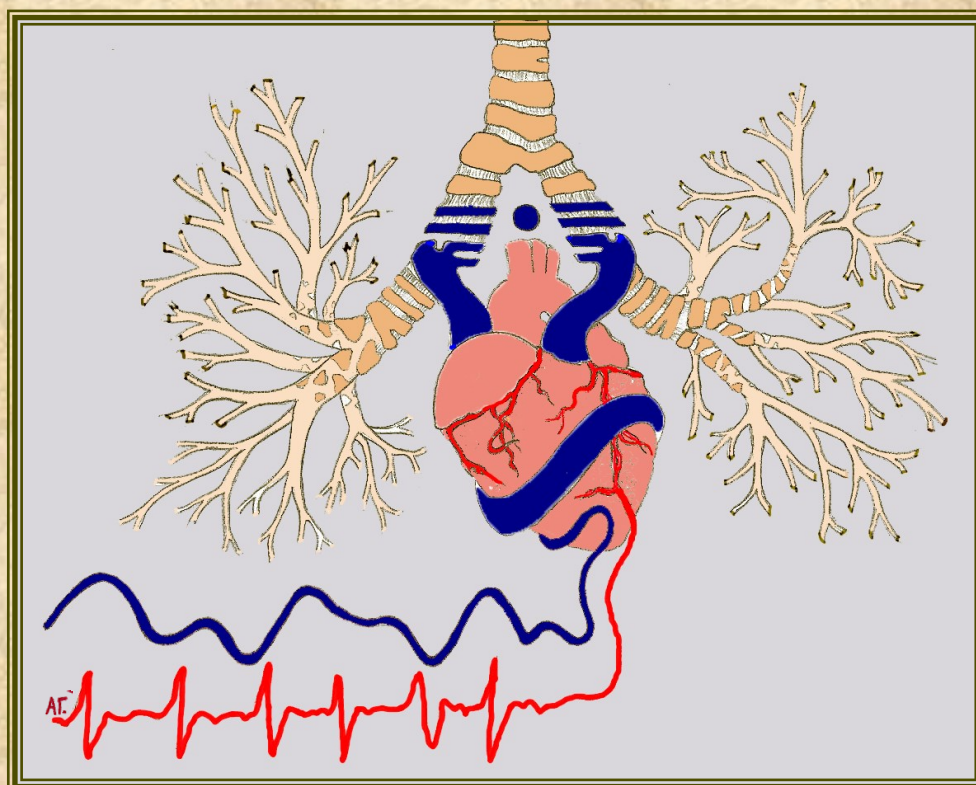


# Καρδιοαγγειακή & Αναπνευστική Φυσικοθεραπεία - Αποκατάσταση

ΕΠΙΣΗΜΗ ΕΚΔΟΣΗ ΤΟΥ ΕΤΚΑΦΑ ΠΣΦ



28<sup>ο</sup> ΕΝΗΜΕΡΩΤΙΚΟ ΔΕΛΤΙΟ - 5<sup>ο</sup> Τεύχος  
Ιούλιος, Αύγουστος, Σεπτέμβριος 2021

# ΠΕΡΙΟΔΙΚΟ ΕΤΚΑΦΑ



## ΠΛΗΡΟΦΟΡΙΕΣ ΕΤΚΑΦΑ - ΤΟ ΠΕΡΙΟΔΙΚΟ ΜΑΣ

Αρ. Τεύχους 5 - Ιούλιος, Αύγουστος, Σεπτέμβριος 2021

### ΠΛΗΡΟΦΟΡΙΕΣ ΕΠΙΣΤΗΜΟΝΙΚΟΥ ΤΜΗΜΑΤΟΣ ΕΤΚΑΦΑ - ΠΣΦ

#### ΠΑΝΕΛΛΗΝΙΟΣ ΣΥΛΛΟΓΟΣ ΦΥΣΙΚΟΘΕΡΑΠΕΥΤΩΝ - ΠΣΦ

Λ. Αλεξάνδρας 34, Αθήνα τηλ. 210-8213905 210-8213334  
www.tkafa.gr E-mail: info@tkafa.gr

