

Φυσική Ιατρική και Αποκατάσταση

Δρ. Θεόδωρος Αντ. Λοιζίδης
Ειδικός Φυσικής Ιατρικής &
Αποκατάστασης

Φυσική Ιατρική και Αποκατάσταση

- Εισαγωγή αποκατάστασης - Ορισμοί
- Ειδικότητα στο εξωτερικό και Ελλάδα
- Ασθενείς – Προβλήματα
- Παραδείγματα ασθενών για αποκατάσταση

Φυσική Ιατρική και Αποκατάσταση

- Ιατρική ειδικότητα
- Φυσίατροι : Φύση + Ιατρική
- Περιλαμβάνει: διάγνωση και θεραπεία φυσικών και λειτουργικών διαταραχών
 - Νευρομυϊκών, μυοσκελετικών και καρδιοαναπνευστικών συστημάτων
 - Επίτευξη στόχων

ΑΠΟΚΑΤΑΣΤΑΣΗ

αποτελεί τη διαδικασία με την οποία ο ασθενής εκπαιδεύεται να αναπτύξει 'πλήρως' τις

- Φυσικές
- Ψυχικές
- Κοινωνικές
- Επαγγελματικές
- Ψυχαγωγικές
- και Μορφωτικές

ΔΥΝΑΤΟΤΗΤΕΣ

ΑΠΟΚΑΤΑΣΤΑΣΗ

- Έλλειμμα (impairment) :
 - οποιαδήποτε απώλεια ψυχολογικής, φυσιολογικής ή ανατομικής δομής ή λειτουργίας του σώματος
 - π.χ. απώλεια άκρου, διαταραχή αισθητικότητας,

ΑΠΟΚΑΤΑΣΤΑΣΗ

- Ανικανότητα (disability):
 - οποιοσδήποτε περιορισμός που προκαλείται από κάποιο έλλειμμα και διαταράσσει την ικανότητα του ασθενούς να πραγματοποιήσει μία δραστηριότητα μέσα στα πλαίσια που θεωρούνται φυσιολογικά
 - π.χ. αδυναμία να ντυθεί, να οδηγήσει, να τραφεί

ΑΠΟΚΑΤΑΣΤΑΣΗ

- Αναπηρία (handicap):
 - μειονέκτημα για ένα συγκεκριμένο άτομο που προκαλείται από ένα έλλειμμα ή ανικανότητα που περιορίζει ή εμποδίζει την ολοκλήρωση του φυσιολογικού ρόλου του συγκεκριμένου ατόμου

ΑΠΟΚΑΤΑΣΤΑΣΗ

- Έλλειμμα (impairment) :
 - οποιαδήποτε απώλεια ψυχολογικής, φυσιολογικής ή ανατομικής δομής ή λειτουργίας του σώματος
 - π.χ. απώλεια άκρου, διαταραχή αισθητικότητας,

WHO ICIDH International classification of Impairments
Disabilities and Handicaps 2000

ΑΠΟΚΑΤΑΣΤΑΣΗ

Ανικανότητα (disability) $\neq$ Δραστηριότητα

- Η έκταση και η φύση της λειτουργικότητας ενός ατόμου
- Η μείωση μπορεί να είναι στη διάρκεια, στη φύση και στη ποιότητα

WHO ICIDH International classification of Impairments
Disabilities and Handicaps 2000

ΑΠΟΚΑΤΑΣΤΑΣΗ

- Αναπηρία (handicap) = $\neq$ συμμετοχή
 - Παράγοντες που αποκλείουν τη συμμετοχή μπορεί να είναι είτε προσωπικοί είτε περιβαντολλογικοί
 - Περιλαμβάνουν κατασκευές, αντικείμενα, οργανισμούς, υπηρεσίες, στο φυσικό, κοινωνικό και συμπεριφοριολογικό περιβάλλον

WHO ICIDH International classification of Impairments
Disabilities and Handicaps 2000

