

Με αφορμή την Παγκόσμια Ημέρα Φυσικοθεραπείας

Πραγματοποιήθηκε η εκδήλωση «Κίνηση και Υγεία» στο ΚΑΠΗ Καρδίτσας

των ηλικιωμένων, μέσα από την ενημέρωση, την αξιολόγηση και την εφαρμογή των βέλτιστων πρακτικών και των καταλληλότερων ασκήσεων στα άτομα τρίτης ηλικίας.

Τα άτομα της τρίτης ηλικίας που συμμετείχαν στην εκδήλωση καλωσόρισε ο Προϊστάμενος και Κοινωνικός Λειτουργός του Κ.Α.Π.Η. κ. Απόστολος Ταξιάρχης.

Ο Φυσικοθεραπευτής του Κ.Α.Π.Η. κ. Τριανταφύλλου Νέστορας ανέπτυξε το θέμα: " Πτώσεις Ηλικιωμένων - Συχνότητες, Αιτιολογία, Πρόληψη" και στην ομιλία του ανέφερε: << Σύμφωνα με τον Παγκόσμιο Οργανισμό Υγείας (ΠΟΥ), ο αριθμός των ατόμων άνω των 65 ετών υπολογίζεται σήμερα στα 650.000.000, ενώ το 2050 προβλέπεται να αγγίξει τα 2 δισεκατομμύρια

Η Ελλάδα θεωρείται από τις πλέον «γηρασμένες» χώρες, με κριτήριο τους δείκτες γήρανσης και εξάρτησης και κατατάσσεται στις πρώτες θέσεις μεταξύ των χωρών της Ε.Ε.

Οι πτώσεις είναι η κύρια αιτία των τραυματισμών στους ηλικιωμένους άνω των 65 ετών και η πέμπτη αιτία θανάτου των ηλικιωμένων. Η συχνότητά τους μπορεί να οδηγήσει σε τραυματισμό, νοσοκομειακή περίθαλψη και αύξηση του κόστους υγειονομικής περίθαλψης.

Συγκεκριμένα, το μέσο κόστος των τραυματισμών από πτώσεις στις ΗΠΑ, χωρίς την εισαγωγή στο νοσοκομείο κυμαίνεται από 3.500 έως 10.500 δολάρια ανά πτώση και το κόστος αυξάνεται στα 26.500 δολάρια για όσους νοσηλεύονται. Πρόσφατες μελέτες έχουν αποδείξει ότι η σωματική άσκηση επηρεάζει πολλούς παράγοντες κινδύνου και ασθενειών και συνεπώς μπορεί να διαδραματίσει ζωτικό ρόλο στη γενική πρόληψη των πτώσεων και να οδηγήσει στη μείωση του κόστους της υγειονομικής περίθαλψης.

Σύμφωνα με διεθνείς ερευνητικές εργασίες, η ενίσχυση της φυσικής δραστηριότητας και οι θεραπευτικές ασκήσεις δύναμης και ισορροπίας μειώνουν σημαντικά τον κίνδυνο κατάρτατος έπειτα από πτώση, σε άτομα άνω των 60 ετών.

Συνεπώς το Κράτος θα πρέπει να επενδύσει στην πρόληψη γιατί έτσι θα εξοικονομήσει πολύτιμους πόρους Υγείας και θα συμβάλει στην βελτίωση της ποιότητας ζωής των ηλικιωμένων.>>

Στο τέλος μοιράστηκε σε όλα τα μέλη του Κ.Α.Π.Η. φυλλάδιο με οδηγίες για την αποφυγή των πτώσεων.



Πραγματοποιήθηκε την Παρασκευή 11 Σεπτεμβρίου 2015 στο Κ.Α.Π.Η. Δήμου Καρδίτσας η εκδήλωση με θέμα "Κίνηση για την υγεία", με αφορμή την Παγκόσμια Ημέρα Φυσικοθεραπείας, που είναι αφιερωμένη στην πρόληψη της πτώσης