#### ΕΤΚΑΦΑ Επιστημονικό Τμήμα Καρδιοαγγειακής και Αναπνευστικής Φυσικοθεραπείας - Αποκατάστασης

#### Σκοπός Επιστημονικού Τμήματος

Η προαγωγή της κλινικής εφαρμογής, αναγνώρισης, έρευνας και εκπαίδευσης της Καρδιοαγγειακής και Αναπνευστικής Φυσικοθεραπείας - Αποκατάστασης στην Ελλάδα

#### ΣΥΝΤΟΝΙΣΤΙΚΗ ΕΠΙΤΡΟΠΗ ΕΤΚΑΦΑ

##### Συντονίστρια

**ANNA ΧΡΗΣΤΑΚΟΥ**  
Φυσικοθεραπεύτρια, MSc, PhD, Διδάκτωρ ΕΚΠΑ  
Κλινική Εντατικής Θεραπείας Γ.Ν.Α. "Ο ΕΥΑΓΓΕΛΙΣΜΟΣ"  
E-mail: achristakou@phed.uoa.gr

##### Αναπληρώτρια Συντονίστρια

**ΕΙΡΗΝΗ ΠΑΤΣΑΚΗ**  
Φυσικοθεραπεύτρια, MSc, PhD, Διδάκτωρ ΕΚΠΑ  
Κλινική Εντατικής Θεραπείας Γ.Ν.Α. "Ο ΕΥΑΓΓΕΛΙΣΜΟΣ"  
E-mail: ipatsaki@yahoo.gr

##### Γραμματέας

**ΑΘΗΝΑ ΣΕΪΤΑΡΙΔΗ**  
Φυσικοθεραπεύτρια, MSc  
Φυσικοθεραπεύτρια του Κ.Ε.Σ.Υ. Φθιώτιδας  
E-mail: athina2704@yahoo.gr

##### Υπεύθυνος Δημοσίων Σχέσεων

**ΚΩΝΣΤΑΝΤΙΝΟΣ ΓΡΗΓΟΡΙΑΔΗΣ**  
Φυσικοθεραπευτής, MSc, PhD, Διδάκτωρ ΕΚΠΑ  
Κλινική Εντατικής Θεραπείας Π.Γ.Ν. «ΑΤΤΙΚΟΝ»  
E-mail: grigoriakost@gmail.com

