



ΠΑΝΕΛΛΗΝΙΟΣ ΣΥΛΛΟΓΟΣ
ΦΥΣΙΚΟΘΕΡΑΠΕΥΤΩΝ



ΕΠΙΣΤΗΜΟΝΙΚΟ ΤΜΗΜΑ
ΚΑΡΔΙΟΑΓΓΕΙΑΚΗΣ ΚΑΙ ΑΝΑΠΝΕΥΣΤΙΚΗΣ
ΦΥΣΙΚΟΘΕΡΑΠΕΙΑΣ -ΑΠΟΚΑΤΑΣΤΑΣΗΣ

Δελτίο τύπου

Παγκόσμια ημέρα κατά του καρκίνου: 4 Φεβρουαρίου

Πρόσφατη έρευνα δείχνει ότι οι διαγνώσεις καρκίνου που αποδίδονται αποκλειστικά στη σωματική ακινησία είναι τρεις φορές περισσότερες από ό,τι είχε εκτιμηθεί στο παρελθόν. Η σχέση της σωματικής ακινησίας, του άγχους και της κακής διατροφής με την εμφάνιση καρκίνου, τονίζουν την επίκτητή φύση της νόσου. Αν θεωρήσουμε ότι η νόσος είναι η εκδήλωση των συμπτωμάτων του κακού τρόπου ζωής, τότε η αξία της φυσικής δραστηριότητας και της άσκησης αποκτάει θεραπευτικό χαρακτήρα.

Η άσκηση δρα πολυδιάστατα, προσφέροντας προστασία και οφέλη που εκτείνονται από την πρόληψη εμφάνισης επτά διαφορετικών τύπων καρκίνου, έως την ενίσχυση της αποτελεσματικότητας των αντικαρκινικών θεραπειών, όπως η χημειοθεραπεία, η ακτινοθεραπεία και η ανοσοθεραπεία. Παράλληλα, παίζει καθοριστικό ρόλο στη μείωση του κινδύνου επανεμφάνισης του καρκίνου. Το αξιοσημείωτο είναι ότι οι συστηματικές αλλαγές που προκαλεί η άσκηση οδηγούν σε ρυθμιστική δράση στο μικροπεριβάλλον του όγκου, συμβάλλοντας σε ευνοϊκή πορεία της θεραπείας και της εξέλιξης της νόσου.

Σήμερα γνωρίζουμε ότι ανεξαρτήτως του θεραπευτικού σχήματος στο οποίο υποβάλλονται οι ασθενείς υπάρχει ισχυρή βιβλιογραφική τεκμηρίωση για μείωση του άγχους, των καταθλιπτικών συμπτωμάτων, της κόπωσης και βελτίωση της λειτουργικότητας και της ποιότητας ζωής των ασθενών. Επιπρόσθετα, η άσκηση υπό την επίβλεψη φυσικοθεραπευτή φαίνεται πως δεν οδηγεί ούτε επιβαρύνει το υπάρχον λεμφοίδημα μετά από λεμφαδενικό καθαρισμό.

Η συμβουλευτική, η καθοδήγηση, οι μέθοδοι και οι τεχνικές διαχείρισης των επιπλοκών των θεραπευτικών σχημάτων αποτελούν αναπόσπαστο κομμάτι της επιστήμης της φυσικοθεραπείας παγκοσμίως.

Ο Πανελλήνιος Σύλλογος Φυσικοθεραπευτών (ΠΣΦ), σε συνεργασία με το Επιστημονικό Τμήμα Καρδιοαγγειακής και Αναπνευστικής Φυσικοθεραπείας-Αποκατάστασης (ΕΤΚΑΦΑ), τιμά την Παγκόσμια Ημέρα κατά του Καρκίνου, προωθώντας την ενημέρωση σχετικά με τη σημασία της Φυσικοθεραπείας στη βελτίωση της υγείας και της ποιότητας ζωής των ασθενών με καρκίνο, καθώς και των επιζώντων. Με έμφαση στην αποκατάσταση, το ΕΤΚΑΦΑ ΠΣΦ επιδιώκει να αναδείξει τα οφέλη της Φυσικοθεραπείας, ευαισθητοποιώντας κυβερνητικούς φορείς, οργανισμούς και την κοινωνία συνολικά.

Η δράση της ενημέρωσης στοχεύει στην προάσπιση των δικαιωμάτων και στην κάλυψη των αναγκών αυτών των ατόμων, υποστηρίζοντας την ολιστική φροντίδα και την ισότιμη πρόσβασή τους σε υπηρεσίες υγείας.