



## Η φυσικοθεραπεία στην ψυχική υγεία έχει ως στόχο να βελτιστοποιήσει την ευημερία και την ενδυνάμωση του ατόμου

24/5/2022

Συνδυάζοντας σωματικά και ψυχικά χαρακτηριστικά.

Η φυσικοθεραπεία στην ψυχική υγεία έχει ως στόχο να βελτιστοποιήσει την ευημερία και την ενδυνάμωση του ατόμου μέσω της προώθησης της λειτουργικής κίνησης, κινητικής ενσυναίσθησης, σωματικής δραστηριότητας και άσκησης, συνδυάζοντας σωματικά και ψυχικά χαρακτηριστικά, ήταν το βασικό μήνυμα του 9ου Παγκόσμιου Συνεδρίου Φυσικοθεραπείας στην Ψυχική Υγεία που οργάνωσε στην Αθήνα ο ΙΟΡΤΜΗ (Διεθνής Οργανισμός Φυσικοθεραπείας στην Ψυχική Υγεία) σε συνεργασία με το επιστημονικό τμήμα «Φυσικοθεραπεία στην Ψυχική Υγεία» του Πανελληνίου Συλλόγου Φυσικοθεραπευτών (ΠΣΦ). Στο συνέδριο συμμετείχαν φυσικοθεραπευτές και επαγγελματίες υγείας από όλες τις ηπείρους. Σύμφωνα με τον κο Σταύρο Σταθόπουλο, συντονιστή του ΕΤ «Φυσικοθεραπεία στην Ψυχική Υγεία» του ΠΣΦ, εκπρόσωπο της χώρα μας στον ΙΟΡΤΜΗ και Πρόεδρο του Συνεδρίου, η ρήση του Παγκόσμιου Οργανισμού Υγείας «Δεν υπάρχει υγεία χωρίς ψυχική υγεία», είναι επίσης αληθινή όταν αναστρέφεται.

«Είναι πολύ δύσκολο να παραμείνουμε ψυχολογικά υγιείς όταν το σώμα μας μας απογοητεύει. Η κακή σωματική λειτουργία μπορεί να σημαίνει ότι δεν μπορούμε να καταλάβουμε πλήρως τους ρόλους που επιλέγουμε για τον εαυτό μας ή να συμμετέχουμε σε δραστηριότητες που διαφορετικά θα θέλαμε.

Η κακή σωματική υγεία μπορεί να προκαλέσει αγωνία και να οδηγήσει σε ψυχικές ασθένειες, άμεσα ή έμμεσα, τόνισε ο κος Σταθόπουλος.

Την φιλοδοξία της η Ελλάδα να πρωτοστατήσει και στην προώθηση και εμπέδωση της επιστήμης της φυσικοθεραπείας στην ψυχική υγεία στο μέλλον σε πανευρωπαϊκό επίπεδο και σε ευθυγράμμιση με τα διεθνή πρότυπα και απαιτήσεις, τόνισε η Υφυπουργός Υγείας αρμόδια για θέματα ψυχικής υγείας κα Ζωή Ράππη.

Ενώ έχει σημειωθεί πρόοδος στη σωματική υγεία και το προσδόκιμο ζωής γενικά, η σωματική υγεία των ανθρώπων που αντιμετωπίζουν ψυχικές ασθένειες παραδοσιακά τυγχάνει σχετικά μικρής προσοχής. Αυτός είναι ο λόγος για τον οποίο η Πρόεδρος του Παγκόσμιου Οργανισμού Φυσικοθεραπείας (WP) κα Emma Stokes, μία από τους βασικούς ομιλητές του Συνεδρίου, ανέφερε ότι ο WP ζητά την περαιτέρω αναγνώριση και την αυξημένη ένταξη των φυσικοθεραπευτών ως πολύτιμο μέλος οποιασδήποτε ομάδας ψυχικής υγείας.

«Ο αντίκτυπος που μπορούμε να έχουμε στις καταστάσεις ψυχικής υγείας σχετίζεται με τις βελτιώσεις στη σωματική υγεία που μπορούμε να παρέχουμε με τη θεραπεία και την ισχυρή σύνδεση μεταξύ της κακής σωματικής υγείας και των προβλημάτων ψυχικής υγείας», ανέφερε ο κος Daniel Catalan, Πρόεδρος του ΙΟΡΤΜΗ. «Ανά τον κόσμο, η φυσικοθεραπεία στην ψυχική υγεία εφαρμόζεται σε διαφορετικούς τομείς υγείας και ψυχικής υγείας. Είναι ανθρωποκεντρική & παρέχεται σε παιδιά, εφήβους, ενήλικες και ηλικιωμένους με ήπια, μέτρια και σοβαρά ψυχικά προβλήματα (οξεία και χρόνια), τόσο στην πρωτοβάθμια όσο και στην δεύτερο / τριτοβάθμια φροντίδα υγείας».

Ο Πρόεδρος του Πανελληνίου Συλλόγου Φυσικοθεραπευτών κος Πέτρος Λυμπερίδης τόνισε ότι ενώ ο ασθενής με ψυχική ασθένεια μπορεί να αναπτύξει όλα τα προβλήματα σωματικής υγείας, που μπορεί να αναπτύξει ένα άτομο χωρίς ψυχική ασθένεια, έρευνες έχουν δείξει ότι ο ασθενής με ψυχική ασθένεια έχει αυξημένη νοσηρότητα και θνησιμότητα από ασθένειες που μπορούν να προληφθούν, επειδή δεν έχουν πρόσβαση στην πληρέστερη θεραπεία.

Ο πρώην πρόεδρος του ΙΟΡΤΜΗ, κος Michel Probst, ο οποίος θεωρείται ο «πατέρας» της



φυσικοθεραπείας στην ψυχική υγεία παγκόσμια, κατά την ομιλία του επεσήμανε ότι οι γενικοί στόχοι της φυσικοθεραπείας στην ψυχική υγεία είναι προώθηση, συμβουλή, διδασκαλία, προειδοποίηση, παρακίνηση, διατήρησης εργασίας, θεραπεία, αξιολόγηση.

Σε αντίθεση με άλλους τομείς της ιατρικής, η ψυχική υγεία αποτελείται από έναν λαβύρινθο συμβατικών, συμπληρωματικών και εναλλακτικών θεραπειών και προσεγγίσεων κατέληξε ο κος Probst.

«Η δομημένη άσκηση –εν αντιθέσει με την άσκηση μέσω καθημερινών δραστηριοτήτων όπως το περπάτημα με σκοπό τη μετακίνηση – να προστίθεται στο πρότυπο σχήμα φαρμακευτικής αγωγής και ψυχοθεραπείας.

Προκειμένου να επιτευχθούν βέλτιστα αποτελέσματα και λιγότερες αποχωρήσεις, οι φυσικοθεραπευτές ως οι εξειδικευμένοι επαγγελματίες για την άσκηση θα πρέπει να καθοδηγούν και να επιβλέπουν τα προγράμματα θεραπευτικής άσκησης.

Αποτελεί θεραπεία σε ήπια-μέτρια κατάθλιψη για τη βελτίωση των συμπτωμάτων και της φυσικής κατάστασης» τόνισε η κα Tracy Bury, Deputy chief executive officer του World Physiotherapy Organisation, υπενθυμίζοντας παράλληλα πως αυτές είναι από το 2018 και οι κατευθυντήριες οδηγίες της πανευρωπαϊκής ψυχιατρικής ένωσης.

Η κα Κατερίνα Νομιδου από το βήμα των ασθενών έδωσε πλήρη απάντηση στο ερώτημα: «Ψυχική υγεία και ευεξία: τι σκέφτονται οι ασθενείς σας;» με τις ιδιότητες της: WHO PFPS Champion for Greece, Secretary general of the Global Alliance of Mental Illness Advocacy Networks GAMIAN-Europe, Brussels και President, Panhellenic Federation of associations/organizations for the mental health

Η ρόλος των ΜΜΕ στην Ευρωπαϊκή Ένωση για το πόσο σημαντική είναι η φυσικοθεραπεία για την ψυχική υγεία των πολιτών απαντήθηκε από την Ισαΐα Τσαουσιδου δημοσιογράφο, Association of European Journalists, Int. President AEJ – Greek Section, President, Greece

Ο πρόεδρος της Επιστημονικής Επιτροπής κος Θεόδωρος Χατζηδαμιανός αναφέρθηκε στην μεγάλη και πολύπλευρη θεματολογία του συνεδρίου που βοήθησε τους φυσικοθεραπευτές να βελτιώσουν τις γνώσεις τους συνδέοντας την έρευνα και την τεκμηριωμένη πρακτική, δίνοντάς τους έτσι τη δυνατότητα να παρέχουν στους ασθενείς τους υπηρεσίες υψηλής ποιότητας.

Ενώ η επίγνωση του αντίκτυπου της φυσικοθεραπείας στις ψυχικές ασθένειες αυξάνεται, γιατί η φυσικοθεραπεία στην ψυχική υγεία βασίζεται στις διαθέσιμες επιστημονικές και βέλτιστες κλινικές αποδείξεις, υπάρχει ακόμη πολύς δρόμος στην ένταξη της στην καθημερινή κλινική ρουτίνα σε παγκόσμιο επίπεδο , σύμφωνα με τον Πρόεδρο του Συνεδρίου, κo Σταθόπουλο, ο οποίος στην ομιλία του κατά την τελετή λήξης του Συνεδρίου, επεσήμανε ότι υπάρχουν δύο βασικά πράγματα που θα ήθελε να δει να συμβαίνουν:

Οι φυσικοθεραπευτές να απασχολούνται σε όλες τις δομές που παρέχοντας υπηρεσίες για άτομα με ψυχικά νοσήματα. Τα προγράμματα εκπαίδευσης των επαγγελματιών ψυχικής υγείας να περιλαμβάνουν τον ρόλο των φυσικοθεραπευτών στην διεπιστημονική ομάδας και στην διεπαγγελματική φροντίδα των ψυχικώς πασχόντων ατόμων.

Επιπρόσθετα ανέφερε πως οι φυσικοθεραπευτές/τριες μέλη του Πανελληνίου Συλλόγου Φυσικοθεραπευτών έχουν τις απαραίτητες δεξιότητες, την εμπειρία και την υποστήριξη της Ελληνικής πολιτείας (άρθρο 4 και 6 του Νόμου 4461 / ΦΕΚ. 38, τ. Α / 28-3-2017) για να βοηθήσουν & να διευκολύνουν ισότιμα με τους άλλους επαγγελματίες, που παρέχουν υπηρεσίες ψυχικής υγείας, την προώθηση ενός ενεργού τρόπου ζωής με αποτέλεσμα την υγεία και την ευημερία των ατόμων με ψυχική ασθένεια»

Πηγή: <https://www.newsbeast.gr>

Πηγή φωτογραφίας: <https://secure.gravatar.com>



## Η φυσικοθεραπεία στην ψυχική υγεία έχει ως στόχο να βελτιστοποιήσει την ευημερία και την ενδυνάμωση του ατόμου

Η φυσικοθεραπεία στην ψυχική υγεία έχει ως στόχο να βελτιστοποιήσει την ευημερία και την ενδυνάμωση του ατόμου μέσω της προώθησης της λειτουργικής κίνησης, κινητικής ενσυναίσθησης, σωματικής δραστηριότητας και άσκησης, συνδυάζοντας σωματικά και ψυχικά χαρακτηριστικά, ήταν το βασικό μήνυμα του **9<sup>ου</sup> Παγκόσμιου Συνεδρίου Φυσικοθεραπείας στην Ψυχική Υγεία** που οργάνωσε στην Αθήνα ο ΙΟΡΤΜΗ (Διεθνής Οργανισμός Φυσικοθεραπείας στην Ψυχική Υγεία) σε συνεργασία με το επιστημονικό τμήμα «Φυσικοθεραπεία στην Ψυχική Υγεία» του Πανελληνίου Συλλόγου Φυσικοθεραπευτών (ΠΣΦ). Στο συνέδριο συμμετείχαν φυσικοθεραπευτές και επαγγελματίες υγείας από όλες τις ηπείρους.

