ΤΑΧΥΔΡΟΜΟΣ

Είδος: Εφημερίδα / Κύρια / Περιφερειακή / Ημερήσια / Ν. Μαγνησίας
Ημερομηνία: Τετάρτη, 07-11-2012
Σελίδα: 14
Μέγεθος: 207 cm ²
Μέση κυκλοφορία: Μη διαθέσιμη
Επικοινωνία εντύπου: 24210 25204

Λέξη κλειδί: ΦΥΣΙΚΟΘΕΡΑΠΕΙΑ

Εναρξη προγράμματος αποκατάστασης ΧΑΠ

Στις 14 Νοεμβρίου από το Πανεπιστήμιο Θεσσαλίας στο Πανεπιστημιακό Νοσοκομείο

Περισσότερο του 15% του γενικού πληθυσμού πάσχει από ΧΑΠ, σύμφωνα με μελέτη της Πνευμονολογικής Κλινικής του Πανεπιστημίου Θεσσαλίας. Με βάση αυτά τα στοιχεία αλλά και με αφορμή την Παγκόσμια Ημέρα ΧΑΠ στις 14 Νοεμβρίου 2012, η Πνευμονολογική Κλινική του Πανεπιστημίου Θεσσαλίας σε συνεργασία με τα τμήματα Ψυχιατρικής, Φυσικοθεραπείας, Διαιτολογίας, οργάνωσε μετά την απόκτηση του κατάλληλου εξοπλισμού (εργοσπιρόμετρο, εργομετρικά ποδήλατα κ.λ.π.) από τον ερευνητικό λογαριασμό της κλινικής, πρόγραμμα πνευμονικής αποκατάστασης, στο ισόγειο του Πανεπιστημιακού Νοσοκομείου Λάρισας στις 12 το πρωί.

Η Χρόνια Αποφρακτική Πνευμονοπάθεια (ΧΑΠ) είναι η πιο συχνή χρόνια πάθηση του αναπνευστικού που έχει νοσηρότητα και θνητότητα με συνεχώς αυξανόμενη συχνότητα. Με την έναρξη του προγράμματος πνευμονικής αποκατάστασης, σε κάθε συνεδρία οι ασθενείς θα υποβάλλονται σε σωματική άσκηση (ποδηλάτηση σε εργομετρικά ποδήλατα, ασκήσεις ενδυνάμωσης μυών με βάρη) και σε αναπνευστική φυσιοθεραπεία.

Η σωματική άσκηση έχει σαν στόχο την αύξηση της μυικής δύναμης του ασθενούς και τη βελτίωση της αερόβιας ικανότητάς του για άσκηση. Η αναπνευστική φυσιοθεραπεία στοχεύει στο να μάθει τους ασθενείς πώς να αντιμετωπίζουν τη δύσπνοια, πώς να αναπνέουν πιο αποτελεσματικά και με λιγότερη δύσπνοια, πώς να συγχρονίζουν την αναπνοή τους με διάφορες στερεότυπες κινήσεις της καθημερινότητας, όπως το περπάτημα ή το ανέβασμα της σκάλας και πώς να αποβάλλουν τα πτύελά τους με αποτελεσματικότερο βήχα.

Η εκπαίδευση αποσκοπεί στο να κάνει τον άρρωστο γνώστη της κατάστασής του και να του μάθει τρόπους να ελέγχει ο ίδιος την νόσο του. Επίσης θα πραγματοποιούνται συμβουλευτικές επισκέψεις των ψυχολόγων και των διαιτολόγων. Η ψυχολογική υποστήριξη έχει σαν στόχο την αποβολή του άγχους, της κατάθλιψης, της φοβίας και των κρίσεων πανικού που ενδεχομένως ταλαιπωρούν τον ασθενή ενώ η διατροφική παρέμβαση στοχεύει στον έλεγχο του σωματικού βάρους είτε ο ασθενής είναι πολύ αδύνατος είτε είναι παχύσαρκος καθώς και στην αύξηση της μυϊκής μάζας. Οι ασθενείς που εξακολουθούν να είναι καπνιστές θα υποβοηθούνται στη διακοπή του καπνίσματος.

Από τον Νοέμβριο του 2012 ξεκίνησε στο Πανεπιστημιακό Νοσοκομείο Λάρισας η λειτουργία Τμήματος Πνευμονικής Αποκατάστασης της Πανεπιστημιακής Πνευμονολογικής Κλινικής που παρέχει τέτοια πλήρη προγράμματα (στο τμήμα Φυσικοθεραπείας ισόγειο, Π.Γ.Ν.Λάρισας, τηλ.: 2413502893).