



Καρδιογηριατρική: οι προκλήσεις, η έρευνα και η τεχνητή νοημοσύνη

ΓΝΩΜΗ

ΤΗΣ ΜΑΡΙΑΣ
ΝΙΚΟΛΑΟΥ

Η γήρανση του πληθυσμού αποτελεί μία από τις σημαντικότερες δημογραφικές εξελίξεις του 21ου αιώνα. Αν και δεν υπάρχει πλήρης συμφωνία για το πότε ορίζεται ένα άτομο ως «ηλικιωμένο», αφού η διαδικασία της γήρανσης είναι συνεχής και εξαρτάται κατά πολύ από βιολογικούς αλλά και περιβαλλοντικούς παράγοντες, εντούτοις διεθνείς οργανισμοί όπως ο Παγκόσμιος Οργανισμός Υγείας (ΠΟΥ) ή ο Οργανισμός Οικονομικής Συνεργασίας και Ανάπτυξης (ΟΟΣΑ) χρησιμοποιούν το όριο των 60 ετών και 65 ετών αντίστοιχα.

Συμφωνα με τον ΠΟΥ έως το 2030 αναμένεται σε παγκόσμια κλίμακα αύξηση κατά 40% του πληθυσμού άνω των 60 ετών, ενώ έως το 2050 αναμένεται τριπλασιασμός των υπερηλίκων άνω των 80 ετών. Στο άμεσο μέλλον λοιπόν τόσο η Ευρώπη, αλλά ακόμα περισσότερο η χώρα μας αναμένεται να αντιμετωπίσουν τις επιπτώσεις από τη ραγδαία γήρανση του πληθυσμού, αφού η μεγάλη αύξηση του αριθμού των ηλικιωμένων, ως αποτέλεσμα της αύξησης του προσδόκιμου επιβίωσης, συνοδεύεται από ταυτόχρονη μείωση των γεννήσεων. Ετσι, το ποσοστό των ηλικιωμένων θα αυξηθεί σημαντικά, ασκώντας πίεση στο σύστημα υγείας, στα συνταξιοδοτικά ταμεία, στην αγορά εργασίας και στην κοινωνική συνοχή. Ταυτόχρονα, η αναλογία ενεργών προς εξαρτώμενων πολιτών μειώνεται, καθιστώντας πιο επείγουσα την ανάγκη για στρατηγική πολιτική στον τομέα της υγείας, της οικονομίας και της εκπαίδευσης για την αντιμετώπιση αυτής της δημογραφικής στροφής.

Στον τομέα της υγείας συγκεκριμένα, επέρχονται βαθιές και ουσιαστικές αλλαγές, καθώς αυξάνεται διαρκώς η ζήτηση για υπηρεσίες υγείας αλλά και μακροχρόνια φροντίδα.

Η πρόληψη αποκτά κεντρικό ρόλο, με έμφαση στην έγκαιρη διάγνωση, στη διαχείριση παραγόντων κινδύνου και στη διατήρηση της λειτουργικής ικανότητας και της ποιότητας ζωής των ηλικιωμένων. Ο όρος «υγιής γήρανση» αναφέρεται στη διαδικασία της γήρανσης με τρόπο που διατηρείται όσο το δυνατόν καλύτερα η σωματική, ψυχική και κοινωνική λειτουργικότητα του ατόμου, ώστε να συνεχίζει να απολαμβάνει καλή ποιότητα ζωής και αυτονομία όσο μεγαλύτερη. Δεν σημαίνει απλώς την απουσία ασθενειών, αλλά μια ολιστική προσέγγιση που περιλαμβάνει την ικανότητα του ανθρώπου να προσαρμόζεται στις αλλαγές της ηλικίας, να παραμένει ενεργός, να συμμετέχει στην κοινωνική και οικογενειακή ζωή και να διατηρεί

την ανεξαρτησία του. Η υγιής γήρανση στηρίζεται σε 8 πυλώνες που σχετίζονται με τον καλό έλεγχο χρόνιων νοσημάτων, με σωστή διατροφή, σωματική άσκηση και έλεγχο του σωματικού βάρους, με ισορροπημένο ύπνο, με νοητική και κοινωνική δραστηριοποίηση, καθώς και με τη δημιουργία ενός περιβάλλοντος φιλικού προς τους ηλικιωμένους που να επιτρέπει την ενεργό συμμετοχή τους. Είναι, λοιπόν, μια δυναμική έννοια που προϋποθέτει έγκαιρη παρέμβαση, υποστηρικτικές πολιτικές υγείας και κοινωνικής φροντίδας και προσωπικές επιλογές που ευνοούν την καλή υγεία και την αυτονομία σε όλη τη διάρκεια της ζωής.

Από την άλλη πλευρά, τα νοσοκομεία και οι δομές πρωτοβάθμιας φροντίδας υγείας δέχονται συνεχώς μεγαλύτερη πίεση, καθώς οι ηλικιωμένοι ασθενείς παρουσιάζουν πολυνοσηρότητα και συχνές επιπλοκές, με αποτέλεσμα να αυξάνεται η διάρκεια νοσηλείας, τα κόστη νοσηλείας αλλά και η ανάγκη για εξειδικευμένη και ολιστική αντιμετώπιση. Αξιοσημείωτη είναι η αύξηση στη συχνότητα των χρόνιων νοσημάτων, όπως τα καρδιαγγειακά νοσήματα, γεγονός που οδηγεί σε περισσότερες επισκέψεις σε ιατρεία, μεγαλύτερη ανάγκη για διαγνωστικούς ελέγχους, συχνότερες νοσηλείες και εκτεταμένα προγράμματα παρακολούθησης.

