερωθεί από την Παγκόσμια Οδοντιατρική Ομοσπονδία (FDI - World Dental Federation), και είναι η 20η Μαρτίου εκάστου έτους, σας ενημερώνει για τα ακόλουθα:

Α. Η Παγκόσμια Ημέρα Στοματικής Υγείας έχει ως στόχο να αναδεικνύει τα πλεονεκτήματα του υγιούς στόματος και να προάγει παγκόσμια τη γνώση για τα ζητήματα γύρω από τη στοματική υγεία, καθώς και για τη σπουδαιότητα της στοματικής υγιεινής για όλους/ες – νέους/ες και ηλικιωμένους/ες. Η σπουδαιότητα της Παγκόσμιας Ημέρας Στοματικής Υγείας έγκειται στο γεγονός ότι το 90% του πληθυσμού θα εμφανίσει κάποια στοματική νόσο κατά τη διάρκεια της ζωής του/ης (εκτιμάται ότι τα νοσήματα του στόματος επιβαρύνουν σχεδόν 3,5 δις ανθρώπους), καθώς και ότι πολλές από τις νόσους του στόματος μπορούν να προληφθούν μέσω της αυξημένης υποστήριξης της Πολιτείας, των επιστημονικών ενώσεων και των κοινωνικών φορέων στην πρόληψη, έγκαιρη διάγνωση και θεραπεία.

Προστατεύουμε το στόμα και το σώμα μας ξεκινώντας από νωρίς στη ζωή μας και:

- ακολουθώντας υγιεινή διατροφή, με χαμηλή περιεκτικότητα ζάχαρης και πλούσια κατανάλωση φρούτων και λαχανικών
- απέχοντας από το κάπνισμα

- αποφεύγοντας την υπερβολική κατανάλωση αλκοόλ
- υιοθετώντας συνήθειες καλής στοματικής υγιεινής:
 - βουρτσίζουμε τα δόντια μας για δύο λεπτά, δύο φορές την ημέρα, με απλή ή ηλεκτρική οδοντόβουρτσα και φθοριούχα οδοντόπαστα
 - ξεπλένουμε με ένα φθοριούχο στοματικό διάλυμα ή μασάμε τσίχλα χωρίς ζάχαρη, μετά τα γεύματα και τα σνακς, εάν δεν είναι δυνατό το βούρτσισμα των δοντιών
 - καθαρίζουμε τα μεσοδόντια με τη χρήση οδοντικού νήματος ή άλλων καθαριστικών μέσων για επιπλέον όφελος
- φορώντας προστατευτικό νάρθηκα όταν ασχολούμαστε με αθλήματα επαφής
- μη αμελώντας να επισκεπτόμαστε τον οδοντίατρό μας για τακτικό έλεγχο και καθαρισμό

Επίσης, ακολουθούμε τη Σύσταση του Παγκόσμιου Οργανισμού Υγείας για τον περιορισμό της ημερήσιας κατανάλωσης φυσικών σακχάρων για καλή γενική και στοματική υγεία: **η κατανάλωση των φυσικών σακχάρων που προστίθενται* σε τρόφιμα και ποτά και αυτών που υπάρχουν φυσικά στο μέλι, τα σιρόπια, τους χυμούς δεν πρέπει να ξεπερνά το 10% της συνολικής ενεργειακής (θερμιδικής) πρόσληψης.** Η συμβουλή αφορά τον υγιή πληθυσμό και δεν αντικαθιστά το διαιτολόγιο που συστήνεται από τον θεράποντα ειδικό σε περίπτωση χρόνιας ή οξείας ασθένειας.

(*από τη βιομηχανία, τους παρασκευαστές των τροφίμων ή τον καταναλωτή)

B. Το κεντρικό σύνθημα της φετινής ενημερωτικής εκστρατείας είναι «**Ένα υγιές στόμα ... για μια ευτυχισμένη ζωή**» και αποβλέπει να ευαισθητοποιήσει σχετικά με τη σημασία της φροντίδας του στόματος σε κάθε στάδιο της ζωής - από τη γέννηση μέχρι τα προχωρημένα χρόνια. Κάθε μέρα χρησιμοποιούμε το στόμα μας με αμέτρητους τρόπους, και ένα υγιές στόμα κάνει τη ζωή πιο ευχάριστη. Υποστηρίζει ολόκληρο το σώμα μας και κάνει τις καθημερινές στιγμές φωτεινότερες — είτε μοιραζόμαστε ένα γεύμα, συνομιλούμε με έναν φίλο ή γελάμε με τους αγαπημένους μας.