##### Μέλος

**ΠΕΤΡΟΣ ΑΥΤΖΟΓΛΟΥ**  
Φυσικοθεραπευτής, Msc  
E-mail: petroslyk@yahoo.gr

### ΠΛΗΡΟΦΟΡΙΕΣ ΤΕΥΧΟΥΣ

#### • ΟΜΑΔΑ ΣΥΝΤΑΞΗΣ

ΚΩΝΣΤΑΝΤΙΝΟΣ ΓΡΗΓΟΡΙΑΔΗΣ  
ANNA ΧΡΗΣΤΑΚΟΥ  
ΕΙΡΗΝΗ ΠΑΤΣΑΚΗ  
ΑΘΗΝΑ ΣΕΪΤΑΡΙΔΗ  
ΠΕΤΡΟΣ ΑΥΤΖΟΓΛΟΥ

#### • ΕΠΙΜΕΛΕΙΑ ΤΕΥΧΟΥΣ

ΚΩΝΣΤΑΝΤΙΝΟΣ ΓΡΗΓΟΡΙΑΔΗΣ  
ΥΠΕΥΘΥΝΟΣ ΔΗΜ. ΣΧΕΣΕΩΝ ΕΤΚΑΦΑ

#### • ΣΕΛΙΔΟΠΟΙΗΣΗ

ΚΩΝΣΤΑΝΤΙΝΟΣ ΓΡΗΓΟΡΙΑΔΗΣ  
ΥΠΕΥΘΥΝΟΣ ΔΗΜ. ΣΧΕΣΕΩΝ ΕΤΚΑΦΑ

#### • ΕΞΩΦΥΛΛΟ

ANNA ΓΡΗΓΟΡΙΑΔΟΥ  
Φ. ΦΥΣΙΚΟΘΕΡΑΠΕΙΑΣ & ΜΕΛΟΣ ΤΟΥ  
ΕΠΙΜΕΛΗΤΗΡΙΟΥ ΕΙΚΑΣΤΙΚΩΝ ΤΕΧΝΩΝ  
ΕΛΛΑΔΟΣ

### ΛΙΓΑ ΛΟΓΙΑ ΓΙΑ ΤΟ ΠΕΡΙΟΔΙΚΟ ΜΑΣ

Σας καλωσορίζουμε στη διαδικτυακή έκδοση του 5<sup>ου</sup> Τεύχους του Περιοδικού μας και σας ευχαριστούμε για την ενθάρρυνσή σας στην προσπάθεια που καταβάλλουμε για την κατά το δυνατό καλύτερη ενημέρωση των Μελών του Επιστημονικού μας Τμήματος.

*Η Ομάδα Σύνταξης*

#### Στείλτε μας τις προτάσεις σας

Η Ομάδα Σύνταξης καλεί όλα τα μέλη του Επιστημονικού μας Τμήματος να διατυπώσουν τις σκέψεις και τις ιδέες τους σχετικά με τη θεματολογία του Περιοδικού.

Θα χαρούμε να συνεργαστούμε μαζί σας!

Στείλτε μας email στο: [info@tkafa.gr](mailto:info@tkafa.gr)

#### Υιοθετείστε μια στήλη!

Καλούνται όλα τα Μέλη του Επιστημονικού Τμήματος ΚΑΦΑ που επιθυμούν, να συμμετάσχουν ενεργά στην αρθρογραφία του ηλεκτρονικού μας εντύπου υιοθετώντας μια μόνη στήλη.

Προϋπόθεση: εγγραφή στο ΕΤΚΑΦΑ

Στείλτε μας email στο: [info@tkafa.gr](mailto:info@tkafa.gr)

### Διαδικασία εγγραφής στο ΕΤΚΑΦΑ

Στο κεντρικό menu της ιστοσελίδας του ΠΣΦ, <https://www.psf.org.gr>, επιλέξτε το πεδίο «**Είσοδος Μελών**» και δώστε τα στοιχεία που ζητούνται. Όταν εμφανιστεί η καρτέλα με τα στοιχεία σας, στο πεδίο «**Menu Επιλογών Μέλους**» επιλέξτε «**Συμμετοχή σε Επιστημονικά Τμήματα**» και συμπληρώστε την Αίτηση του Επιστημονικού Τμήματος Καρδιοαγγειακής και Αναπνευστικής Φυσικοθεραπείας - Αποκατάστασης.

### ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΑ ΤΕΥΧΟΥΣ

ΘΕΜΑ	ΣΕΛ.
<b>ΠΛΗΡΟΦΟΡΙΕΣ ΤΕΥΧΟΥΣ</b> .....	2
<b>ΤΑ ΝΕΑ ΤΟΥ ΕΤΚΑΦΑ</b>	
WEBINAR .....	3
ΟΔΗΓΙΕΣ ΣΥΜΜΕΤΟΧΗΣ .....	4
<b>ΝΕΑ ΑΠΟ ΤΗΝ ΠΕΡΙΦΕΡΕΙΑ</b> ...	5
<b>ΠΕΠΡΑΓΜΕΝΑ</b>	
ΣΥΜΜΕΤΟΧΗ ΣΕ ΙΑΤΡΙΚΟ	
ΣΥΝΕΔΡΙΟ .....	6
ΛΕΣΧΗ ΠΕΡΙΟΔΙΚΟΥ .....	7
ΠΑΓΚΟΣΜΙΕΣ ΗΜΕΡΕΣ .....	8
<b>ΔΡΑΣΕΙΣ ΣΕ ΕΞΕΛΙΞΗ</b>	
ΔΙΕΞΑΓΩΓΗ ΕΡΕΥΝΑΣ .....	9
<b>ΜΕΛΛΟΝΤΙΚΑ ΣΥΝΕΔΡΙΑ</b> .....	10
<b>ΑΦΙΕΡΩΜΑ</b>	
ΠΑΓΚΟΣΜΙΑ ΗΜΕΡΑ	
ΦΥΣΙΚΟΘΕΡΑΠΕΙΑΣ .....	12 - 16
<b>ΗΛΕΚΤΡΟΝΙΚΟΣ ΤΥΠΟΣ</b>	
ΕΠΙΛΟΓΕΣ ΑΠΟ ΤΟ ΔΙΕΘΝΗ	
ΤΥΠΟ .....	17- 20
<b>ΨΥΧΑΓΩΓΙΑ</b>	
ΧΙΟΥΜΟΡ .....	21