Η καρδιογηριατρική, δηλαδή η εξειδικευμένη φροντίδα καρδιαγγειακών νοσημάτων σε άτομα προχωρημένης ηλικίας, αναδύεται ως κρίσιμο πεδίο της σύγχρονης ιατρικής. Τα άτομα άνω των 65 ετών παρουσιάζουν υψηλότερη επίπτωση στεφανιαίας νόσου, καρδιακής ανεπάρκειας, αρρυθμιών και βαλβιδοπαθειών. Παράλληλα, συνυπάρχουν πολλά χρόνια νοσήματα και πολυφαρμακία, γεγονός που καθιστά τη διαχείριση αυτών των ασθενών ακόμη πιο σύνθετη και απαιτεί εξατομικευμένες προσεγγίσεις.

Στις ημέρες μας λοιπόν, η καρδιογηριατρική επιδιώκει μια πολυπαραγοντική προσέγγιση, συνδυάζοντας τις καλύτερες οδηγίες της καρδιολογίας με τις αρχές της γηριατρικής. Η αξιολόγηση της λειτουργικής ικανότητας, της γνωστικής κατάστασης και της ποιότητας ζωής είναι απαραίτητα πριν από κάθε θεραπευτική απόφαση. Για παράδειγμα, η απόφαση για εμφύτευση βηματοδότη ή για διαδερμική αντικατάσταση αορτικής βαλβίδας δεν βασίζεται μόνο στην ηλικία, αλλά και στην εύθραυστη κατάσταση του ασθενούς, την προσδόκιμη επιβίωση και τις προτιμήσεις του. Από την άλλη πλευρά, οι σύγχρονες καρδιολογικές επεμβάσεις, όπως οι διαδερμικές τεχνικές, έχουν μειώσει σημαντικά τη νοσηρότητα και έχουν ανοίξει νέους ορίζοντες για τους ηλικιωμένους.

Η πρόοδος της τεχνολογίας συμβάλλει καθοριστικά στο μέλλον της καρδιογηριατρικής. Τεχνητή νοημοσύνη και μεγάλα δεδομένα χρησιμοποιούνται για την πρόβλεψη κινδύνου και την εξατομικευση της θεραπείας. Οι φορητές συσκευές παρακολούθησης καρδιακού ρυθμού επιτρέπουν έγκαιρη ανίχνευση αρρυθμιών και βελτιώνουν τη συμμόρφωση των ασθενών. Παράλληλα, το μέλλον της καρδιογηριατρικής συνδέεται με την ολιστική προσέγγιση. Η συνεργασία καρδιολόγων, γηριατρών, νοσηλευτών, φυσικοθεραπευτών και κοινωνικών λειτουργών είναι απαραίτητη για τη διαχείριση των ευπαθών ασθενών. Η εκπαίδευση νέων ιατρών στην καρδιογηριατρική και η ανάπτυξη ειδικών κλινικών ή ιατρείων γηριατρικής καρδιολογίας αποτελούν προτεραιότητες.

Σε μια προσπάθεια εκπαίδευσης επιστημόνων Υγείας στην καρδιογηριατρική, το διεπιστημονικό ιατρείο 65+ που λειτουργεί εδώ και 4 έτη στη νοσοκομειακή μονάδα Αμαλία Φλέμιγκ, σε συνεργασία με τη Β' Καρδιολογική Κλινική του ΠΓΝ Ιωαννίνων και το Κέντρο Επιμόρφωσης και Διά Βίου Μάθησης του Πανεπιστημίου Ιωαννίνων δημιούργησαν ένα πρόγραμμα εξειδικευμένης επιμόρφωσης με θέμα «Καρδιογηριατρική και Πολυδύναμη Ιατρεία».

Η πρόκληση παραμένει η ισορροπία ανάμεσα στη μακροχρόνια επιβίωση και στην ποιότητα ζωής. Οι θεραπευτικές αποφάσεις οφείλουν να λαμβάνουν υπόψη τις αξίες του ασθενούς και να μην περιορίζονται από την ημερολογιακή ηλικία. Στο μέλλον, η καρδιογηριατρική θα συνεχίσει να εξελίσσεται, προσφέροντας πιο στοχευμένες, ελάχιστα επεμβατικές θεραπείες, με έμφαση στη διατήρηση της αυτονομίας και της αξιοπρέπειας των ηλικιωμένων. Η πρόοδος στην έρευνα και η ενσωμάτωση της τεχνολογίας υπόσχονται ένα πεδίο γεμάτο προοπτικές, όπου το παρόν γίνεται αφετηρία για ένα πιο υγιές και ανθρώπινο μέλλον.

Η Μαρία Νικολάου, MD, PhD, είναι καρδιολόγος, επιστημονικά υπεύθυνη Καρδιολογικής Κλινικής, υπεύθυνη Ιατρείου 65+, Νοσοκομείο Αμαλία Φλέμιγκ



**40% αύξηση
του
πληθυσμού
άνω των 60
ετών
αναμένεται
σε παγκόσμια
κλίμακα έως
το 2030, ενώ
έως το 2050
αναμένεται
τριπλασιασμός
των
υπερηλίκων
άνω
των 80 ετών**