Σύμφωνα με τον κο **Σταύρο Σταθόπουλο, συντονιστή του ΕΤ «Φυσικοθεραπεία στην Ψυχική Υγεία» του ΠΣΦ, εκπρόσωπο της χώρα μας στον ΙΟΡΤΜΗ και Πρόεδρο του Συνεδρίου**, η ρήση του Παγκόσμιου Οργανισμού Υγείας «Δεν υπάρχει υγεία χωρίς ψυχική υγεία», είναι επίσης αληθινή όταν αναστρέφεται.

«Είναι πολύ δύσκολο να παραμείνουμε ψυχολογικά υγιείς όταν το σώμα μας μας απογοητεύει. Η κακή σωματική λειτουργία μπορεί να σημαίνει ότι δεν μπορούμε να καταλάβουμε πλήρως τους ρόλους που επιλέγουμε για τον εαυτό μας ή να συμμετέχουμε σε δραστηριότητες που διαφορετικά θα θέλαμε.

**Η κακή σωματική υγεία μπορεί να προκαλέσει αγωνία και να οδηγήσει σε ψυχικές ασθένειες, άμεσα ή έμμεσα,** τόνισε ο κος Σταθόπουλος.

Την φιλοδοξία της η Ελλάδα να πρωτοστατήσει και στην προώθηση και εμπέδωση της επιστήμης της φυσικοθεραπείας στην ψυχική υγεία στο μέλλον σε πανευρωπαϊκό επίπεδο και σε ευθυγράμμιση με τα διεθνή πρότυπα και απαιτήσεις, τόνισε η Υφυπουργός Υγείας αρμόδια για θέματα ψυχικής υγείας κα **Ζωή Ράπτη**.

Ενώ έχει σημειωθεί πρόοδος στη σωματική υγεία και το προσδόκιμο ζωής γενικά, η σωματική υγεία των ανθρώπων που αντιμετωπίζουν ψυχικές ασθένειες παραδοσιακά τυγχάνει σχετικά μικρής προσοχής. Αυτός είναι ο λόγος για τον οποίο η **Πρόεδρος του Παγκόσμιου Οργανισμού Φυσικοθεραπείας (WP) κα Emma Stokes**, μία από τους βασικούς ομιλητές του Συνεδρίου, ανέφερε ότι ο WP **ζητά την περαιτέρω αναγνώριση και την αυξημένη ένταξη των φυσικοθεραπευτών ως πολύτιμο μέλος οποιασδήποτε ομάδας ψυχικής υγείας**.

**«Ο αντίκτυπος που μπορούμε να έχουμε στις καταστάσεις ψυχικής υγείας σχετίζεται με τις βελτιώσεις στη σωματική υγεία που μπορούμε να παρέχουμε με τη θεραπεία και την ισχυρή σύνδεση μεταξύ της κακής σωματικής υγείας και των προβλημάτων ψυχικής υγείας»**, ανέφερε

ο κος **Daniel Catalan, Πρόεδρος του ΙΟΡΤΜΗ**. «Ανά τον κόσμο, η φυσικοθεραπεία στην ψυχική υγεία εφαρμόζεται σε διαφορετικούς τομείς υγείας και ψυχικής υγείας. Είναι ανθρωποκεντρική & παρέχεται σε παιδιά, εφήβους, ενήλικες και ηλικιωμένους με ήπια, μέτρια και σοβαρά ψυχικά προβλήματα (οξεία και χρόνια), τόσο στην πρωτοβάθμια όσο και στην δεύτερο / τριτοβάθμια φροντίδα υγείας».

Ο **Πρόεδρος του Πανελληνίου Συλλόγου Φυσικοθεραπευτών κος Πέτρος Λυμπερίδης** τόνισε ότι ενώ ο ασθενής με ψυχική ασθένεια μπορεί να αναπτύξει όλα τα προβλήματα σωματικής υγείας, που μπορεί να αναπτύξει ένα άτομο χωρίς ψυχική ασθένεια, έρευνες έχουν δείξει ότι **ο ασθενής με ψυχική ασθένεια έχει αυξημένη νοσηρότητα και θνησιμότητα από ασθένειες που μπορούν να προληφθούν, επειδή δεν έχουν πρόσβαση στην πληρέστερη θεραπεία**.

Ο πρώην πρόεδρος του ΙΟΡΤΜΗ, **κος Michel Probst**, ο οποίος θεωρείται ο «πατέρας» της **φυσικοθεραπείας** στην ψυχική υγεία παγκόσμια, κατά την ομιλία του επεσήμανε ότι **οι γενικοί στόχοι της φυσικοθεραπείας στην ψυχική υγεία είναι προώθηση, συμβουλή, διδασκαλία, προειδοποίηση, παρακίνηση, διατήρησης εργασίας, θεραπεία, αξιολόγηση**.

Σε αντίθεση με άλλους τομείς της ιατρικής, η ψυχική υγεία αποτελείται από έναν λαβύρινθο συμβατικών, συμπληρωματικών και εναλλακτικών θεραπειών και προσεγγίσεων κατέληξε ο κος Probst.

**«Η δομημένη άσκηση -εν αντιθέσει με την άσκηση μέσω καθημερινών δραστηριοτήτων όπως το περπάτημα με σκοπό τη μετακίνηση - να προστίθεται στο πρότυπο σχήμα φαρμακευτικής αγωγής και ψυχοθεραπείας**.

**Προκειμένου να επιτευχθούν βέλτιστα αποτελέσματα και λιγότερες αποχωρήσεις, οι φυσικοθεραπευτές ως οι εξειδικευμένοι επαγγελματίες για την άσκηση θα πρέπει να καθοδηγούν και να επιβλέπουν τα**



*προγράμματα θεραπευτικής άσκησης.*

**Αποτελεί θεραπεία σε ήπια-μέτρια κατάθλιψη** για τη βελτίωση των συμπτωμάτων και της φυσικής κατάστασης» τόνισε η κα **Tracy Bury**, Deputy chief executive officer του World Physiotherapy Organisation, υπενθυμίζοντας παράλληλα πως αυτές είναι από το 2018 και οι κατευθυντήριες οδηγίες της πανευρωπαϊκής ψυχιατρικής ένωσης.

Η κα **Κατερίνα Νομιδου** από το βήμα των ασθενών έδωσε πλήρη απάντηση στο ερώτημα: «*Ψυχική υγεία και ευεξία: τι σκέφτονται οι ασθενείς σας;*» με τις ιδιότητες της: WHO PFPS Champion for Greece, Secretary general of the Global Alliance of Mental Illness Advocacy Networks GAMIAN-Europe, Brussels και President, Panhellenic Federation of associations/organizations for the mental health

*Η ρόλος των ΜΜΕ στην Ευρωπαϊκή Ένωση για το πόσο σημαντική είναι η φυσικοθεραπεία για την ψυχική υγεία των πολιτών* απαντήθηκε από την **Ισαΐα Τσαουσίδου** δημοσιογράφο, Association of European Journalists, Int. President AEJ - Greek Section, President, Greece

Ο πρόεδρος της Επιστημονικής Επιτροπής κος **Θεόδωρος Χατζηδαμιανός** αναφέρθηκε στην μεγάλη και πολύπλευρη θεματολογία του συνεδρίου που βοήθησε τους φυσικοθεραπευτές να βελτιώσουν τις γνώσεις τους συνδέοντας την έρευνα και την τεκμηριωμένη πρακτική, δίνοντάς τους έτσι τη δυνατότητα να παρέχουν στους ασθενείς τους υπηρεσίες υψηλής ποιότητας.

Ενώ η επίγνωση του αντίκτυπου της φυσικοθεραπείας στις ψυχικές ασθένειες αυξάνεται, γιατί η φυσικοθεραπεία στην ψυχική υγεία βασίζεται στις διαθέσιμες επιστημονικές και βέλτιστες κλινικές αποδείξεις, υπάρχει ακόμη πολύς δρόμος στην ένταξη της στην καθημερινή κλινική ρουτίνα σε παγκόσμιο επίπεδο , σύμφωνα με τον Πρόεδρο του Συνεδρίου, **κο Σταθόπουλο**, ο οποίος στην ομιλία του κατά την τελετή λήξης του Συνεδρίου, επεσήμανε ότι υπάρχουν δύο βασικά πράγματα που θα ήθελε να δει να συμβαίνουν:

Επιπρόσθετα ανέφερε πως οι φυσικοθεραπευτές/τριες μέλη του Πανελληνίου Σύλλογου Φυσικοθεραπευτών έχουν τις **απαραίτητες δεξιότητες**, την **εμπειρία** και την **υποστήριξη** της Ελληνικής πολιτείας (άρθρο 4 και 6 του Νόμου 4461 / ΦΕΚ. 38, τ. Α / 28-3-2017) για να βοηθήσουν & να διευκολύνουν ισότιμα με τους άλλους επαγγελματίες, που παρέχουν υπηρεσίες ψυχικής υγείας, την προώθηση ενός ενεργού τρόπου ζωής με αποτέλεσμα την υγεία και την ευημερία των ατόμων με ψυχική ασθένεια»



## Η φυσικοθεραπεία στην ψυχική υγεία - Ο ρόλος του φυσικοθεραπευτή στη διεπιστημονική ομάδα

Η φυσικοθεραπεία στην ψυχική υγεία έχει ως στόχο να βελτιστοποιήσει την ευημερία και την ενδυνάμωση του ατόμου μέσω της προώθησης της λειτουργικής κίνησης, κινητικής ενσυναίσθησης, σωματικής δραστηριότητας και άσκησης, συνδυάζοντας σωματικά και ψυχικά χαρακτηριστικά.

Σύμφωνα με τον **Σταύρο Σταθόπουλο**, συντονιστή του επιστημονικού τμήματος «Φυσικοθεραπεία στην Ψυχική Υγεία» του ΠΣΦ, εκπρόσωπο της χώρας μας στον ΙΟΡΤΜΗ και Πρόεδρο του Συνεδρίου, «είναι πολύ δύσκολο να παραμείνουμε ψυχολογικά υγιείς όταν το σώμα μας, μας απογοητεύει. Η κακή σωματική λειτουργία μπορεί να σημαίνει ότι δεν μπορούμε να καταλάβουμε πλήρως τους ρόλους που επιλέγουμε για τον εαυτό μας ή να συμμετέχουμε σε δραστηριότητες που διαφορετικά θα θέλαμε. Η κακή σωματική υγεία μπορεί να προκαλέσει αγωνία και να οδηγήσει σε ψυχικές ασθένειες, άμεσα ή έμμεσα», τόνισε ο κ. Σταθόπουλος.