# ΤΑ ΝΕΑ ΤΟΥ ΕΤΚΑΦΑ



## WEBINARS

Αρ. Τεύχους 5 - Ιούλιος, Αύγουστος, Σεπτέμβριος 2021

### ONLINE ΣΕΜΙΝΑΡΙΑ ΤΟΥ ΕΤΚΑΦΑ

**Κύκλος σεμιναρίων  
Η Καρδιοαναπνευστική  
Φυσικοθεραπεία στη  
Δευτεροβάθμια &  
Τριτοβάθμια Φροντίδα  
Υγείας**

Το Επιστημονικό Τμήμα Καρδιοαγγειακής και Αναπνευστικής Φυσικοθεραπείας και Αποκατάστασης οργάνωνει κύκλο σεμιναρίων με θέμα την Καρδιοαναπνευστική Φυσικοθεραπεία στις νοσοκομειακές κλινικές

Πληροφορίες : [info@tkafa.gr](mailto:info@tkafa.gr)

### ΑΝΑΛΥΤΙΚΑ

Το Επιστημονικό Τμήμα της Καρδιοαγγειακής και Αναπνευστικής Φυσικοθεραπείας - Αποκατάστασης (ΕΤΚΑΦΑ) του ΠΣΦ οργανώνει μια σειρά σεμιναρίων, στα οποία θα παρουσιάζονται οι ιδιαιτερότητες κάθε κλινικής σύμφωνα με την διεθνή πρόσφατη αρθρογραφία, αλλά θα προτείνονται και τρόποι οργάνωσης ενός σωστού προγράμματος αποκατάστασης ασθενών που φιλοξενούνται σε δημόσιες δομές, για τη διευκόλυνση τόσο των ήδη απασχολούμενων συναδέλφων όσο και αυτών που πρόκειται να απασχοληθούν σε αυτές.

Τα σεμινάρια θα πραγματοποιηθούν από το ερχόμενο φθινόπωρο και θα διαρκέσουν έως την άνοιξη του 2022, ενώ οι θεματικές ενότητες θα περιλαμβάνουν την Καρδιοαγγειακή και Αναπνευστική Φυσικοθεραπεία σε κλινικές όπως η Καρδιοχειρουργική, η Καρδιολογική, η Αιματολογική, η Ογκολογική, η Γενική Χειρουργική, η Θωρακοχειρουργική, η Νευρολογική, η Νευροχειρουργική, η Πνευμονολογική, η Παθολογική, η Παιδιατρική, η Αγγειοχειρουργική και η κλινική Μεταμόσχευσης οργάνων.

Περισσότερες πληροφορίες σχετικά με το πρόγραμμα των σεμιναρίων πρόκειται να αναρτηθούν στην ιστοσελίδα του Τμήματος: [info@etkafa.gr](mailto:info@etkafa.gr).

