

Δράσεις για την Παγκόσμια Ημέρα Φυσικοθεραπείας

Στον πεζόδρομο της Π. Κωστοπούλου

Κάθε χρόνο τον Σεπτέμβρη, οι Φυσικοθεραπευτές ανά τον κόσμο εορτάζουν την Παγκόσμια Ημέρα Φυσικοθεραπείας και επιστούν την προσοχή του κοινού στην συμβολή του επαγγέλματος στην υγεία των ασθενών σε προσωπικό και εθνικό επίπεδο.

Το Περιφερειακό Τμήμα του Νομού Σερρών θα πραγματοποιήσει τις εκδηλώσεις για τον εορτασμό της Παγκόσμιας Ημέρας Φυσικοθεραπείας την **Κυριακή 13 Σεπτεμβρίου** από τις **10:00-14:00** στον πεζόδρομο της Π. Κωστοπούλου (γωνία με οδό Μεραρχίας) όπου θα διαμορφωθεί ειδικό περίπτερο.

Σύμφωνα με την Παγκόσμια Οργάνωση Υγείας (ΠΟΥ) ο αριθμός σήμερα των ατόμων άνω των 65 ετών υπολογίζεται στα 650.000.000 το 2050 προβλέπεται να αγγίξει τα 2 δισεκατομμύρια ηλικιωμένους (WHO 2011). Η Ελλάδα θεωρείται από τις πλέον «γηρασμένες» χώρες, με κριτήριο τους δείκτες γήρανσης και εξάρτησης και κατατάσσεται στις πρώτες θέσεις μεταξύ των χωρών της ΕΕ.

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.

Το μέσο κόστος των τραυ-



ματισμών από πτώσεις στις ΗΠΑ, χωρίς την εισαγωγή στο νοσοκομείο κυμαίνεται από 3.476 έως 10.749 δολάρια ανά πτώση και το κόστος αυξάνεται στα 26.483 δολάρια για όσους νοσηλεύονται.

Έχει αποδειχθεί, από πρόσφατες μελέτες, 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.

Η ενίσχυση της δραστηριότητας και οι ασκήσεις δύναμης και ισορροπίας μειώνουν σημαντικά τον κίνδυνο κατάγματος έπειτα από πτώση σε άτομα άνω των 60 ετών, σύμφωνα με τους εμπειρογνώμονες διεθνών ερευνητικών ομάδων.

Γι' αυτό ο Πανελλήνιος Σύλλογος Φυσικοθεραπευτών (ΠΣΦ) σε συνεργασία με το Δίκτυο Διάδοσης σχε-

τικά με την Πρόληψη των Πτώσεων των Ηλικιωμένων (The Prevention of Falls Network for Dissemination - ProFouND), αποφάσισε στα πλαίσια της Παγκόσμιας Ημέρας Φυσικοθεραπείας της WCPT με θέμα «Κίνηση για την Υγεία» να είναι απόλυτα σύμφωνος με το μήνυμα της εκστρατείας και να συμβάλει στην «αξιοποίηση των δυνατοτήτων» των ηλικιωμένων.

Γι' αυτό την **εβδομάδα 7-13 Σεπτεμβρίου** τα Ιδιωτικά Εργαστήρια Φυσικοθεραπείας καθώς και οι Δημόσιοι Φορείς παροχής Φυσικοθεραπευτικών υπηρεσιών (Νοσοκομεία, ΚΑΠΗ κλπ) θα δέχονται δωρεάν τους πολίτες.

Στόχος της προσπάθειάς μας θα είναι η πρόληψη των πτώσεων μέσα από την ενημέρωση, την αξιολόγηση και την εφαρμογή στους ηλικιωμένους των βέλτιστων πρακτικών και των καταλληλότερων ασκήσεων για την αποφυγή των πτώσεων.

Είναι αυτονόητο ότι το Κράτος θα πρέπει να επενδύσει στην πρόληψη και εδώ ο ρόλος του Φυσικοθεραπευτή είναι κυρίαρχος.

Επενδύοντας στην πρόληψη, θα εξοικονομήσει πολύτιμους πόρους Υγείας και θα συμβάλει στην βελτίωση της ποιότητας ζωής των ηλικιωμένων.

ΚΥΡΙΑΚΗ 13 ΣΕΠΤΕΜΒΡΙΟΥ ΣΤΟΝ ΠΕΖΟΔΡΟΜΟ ΤΗΣ Π.ΚΩΣΤΟΠΟΥΛΟΥ (ΓΩΝΙΑ ΜΕ ΜΕΡΑΡΧΙΑΣ) ΑΠΟ ΤΙΣ 10:00-14:00