Την φιλοδοξία, η Ελλάδα να πρωτοστατήσει στην προώθηση και εμπέδωση της επιστήμης της φυσικοθεραπείας στην ψυχική υγεία στο μέλλον σε πανευρωπαϊκό επίπεδο και σε ευθυγράμμιση με τα διεθνή πρότυπα και απαιτήσεις, τόνισε η Υφυπουργός Υγείας, αρμόδια για θέματα ψυχικής υγείας, **Ζωή Ράπη**.

Ενώ έχει σημειωθεί πρόοδος στη σωματική υγεία και το προσδόκιμο ζωής γενικά, η σωματική υγεία των ανθρώπων που αντιμετωπίζουν ψυχικές ασθένειες παραδοσιακά τυγχάνει σχετικά μικρής προσοχής. Αυτός είναι ο λόγος για τον οποίο η Πρόεδρος του Παγκόσμιου Οργανισμού Φυσικοθεραπείας (WP) **Emma Stokes**, μία από τους βασικούς ομιλητές του Συνεδρίου, ανέφερε ότι ο WP ζητά την περαιτέρω αναγνώριση και την αυξημένη ένταξη των **φυσικοθεραπευτών** ως πολύτιμο μέλος οποιασδήποτε **ομάδας ψυχικής υγείας**. «Ο αντίκτυπος που μπορούμε να έχουμε στις καταστάσεις ψυχικής υγείας σχετίζεται με τη βελτίωση στη σωματική υγεία που μπορούμε να παρέχουμε με τη θεραπεία» ανέφερε.

Ο **Daniel Catalan**, Πρόεδρος του ΙΟΡΤΜΗ δήλωσε: «Ανά τον κόσμο, η φυσικοθεραπεία στην ψυχική υγεία εφαρμόζεται σε διαφορετικούς τομείς υγείας και ψυχικής υγείας. Είναι ανθρωποκεντρική και παρέχεται σε παιδιά, εφήβους, ενήλικες και ηλικιωμένους με ήπια, μέτρια και σοβαρά ψυχικά προβλήματα (οξέα και χρόνια), τόσο στην πρωτοβάθμια όσο και στην δευτεροβάθμια και τριτοβάθμια φροντίδα υγείας».

Ο Πρόεδρος του Πανελληνίου Συλλόγου Φυσικοθεραπευτών, **Πέτρος Λυμπερίδης** τόνισε ότι ενώ ο ασθενής με ψυχική ασθένεια μπορεί να αναπτύξει όλα τα προβλήματα σωματικής υγείας, που μπορεί να αναπτύξει ένα άτομο χωρίς ψυχική ασθένεια, έρευνες έχουν δείξει ότι ο ασθενής με ψυχική ασθένεια έχει αυξημένη νοσηρότητα και θνησιμότητα από ασθένειες που μπορούν να προληφθούν, επειδή δεν έχουν πρόσβαση στην πληρέστερη θεραπεία.

Ο πρώην πρόεδρος του ΙΟΡΤΜΗ, **Michel Probst**, ο οποίος θεωρείται ο «πατέρας» της φυσικοθεραπείας στην ψυχική υγεία παγκόσμια, κατά την ομιλία του επεσήμανε ότι οι γενικοί στόχοι της φυσικοθεραπείας στην ψυχική υγεία είναι προώθηση, συμβουλή, διδασκαλία, προειδοποίηση, παρακίνηση, διατήρησης εργασίας, θεραπεία, αξιολόγηση. Σε αντίθεση με άλλους τομείς της ιατρικής, η ψυχική υγεία αποτελείται από έναν λαβύρινθο συμβατικών, συμπληρωματικών και εναλλακτικών θεραπειών και προσεγγίσεων, κατέληξε.

«Η **δομημένη άσκηση** –εν αντιθέσει με την άσκηση μέσω καθημερινών δραστηριοτήτων όπως το περπάτημα με σκοπό τη μετακίνηση – να προστίθεται στο πρότυπο σχήμα φαρμακευτικής αγωγής και **ψυχοθεραπείας**. Προκειμένου να επιτευχθούν βέλτιστα αποτελέσματα και λιγότερες αποχωρήσεις, οι φυσικοθεραπευτές ως οι εξειδικευμένοι επαγγελματίες για την άσκηση θα πρέπει να καθοδηγούν και να επιβλέπουν τα προγράμματα θεραπευτικής άσκησης. Αποτελεί θεραπεία σε ήπια-μέτρια **κατάθλιψη** για τη βελτίωση των συμπτωμάτων και της φυσικής κατάστασης» τόνισε η **Tracy Bury**, Deputy chief executive officer του World Physiotherapy Organisation, υπενθυμίζοντας παράλληλα πως αυτές είναι από το 2018 και οι κατευθυντήριες οδηγίες της πανευρωπαϊκής ψυχιατρικής ένωσης.

Η **Κατερίνα Νομίδου**, από το βήμα των ασθενών έδωσε απάντηση στο ερώτημα: «Ψυχική υγεία και ευεξία: τι σκέφτονται οι ασθενείς σας;» με τις ιδιότητες της: WHO PFPS Champion for Greece, Secretary general of the Global Alliance of Mental Illness Advocacy Networks GAMIAN-Europe, Brussels και President, Panhellenic Federation of associations/organizations for the mental health. Ο ρόλος των MME στην Ευρωπαϊκή Ένωση για το πόσο σημαντική είναι η φυσικοθεραπεία για την ψυχική υγεία των πολιτών αναπτύχθηκε από την **Ισαία Τσαουσίδου**, δημοσιογράφο, Association of European Journalists, Int. President AEJ - Greek Section, President, Greece.



Ο πρόεδρος της Επιστημονικής Επιτροπής, **Θεόδωρος Χατζηδαμιανός** αναφέρθηκε στη μεγάλη και πολύπλευρη θεματολογία του συνεδρίου που βοήθησε τους φυσικοθεραπευτές να βελτιώσουν τις γνώσεις τους συνδέοντας την έρευνα και την τεκμηριωμένη πρακτική, δίνοντάς τους έτσι τη δυνατότητα να παρέχουν στους ασθενείς τους υπηρεσίες υψηλής ποιότητας. Ενώ η επίγνωση του αντίκτυπου της φυσικοθεραπείας στις ψυχικές ασθένειες αυξάνεται, γιατί η φυσικοθεραπεία στην ψυχική υγεία βασίζεται στις διαθέσιμες επιστημονικές και βέλτιστες κλινικές αποδείξεις, υπάρχει ακόμη πολύς δρόμος στην ένταξη της στην καθημερινή κλινική ρουτίνα σε παγκόσμιο επίπεδο, σύμφωνα με τον Πρόεδρο του Συνεδρίου, κ. **Σταθόπουλο**, ο οποίος στην ομιλία του κατά την τελετή λήξης, επεσήμανε ότι υπάρχουν δύο βασικά πράγματα που θα ήθελε να δει να συμβαίνουν:

1. Οι φυσικοθεραπευτές να απασχολούνται σε όλες τις δομές που παρέχονται υπηρεσίες για άτομα με ψυχικά νοσήματα.
2. Τα προγράμματα εκπαίδευσης των επαγγελματιών ψυχικής υγείας να περιλαμβάνουν τον ρόλο των φυσικοθεραπευτών στη διεπιστημονική ομάδα και στη διεπαγγελματική φροντίδα των ψυχικώς πασχόντων ατόμων.

**Διαβάστε επίσης:**

📍 <https://www.ertnews.gr/>

📅 Publication date: 23/05/2022 15:11

🌐 Alexa ranking (Greece): 239

🔗 [link](#)

EPT

**30ο Πανελλήνιο Επιστημονικό Συνέδριο Φυσικοθεραπείας - 27 έως 29 Μαΐου  
2022 στη Θεσσαλονίκη**



**Πανελλήνιος Σύλλογος Φυσικοθεραπευτών**

PANHELLENIC PHYSIOTHERAPISTS' ASSOCIATION

<https://congress.psf.org.gr>

30<sup>0</sup>

Πανελλήνιο  
Επιστημονικό  
Συνέδριο  
Φυσικοθεραπείας

**Φυσικοθεραπεία &**

# Διεπιστημονική Διαχείριση των Σύγχρονων Προκλήσεων

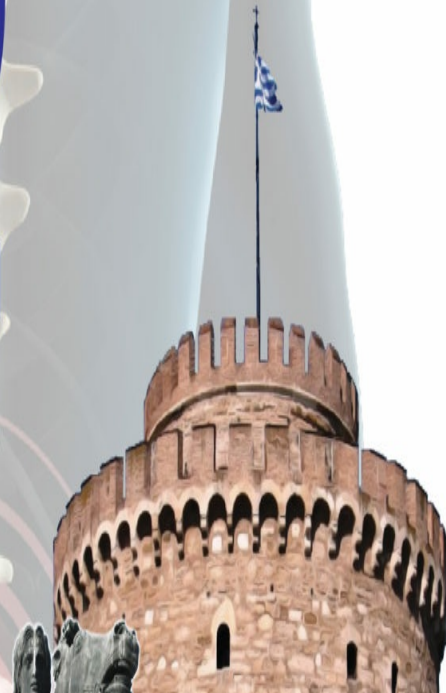
με Διεθνή Συμμετοχή

Μαΐου  
**27-29**  
2022

**ΘΕΣΣΑΛΟΝΙΚΗ**

ΣΥΝΕΔΡΙΑΚΟ ΚΕΝΤΡΟ  
Ι. ΒΕΛΛΙΔΗ

**ΔΕΘ HELEXPO**







Το **30ο Πανελλήνιο Επιστημονικό Συνέδριο Φυσικοθεραπείας**, με θέμα «**Φυσικοθεραπεία και Διεπιστημονική Διαχείριση των Σύγχρονων Προκλήσεων**», θα πραγματοποιηθεί από τις **27 έως τις 29 Μαΐου 2022** στη **Θεσσαλονίκη** στο **Συνεδριακό Κέντρο «Ι. Βελλίδης»** της **ΔΕΘ HELEXPO**.

Η επιλογή του θέματος του συνεδρίου αποσκοπεί στην επιβεβαίωση της αναγκαιότητας της διεπιστημονικής συνεργασίας όλων των Επιστημόνων Υγείας για την πληρέστερη, αποτελεσματικότερη και ασφαλέστερη διαχείριση όλων των προβλημάτων που προκύπτουν καθημερινά.

Διακεκριμένοι Επιστήμονες Υγείας από την Ελλάδα και το εξωτερικό θα παραστούν στο συνέδριο. Επίσης, θα τιμήσουν τις εργασίες του συνεδρίου με την παρουσία τους τόσο η **Πρόεδρος του Ευρωπαϊκού Τμήματος της Παγκόσμιας Ομοσπονδίας Φυσικοθεραπείας (ER-WCPT) κα Esther-Mary D'Arcy**, όσο και η **Αντιπρόεδρος και Καθηγήτρια του Πανεπιστημίου της Σεβίλλης Carmen Suarez**, ενώ διαδικτυακή παρέμβαση θα πραγματοποιήσει και η **Αναπλ. Υπουργός Υγείας κα Μίνα Γκάγκα**.

