



ΠΑΝΕΛΛΗΝΙΟΣ ΣΥΛΛΟΓΟΣ
ΦΥΣΙΚΟΘΕΡΑΠΕΥΤΩΝ



ΕΠΙΣΤΗΜΟΝΙΚΟ ΤΜΗΜΑ ΚΑΡΔΙΟΑΓΓΕΙΑΚΗΣ ΚΑΙ
ΑΝΑΠΝΕΥΣΤΙΚΗΣ ΦΥΣΙΚΟΘΕΡΑΠΕΙΑΣ-ΑΠΟΚΑΤΑΣΤΑΣΗΣ

Αθήνα, 17 Νοεμβρίου 2021

17 Νοεμβρίου 2021: Παγκόσμια Ημέρα Χρόνιας Αποφρακτικής Πνευμονοπάθειας

Η φυσικοθεραπευτική αποκατάσταση κρίσιμος παράγοντας για τη ζωή των ασθενών με ΧΑΠ

Τρίτη αιτία θανάτου παγκοσμίως η ΧΑΠ με 3,23 εκ. θανάτους το 2019

Η Χρόνια Αποφρακτική Πνευμονοπάθεια (ΧΑΠ) αποτελεί χρόνιο αναπνευστικό νόσημα με περιορισμό στην εκπνοή λόγω απόφραξης ή καταστροφής τμημάτων του πνεύμονα.

Με 3,23 εκατομμύρια θανάτους από ΧΑΠ να έχουν καταγραφεί το 2019, αποτελεί την 3^η αιτία θανάτου παγκοσμίως. Για τον λόγο αυτό έχει καθιερωθεί και η Παγκόσμια Ημέρα Χρόνιας Αποφρακτικής Πνευμονοπάθειας, που φέτος είναι η 17^η Νοεμβρίου, με στόχο την ευαισθητοποίηση του ευρέως κοινού, αλλά και την ενημέρωση των πασχόντων ή των δυνητικά πασχόντων, έτσι ώστε να είναι σε θέση να αντιμετωπίσουν σωστά την κατάστασή τους.

Τα κύρια συμπτώματα της ΧΑΠ είναι ο βήχας, η δύσπνοια, η παραγωγή πτυέλων, η κόπωση και το σφίξιμο στο στήθος.

Ο κυριότερος παράγοντας κινδύνου για την εμφάνιση ΧΑΠ είναι το κάπνισμα, η ατμοσφαιρική ρύπανση κλπ.

Η πρόληψη εμφάνισης της ΧΑΠ έχει ιδιαίτερη σημασία, συγκεκριμένα με την αποφυγή έναρξης του καπνίσματος και την έγκαιρη διακοπή του.

Η φυσικοθεραπευτική παρέμβαση είναι μέγιστης σημασίας, μιας και συμβάλλει στη βελτίωση των συμπτωμάτων και στη μείωση των εξάρσεων. Οι στόχοι της φυσικοθεραπείας στη ΧΑΠ είναι οι εξής:

- Εκμάθηση του σωστού τρόπου αναπνοής
- Ενδυνάμωση των αναπνευστικών μυών
- Διευκόλυνση της απομάκρυνσης των εκκρίσεων
- Εκμάθηση των ασθενών στη σωστή λήψη εισπνεόμενων φαρμάκων και της συμμόρφωσης στη θεραπεία
- Συμμετοχή σε δομημένα και εξατομικευμένα προγράμματα άσκησης.



**ΠΑΝΕΛΛΗΝΙΟΣ ΣΥΛΛΟΓΟΣ
ΦΥΣΙΚΟΘΕΡΑΠΕΥΤΩΝ**



**ΕΠΙΣΤΗΜΟΝΙΚΟ ΤΜΗΜΑ ΚΑΡΔΙΟΑΓΓΕΙΑΚΗΣ ΚΑΙ
ΑΝΑΠΝΕΥΣΤΙΚΗΣ ΦΥΣΙΚΟΘΕΡΑΠΕΙΑΣ-ΑΠΟΚΑΤΑΣΤΑΣΗΣ**

Ασθενείς με ΧΑΠ που έχουν ακολουθήσει προγράμματα φυσικοθεραπευτικής αποκατάστασης διαπίστωσαν σημαντική βελτίωση της φυσικής κατάστασης και της λειτουργικής ικανότητάς τους, μείωση της δύσπνοιας και της κόπωσης, μείωση της συχνότητας παροξύνσεων, βελτίωση της ποιότητας ζωής, μείωση των επισκέψεων στο Τμήμα Επειγόντων Περιστατικών ενός νοσοκομείου και στα τακτικά εξωτερικά ιατρεία και μείωση των εισαγωγών στο νοσοκομείο.

Ως εκ τούτου, ο φυσικοθεραπευτής έχει καθοριστικό ρόλο στην αντιμετώπιση της νόσου και συντελεί στη βελτίωση της καθημερινότητας των ασθενών με ΧΑΠ.

Το Επιστημονικό Τμήμα Καρδιοαγγειακής και Αναπνευστικής Φυσικοθεραπείας-Αποκατάστασης (Ε.Τ.Κ.Α.Φ.Α) του Πανελληνίου Συλλόγου Φυσικοθεραπευτών (Π.Σ.Φ.) προάγει, αναγνωρίζει, εκπαιδεύει, αλλά και ενημερώνει το ευρύ κοινό, για τη σημασία της έγκαιρης διάγνωσης, πρόληψης, αξιολόγησης και κλινικής εφαρμογής της κατάλληλης φυσικοθεραπευτικής αποκατάστασης σε ασθενείς με ΧΑΠ.