



ΔΕΛΤΙΟ ΤΥΠΟΥ

Η Παγκόσμια Ημέρα Συγγενών Καρδιοπαθειών (Congenital Heart Defects Awareness Day) διοργανώνεται κάθε χρόνο στις 14 Φεβρουαρίου. Οι συγγενείς καρδιοπάθειες συμβαίνουν σε περίπου 8/1000 γεννήσεις ετησίως χωρίς να υπάρχει πάντα αιτιολογία (Berner et al, 2010).

Ο όρος συγγενής καρδιοπάθεια περιλαμβάνει όλες τις παθήσεις της καρδιάς που υπάρχουν από τη γέννηση ενός παιδιού. Τα συμπτώματα ποικίλλουν από ήπια μέχρι πολύ σοβαρά και η διάγνωση μπορεί να γίνει στον προγεννητικό έλεγχο, ή κατά τη γέννηση, ενώ στις πιο ελαφριές περιπτώσεις συνήθως γίνεται στα πρώτα χρόνια της παιδικής ηλικίας. Τα παιδιά με συγγενή καρδιοπάθεια μπορεί να παρουσιάζουν συμπτώματα μυϊκής αδυναμίας, εύκολης κόπωσης, ή αυξημένη νοσηρότητα που τελικά επηρεάζουν την ποιότητα της ζωής τους (Sun et al, 2015). Πλέον με την εξέλιξη της ιατρικής επιστήμης οι συγγενείς καρδιοπάθειες αντιμετωπίζονται επαρκώς και οι ασθενείς φτάνουν στην ενηλικίωση με αρκετά καλή ποιότητα ζωής.

Ο φυσικοθεραπευτής μπορεί να βοηθήσει αυτά τα παιδιά να ζήσουν μια φυσιολογική ζωή, με την αναπνευστική φυσικοθεραπεία όπου χρειάζεται, αλλά και προτείνοντας το κατάλληλο πρόγραμμα κινησιοθεραπείας. Η εξατομικευμένη κινησιοθεραπεία βοηθάει το παιδί να δυναμώσει τον κορμό του, να αυξήσει τη νευρομυϊκή συναρμογή και την ισορροπία, και τελικά να αυξήσει την αντοχή σε καθημερινές δραστηριότητες.

Μετά την ενηλικίωση, η συμμετοχή των ασθενών σε άσκηση είναι απαραίτητη γιατί βοηθάει στην ενδυνάμωση του καρδιακού μυ, βελτιώνει την κυκλοφορία του αίματος, αυξάνει τα επίπεδα καλής χοληστερόλης και γενικά μπορεί να μειώσει τα συμπτώματα που σχετίζονται με καρδιακή νόσο (ACSM's guidelines, 2011). Τα προγράμματα άσκησης περιλαμβάνουν επιτηρούμενη αερόβια άσκηση με τη χρήση ποδηλάτου, κολύμβησης, ή μορφής παιχνιδιού, εάν πρόκειται για ασθενή παιδικής ή νεαρής ηλικίας.

Η αναπνευστική και η μυϊκή αδυναμία είναι παρόμοια με αυτή των ατόμων τρίτης ηλικίας με προχωρημένη καρδιακή ανεπάρκεια. Βελτιώνοντας την καρδιοαγγειακή και αναπνευστική ικανότητα, η κόπωση είναι λιγότερη με αποτέλεσμα την καλύτερη λειτουργικότητα και ποιότητα ζωής τους.

Το Επιστημονικό Τμήμα Καρδιοαγγειακής και Αναπνευστικής Φυσικοθεραπείας και Αποκατάστασης ΕΤΚΑΦΑ του Πανελληνίου Συλλόγου Φυσικοθεραπευτών ΠΣΦ μπορεί να ενημερώσει και να βοηθήσει τους γονείς αλλά και τους ασθενείς ώστε να ζήσουν όσο το δυνατό πιο φυσιολογική ζωή.