Το 30ο συνέδριο του Πανελληνίου Συλλόγου Φυσικοθεραπευτών, μαζί με όλους τους Επιστήμονες Υγείας, συνεχίζει να αντιμετωπίζει τις επιπτώσεις της Covid-19 με στρόγγυλες τράπεζες όπως:

Για τον σημαντικό ρόλο της Φυσικοθεραπείας στη Διεπιστημονική Διαχείριση των Σύγχρονων Προκλήσεων οργανώθηκαν στρόγγυλες τράπεζες, από τις 3 Πανεπιστημιακές Ορθοπαιδικές Κλινικές της Θεσσαλονίκης, το Τμήμα Μυοσκελετικής Φυσικοθεραπείας του ΠΣΦ και άλλων έγκριτων Ορθοπαιδικών, Φυσικοθεραπευτών και λοιπών Επιστημόνων Υγείας.

Επίσης θεματικές:

Ιδιαίτερο διεπιστημονικό ενδιαφέρον και για τις νέες προοπτικές που διανοίγονται θα ενημερωθούν οι συμμετέχοντες από τις στρόγγυλες τράπεζες για :

Στις αίθουσες του Συνεδριακού Κέντρου «Ι. Βελλίδης» θα πραγματοποιηθούν 30 στρόγγυλες τράπεζες και 2 Διαλέξεις, 12 τράπεζες με 58 Ελεύθερες Ανακοινώσεις από 250 Επιστήμονες-Ερευνητές, 5 Δορυφορικές Διαλέξεις και 8 Κλινικά Εργαστήρια σε χρόνο διαφορετικό από αυτό των στρόγγυλων τραπεζών.

📍 <https://www.ertnews.gr/>

📅 Publication date: 23/05/2022 15:11

🌐 Alexa ranking (Greece): 239

🔗 [link](#)

**EPT**

Στο **30<sup>ο</sup> Πανελλήνιο Επιστημονικό Συνέδριο Φυσικοθεραπείας** συμμετέχουν:

Το συνέδριο πραγματοποιείται υπό **αιγίδα του Υπουργείου Υγείας, του Τομέα Μακεδονίας Θράκης του Υπουργείου Εσωτερικών, της Περιφέρειας Κεντρικής Μακεδονίας και του Δήμου Θεσσαλονίκης.**

**Για περισσότερες πληροφορίες και το αναλυτικό πρόγραμμα:**

<https://congress.psf.org.gr/pages.php?id=9>

**Χορηγοί Επικοινωνίας: EPT3, 95.8FM, 102FM.**



## Ο Παγκόσμιος Οργανισμός Φυσικοθεραπείας επιθυμεί την ένταξη των φυσικοθεραπευτών στις ομάδες ψυχικής υγείας

Η φυσικοθεραπεία στην ψυχική υγεία έχει ως στόχο να βελτιστοποιήσει την ευημερία και την ενδυνάμωση του ατόμου μέσω της προώθησης της λειτουργικής κίνησης, κινητικής ενσυναίσθησης, σωματικής δραστηριότητας και άσκησης, συνδυάζοντας σωματικά και ψυχικά χαρακτηριστικά.

Αυτό ήταν το βασικό μήνυμα του 9ου Παγκόσμιου Συνεδρίου Φυσικοθεραπείας στην Ψυχική Υγεία που οργάνωσε στην Αθήνα ο ΙΟΡΤΜΗ (Διεθνής Οργανισμός Φυσικοθεραπείας στην Ψυχική Υγεία) σε συνεργασία με το επιστημονικό τμήμα «Φυσικοθεραπεία στην Ψυχική Υγεία» του Πανελληνίου Συλλόγου Φυσικοθεραπευτών (ΠΣΦ). Στο συνέδριο συμμετείχαν φυσικοθεραπευτές και επαγγελματίες υγείας από όλες τις ηπείρους.

Σύμφωνα με τον κο Σταύρο Σταθόπουλο, συντονιστή του ΕΤ «Φυσικοθεραπεία στην Ψυχική Υγεία» του ΠΣΦ, εκπρόσωπο της χώρας μας στον ΙΟΡΤΜΗ και Πρόεδρο του Συνεδρίου, η ρήση του Παγκόσμιου Οργανισμού Υγείας «Δεν υπάρχει υγεία χωρίς ψυχική υγεία», είναι επίσης αληθινή όταν αναστρέφεται.

**«Είναι πολύ δύσκολο να παραμείνουμε ψυχολογικά υγιείς όταν το σώμα μας μας απογοητεύει.** Η κακή σωματική λειτουργία μπορεί να σημαίνει ότι δεν μπορούμε να καταλάβουμε πλήρως τους ρόλους που επιλέγουμε για τον εαυτό μας ή να συμμετέχουμε σε δραστηριότητες που διαφορετικά θα θέλαμε. Η κακή σωματική υγεία μπορεί να προκαλέσει αγωνία και να οδηγήσει σε ψυχικές ασθένειες, άμεσα ή έμμεσα, τόνισε ο κος Σταθόπουλος.

Την φιλοδοξία της η Ελλάδα να πρωτοστατήσει και στην προώθηση και εμπέδωση της επιστήμης της φυσικοθεραπείας στην ψυχική υγεία στο μέλλον σε πανευρωπαϊκό επίπεδο και σε ευθυγράμμιση με τα διεθνή πρότυπα και απαιτήσεις, τόνισε η Υφυπουργός Υγείας αρμόδια για θέματα ψυχικής υγείας κα Ζωή Ράπτη.

Ενώ έχει σημειωθεί πρόοδος στη σωματική υγεία και το προσδόκιμο ζωής γενικά, η σωματική υγεία των ανθρώπων που αντιμετωπίζουν ψυχικές ασθένειες παραδοσιακά τυγχάνει σχετικά μικρής προσοχής. Αυτός είναι ο λόγος για τον οποίο η Πρόεδρος του Παγκόσμιου Οργανισμού Φυσικοθεραπείας (WP) κα Emma Stokes, μία από τους βασικούς ομιλητές του Συνεδρίου, ανέφερε ότι **ο WP ζητά την περαιτέρω αναγνώριση και την αυξημένη ένταξη των φυσικοθεραπευτών ως πολύτιμο μέλος οποιασδήποτε ομάδας ψυχικής υγείας.**

**«Ο αντίκτυπος που μπορούμε να έχουμε στις καταστάσεις ψυχικής υγείας σχετίζεται με τις βελτιώσεις στη σωματική υγεία που μπορούμε να παρέχουμε με τη θεραπεία και την ισχυρή σύνδεση μεταξύ της κακής σωματικής υγείας και των προβλημάτων ψυχικής υγείας»,** ανέφερε ο κος Daniel Catalan, Πρόεδρος του ΙΟΡΤΜΗ. «Ανά τον κόσμο, η φυσικοθεραπεία στην ψυχική υγεία εφαρμόζεται σε διαφορετικούς τομείς υγείας και ψυχικής υγείας. Είναι ανθρωποκεντρική & παρέχεται σε παιδιά, εφήβους, ενήλικες και ηλικιωμένους με ήπια, μέτρια και σοβαρά ψυχικά προβλήματα (οξέα και χρόνια), τόσο στην πρωτοβάθμια όσο και στην δεύτερο / τριτοβάθμια φροντίδα υγείας».

Ο Πρόεδρος του Πανελληνίου Συλλόγου Φυσικοθεραπευτών κος Πέτρος Λυμπερίδης τόνισε ότι ενώ **ο ασθενής με ψυχική ασθένεια μπορεί να αναπτύξει όλα τα προβλήματα σωματικής υγείας, που μπορεί να αναπτύξει ένα άτομο χωρίς ψυχική ασθένεια, έρευνες έχουν δείξει ότι ο ασθενής με ψυχική ασθένεια έχει αυξημένη νοσηρότητα και θνησιμότητα από ασθένειες που μπορούν να προληφθούν, επειδή δεν έχουν πρόσβαση στην πληρέστερη θεραπεία.**

Ο πρώην πρόεδρος του ΙΟΡΤΜΗ, κος Michel Probst, ο οποίος θεωρείται ο «πατέρας» της φυσικοθεραπείας στην ψυχική υγεία παγκόσμια, κατά την ομιλία του επεσήμανε ότι οι γενικοί στόχοι της φυσικοθεραπείας στην ψυχική υγεία είναι προώθηση, συμβουλή, διδασκαλία, προειδοποίηση, παρακίνηση, διατήρησης εργασίας, θεραπεία, αξιολόγηση. Σε αντίθεση με άλλους τομείς της ιατρικής, η ψυχική υγεία αποτελείται από έναν λαβύρινθο συμβατικών, συμπληρωματικών και εναλλακτικών θεραπειών και προσεγγίσεων κατέληξε ο κος Probst.

«Η δομημένη άσκηση -εν αντιθέσει με την άσκηση μέσω καθημερινών δραστηριοτήτων όπως το περπάτημα με σκοπό τη μετακίνηση - να προστίθεται στο πρότυπο σχήμα φαρμακευτικής αγωγής και ψυχοθεραπείας.

Προκειμένου να επιτευχθούν βέλτιστα αποτελέσματα και λιγότερες αποχωρήσεις, οι φυσικοθεραπευτές ως οι εξειδικευμένοι επαγγελματίες για την άσκηση θα πρέπει να καθοδηγούν και να επιβλέπουν τα προγράμματα θεραπευτικής άσκησης.



Αποτελεί θεραπεία σε ήπια-μέτρια κατάθλιψη για τη βελτίωση των συμπτωμάτων και της φυσικής κατάστασης» τόνισε η κα Tracy Bury, Deputy chief executive officer του World Physiotherapy Organisation, υπενθυμίζοντας παράλληλα πως αυτές είναι από το 2018 και οι κατευθυντήριες οδηγίες της πανευρωπαϊκής ψυχιατρικής ένωσης.

Η κα Κατερίνα Νομιδου από το βήμα των ασθενών έδωσε πλήρη απάντηση στο ερώτημα: «Ψυχική υγεία και ευεξία: τι σκέφτονται οι ασθενείς σας;» με τις ιδιότητες της: WHO PFPS Champion for Greece, Secretary general of the Global Alliance of Mental Illness Advocacy Networks GAMIAN-Europe, Brussels και President, Panhellenic Federation of associations/organizations for the mental health

Η ρόλος των ΜΜΕ στην Ευρωπαϊκή Ένωση για το πόσο σημαντική είναι η φυσικοθεραπεία για την ψυχική υγεία των πολιτών απαντήθηκε από την Ισαΐα Τσαουσίδου δημοσιογράφου, Association of European Journalists, Int. President AEJ - Greek Section, President, Greece

Ο πρόεδρος της Επιστημονικής Επιτροπής κος Θεόδωρος Χατζηδαμιανός αναφέρθηκε στην μεγάλη και πολύπλευρη θεματολογία του συνεδρίου που βοήθησε τους φυσικοθεραπευτές να βελτιώσουν τις γνώσεις τους συνδέοντας την έρευνα και την τεκμηριωμένη πρακτική, δίνοντάς τους έτσι τη δυνατότητα να παρέχουν στους ασθενείς τους υπηρεσίες υψηλής ποιότητας.