Περισσότερες πληροφορίες για τα μηνύματα της φετινής Παγκόσμιας Ημέρας Στοματικής Υγείας, τις εκδηλώσεις και το ενημερωτικό υλικό μπορούν να αναζητηθούν στην ιστοσελίδα της Ελληνικής Οδοντιατρικής Ομοσπονδίας: <https://www.eoo.gr/>

Γ. 1. Η Υπηρεσία μας μετά από εισήγηση της Εθνικής Επιτροπής Στοματικής Υγείας (ΕΕΣΥ) προωθεί για την ενημέρωση του κοινού τα ενημερωτικά έντυπα «Ενεργειακά ποτά και στοματική υγεία», «Στοματική υγεία ατόμων με αναπηρία», «Καρκίνος του Στόματος-Μην αμελήσεις. Είναι στο χέρι σου», «Αθλητικός Νάρθηκας- «παίζει Άμυνα» για το χαμόγελό σας» που ανέπτυξε η Ελληνική Οδοντιατρική Ομοσπονδία (ΕΟΟ) σε συνεργασία με επιστημονικές εταιρίες.

Επιπλέον τα ενημερωτικά έντυπα «Ενεργειακά ποτά και στοματική υγεία» και «Αθλητικός Νάρθηκας- «παίζει Άμυνα» για το χαμόγελό σας» θα αξιοποιηθούν και κατά

την πραγματοποίηση παρεμβάσεων και δράσεων αγωγής στοματικής υγείας στο μαθητικό πληθυσμό.

2. Επίσης, μετά από εισήγηση της ΕΕΣΥ εντάχθηκαν στα προγράμματα αγωγής στοματικής υγείας στα σχολεία οι παρουσιάσεις «Στοματική υγιεινή στην προσχολική ηλικία», «Στοματική υγιεινή στο Δημοτικό» και «Στοματική υγιεινή Γυμνάσιο-Λύκειο» που έχουν αναπτυχθεί από την ΕΟΟ.

Α. Σε συνέχεια των ανωτέρω συστήνεται η υλοποίηση ενημερωτικών δράσεων για την Παγκόσμια Ημέρα Στοματικής Υγείας σύμφωνα με τις ισχύουσες κάθε φορά υγειονομικές διατάξεις.

Ειδικότερα, ενδεικτικά προτείνεται:

- ανάρτηση αφισών σε χώρους με επισκεψιμότητα και ανάρτηση του ενημερωτικού υλικού και των ενημερωτικών φυλλαδίων σε ιστοσελίδες Φορέων
- προβολή των μηνυμάτων και των στόχων της Παγκόσμιας Ημέρας Στοματικής Υγείας και ιδιαίτερα του μηνύματος «Ένα υγιές στόμα ... για μια ευτυχισμένη ζωή» με στόχο την ευαισθητοποίηση και ενημέρωση του πληθυσμού, μέσω των δελτίων ειδήσεων και της διοργάνωσης ειδικών εκπομπών.

Ε. Προκειμένου να οργανωθούν και να υλοποιηθούν οι εν λόγω δράσεις και ενέργειες, προτείνεται οι αρμόδιοι επαγγελματίες υγείας να συνεργαστούν σε κάθε επίπεδο με σχετικούς φορείς, υπηρεσίες και μονάδες των Νοσοκομείων, των Κέντρων Υγείας, της Αυτοδιοίκησης Α' και Β' βαθμού, με Φορείς Κοινωνικής Φροντίδας, (ΚΑΠΗ, ΚΗΦΗ, Βοήθεια στο Σπίτι, Δημοτικά Ιατρεία κ.λ.π.), Συλλόγους, Μ.Κ.Ο., προσανατολισμένες σε θέματα πρόληψης και έγκαιρης διάγνωσης του παθήσεων του στόματος.

ΣΤ. Οι ενδιαφερόμενοι φορείς και επαγγελματίες υγείας δύναται να αναζητήσουν περισσότερες πληροφορίες και ενημερωτικό υλικό για θέματα Στοματικής Υγείας, καθώς και για τις εκδηλώσεις εορτασμού στους ακόλουθους ιστότοπους:

- Υπουργείο Υγείας
<https://www.moh.gov.gr/articles/health/dieythynsh-prwtobathmias-frontidas-ygeias/draseis-kai-programmata-agwghs-ygeias/agwgh-ygeias/entypo-kai-optikoakoystiko-yliko/5842-stomatikh-ygeia>

<https://www.moh.gov.gr/articles/health/dieythynsh-prwtobathmias-frontidas-ygeias/draseis-kai-programmata-agwghs-ygeias/agwgh-ygeias/draseis-kai-parembaseis-eyaisthhtopoihshs-kai-enhmerwshs-toy-mathhtikoy-plhthysmoy/draseis-kai-parembaseis-eyaisthhtopoihshs-kai-enhmerwshs-gia-thn-agwgh-stomatikhs-ygeias>
- Ελληνική Οδοντιατρική Ομοσπονδία
<https://www.eoo.gr/>
- Διεθνής Οδοντιατρική Ομοσπονδία (FDI)

<https://www.worldoralhealthday.org/resources>

- Παγκόσμιος Οργανισμός Υγείας (WHO)

https://www.who.int/health-topics/oral-health#tab=tab_1

Οι αποδέκτες του παρόντος εγγράφου, παρακαλούνται να ενημερώσουν σχετικά τις υπηρεσίες και τους εποπτευόμενους Φορείς όπως και κάθε άλλο συνεργαζόμενο Φορέα. Παρακαλούμε οι Οδοντίατροι των Κέντρων Υγείας και των Νοσοκομείων της χώρας να λάβουν γνώση ενυπόγραφα του παρόντος εγγράφου.