# ΤΑ ΝΕΑ ΤΟΥ ΕΤΚΑΦΑ



## WEBINARS

Αρ. Τεύχους 5 - Ιούλιος, Αύγουστος, Σεπτέμβριος 2021

### ΟΔΗΓΙΕΣ ΣΥΜΜΕΤΟΧΗΣ ΜΕΛΩΝ / ΦΟΙΤΗΤΩΝ

Μενυ Επιλογών Μέλους	Μενυ Επιλογών Μέλους
<ul style="list-style-type: none"><li>› Βασικά στοιχεία μέλους</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>› Βασικά στοιχεία μέλους</li></ul>
<ul style="list-style-type: none"><li>› Στοιχεία εργασίας μέλους</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>› Στοιχεία εργασίας μέλους</li></ul>
<ul style="list-style-type: none"><li>› Σπουδές μέλους</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>› Σπουδές μέλους</li></ul>
<ul style="list-style-type: none"><li>› Συνδρομές - Οφειλές (κωδικοί πληρωμής, αποδείξεις)</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>› Συνδρομές - Οφειλές (κωδικοί πληρωμής, αποδείξεις)</li></ul>
<ul style="list-style-type: none"><li>› Βεβαίωση - Υπεύθυνη δήλωση (Ν.3599/2007)</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>› Βεβαίωση - Υπεύθυνη δήλωση (Ν.3599/2007)</li></ul>
<ul style="list-style-type: none"><li>› Συμμετοχή σε Επιστημονικά Τμήματα</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>› Συμμετοχή σε Επιστημονικά Τμήματα</li></ul>
<ul style="list-style-type: none"><li>› Αρχεία μέλους</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>› Αρχεία μέλους</li></ul>
<ul style="list-style-type: none"><li>› Συμμετοχή σε ημερίδες</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>› Συμμετοχή σε ημερίδες</li></ul>
<ul style="list-style-type: none"><li>› Βεβαιώσεις συμμετοχής σε ημερίδες</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>› Βεβαιώσεις συμμετοχής σε ημερίδες</li></ul>
<ul style="list-style-type: none"><li>› Αλλαγή κωδικού (password)</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>› Αλλαγή κωδικού (password)</li></ul>
<ul style="list-style-type: none"><li>› Ρυθμίσεις εμφάνισης στο website</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>› Ρυθμίσεις εμφάνισης στο website</li></ul>
<ul style="list-style-type: none"><li>› Υλικό για GDPR (ΓΚΠΔ) - Οδηγίες</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>› Υλικό για GDPR (ΓΚΠΔ) - Οδηγίες</li></ul>
<ul style="list-style-type: none"><li>› Αποσύνδεση</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>› Αποσύνδεση</li></ul>

### ΑΝΑΛΥΤΙΚΑ

Τα online σεμινάρια ή αλλιώς webinars, συγκαταλέγονται πλέον μεταξύ των δυνατότερων εργαλείων επικοινωνίας και εκπαίδευσης. Το Επιστημονικό μας Τμήμα, ανάλογα με τις ανάγκες που προκύπτουν, διοργανώνει webinars με πλούσιο θεματολόγιο και στόχο την ενημέρωση ή/και την εκπαίδευση των μελών του. Κατόπιν του έντονου ενδιαφέροντος που παρατηρήθηκε, θεωρούμε σκόπιμο να δώσουμε μια σύντομη περιγραφή του τρόπου με τον οποίο μπορεί κάποιος να συμμετάσχει στα webinars του Τμήματός μας.

Η διαδικασία υποβολής αίτησης συμμετοχής γίνεται μέσω της ιστοσελίδας του Πανελληνίου Συλλόγου Φυσικοθεραπευτών και αφού συνδεθούμε στην ατομική μας «μερίδα» επιλέγοντας «**Είσοδος μελών**». Στη δεξιά στήλη με τίτλο «**Μενυ Επιλογών Μέλους**» επιλέγουμε το «**Συμμετοχή σε ημερίδες**» (Φωτ Α) και κατόπιν την ημερίδα που μας ενδιαφέρει, ενώ μετά το πέρας της ημερίδας και ακολουθώντας την ίδια διαδικασία μπορούμε να παραλάβουμε τη βεβαίωση παρακολούθησης επιλέγοντας από τη δεξιά στήλη το πεδίο «**Βεβαιώσεις συμμετοχής σε ημερίδες**» (Φωτ Β). Οι ηλεκτρονικές βεβαιώσεις συμμετοχής είναι προσωποποιημένες και φέρουν μοναδικό κωδικό επαλήθευσης ο οποίος συνδέεται με το Μέλος - Συμμετέχοντα.