Ενώ η επίγνωση του αντίκτυπου της φυσικοθεραπείας στις ψυχικές ασθένειες αυξάνεται, γιατί η φυσικοθεραπεία στην ψυχική υγεία βασίζεται στις διαθέσιμες επιστημονικές και βέλτιστες κλινικές αποδείξεις, υπάρχει ακόμη πολύς δρόμος στην ένταξη της στην καθημερινή κλινική ρουτίνα σε παγκόσμιο επίπεδο, σύμφωνα με τον Πρόεδρο του Συνεδρίου, κο Σταθόπουλο, ο οποίος στην ομιλία του κατά την τελετή λήξης του Συνεδρίου, επεσήμανε ότι υπάρχουν δύο βασικά πράγματα που θα ήθελε να δει να συμβαίνουν:

- 1. Οι φυσικοθεραπευτές να απασχολούνται σε όλες τις δομές που παρέχοντες υπηρεσίες για άτομα με ψυχικά νοσήματα.**
- 2. Τα προγράμματα εκπαίδευσης των επαγγελματιών ψυχικής υγείας να περιλαμβάνουν τον ρόλο των φυσικοθεραπευτών στην διεπιστημονική ομάδας και στην διεπαγγελματική φροντίδα των ψυχικώς πασχόντων ατόμων.**

Επιπρόσθετα ανέφερε πως οι φυσικοθεραπευτές/τριες μέλη του Πανελληνίου Σύλλογου Φυσικοθεραπευτών έχουν τις απαραίτητες δεξιότητες, την εμπειρία και την υποστήριξη της Ελληνικής πολιτείας (άρθρο 4 και 6 του Νόμου 4461 / ΦΕΚ. 38, τ. Α / 28-3-2017) για να βοηθήσουν & να διευκολύνουν ισότιμα με τους άλλους επαγγελματίες, που παρέχουν υπηρεσίες ψυχικής υγείας, την προώθηση ενός ενεργού τρόπου ζωής με αποτέλεσμα την υγεία και την ευημερία των ατόμων με ψυχική ασθένεια»

Health ανα Tag:

- [ΦΥΣΙΚΟΘΕΡΑΠΕΙΑ](#)
- [ΨΥΧΙΚΗ ΥΓΕΙΑ](#)
- [ESOMAR](#)
- [ΙΟΡΤΜΗ](#)



## Ποιος είναι ο ρόλος της Φυσικοθεραπείας στην ψυχική υγεία;

Συμπεράσματα 9ου Παγκόσμιου Συνεδρίου Φυσικοθεραπείας στην Ψυχική Υγεία.

Η φυσικοθεραπεία στην ψυχική υγεία έχει ως στόχο να βελτιστοποιήσει την ευημερία και την ενδυνάμωση του ατόμου μέσω της προώθησης της λειτουργικής κίνησης, κινητικής ενσυναίσθησης, σωματικής δραστηριότητας και άσκησης, συνδυάζοντας σωματικά και ψυχικά χαρακτηριστικά. Αυτό ήταν το βασικό μήνυμα του 9ου Παγκόσμιου Συνεδρίου Φυσικοθεραπείας στην Ψυχική Υγεία που οργάνωσε στην Αθήνα ο ΙΟΡΤΜΗ (Διεθνής Οργανισμός Φυσικοθεραπείας στην Ψυχική Υγεία) σε συνεργασία με το επιστημονικό τμήμα «Φυσικοθεραπεία στην Ψυχική Υγεία» του Πανελληνίου Συλλόγου Φυσικοθεραπευτών (ΠΣΦ). Στο συνέδριο συμμετείχαν φυσικοθεραπευτές και επαγγελματίες υγείας από όλες τις ηπείρους.

Σύμφωνα με τον κ. Σταύρο Σταθόπουλο, συντονιστή του ΕΤ «Φυσικοθεραπεία στην Ψυχική Υγεία» του ΠΣΦ, εκπρόσωπο της χώρας μας στον ΙΟΡΤΜΗ και Πρόεδρο του Συνεδρίου, η ρήση του Παγκόσμιου Οργανισμού Υγείας «Δεν υπάρχει υγεία χωρίς ψυχική υγεία», είναι επίσης αληθινή όταν αναστρέφεται.

«Είναι πολύ δύσκολο να παραμείνουμε ψυχολογικά υγιείς όταν το σώμα μας, μας απογοητεύει. Η κακή σωματική λειτουργία μπορεί να σημαίνει ότι δεν μπορούμε να καταλάβουμε πλήρως τους ρόλους που επιλέγουμε για τον εαυτό μας ή να συμμετέχουμε σε δραστηριότητες που διαφορετικά θα θέλαμε.

Η κακή σωματική υγεία μπορεί να προκαλέσει αγωνία και να οδηγήσει σε ψυχικές ασθένειες, άμεσα ή έμμεσα, τόνισε ο κ. Σταθόπουλος.

Τη φιλοδοξία της Ελλάδας να πρωτοστατήσει και στην προώθηση και εμπέδωση της επιστήμης της φυσικοθεραπείας στην ψυχική υγεία στο μέλλον σε πανευρωπαϊκό επίπεδο και σε ευθυγράμμιση με τα διεθνή πρότυπα και απαιτήσεις, τόνισε η Υφυπουργός Υγείας αρμόδια για θέματα ψυχικής υγείας κα Ζωή Ράπτη.

Ενώ έχει σημειωθεί πρόοδος στη σωματική υγεία και το προσδόκιμο ζωής γενικά, η σωματική υγεία των ανθρώπων που αντιμετωπίζουν ψυχικές ασθένειες παραδοσιακά τυγχάνει σχετικά μικρής προσοχής. Αυτός είναι ο λόγος για τον οποίο η Πρόεδρος του Παγκόσμιου Οργανισμού Φυσικοθεραπείας (WP) κα Emma Stokes, μία από τους βασικούς ομιλητές του Συνεδρίου, ανέφερε ότι ο WP ζητά την περαιτέρω αναγνώριση και την αυξημένη ένταξη των φυσικοθεραπευτών ως πολύτιμο μέλος οποιασδήποτε ομάδας ψυχικής υγείας.

«Ο αντίκτυπος που μπορούμε να έχουμε στις καταστάσεις ψυχικής υγείας σχετίζεται με τις βελτιώσεις στη σωματική υγεία που μπορούμε να παρέχουμε με τη θεραπεία και την ισχυρή σύνδεση μεταξύ της κακής σωματικής υγείας και των προβλημάτων ψυχικής υγείας», ανέφερε

ο κ. Daniel Catalan, Πρόεδρος του ΙΟΡΤΜΗ. «Ανά τον κόσμο, η φυσικοθεραπεία στην ψυχική υγεία εφαρμόζεται σε διαφορετικούς τομείς υγείας και ψυχικής υγείας. Είναι ανθρωποκεντρική και παρέχεται σε παιδιά, εφήβους, ενήλικες και ηλικιωμένους με ήπια, μέτρια και σοβαρά ψυχικά προβλήματα (οξεία και χρόνια), τόσο στην πρωτοβάθμια όσο και στην δεύτερη / τριτοβάθμια φροντίδα υγείας».

Ο Πρόεδρος του Πανελληνίου Συλλόγου Φυσικοθεραπευτών κ. Πέτρος Λυμπερίδης τόνισε ότι ενώ ο ασθενής με ψυχική ασθένεια μπορεί να αναπτύξει όλα τα προβλήματα σωματικής υγείας, που μπορεί να αναπτύξει ένα άτομο χωρίς ψυχική ασθένεια, έρευνες έχουν δείξει ότι ο ασθενής με ψυχική ασθένεια έχει αυξημένη νοσηρότητα και θνησιμότητα από ασθένειες που μπορούν να προληφθούν, επειδή δεν έχουν πρόσβαση στην πληρέστερη θεραπεία.

Ο πρώην πρόεδρος του ΙΟΡΤΜΗ, κ. Michel Probst, ο οποίος θεωρείται ο «πατέρας» της φυσικοθεραπείας στην ψυχική υγεία παγκόσμια, κατά την ομιλία του επεσήμανε ότι οι γενικοί στόχοι της φυσικοθεραπείας στην ψυχική υγεία είναι προώθηση, συμβουλή, διδασκαλία, προειδοποίηση, παρακίνηση, διατήρησης εργασίας, θεραπεία, αξιολόγηση.

Σε αντίθεση με άλλους τομείς της ιατρικής, η ψυχική υγεία αποτελείται από έναν λαβύρινθο συμβατικών, συμπληρωματικών και εναλλακτικών θεραπειών και προσεγγίσεων κατέληξε ο κ. Probst.

«Η δομημένη άσκηση -εν αντιθέσει με την άσκηση μέσω καθημερινών δραστηριοτήτων όπως το περπάτημα με σκοπό τη μετακίνηση - να προστίθεται στο πρότυπο σχήμα φαρμακευτικής αγωγής και ψυχοθεραπείας.

Προκειμένου να επιτευχθούν βέλτιστα αποτελέσματα και λιγότερες αποχωρήσεις, οι φυσικοθεραπευτές ως οι εξειδικευμένοι επαγγελματίες για την άσκηση θα πρέπει να καθοδηγούν και να επιβλέπουν τα



προγράμματα θεραπευτικής άσκησης.

Αποτελεί θεραπεία σε ήπια-μέτρια κατάθλιψη για τη βελτίωση των συμπτωμάτων και της φυσικής κατάστασης», τόνισε η κα Tracy Bury, Deputy chief executive officer του World Physiotherapy Organisation, υπενθυμίζοντας παράλληλα πως αυτές είναι από το 2018 και οι κατευθυντήριες οδηγίες της πανευρωπαϊκής ψυχιατρικής ένωσης.

Η κα Κατερίνα Νομίδου από το βήμα των ασθενών έδωσε πλήρη απάντηση στο ερώτημα: «Ψυχική υγεία και ευεξία: τι σκέφτονται οι ασθενείς σας;» με τις ιδιότητες της: WHOPFPS Champion for Greece, Secretary general of the Global Alliance of Mental Illness Advocacy Networks GAMIAN-Europe, Brussels και President, Panhellenic Federation of associations/organizations for the mental health

Ο ρόλος των ΜΜΕ στην Ευρωπαϊκή Ένωση για το πόσο σημαντική είναι η φυσικοθεραπεία για την ψυχική υγεία των πολιτών απαντήθηκε από την Ισαΐα Τσαουσίδου δημοσιογράφο, Association of European Journalists, Int. President AEJ - Greek Section, President, Greece.

Ο πρόεδρος της Επιστημονικής Επιτροπής κ. Θεόδωρος Χατζηδαμιανός αναφέρθηκε στη μεγάλη και πολύπλευρη θεματολογία του συνεδρίου που βοήθησε τους φυσικοθεραπευτές να βελτιώσουν τις γνώσεις τους συνδέοντας την έρευνα και την τεκμηριωμένη πρακτική, δίνοντάς τους έτσι τη δυνατότητα να παρέχουν στους ασθενείς τους υπηρεσίες υψηλής ποιότητας.

Ενώ η επίγνωση του αντίκτυπου της φυσικοθεραπείας στις ψυχικές ασθένειες αυξάνεται, γιατί η φυσικοθεραπεία στην ψυχική υγεία βασίζεται στις διαθέσιμες επιστημονικές και βέλτιστες κλινικές αποδείξεις, υπάρχει ακόμη πολύς δρόμος στην ένταξη της στην καθημερινή κλινική ρουτίνα σε παγκόσμιο επίπεδο, σύμφωνα με τον Πρόεδρο του Συνεδρίου, κ. Σταθόπουλο, ο οποίος στην ομιλία του κατά την τελετή λήξης του Συνεδρίου, επεσήμανε ότι υπάρχουν δύο βασικά πράγματα που θα ήθελε να δει να συμβαίνουν:

1. Οι φυσικοθεραπευτές να απασχολούνται σε όλες τις δομές που παρέχουν υπηρεσίες για άτομα με ψυχικά νοσήματα.
2. Τα προγράμματα εκπαίδευσης των επαγγελματιών ψυχικής υγείας να περιλαμβάνουν τον ρόλο των φυσικοθεραπευτών στη διεπιστημονική ομάδα και στη διεπαγγελματική φροντίδα των ψυχικώς πασχόντων ατόμων.