ΑΠΟΚΑΤΑΣΤΑΣΗ

σε σχέση με τα ανατομικά και φυσιολογικά

ΕΛΛΕΙΜΜΑΤΑ

που έχει ο ασθενής και ανάλογα

με τους περιβαλλοντικούς

ΠΕΡΙΟΡΙΣΜΟΥΣ

που αντιμετωπίζει

ΑΠΟΚΑΤΑΣΤΑΣΗ

Παράδειγμα

ΕΛΛΕΙΜΜΑΤΑ

παραπληγία Θ8 (αδυναμία κίνησης ποδιών)
εκπαίδευση χρήσης αναπηρικού αμαξίδιου

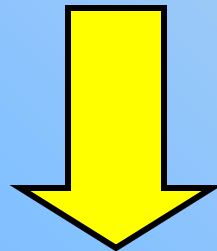
ΠΕΡΙΟΡΙΣΜΟΙ

κτίρια χωρίς πρόσβαση για αναπηρικό αμαξίδιο

ΑΝΑΤΗΡΙΑ

ΑΠΟΚΑΤΑΣΤΑΣΗ

- Εκπαίδευση ελλειμμάτων
- Αντιμετώπιση ανικανότητας
- Τροποποίηση αναπηρίας



ΒΕΛΤΙΩΣΗ ΤΗΣ ΠΟΙΟΤΗΤΑΣ ΖΩΗΣ

Φυσική Ιατρική & Αποκατάσταση

- Krusen F. H. ξεκίνησε το πρώτο πρόγραμμα εκπαίδευσης Φυσιάτρων το 1936 στις Η.Π.Α.
- American Board of Physical Medicine & Rehabilitation αναγνωρίστηκε το 1947

Φυσική Ιατρική & Αποκατάσταση

Ελλάδα:

- Η ειδικότητα αναγνωρίστηκε το 1972
- Ελληνική Εταιρία της Φυσικής Ιατρικής και Αποκατάστασης ιδρύθηκε το 1977
- Πρώτοι φυσίατροι ολοκλήρωσαν την εκπαίδευσή τους το 1978

Φυσική Ιατρική & Αποκατάσταση

Ελλάδα:

- 5 κλινικές στην Αθήνα
- 173 κρεβάτια συνολικά
- 30 θέσεις ειδικευόμενων
- 33 ειδικοί σε νοσοκομειακές θέσεις
- ~ 270 Φυσίατροι συνολικά
- 17 Φυσίατροι στη Θεσσαλονίκη

Φυσική Ιατρική & Αποκατάσταση

- Αναγνωρισμένες κλινικές από το European Board of Physical Medicine & Rehabilitation
- Υψηλό ποσοστό ελλήνων Φυσιάτρων European Board Certified

Φυσική Ιατρική & Αποκατάσταση

- Μεγάλο ποσοστό ιδιωτικών κέντρων
Αποθεραπείας – Αποκατάστασης (ΑΑ) (~ 10)
με περισσότερες από 800 κλίνες
- Θεσσαλονίκη : 4 κέντρα : ~ 720 κλίνες

Φυσική Ιατρική & Αποκατάσταση

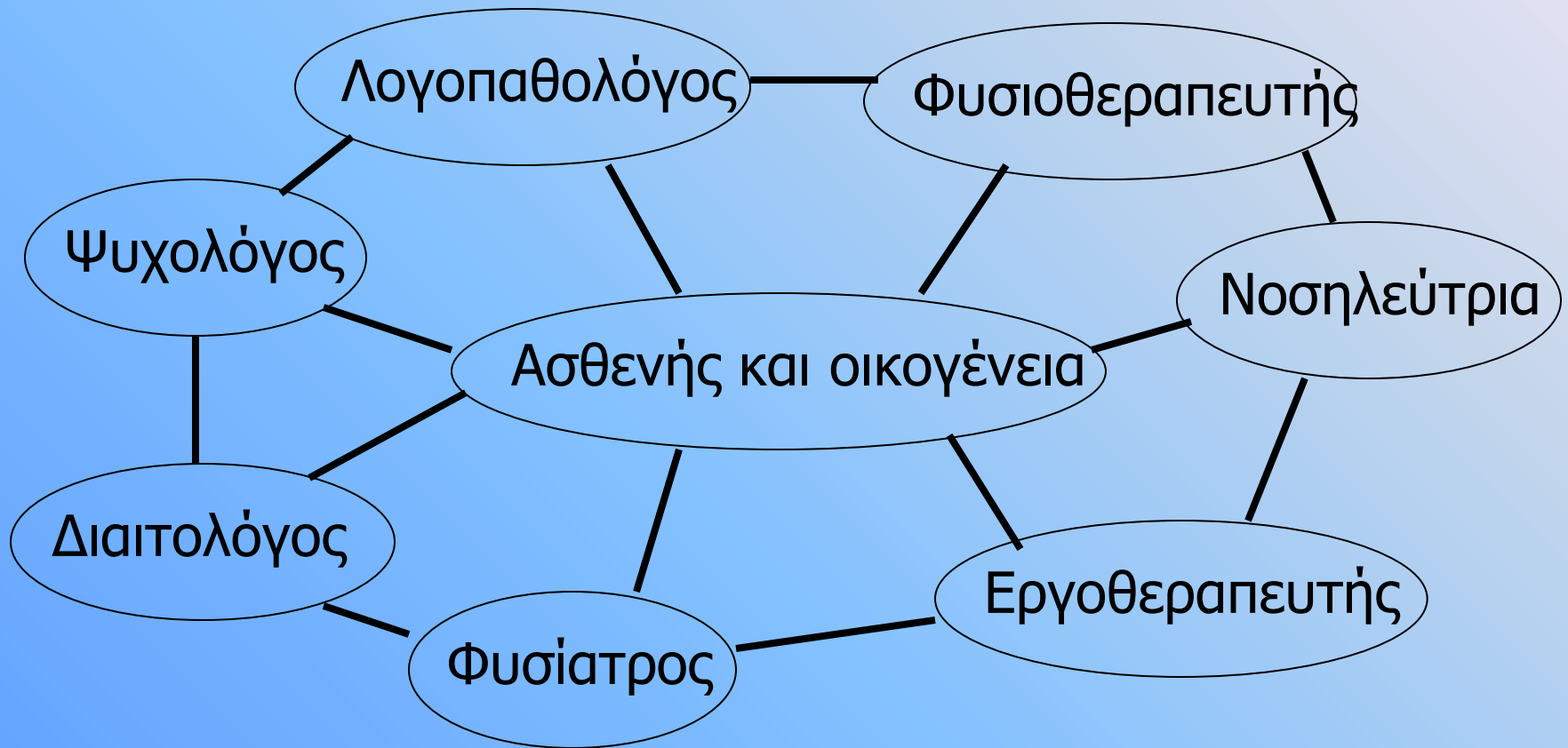
Ειδικότητα:

