



ΠΑΝΕΛΛΗΝΙΟΣ ΣΥΛΛΟΓΟΣ ΦΥΣΙΚΟΘΕΡΑΠΕΥΤΩΝ

Επιστημονικό Τμήμα "Καρδιοαγγειακή και Αναπνευστική Φυσικοθεραπεία – Αποκατάσταση" (Ε.Τ.Κ.Α.Φ.Α.)

14 Φεβρουαρίου, Παγκόσμια Ημέρα Συγγενών Καρδιοπαθειών

Η 14^η Φεβρουαρίου κάθε έτους είναι αφιερωμένη στις συγγενείς καρδιοπάθειες που αποτελούν ανατομικές βλάβες στην καρδιά ή στα αγγεία, προϋπάρχουσες της γέννησης. Η συχνότητα εμφάνισης είναι μεγαλύτερη του 1% των γεννήσεων. Ειδικότερα στην Ελλάδα, εκτιμάται ότι γεννιούνται 800-1.000 παιδιά με συγγενείς καρδιοπάθειες ετησίως. Αίτια των συγγενών καρδιοπαθειών μπορεί να είναι γενετικά ή περιβαλλοντικά (π.χ. έκθεση σε συγκεκριμένα φάρμακα κατά την εμβρυϊκή ηλικία). Αν και η διάγνωση συνήθως πραγματοποιείται σε νεογνική ηλικία, δεν είναι σπάνιο να νοσούν ενήλικες χωρίς την εμφάνιση συμπτωμάτων.

Παιδιά και ενήλικες με συγγενείς καρδιοπάθειες ενδέχεται να εμφανίζουν τα εξής συμπτώματα: μειωμένη αντοχή στην άσκηση, δύσπνοια, ταχυκαρδία ακόμη και στην ηρεμία, οιδήματα στα κάτω άκρα και κύνανωση λόγω διαταραχών στην κυκλοφορία του αίματος. Οι συχνότερες επιπλοκές είναι οι αρρυθμίες και η καρδιακή ανεπάρκεια.

Η συμμετοχή ασθενών με συγγενείς καρδιοπάθειες σε διεπιστημονικά προγράμματα αποκατάστασης συμβάλλει:

- στη μείωση συμπτωμάτων, όπως η δύσπνοια και τα οιδήματα,
- στη βελτίωση της ικανότητας για άσκηση (π.χ. μέσω της μείωσης της αρτηριακής πίεσης),
- στη βελτίωση της ποιότητας ζωής
- στη μείωση των νοσηλειών (Kovacs κ. συν., 2018)

Σύμφωνα με τις σύγχρονες κλινικές οδηγίες της Αμερικανικής Ένωσης Καρδιολόγων, συστήνεται η συμμετοχή παιδιών άνω των 6 ετών και ενηλίκων με συγγενείς καρδιοπάθειες, που είναι αιμοδυναμικά σταθεροί, σε προγράμματα αποκατάστασης τα οποία περιλαμβάνουν κυρίως αερόβια άσκηση και ασκήσεις ενδυνάμωσης. Ανάλογα με τους θεραπευτικούς στόχους, τα προγράμματα μπορούν να περιέχουν και διατάσεις και τεχνικές αναπνευστικής φυσικοθεραπείας.

Τα προγράμματα αποκατάστασης μπορεί να είναι ατομικά ή ομαδικά, δια ζώσης ή εξ αποστάσεως. Η επίβλεψη από εξειδικευμένο επαγγελματία υγείας είναι απαραίτητη, ενώ στην περίπτωση παιδιατρικών ασθενών απαιτείται η παρουσία ενήλικα συνοδού στα εξ αποστάσεως προγράμματα αποκατάστασης. Η εξ αποστάσεως θεραπευτικές παρεμβάσεις έχουν δείξει παρόμοια αποτελεσματικότητα με της δια ζώσης εφόσον διασφαλίζεται η ασφάλεια των ασθενών (Valderrama κ. συν., 2024).

Οι φυσικοθεραπευτές ως επαγγελματίες υγείας μπορούν να συνταγογραφήσουν εξατομικευμένα προγράμματα αποκατάστασης σε ασθενείς με συγγενείς καρδιοπάθειες, ανεξαρτήτως ηλικίας, με το στόχο τη λειτουργικότητα στην καθημερινότητα τους και το καλό βιοτικό επίπεδο.

Ο Πανελλήνιος Σύλλογος Φυσικοθεραπευτών (Π.Σ.Φ.) και το Επιστημονικό Τμήμα Καρδιοαγγειακής και Αναπνευστικής Φυσικοθεραπείας-Αποκατάστασης (Ε.Τ.Κ.Α.Φ.Α) με το παρόν Δελτίο Τύπου στοχεύουν στην ενημέρωση σχετικά με τη συμβολή της φυσικοθεραπείας στη βελτίωση της καθημερινότητας παιδιών και ενηλίκων με συγγενείς καρδιοπάθειες.