Επιπρόσθετα, ανέφερε πως οι φυσικοθεραπευτές/τριες μέλη του Πανελληνίου Σύλλογου Φυσικοθεραπευτών έχουν τις απαραίτητες δεξιότητες, την εμπειρία και την υποστήριξη της Ελληνικής πολιτείας (άρθρο 4 και 6 του Νόμου 4461 / ΦΕΚ. 38, τ. Α / 28-3-2017) για να βοηθήσουν και να διευκολύνουν ισότιμα με τους άλλους επαγγελματίες, που παρέχουν υπηρεσίες ψυχικής υγείας, την προώθηση ενός ενεργού τρόπου ζωής με αποτέλεσμα την υγεία και την ευημερία των ατόμων με ψυχική ασθένεια».



## Η φυσικοθεραπεία στην ψυχική υγεία έχει ως στόχο να βελτιστοποιήσει την ευημερία και την ενδυνάμωση του ατόμου, συνδυάζοντας σωματικά και ψυχικά χαρακτηριστικά

Από

Άννα Σταυράκη

-

Η φυσικοθεραπεία στην ψυχική υγεία έχει ως στόχο να βελτιστοποιήσει την ευημερία και την ενδυνάμωση του ατόμου μέσω της προώθησης της λειτουργικής κίνησης, κινητικής ενσυναίσθησης, σωματικής δραστηριότητας και άσκησης, συνδυάζοντας σωματικά και ψυχικά χαρακτηριστικά, ήταν το βασικό μήνυμα του **9ου Παγκόσμιου Συνεδρίου Φυσικοθεραπείας στην Ψυχική Υγεία** που οργάνωσε στην Αθήνα ο ΙΟΡΤΜΗ (Διεθνής Οργανισμός Φυσικοθεραπείας στην Ψυχική Υγεία) σε συνεργασία με το επιστημονικό τμήμα «Φυσικοθεραπεία στην Ψυχική Υγεία» του Πανελληνίου Συλλόγου Φυσικοθεραπευτών (ΠΣΦ). Στο συνέδριο συμμετείχαν φυσικοθεραπευτές και επαγγελματίες υγείας από όλες τις ηπείρους.

Σύμφωνα με τον κο **Σταύρο Σταθόπουλο, συντονιστή του ΕΤ «Φυσικοθεραπεία στην Ψυχική Υγεία» του ΠΣΦ, εκπρόσωπο της χώρα μας στον ΙΟΡΤΜΗ και Πρόεδρο του Συνεδρίου**, η ρήση του Παγκόσμιου Οργανισμού Υγείας «Δεν υπάρχει υγεία χωρίς ψυχική υγεία», είναι επίσης αληθινή όταν αναστρέφεται.

«Είναι πολύ δύσκολο να παραμείνουμε ψυχολογικά υγιείς όταν το σώμα μας μας απογοητεύει. Η κακή σωματική λειτουργία μπορεί να σημαίνει ότι δεν μπορούμε να καταλάβουμε πλήρως τους ρόλους που επιλέγουμε για τον εαυτό μας ή να συμμετέχουμε σε δραστηριότητες που διαφορετικά θα θέλαμε.

**Η κακή σωματική υγεία μπορεί να προκαλέσει αγωνία και να οδηγήσει σε ψυχικές ασθένειες, άμεσα ή έμμεσα**, τόνισε ο κος Σταθόπουλος.

Την φιλοδοξία της η Ελλάδα να πρωτοστατήσει και στην προώθηση και εμπέδωση της επιστήμης της φυσικοθεραπείας στην ψυχική υγεία στο μέλλον σε πανευρωπαϊκό επίπεδο και σε ευθυγράμμιση με τα διεθνή πρότυπα και απαιτήσεις, τόνισε η Υφυπουργός Υγείας αρμόδια για θέματα ψυχικής υγείας κα **Ζωή Ράπτη**.

Ενώ έχει σημειωθεί πρόοδος στη σωματική υγεία και το προσδόκιμο ζωής γενικά, η σωματική υγεία των ανθρώπων που αντιμετωπίζουν ψυχικές ασθένειες παραδοσιακά τυχάνει σχετικά μικρής προσοχής. Αυτός είναι ο λόγος για τον οποίο η **Πρόεδρος του Παγκόσμιου Οργανισμού Φυσικοθεραπείας (WP) κα Emma Stokes**, μία από τους βασικούς ομιλητές του Συνεδρίου, ανέφερε ότι ο WP **ζητά την περαιτέρω αναγνώριση και την αυξημένη ένταξη των φυσικοθεραπευτών ως πολύτιμο μέλος οποιασδήποτε ομάδας ψυχικής υγείας**.

**«Ο αντίκτυπος που μπορούμε να έχουμε στις καταστάσεις ψυχικής υγείας σχετίζεται με τις βελτιώσεις στη σωματική υγεία που μπορούμε να παρέχουμε με τη θεραπεία και την ισχυρή σύνδεση μεταξύ της κακής σωματικής υγείας και των προβλημάτων ψυχικής υγείας»**, ανέφερε

ο κος **Daniel Catalan, Πρόεδρος του ΙΟΡΤΜΗ**. «Ανά τον κόσμο, η φυσικοθεραπεία στην ψυχική υγεία εφαρμόζεται σε διαφορετικούς τομείς υγείας και ψυχικής υγείας. Είναι ανθρωποκεντρική & παρέχεται σε παιδιά, εφήβους, ενήλικες και ηλικιωμένους με ήπια, μέτρια και σοβαρά ψυχικά προβλήματα (οξεία και χρόνια), τόσο στην πρωτοβάθμια όσο και στην δεύτερο / τριτοβάθμια φροντίδα υγείας».

Ο **Πρόεδρος του Πανελληνίου Συλλόγου Φυσικοθεραπευτών κος Πέτρος Λυμπερίδης** τόνισε ότι ενώ ο ασθενής με ψυχική ασθένεια μπορεί να αναπτύξει όλα τα προβλήματα σωματικής υγείας, που μπορεί να αναπτύξει ένα άτομο χωρίς ψυχική ασθένεια, έρευνες έχουν δείξει ότι **ο ασθενής με ψυχική ασθένεια έχει αυξημένη νοσηρότητα και θνησιμότητα από ασθένειες που μπορούν να προληφθούν, επειδή δεν έχουν πρόσβαση στην πληρέστερη θεραπεία**.

Ο πρώην πρόεδρος του ΙΟΡΤΜΗ, **κος Michel Probst**, ο οποίος θεωρείται ο «πατέρας» της **φυσικοθεραπείας** στην ψυχική υγεία παγκόσμια, κατά την ομιλία του επεσήμανε ότι **οι γενικοί στόχοι της φυσικοθεραπείας στην ψυχική υγεία είναι προώθηση, συμβουλή, διδασκαλία, προειδοποίηση, παρακίνηση, διατήρησης εργασίας, θεραπεία, αξιολόγηση**.

Σε αντίθεση με άλλους τομείς της ιατρικής, η ψυχική υγεία αποτελείται από έναν λαβύρινθο συμβατικών, συμπληρωματικών και εναλλακτικών θεραπειών καιπροσεγγίσεων κατέληξε ο κος Probst.

**«Η δομημένη άσκηση –εν αντιθέσει με την άσκηση μέσω καθημερινών δραστηριοτήτων όπως το**

περπάτημα με σκοπό τη μετακίνηση - **να προστίθεται** στο πρότυπο σχήμα φαρμακευτικής αγωγής και ψυχοθεραπείας.

Προκειμένου να επιτευχθούν βέλτιστα αποτελέσματα και λιγότερες αποχωρήσεις, οι φυσικοθεραπευτές ως οι **εξειδικευμένοι επαγγελματίες για την άσκηση** θα πρέπει να καθοδηγούν και να επιβλέπουν τα προγράμματα θεραπευτικής άσκησης. **Αποτελεί θεραπεία σε ήπια-μέτρια κατάθλιψη** για τη βελτίωση των συμπτωμάτων και της φυσικής κατάστασης» τόνισε η κα **Tracy Bury**, Deputy chief executive officer του World Physiotherapy Organisation, υπενθυμίζοντας παράλληλα πως αυτές είναι από το 2018 και οι κατευθυντήριες οδηγίες της πανευρωπαϊκής ψυχιατρικής ένωσης.

Η κα **Κατερίνα Νομίδου** από το **βήμα των ασθενών** έδωσε πλήρη απάντηση στο ερώτημα: «**Ψυχική υγεία και ευεξία: τι σκέφτονται οι ασθενείς σας;**» με τις ιδιότητες της: WHO PFPS Champion for Greece, Secretary general of the Global Alliance of Mental Illness Advocacy Networks GAMIAN-Europe, Brussels και President, Panhellenic Federation of associations/organizations for the mental health

Η **ρόλος των ΜΜΕ στην Ευρωπαϊκή Ένωση για το πόσο σημαντική είναι η φυσικοθεραπεία για την ψυχική υγεία των πολιτών** απαντήθηκε από την **Ισαία Τσαουσίδου** δημοσιογράφο, Association of European Journalists, Int. President AEJ – Greek Section, President, Greece

Ο πρόεδρος της Επιστημονικής Επιτροπής κος **Θεόδωρος Χατζηδαμιανός** αναφέρθηκε στην μεγάλη και πολύπλευρη θεματολογία του συνεδρίου που βοήθησε τους φυσικοθεραπευτές να βελτιώσουν τις γνώσεις τους συνδέοντας την έρευνα και την τεκμηριωμένη πρακτική, δίνοντάς τους έτσι τη δυνατότητα να παρέχουν στους ασθενείς τους υπηρεσίες υψηλής ποιότητας.

Ενώ η επίγνωση του αντίκτυπου της φυσικοθεραπείας στις ψυχικές ασθένειες αυξάνεται, γιατί η φυσικοθεραπεία στην ψυχική υγεία βασίζεται στις διαθέσιμες επιστημονικές και βέλτιστες κλινικές αποδείξεις, υπάρχει ακόμη πολύς δρόμος στην ένταξη της στην καθημερινή κλινική ρουτίνα σε παγκόσμιο επίπεδο, σύμφωνα με τον Πρόεδρο του Συνεδρίου, **κο Σταθόπουλο**, ο οποίος στην ομιλία του κατά την τελετή λήξης του Συνεδρίου, επεσήμανε ότι υπάρχουν δύο βασικά πράγματα που θα ήθελε να δει να συμβαίνουν:

1. Οι φυσικοθεραπευτές να απασχολούνται σε όλες τις δομές που παρέχοντες υπηρεσίες για άτομα με ψυχικά νοσήματα.
2. Τα προγράμματα εκπαίδευσης των επαγγελματιών ψυχικής υγείας να περιλαμβάνουν τον ρόλο των φυσικοθεραπευτών στην διεπιστημονική ομάδα και στην διεπαγγελματική φροντίδα των ψυχικώς πασχόντων ατόμων.