- 6 μήνες Παθολογία
- 6 μήνες Νευρολογία
- 6 μήνες Ορθοπαιδική
- 3 $\frac{1}{2}$ χρόνια Φυσική Ιατρική και Αποκατάσταση

Φυσική Ιατρική & Αποκατάσταση

- Κλινική αποκατάστασης λειτουργεί με τη
**ΔΙΕΠΙΣΤΗΜΟΝΙΚΗ ΟΜΑΔΑ
ΑΠΟΚΑΤΑΣΤΑΣΗΣ**
- Αποτελείται από όλες τις ειδικότητες των θεραπειών που έρχονται σε σχέση με τον ασθενή και την οικογένειά του
- Οργανώνεται πρόγραμμα αποκατάστασης με κέντρο τον ασθενή και τις ανάγκες του

Διεπιστημονική Ομάδα Αποκατάστασης



Σχεδιασμός Αποκατάστασης

- «Μοναδικό» σχέδιο με κέντρο τον ασθενή που σχηματίζεται από τον ασθενή και την διεπιστημονική ομάδα αποκατάστασης
- Στόχοι απορρέουν και ιεραρχούνται διαμέσου της διεπιστημονικής διαδικασίας
- Συμμετοχή του ασθενούς στον ορισμό και στην επίτευξη των στόχων

Στόχοι Αποκατάστασης

- Βελτίωση των δυνατοτήτων του ασθενούς
- Αύξηση της λειτουργικότητάς του
- Πρακτική απόδειξη της μείωσης των ελλειμμάτων, ανικανοτήτων και των αναπηριών

Ασθενείς που αντιμετωπίζει η ΦΙΑΠ

- Κάκωση νωτιαίου μυελού
- Κρανιοεγκεφαλική κάκωση
- Αγγειακό εγκεφαλικό επεισόδιο
- Σκλήρυνση κατά πλάκας (M.S.)
- Ρευματικές παθήσεις
- Ακρωτηριασμούς
- Καρδιακή προβλήματα
- Πνευμονολογική προβλήματα

Προβλήματα που αντιμετωπίζει η ΦΙΑΠ

- Μυοσκελετικός πόνος
- Σπαστικότητα
- Ετερότοπη οστεοποίηση, συγκάμψεις αρθρώσεων
- Αντιμετώπιση νευρογενούς κύστεως – εντέρου
- Οστεοπόρωση
- Κατακλίσεις
- Αφασικές διαταραχές – διαταραχές κατάποσης

Προσέγγιση ασθενών

- Λήψη ιστορικού
- Φυσική εξέταση
- Εύρεση κλινικών σημείων
- Εργαστηριακός – Απεικονιστικός έλεγχος
- Διάγνωση
- Θεραπεία

Φυσιατρική προσέγγιση ασθενών

- Κυρίως πρόβλημα – λίστα προβλημάτων
- Λειτουργικό ιστορικό
 - Έλεγχος κινητικότητας
 - Δραστηριότητες καθημερινής ζωής
 - Εκτίμηση αντίληψης
 - Εκτίμηση επικοινωνίας
 - Επαγγελματική κατάσταση
 - Ψυχαγωγικές δραστηριότητες
 - Κοινωνικές εκδηλώσεις κ.τ.λ.

