

Λειτουργεί στο Πανεπιστημιακό Νοσοκομείο Λάρισας

Τμήμα Πνευμονικής Αποκατάστασης της ΧΑΠ

ΤΜΗΜΑ Πνευμονικής Αποκατάστασης της Χρόνιας Αποφρακτικής Πνευμονοπάθειας (ΧΑΠ) λειτουργεί από τις αρχές του τρέχοντος μήνα στην Πνευμονολογική Κλινική του Πανεπιστημιακού Νοσοκομείου Λάρισας, ενώ ήδη έχει εκδηλωθεί σημαντικό ενδιαφέρον από πάσχοντες ΧΑΠ, οι οποίοι βρίσκονται στο τελικό στάδιο της νόσου. Στόχος του όλου προγράμματος είναι η βελτίωση της ποιότητας ζωής των πασχόντων, ώστε να ενταχθούν στην κοινωνική ζωή. Απαραίτητη βέβαια προϋπόθεση είναι να μάθουν να αναπνέουν για να μπορούν να κινηθούν. Το ζήτημα είναι πολυπαραγοντικό, καθώς απαιτείται πολύ-

πλευρη φροντίδα και άσκηση για τον πάσχοντα. Για το λόγο αυτό άλλωστε εκτός από τους πνευμονολόγους, στο τμήμα της αποκατάστασης θα δραστηριοποιούνται και άλλες ειδικότητες γιατρών, όπως διαιτολόγοι, εργοφυσιολόγοι, ψυχολόγοι, φυσικοθεραπευτές, νοσηλευτές. Η λειτουργία του προγράμματος πνευμονικής αποκατάστασης γίνεται αυτή την περίοδο με αφορμή την Παγκόσμια Ημέρα ΧΑΠ στις 14 Νοεμβρίου, ενώ αποτελεί προϊόν συνεργασίας της Πνευμονολογικής Κλινικής με τα Τμήματα Ψυχιατρικής, Φυσικοθεραπείας και Διαιτολογίας μετά και την απόκτηση του κατάλληλου εξοπλισμού.

Σημειώνεται πως σύμφωνα με έρευνα της Πνευμονολογικής Κλινικής του Πανεπιστημίου Θεσσαλίας για την κεντρική Ελλάδα, βρέθηκε ότι περισσότερο του 15% του γενικού πληθυσμού πάσχει από ΧΑΠ με μεγαλύτερη συχνότητα στις βιομηχανικές περιοχές (17,1%) συγκριτικά με τις αγροτικές (9,6%). Η ΧΑΠ είναι η τέταρτη αιτία θανάτου στην Ευρώπη και υπολογίζεται ότι θα είναι η τρίτη αιτία θανάτου στον κόσμο μέχρι το 2020. Τα προγράμματα πνευμονικής αποκατάστασης διαρκούν συνήθως 2-3 μήνες και ο ασθενής προσέρχεται 2-3 φορές την εβδομάδα, αφού πρώτα υποβληθούν σε έλεγχο των πνευμόνων και της καρδιάς τους. Με την έναρξη του προγράμματος οι ασθενείς υποβάλλονται σε σωματική άσκηση (ποδηλάτη σε εργομετρικά ποδήλατα, ασκήσεις ενδυνάμωσης μυών με βάρη) και σε αναπνευστική φυσιοθεραπεία. Η σωματική άσκηση έχει σαν στόχο την αύξηση της μυϊκής 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. Ο διευθυντής της Πνευμονολογικής Κλινικής και πρόεδρος του Πανεπιστημίου Θεσσαλίας κ. Κώστας Γουργουλιάνης τόνισε πως υπάρχει μεγάλο ενδιαφέρον από τους πάσχοντες με ΧΑΠ για να έρθουν και να παρακολουθήσουν το πρόγραμμα της πνευμονικής αποκατάστασης. Πολλοί επικοινωνούν τηλεφωνικά, ενώ άλλοι έχουν έρθει ήδη στη δομή που δημιουργήθηκε. Πάντως από τις αιτήσεις που θα υποβληθούν, θα αντιμετωπιστούν κυρίως τα περιστατικά που βρίσκονται στο τελικό στάδιο της ΧΑΠ. Ο ίδιος πρόσθεσε πως στόχος αυτής της μονάδας που είναι η πρώτη η οποία δημιουργείται ε-

κτός Αθηνών, είναι να μάθουν οι πάσχοντες να αναπνέουν και να συμμετάσχουν στην κοινωνική ζωή. Υπάρχουν πάρα πολλοί πάσχοντες οι οποίοι επειδή βρίσκονται στο τελικό στάδιο της ΧΑΠ, δεν μπορούν να βγουν από το σπίτι τους, να συμμετάσχουν σε κάποια δράση, να κοινωνικοποιηθούν. Με το πρόγραμμα της πνευμονικής αποκατάστασης θα μπορέσουν να γίνουν πιο ενεργοί. Εξάλλου σε έναν πάσχοντα από ΧΑΠ τρία είναι τα βασικά στοιχεία που πρέπει να δρομολογηθούν, ώστε να αντιμετωπίσει το πρόβλημα. Το πρώτο είναι η διακοπή του καπνίσματος, το δεύτερο η παροχή οξυγόνου και το τρίτο η αποκατάσταση. Τα οφέλη της πνευμονικής αποκατάστασης είναι αποδεδειγμένα, αφού επιτυγχάνεται η ελάττωση της δύσπνοιας, η βελτίωση της ικανότητας για σωματική δραστηριότητα, η βελτίωση της ψυχολογίας και της ποιότητας ζωής και η ελάττωση των παροξύνσεων της νόσου που οδηγούν τους ασθενείς στο Νοσοκομείο.

Φώτης Στανός