Επιπρόσθετα ανέφερε πως οι φυσικοθεραπευτές/τριες μέλη του Πανελληνίου Σύλλογου Φυσικοθεραπευτών έχουν τις **απαραίτητες δεξιότητες**, την **εμπειρία** και την **υποστήριξη** της Ελληνικής πολιτείας (άρθρο 4 και 6 του Νόμου 4461 / ΦΕΚ. 38, τ. Α / 28-3-2017) για να βοηθήσουν & να διευκολύνουν ισότιμα με τους άλλους επαγγελματίες, που παρέχουν υπηρεσίες ψυχικής υγείας, την προώθηση ενός ενεργού τρόπου ζωής με αποτέλεσμα την υγεία και την ευημερία των ατόμων με ψυχική ασθένεια»





## Τι σχέση έχει η φυσικοθεραπεία με την ψυχική μας υγεία;

**Η φυσικοθεραπεία στην ψυχική υγεία έχει ως στόχο να βελτιστοποιήσει την ευημερία και**

**την ενδυνάμωση του ατόμου, συνδυάζοντας σωματικά και ψυχικά χαρακτηριστικά**

Η φυσικοθεραπεία στην ψυχική υγεία έχει ως στόχο να βελτιστοποιήσει την ευημερία και την ενδυνάμωση του ατόμου μέσω της προώθησης της λειτουργικής κίνησης, κινητικής ενσυναίσθησης, σωματικής δραστηριότητας και άσκησης, συνδυάζοντας σωματικά και ψυχικά χαρακτηριστικά, ήταν το βασικό μήνυμα του **9<sup>ου</sup> Παγκόσμιου Συνεδρίου Φυσικοθεραπείας στην Ψυχική Υγεία** που οργάνωσε στην Αθήνα ο ΙΟΡΤΜΗ (Διεθνής Οργανισμός Φυσικοθεραπείας στην Ψυχική Υγεία) σε συνεργασία με το επιστημονικό τμήμα «Φυσικοθεραπεία στην Ψυχική Υγεία» του Πανελληνίου Συλλόγου Φυσικοθεραπευτών (ΠΣΦ). Στο συνέδριο συμμετείχαν φυσικοθεραπευτές και επαγγελματίες υγείας από όλες τις ηπείρους.

Σύμφωνα με τον κο **Σταύρο Σταθόπουλο, συντονιστή του ΕΤ «Φυσικοθεραπεία στην Ψυχική Υγεία» του ΠΣΦ, εκπρόσωπο της χώρα μας στον ΙΟΡΤΜΗ και Πρόεδρο του Συνεδρίου**, η ρήση του Παγκόσμιου Οργανισμού Υγείας «Δεν υπάρχει υγεία χωρίς ψυχική υγεία», είναι επίσης αληθινή όταν αναστρέφεται.

«Είναι πολύ δύσκολο να παραμείνουμε ψυχολογικά υγιείς όταν το σώμα μας μας απογοητεύει. Η κακή σωματική λειτουργία μπορεί να σημαίνει ότι δεν μπορούμε να καταλάβουμε πλήρως τους ρόλους που επιλέγουμε για τον εαυτό μας ή να συμμετέχουμε σε δραστηριότητες που διαφορετικά θα θέλαμε.

**Η κακή σωματική υγεία μπορεί να προκαλέσει αγωνία και να οδηγήσει σε ψυχικές ασθένειες, άμεσα ή έμμεσα**, τόνισε ο κος Σταθόπουλος.

Την φιλοδοξία της η Ελλάδα να πρωτοστατήσει και στην προώθηση και εμπέδωση της επιστήμης της φυσικοθεραπείας στην ψυχική υγεία στο μέλλον σε πανευρωπαϊκό επίπεδο και σε ευθυγράμμιση με τα διεθνή πρότυπα και απαιτήσεις, τόνισε η Υφυπουργός Υγείας αρμόδια για θέματα ψυχικής υγείας κα **Ζωή Ράπτη**.

Ενώ έχει σημειωθεί πρόοδος στη σωματική υγεία και το προσδόκιμο ζωής γενικά, η σωματική υγεία των ανθρώπων που αντιμετωπίζουν ψυχικές ασθένειες παραδοσιακά τυγχάνει σχετικά μικρής προσοχής. Αυτός είναι ο λόγος για τον οποίο η **Πρόεδρος του Παγκόσμιου Οργανισμού Φυσικοθεραπείας (WP) κα Emma Stokes**, μία από τους βασικούς ομιλητές του Συνεδρίου, ανέφερε ότι ο WP **ζητά την περαιτέρω αναγνώριση και την αυξημένη ένταξη των φυσικοθεραπευτών ως πολύτιμο μέλος οποιασδήποτε ομάδας ψυχικής υγείας**.

**«Ο αντίκτυπος που μπορούμε να έχουμε στις καταστάσεις ψυχικής υγείας σχετίζεται με τις βελτιώσεις στη σωματική υγεία που μπορούμε να παρέχουμε με τη θεραπεία και την ισχυρή σύνδεση μεταξύ της κακής σωματικής υγείας και των προβλημάτων ψυχικής υγείας»**, ανέφερε

ο κος **Daniel Catalan, Πρόεδρος του ΙΟΡΤΜΗ**. «Ανά τον κόσμο, η φυσικοθεραπεία στην ψυχική υγεία εφαρμόζεται σε διαφορετικούς τομείς υγείας και ψυχικής υγείας. Είναι ανθρωποκεντρική & παρέχεται σε παιδιά, εφήβους, ενήλικες και ηλικιωμένους με ήπια, μέτρια και σοβαρά ψυχικά προβλήματα (οξεία και χρόνια), τόσο στην πρωτοβάθμια όσο και στην δεύτερο / τριτοβάθμια φροντίδα υγείας».

Ο **Πρόεδρος του Πανελληνίου Συλλόγου Φυσικοθεραπευτών κος Πέτρος Λυμπερίδης** τόνισε ότι ενώ ο ασθενής με ψυχική ασθένεια μπορεί να αναπτύξει όλα τα προβλήματα σωματικής υγείας, που μπορεί να αναπτύξει ένα άτομο χωρίς ψυχική



ασθένεια, έρευνες έχουν δείξει ότι **ο ασθενής με ψυχική ασθένεια έχει αυξημένη νοσηρότητα και θνησιμότητα από ασθένειες που μπορούν να προληφθούν, επειδή δεν έχουν πρόσβαση στην πληρέστερη θεραπεία.**

Ο πρώην πρόεδρος του ΙΟΡΤΜΗ, **κος Michel Probst**, ο οποίος θεωρείται ο «πατέρας» της φυσικοθεραπείας στην ψυχική υγεία παγκόσμια, κατά την ομιλία του επεσήμανε ότι **οι γενικοί στόχοι της φυσικοθεραπείας στην ψυχική υγεία είναι προώθηση, συμβουλή, διδασκαλία, προειδοποίηση, παρακίνηση, διατήρησης εργασίας, θεραπεία, αξιολόγηση.**

Σε αντίθεση με άλλους τομείς της ιατρικής, η ψυχική υγεία αποτελείται από έναν λαβύρινθο συμβατικών, συμπληρωματικών και εναλλακτικών θεραπειών και προσεγγίσεων κατέληξε ο κος Probst.

*«Η **δομημένη άσκηση** -εν αντιθέσει με την άσκηση μέσω καθημερινών δραστηριοτήτων όπως το περπάτημα με σκοπό τη μετακίνηση - **να προστίθεται** στο πρότυπο σχήμα φαρμακευτικής αγωγής και ψυχοθεραπείας.*

*Προκειμένου να επιτευχθούν βέλτιστα αποτελέσματα και λιγότερες αποχωρήσεις, οι φυσικοθεραπευτές ως οι **εξειδικευμένοι επαγγελματίες για την άσκηση** θα πρέπει να καθοδηγούν και να επιβλέπουν τα προγράμματα θεραπευτικής άσκησης.*

**Αποτελεί θεραπεία σε ήπια-μέτρια κατάθλιψη** για τη βελτίωση των συμπτωμάτων και της φυσικής κατάστασης» τόνισε η κα **Tracy Bury**, Deputy chief executive officer του World Physiotherapy Organisation, υπενθυμίζοντας παράλληλα πως αυτές είναι από το 2018 και οι κατευθυντήριες οδηγίες της πανευρωπαϊκής ψυχιατρικής ένωσης.

Η κα **Κατερίνα Νομιδου** από το βήμα των ασθενών έδωσε πλήρη απάντηση στο ερώτημα: «**Ψυχική υγεία και ευεξία: τι σκέφτονται οι ασθενείς σας;**» με τις ιδιότητες της: WHO PFPS Champion for Greece, Secretary general of the Global Alliance of Mental Illness Advocacy Networks GAMIAN-Europe, Brussels και President, Panhellenic Federation of associations/organizations for the mental health

*Η ρόλος των ΜΜΕ στην Ευρωπαϊκή Ένωση για το πόσο σημαντική είναι η φυσικοθεραπεία για την ψυχική υγεία των πολιτών* απαντήθηκε από την **Ισαία Τσαουσιδου** δημοσιογράφο, Association of European Journalists, Int. President AEJ - Greek Section, President, Greece

Ο πρόεδρος της Επιστημονικής Επιτροπής κος **Θεόδωρος Χατζηδαμιανός** αναφέρθηκε στην μεγάλη και πολύπλευρη θεματολογία του συνεδρίου που βοήθησε τους φυσικοθεραπευτές να βελτιώσουν τις γνώσεις τους συνδέοντας την έρευνα και την τεκμηριωμένη πρακτική, δίνοντάς τους έτσι τη δυνατότητα να παρέχουν στους ασθενείς τους υπηρεσίες υψηλής ποιότητας.

Ενώ η επίγνωση του αντίκτυπου της φυσικοθεραπείας στις ψυχικές ασθένειες αυξάνεται, γιατί η φυσικοθεραπεία στην ψυχική υγεία βασίζεται στις διαθέσιμες επιστημονικές και βέλτιστες κλινικές αποδείξεις, υπάρχει ακόμη πολύς δρόμος στην ένταξη της στην καθημερινή κλινική ρουτίνα σε παγκόσμιο επίπεδο, σύμφωνα με τον Πρόεδρο του Συνεδρίου, **κο Σταθόπουλο**, ο οποίος στην ομιλία του κατά την τελετή λήξης του Συνεδρίου, επεσήμανε ότι υπάρχουν δύο βασικά πράγματα που θα ήθελε να δει να συμβαίνουν:

1. Οι φυσικοθεραπευτές να απασχολούνται σε όλες τις δομές που παρέχοντες υπηρεσίες για άτομα με ψυχικά νοσήματα.
2. Τα προγράμματα εκπαίδευσης των επαγγελματιών ψυχικής υγείας να περιλαμβάνουν τον ρόλο των φυσικοθεραπευτών στην διεπιστημονική ομάδα και στην διεπαγγελματική φροντίδα των ψυχικών πασχόντων ατόμων.