Επίσης, το Γραφείο Επικοινωνίας και Ενημέρωσης του Υπουργείου Υγείας, παρακαλείται όπως ενημερώσει σχετικά όλα τα έντυπα και ηλεκτρονικά μέσα ενημέρωσης.

Η παρούσα εγκύκλιος αναρτάται στον ιστότοπο του Υπουργείου Υγείας (www.moh.gov.gr στον άξονα «Υγεία» και στην ενότητα «Πρωτοβάθμια Φροντίδα Υγείας/Δράσεις-Παρεμβάσεις και Προγράμματα Πρωτοβάθμιας Φροντίδας Υγείας/Παγκόσμιες Ημέρες για την Υγεία».)

Οι Φορείς που θα υλοποιήσουν δράσεις παρακαλούνται να ενημερώσουν σχετικά τη Δ/ση Πρωτοβάθμιας Φροντίδας Υγείας του Υπουργείου, Τμήμα Στοματικής Υγείας (pfy4@moh.gov.gr).

Η ΑΝΑΠΛΗΡΩΤΡΙΑ ΥΠΟΥΡΓΟΣ

Ε. ΑΓΑΠΗΔΑΚΗ

ΠΙΝΑΚΑΣ ΑΠΟΔΕΚΤΩΝ ΓΙΑ ΕΝΕΡΓΕΙΑ

1. Προεδρία της Δημοκρατίας, Βασ. Γεωργίου Β΄2, 100 28 Αθήνα
2. Βουλή των Ελλήνων, Βασ. Σοφίας 2-6, 100 21 Αθήνα
3. Ακαδημία Αθηνών, Ελ. Βενιζέλου 28, 106 79 Αθήνα
4. Υπουργεία, Δ/σεις Διοικητικού, (για ενημέρωση υπηρεσιών και εποπτευόμενων φορέων)
5. Όλες τις Υγειονομικές Περιφέρειες, Γραφ. κ.κ. Διοικητών (με την παράκληση να ενημερωθούν όλοι οι εποπτευόμενοι φορείς τους).
6. Ε.Ο.Π.Υ.Υ., Αποστόλου 12, Γραφ. κ. Προέδρου, 151 23 Μαρούσι Αττικής
7. Ο.Κ.Α.Ν.Α. Γραφ. κ. Προέδρου, Αβέρωφ 21, 104 33 Αθήνα
8. Ε.Ο.Δ.Υ., Γραφ. κ. Προέδρου, Αγράφων 3-5, 151 23 Μαρούσι Αττικής (για ενημέρωση υπηρεσιών και των ΚΕΔΥ)
9. Ινστιτούτο Υγείας του Παιδιού, Γραφ. κ. Προέδρου, Νοσοκομείο Παίδων «Η Αγία Σοφία», Παπαδιαμαντοπούλου και Θηβών 1, 115-27 Αθήνα
10. Όλα τα ΑΕΙ και ΑΤΕΙ της Χώρας (για ενημέρωση Ιατρικών, Οδοντιατρικών Σχολών και Τμημάτων Επιστημών Υγείας)