Φυσιατρική προσέγγιση ασθενών

- Λειτουργική εξέταση
 - Προηγούμενες δραστηριότητες
- Μυοσκελετική εξέταση
 - Ψηλάφηση, επισκόπηση, εύρος κίνησης, σταθερότητα αρθρώσεων, συγκάμψεις, μυϊκή ισχύ
- Νευρολογική εξέταση
 - Κρανιακά νεύρα, αισθητικότητα κ.τ.λ.

Φυσιολογική προσέγγιση ασθενών

- Σύνοψη εξέτασης
- **Λίστα προβλημάτων**
- **Πλάνο αποκατάστασης**

Παράδειγμα αντιμετώπισης

- Ασθενής άρρεν 65 ετών υπέστη ΑΕΕ προ 25ημέρου και παρουσιάζει ΔΕ πυραμιδική συνδρομή
- Προηγούμενο ιατρικό ιστορικό, φαρμακευτική αγωγή, οικογενειακό ιστορικό, κλινική – φυσιατρική εκτίμηση

Λίστα προβλημάτων (1)

- Δεξιά πυραμιδική συνδρομή (αδυναμία χρήσης δεξιού ημιμορίου σώματος)
- Περιορισμός στο κρεβάτι για 25 ημέρες, αδυναμία καθιστής θέσης
- Ακράτεια κοπράνων
- Καθετήρας κύστεως
- Αφασικές διαταραχές (εκτίμηση αντίληψης, κατανόησης, εκπομπής λόγου)

Λίστα προβλημάτων (2)

- Διαταραχές κατάποσης
- Διατροφικά ελλείμματα
- Κατάκλιση κόκκυγος
- Πόνος στο δεξιό ώμο

Πλάνο αποκατάστασης (1)

- Διατήρηση του εύρους κίνησης των αρθρώσεων
- Διατήρηση - ενίσχυση της διατροφικής κατάστασης του ασθενούς (PEG)
- Πρόληψη επέκτασης ελκών από κατάκλιση (συχνές αλλαγές θέσης, αερόστρωμα)
- Έναρξη προγράμματος εκπαίδευσης καθιστής θέσης

Πλάνο αποκατάστασης (2)

- Πρόγραμμα ενδυνάμωσης υγιούς πλευράς
- Έναρξη αντιμετώπισης νευρογενούς κύστεως – εντέρου
 - (γυμναστική κύστης καθαρτικά)
- Εκτίμηση καταποτικής ικανότητας ασθενούς εκπαίδευση κατάποσης
- Εκπαίδευση συγκέντρωσης, αντίληψης, έκφρασης (логоθεραπεία)

Πλάνο αποκατάστασης (3)

- Έναρξη δραστηριοτήτων καθημερινής ζωής ανάλογων με την ιατρική κατάσταση και επίπεδο αυτοεξυπηρέτησης του ασθενούς (εργοθεραπεία)
 - Μεταφορές από κρεβάτι – αμαξίδιο
 - Περιποίηση, πλύσιμο
 - Ένδυση διατροφή
 - Περιποίηση ρούχων, παρουσιαστικού
 - Κοινωνικές εκδηλώσεις

Πλάνο αποκατάστασης (4)

Αντιμετώπιση του πόνου

- σύνδρομο ώμου χειρός
 - Φυσιοθεραπεία (αναλγησία με ηλεκτροθεραπεία, κινησιοθεραπεία για διατήρηση εύρους κίνησης)
 - Φαρμακευτική αγωγή από το στόμα
 - Θεραπευτικές διηθήσεις , εγχύσεις BOTOX

Παράδειγμα αντιμετώπισης

- Ασθενής άρρεν 35 ετών υπέστη κλειστή κρανιοεγκεφαλική κάκωση τροχαίο προ 6 εβδομάδων
- Παραμονή στη ΜΕΘ για 3 εβδομάδες
- Προηγούμενο ιατρικό ιστορικό, φαρμακευτική αγωγή, οικογενειακό ιστορικό, κλινική – φυσιολογική εκτίμηση

Λίστα προβλημάτων (1)