📍 <http://allabouthealth.gr/>

📅 Publication date: 23/05/2022 12:10

🌐 Alexa ranking (Greece): 0

🔗 [link](#)



Επιπρόσθετα ανέφερε πως οι φυσικοθεραπευτές/τριες μέλη του Πανελληνίου Σύλλογου Φυσικοθεραπευτών έχουν τις **απαραίτητες δεξιότητες**, την **εμπειρία** και την **υποστήριξη** της Ελληνικής πολιτείας (άρθρο 4 και 6 του Νόμου 4461 / ΦΕΚ. 38, τ. Α / 28-3-**2017**) για να βοηθήσουν & να διευκολύνουν ισότιμα με τους άλλους επαγγελματίες, που παρέχουν υπηρεσίες ψυχικής υγείας, την προώθηση ενός ενεργού τρόπου ζωής με αποτέλεσμα την υγεία και την ευημερία των ατόμων με ψυχική ασθένεια»



## Η φυσικοθεραπεία στην ψυχική υγεία έχει ως στόχο να βελτιστοποιήσει την ευημερία

Συγγραφέας [Ιάτωρ](#) Γράφτηκε στις 23 Μαΐου 2022,

**και την ενδυνάμωση του ατόμου, συνδυάζοντας σωματικά και ψυχικά χαρακτηριστικά.**

Η φυσικοθεραπεία στην ψυχική υγεία έχει ως στόχο να βελτιστοποιήσει την ευημερία και την ενδυνάμωση του ατόμου μέσω της προώθησης της λειτουργικής κίνησης, κινητικής ενσυναίσθησης, σωματικής δραστηριότητας και άσκησης,

συνδυάζοντας σωματικά και ψυχικά χαρακτηριστικά, ήταν το βασικό μήνυμα του **9<sup>ου</sup> Παγκόσμιου Συνεδρίου Φυσικοθεραπείας στην Ψυχική Υγεία** που οργάνωσε στην Αθήνα ο ΙΟΡΤΜΗ (Διεθνής Οργανισμός Φυσικοθεραπείας στην Ψυχική Υγεία) σε συνεργασία με το επιστημονικό τμήμα «Φυσικοθεραπεία στην Ψυχική Υγεία» του Πανελληνίου Συλλόγου Φυσικοθεραπευτών (ΠΣΦ). Στο συνέδριο συμμετείχαν φυσικοθεραπευτές και επαγγελματίες υγείας από όλες τις ηπείρους.

Σύμφωνα με τον κο **Σταύρο Σταθόπουλο, συντονιστή του ΕΤ «Φυσικοθεραπεία στην Ψυχική Υγεία» του ΠΣΦ, εκπρόσωπο της χώρα μας στον ΙΟΡΤΜΗ και Πρόεδρο του Συνεδρίου**, η ρήση του Παγκόσμιου Οργανισμού Υγείας «Δεν υπάρχει υγεία χωρίς ψυχική υγεία», είναι επίσης αληθινή όταν αναστρέφεται.

«Είναι πολύ δύσκολο να παραμείνουμε ψυχολογικά υγιείς όταν το σώμα μας μας απογοητεύει. Η κακή σωματική λειτουργία μπορεί να σημαίνει ότι δεν μπορούμε να καταλάβουμε πλήρως τους ρόλους που επιλέγουμε για τον εαυτό μας ή να συμμετέχουμε σε δραστηριότητες που διαφορετικά θα θέλαμε.

**Η κακή σωματική υγεία μπορεί να προκαλέσει αγωνία και να οδηγήσει σε ψυχικές ασθένειες, άμεσα ή έμμεσα,** τόνισε ο κος Σταθόπουλος.

Την φιλοδοξία της η Ελλάδα να πρωτοστατήσει και στην προώθηση και εμπέδωση της επιστήμης της φυσικοθεραπείας στην ψυχική υγεία στο μέλλον σε πανευρωπαϊκό επίπεδο και σε ευθυγράμμιση με τα διεθνή πρότυπα και απαιτήσεις, τόνισε η Υφυπουργός Υγείας αρμόδια για θέματα ψυχικής υγείας κα **Ζωή Ράπτη**.

Ενώ έχει σημειωθεί πρόοδος στη σωματική υγεία και το προσδόκιμο ζωής γενικά, η σωματική υγεία των ανθρώπων που αντιμετωπίζουν ψυχικές ασθένειες παραδοσιακά τυγχάνει σχετικά μικρής προσοχής. Αυτός είναι ο λόγος για τον οποίο η **Πρόεδρος του Παγκόσμιου Οργανισμού Φυσικοθεραπείας (WP) κα Emma Stokes**, μία από τους βασικούς ομιλητές του Συνεδρίου, ανέφερε ότι ο WP **ζητά την περαιτέρω αναγνώριση και την αυξημένη ένταξη των φυσικοθεραπευτών ως πολύτιμο μέλος οποιασδήποτε ομάδας ψυχικής υγείας**.

**«Ο αντίκτυπος που μπορούμε να έχουμε στις καταστάσεις ψυχικής υγείας σχετίζεται με τις βελτιώσεις στη σωματική υγεία που μπορούμε να παρέχουμε με τη θεραπεία και την ισχυρή σύνδεση μεταξύ της κακής σωματικής υγείας και των προβλημάτων ψυχικής υγείας»**, ανέφερε

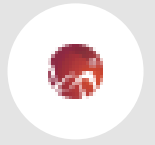
ο κος **Daniel Catalan, Πρόεδρος του ΙΟΡΤΜΗ**. «Ανά τον κόσμο, η φυσικοθεραπεία στην ψυχική υγεία εφαρμόζεται σε διαφορετικούς τομείς υγείας και ψυχικής υγείας. Είναι ανθρωποκεντρική & παρέχεται σε παιδιά, εφήβους, ενήλικες και ηλικιωμένους με ήπια, μέτρια και σοβαρά ψυχικά προβλήματα (οξεία και χρόνια), τόσο στην πρωτοβάθμια όσο και στην δεύτερο / τριτοβάθμια φροντίδα υγείας».

Ο **Πρόεδρος του Πανελληνίου Συλλόγου Φυσικοθεραπευτών κος Πέτρος Λυμπερίδης** τόνισε ότι ενώ ο ασθενής με ψυχική ασθένεια μπορεί να αναπτύξει όλα τα προβλήματα σωματικής υγείας, που μπορεί να αναπτύξει ένα άτομο χωρίς ψυχική ασθένεια, έρευνες έχουν δείξει ότι **ο ασθενής με ψυχική ασθένεια έχει αυξημένη νοσηρότητα και θνησιμότητα από ασθένειες που μπορούν να προληφθούν, επειδή δεν έχουν πρόσβαση στην πληρέστερη θεραπεία**.

Ο πρώην πρόεδρος του ΙΟΡΤΜΗ, **κος Michel Probst**, ο οποίος θεωρείται ο «πατέρας» της **φυσικοθεραπείας** στην ψυχική υγεία παγκόσμια, κατά την ομιλία του επεσήμανε ότι **οι γενικοί στόχοι της φυσικοθεραπείας στην ψυχική υγεία είναι προώθηση, συμβουλή, διδασκαλία, προειδοποίηση, παρακίνηση, διατήρησης εργασίας, θεραπεία, αξιολόγηση**.

Σε αντίθεση με άλλους τομείς της ιατρικής, η ψυχική υγεία αποτελείται από έναν λαβύρινθο συμβατικών, συμπληρωματικών και εναλλακτικών θεραπειών και προσεγγίσεων κατέληξε ο κος Probst.

**«Η δομημένη άσκηση -εν αντιθέσει με την άσκηση μέσω καθημερινών δραστηριοτήτων όπως το**



περπάτημα με σκοπό τη μετακίνηση - **να προστίθεται** στο πρότυπο σχήμα φαρμακευτικής αγωγής και ψυχοθεραπείας.

Προκειμένου να επιτευχθούν βέλτιστα αποτελέσματα και λιγότερες αποχωρήσεις, οι φυσικοθεραπευτές ως οι **εξειδικευμένοι επαγγελματίες για την άσκηση** θα πρέπει να καθοδηγούν και να επιβλέπουν τα προγράμματα θεραπευτικής άσκησης.

**Αποτελεί θεραπεία σε ήπια-μέτρια κατάθλιψη** για τη βελτίωση των συμπτωμάτων και της φυσικής κατάστασης» τόνισε η κα **Tracy Bury**, Deputy chief executive officer του World Physiotherapy Organisation, υπενθυμίζοντας παράλληλα πως αυτές είναι από το 2018 και οι κατευθυντήριες οδηγίες της πανευρωπαϊκής ψυχιατρικής ένωσης.

Η κα **Κατερίνα Νομιδου** από το **βήμα των ασθενών** έδωσε πλήρη απάντηση στο ερώτημα: «**Ψυχική υγεία και ευεξία: τι σκέφτονται οι ασθενείς σας;**» με τις ιδιότητες της: WHO PFPS Champion for Greece, Secretary general of the Global Alliance of Mental Illness Advocacy Networks GAMIAN-Europe, Brussels και President, Panhellenic Federation of associations/organizations for the mental health.

Η **ρόλος των ΜΜΕ στην Ευρωπαϊκή Ένωση για το πόσο σημαντική είναι η φυσικοθεραπεία για την ψυχική υγεία των πολιτών** απαντήθηκε από την **Ισαία Τσαουσίδου** δημοσιογράφο, Association of European Journalists, Int. President AEJ - Greek Section, President, Greece

Ο πρόεδρος της Επιστημονικής Επιτροπής κος **Θεόδωρος Χατζηδαμιανός** αναφέρθηκε στην μεγάλη και πολύπλευρη θεματολογία του συνεδρίου που βοήθησε τους φυσικοθεραπευτές να βελτιώσουν τις γνώσεις τους συνδέοντας την έρευνα και την τεκμηριωμένη πρακτική, δίνοντάς τους έτσι τη δυνατότητα να παρέχουν στους ασθενείς τους υπηρεσίες υψηλής ποιότητας.

Ενώ η επίγνωση του αντίκτυπου της φυσικοθεραπείας στις ψυχικές ασθένειες αυξάνεται, γιατί η φυσικοθεραπεία στην ψυχική υγεία βασίζεται στις διαθέσιμες επιστημονικές και βέλτιστες κλινικές αποδείξεις, υπάρχει ακόμη πολύς δρόμος στην ένταξη της στην καθημερινή κλινική ρουτίνα σε παγκόσμιο επίπεδο, σύμφωνα με τον Πρόεδρο του Συνεδρίου, **κο Σταθόπουλο**, ο οποίος στην ομιλία του κατά την τελετή λήξης του Συνεδρίου, επεσήμανε ότι υπάρχουν δύο βασικά πράγματα που θα ήθελε να δει να συμβαίνουν:

1. Οι φυσικοθεραπευτές να απασχολούνται σε όλες τις δομές που παρέχοντες υπηρεσίες για άτομα με ψυχικά νοσήματα.
2. Τα προγράμματα εκπαίδευσης των επαγγελματιών ψυχικής υγείας να περιλαμβάνουν τον ρόλο των φυσικοθεραπευτών στην διεπιστημονική ομάδα και στην διεπαγγελματική φροντίδα των ψυχικώς πασχόντων ατόμων.

Επιπρόσθετα ανέφερε πως οι φυσικοθεραπευτές/τριες μέλη του Πανελληνίου Σύλλογου Φυσικοθεραπευτών έχουν τις **απαραίτητες δεξιότητες**, την **εμπειρία** και την **υποστήριξη** της Ελληνικής πολιτείας (άρθρο 4 και 6 του Νόμου 4461 / ΦΕΚ. 38, τ. Α / 28-3-2017) για να βοηθήσουν & να διευκολύνουν ισότιμα με τους άλλους επαγγελματίες, που παρέχουν υπηρεσίες ψυχικής υγείας, την προώθηση ενός ενεργού τρόπου ζωής με αποτέλεσμα την υγεία και την ευημερία των ατόμων με ψυχική ασθένεια»