11. ΓΕΕΘΑ/ΔΥΓ Στρ. Παπάγου Μεσογείων 227-231, 154 51, Χολαργός
12. Γ.Ε.Σ. Δ/ση Υγειονομικού Λ. Κανελλοπούλου Π. 1 & Κατεχάκη, 115 25, Αθήνα.
13. Γ.Ε.Α. Δ/ση Υγειονομικού Π. Κανελλοπούλου 3, 11525, Αθήνα
14. Γ.Ε.Ν. Δ/ση Υγειονομικού, Δεινοκράτους 70, 11521, Αθήνα
15. ΕΦΕΤ, Κηφισίας 124 και Ιατρίδου 2 Αμπελόκηποι.
16. Περιφέρειες της Χώρας, Γραφ. κ.κ. Περιφερειάρχων (για ενημέρωση των Π.Ε.)
17. Αποκεντρωμένες Διοικήσεις, Γραφ. κ.κ. Γεν. Γραμματέων (για ενημέρωση ΟΤΑ)
18. Κεντρική Ένωση Δήμων Ελλάδας (Κ.Ε.Δ.Ε.) , Γ. Γενναδίου 8., 106 78 Αθήνα
19. Ελληνικό Διαδημοτικό Δίκτυο Υγιών Πόλεων – Προαγωγής Υγείας, Παλαιολόγου 9, 151 24 Μαρούσι Αττικής
20. Πανελλήνιος Φαρμακευτικός Σύλλογος, Πειραιώς 134, 118 54 Αθήνα (ενημέρωση Μελών)
21. Πανελλήνιος Ιατρικός Σύλλογος Πλουτάρχου 3 και Υψηλάντους, 106 75, Αθήνα (ενημέρωση Μελών)
22. Ελληνική Οδοντιατρική Ομοσπονδία, Θεμιστοκλέους 38, 106 78 Αθήνα
23. Ιατρική Εταιρεία Αθηνών, Μαιάνδρου 23 115 25 Αθήνα (Ενημέρωση Επιστημονικών Εταιρειών)
24. Πανελλήνια Ένωση Ιατρών Δημόσιας Υγείας (ΠΕΙΔΥ) ΕΣΥ
Λ. Αλεξάνδρας 215, 115 23 Αθήνα
25. Πανελλήνιος Σύλλογος Οδοντιάτρων Δημόσιας Υγείας, Κουντουριώτη 18, 55337 Θεσσαλονίκη
26. Διαρκής Ιερά Σύνοδος Εκκλησία της Ελλάδος ,Ι. Γενναδίου 14, 115 21 Αθήνα (για ενημέρωση Ι.Μ.)
27. Πανελλήνιος Σύλλογος Διαιτολόγων – Διατροφολόγων, Πανόρμου 23, 115 22 Αθήνα (ενημέρωση Μελών)
28. Ένωση Διαιτολόγων-Διατροφολόγων Ελλάδος, Μαυροκορδάτου 11, Αθήνα, 106 78
29. Ένωση Νοσηλευτών Ελλάδας, Βασ. Σοφίας 47, 106 76, Αθήνα (ενημέρωση Μελών)
30. Πανελλήνιος Σύλλογος Επισκεπτών – τριών, Παπαρηγοπούλου 15, 105 61, Αθήνα (ενημέρωση Μελών)
31. Εθνική Συνομοσπονδία Ατόμων με Αναπηρία, Ελ. Βενιζέλου 236, 163 41, Ηλιούπολη
32. Συνήγορος του Πολίτη, Χαλκοκονδύλη 17, 104 32 Αθήνα
33. Ε.Ε.Σ. Λυκαβηττού 1, 106 72 Αθήνα
34. Ε.Φ.Κ.Α. Τμήμα Προληπτικής Ιατρικής, Αγίου Κωνσταντίνου 8, 102 41 Αθήνα
35. Γενική Γραμματεία Μέσων Ενημέρωσης – Γενική Γραμματεία Ενημέρωσης και Επικοινωνίας :
α) Για λογαριασμό Δημόσιας Τηλεόρασης β) Για λογαριασμό Δημόσιας Ραδιοφωνίας Αλεξάνδρου Πάντου και Φραγκούδη 11, 101 63 Αθήνα (δύο (2) αντίγραφα του εγγράφου).
36. ANTENNA, Κηφισίας 10-12, 15125 Μαρούσι Αττικής
37. ALPHA TV, 40^ο χλμ Αττικής Οδού (Σ.Ε.Α. Μεσογείων, Κτίριο 6) Κάντζα Αττικής
38. STAR CHANNEL, Βιλτανιώτη 36, 145 64 Κάτω Κηφισιά Αττικής
39. ΑΘΗΝΑ 9,84 FM, Πειραιώς 100, 118 54 Αθήνα
40. ANTENNA 97,2 FM, Κηφισίας 10-123 151 25 Μαρούσι Αττικής
41. SKAI TV & SKAI 100,3 FM, Φαληρέως 2 και Εθνάρχου Μακαρίου, 185 47 Ν. Φάληρο Αττικής.
42. ΕΣΗΕΑ Ακαδημίας 20, 106 71, Αθήνα

ΕΣΩΤΕΡΙΚΗ ΔΙΑΝΟΜΗ

1. Γραφ. κ. Υπουργού Υγείας
2. Γραφ. κ. Αν. Υπουργού Υγείας
2. Γραφ. κ. Υφυπουργών Υγείας
3. Γραφ. κ.κ. Γεν. Γραμματέων
4. Γραφ. κ.κ. Προϊσταμένων Γεν. Δ/σεων
5. Δ/σεις και Αυτοτελή Τμήματα του Υπουργείου
6. Γραφ. Επικοινωνίας και Ενημέρωσης
7. Δ/ση Π.Φ.Υ, Τμήμα Δ'