- Αριστερή πυραμιδική συνδρομή
(αδυναμία χρήσης αριστερού ημιμορίου σώματος)
- Περιορισμός στο κρεβάτι για 25 ημέρες, αδυναμία καθιστής θέσης
- Ακράτεια κοπράνων
- Καθετήρας κύστεως
- Πλημμελής διατροφή

Λίστα προβλημάτων (2)

- Μειωμένη αντίληψη επικοινωνία
- Κατάκλιση κόκκυγος
- Ετερότοπη οστεοποίηση στο αριστερό ισχίο – αγκώνα – γόνατο

Πλάνο αποκατάστασης (1)

- Διατήρηση του εύρους κίνησης των αρθρώσεων
- Διατήρηση - ενίσχυση της διατροφικής κατάστασης του ασθενούς (PEG)
- Πρόληψη επέκτασης ελκών από κατάκλιση (συχνές αλλαγές θέσης, αερόστρωμα)
- Έναρξη προγράμματος εκπαίδευσης καθιστής θέσης

Πλάνο αποκατάστασης (2)

- Πρόγραμμα ενδυνάμωσης υγιούς πλευράς
- Παθητική κινητοποίηση ετερότοπων οστεοποιήσεων (CPM)
- Έναρξη φαρμάκων μείωσης πρόσληψης ασβεστίου στις ετερότοπες (Fosamax)
- Έναρξη αντιμετώπισης νευρογενούς κύστεως – εντέρου
 - (γυμναστική κύστης καθαρτικά)
- Εκπαίδευση συγκέντρωσης, αντίληψης, έκφρασης (логоθεραπεία)

Πλάνο αποκατάστασης (3)

- Εκπαίδευση όρθιας στάσης - διατάσεις
- Έναρξη δραστηριοτήτων καθημερινής ζωής ανάλογων με την ιατρική κατάσταση και επίπεδο αυτοεξυπηρέτησης του ασθενούς (εργοθεραπεία)
 - Μεταφορές από κρεβάτι – αμαξίδιο
 - Περιποίηση, πλύσιμο
 - Ένδυση διατροφή

Πλάνο αποκατάστασης (4)

Αντιμετώπιση του πόνου

- σύνδρομο ώμου χειρός
 - Φυσιοθεραπεία (αναλγησία με ηλεκτροθεραπεία, κινησιοθεραπεία για διατήρηση εύρους κίνησης)
 - Φαρμακευτική αγωγή από το στόμα
 - Θεραπευτικές διηθήσεις , εγχύσεις BOTOX

Αποκατάσταση ασθενών με ΑΕΕ

- Κινητοποίηση ασθενούς σε καθιστή και όρθια θέση
- Εκπαίδευση και ενδυνάμωση κορμού
- Όρθια στάση => Βάδιση

Φυσιολογική βάρδιση

Κύκλος βάρδισης:

- Στήριξη 60%
 - Αρχική διπλή στήριξη 10%
 - Μονοποδική στήριξη 40%
 - Τελική διπλή στήριξη 10%
- Αιώρηση 40%

Φυσιολογική βάρδιση

Φάση στήριξης

- Χτύπημα φτέρνας (Heel Strike)
- Πέλμα στο έδαφος (Foot Flat)
- Μέση στήριξη (Midstance)
- Ώθηση με τα δάκτυλα (Push off) Διπλή στήριξη

Φυσιολογική βάρδιση

Φάση αιώρησης:

- Καθαρισμός από το έδαφος (clearance)
- Μέση αιώρηση
- Τελική (πριν την επαφή με το έδαφος)

Αποκατάσταση ασθενών με ΑΕΕ

Χαρακτήρες βάδισης ασθενούς με ΑΕΕ

- Μυϊκή αδυναμία
- Απώλεια αίσθησης
- Πόνος
- Παρουσία σπαστικότητας (άνω & κάτω άκρο)

Βάδιση ημιπληγικού



12/01/04

Βάδιση ημιπληγικού



12/01/04

Προβλήματα βάδισης

- Πρηνισμός ποδοκνημικής
- Αρχική επαφή με τα δάκτυλα
- Διαταραχή των φυσιολογικών χρονικών στιγμών της βάδισης (↓ χρόνος στήριξης στο ημίπληκτο πόδι)
- Έκταση γόνατος κατά τη τελική στήριξη
- Κάμψη της λεκάνης και απώλεια της φυσιολογικής κινητικότητας
- Δρεπανοειδής βάδιση

Προβλήματα βάδισης

Παρέμβαση

- Εφαρμογή ποδοκνημικού νάρθηκα
- ↓ σπαστικότητας (έγχυση BOTOX)



Ευχαριστώ πολύ για την προσοχή
 σας



Ερωτήσεις;