Οι φοιτητές, οι οποίοι δεν διαθέτουν Α.Μ., έχουν τη δυνατότητα παρακολούθησης των webinars μέσω streaming video από το youtube, κατόπιν αιτήματος που υποβάλλουν στο Σύλλογο, ο οποίος τους αποστέλλει το σχετικό σύνδεσμο (link).

# ΝΕΑ ΑΠΟ ΤΗΝ ΠΕΡΙΦΕΡΕΙΑ



## ΣΥΝΕΝΤΕΥΞΗ ΜΕ ΕΝΑΝ ΣΥΝΑΔΕΛΦΟ

Αρ. Τεύχους 5 - Ιούλιος, Αύγουστος, Σεπτέμβριος 2021

### ΓΕΝΙΚΟ ΝΟΣΟΚΟΜΕΙΟ ΚΕΡΚΥΡΑΣ «ΑΓΙΑ ΕΙΡΗΝΗ»



#### Στέφανος Πατσίρης

Φυσικοθεραπευτής MSc  
Υπ. Διδάκτορας του Εργαστηρίου  
Βιοπληροφορικής & Ανθρώπινης  
Ηλεκτροφυσιολογίας,  
Τμήμα Πληροφορικής, Ιονίου Παν/μίου  
Κλινικός εκπαιδευτής του Πανεπ/μίου  
Keele της Αγγλίας  
Γενικό Νοσοκομείο Κέρκυρας

«Αγαπητό ΤΚΑΦΑ,

Ονομάζομαι Στέφανος Πατσίρης. Είμαι φυσικοθεραπευτής και εργάζομαι στο Γενικό Νοσοκομείο Κέρκυρας “Αγία Ειρήνη”. Η εργασία μου στο Νοσοκομείο ξεκίνησε πριν 11 χρόνια. Τότε γνώριζα ότι υπήρχαν εκεί 2 ακόμα συνάδελφοι και περίμενα να υπάρχει αυξημένος φόρτος εργασίας. Δεν με τρόμαξε αυτό, εξαιτίας της αγάπης μου για την φυσικοθεραπεία. Μόνο άγχος υπήρχε για το αν θα τα καταφέρω να ανταπεξέλθω στις απαιτήσεις και τις ανάγκες της δουλειάς. Τώρα πια μπορώ να πω ότι ήταν καταλυτικό για την πορεία μου.

Το Γενικό Νοσοκομείο της Κέρκυρας είναι ένα δευτεροβάθμιο νοσοκομείο, το μόνο δημόσιο στο νησί. Προσφέρει υπηρεσίες για μια μεγάλη γκάμα περιστατικών με ένα αριθμό κλινικών που ορίζεται από τον τύπο του. Θα μπορούσε να πει κάποιος ότι η εργασία χωρίζεται σε 2 μέρη χειμερινό και θερινό, με το δεύτερο να έχει περισσότερο εργασιακό φορτίο, λόγω των επισκεπτών/τουριστών στο νησί. Η εργασία σε ένα τέτοιο χώρο και ιδιαίτερα σε μια επαρχιακή και νησιωτική περιοχή όπως είναι η Κέρκυρα παρουσιάζει πλεονεκτήματα και μειονεκτήματα. Καλώς ή κακώς αυτά δεν παραμένουν σταθερά καθώς οι ανάγκες μεταβάλλονται όπως και οι παρεχόμενες υπηρεσίες».

### Η ΣΥΝΕΝΤΕΥΞΗ ΤΟΥ ΕΤΚΑΦΑ

«Θα μπορούσα να πω ότι τα πλεονεκτήματα της εργασίας στο Γενικό Νοσοκομείο Κέρκυρας είναι το ευρύ εργασιακό αντικείμενο (λίγοι φυσικοθεραπευτές καλούνται να καλύψουν ότι χρήζει αποκατάστασης), η απόκτηση γνώσης και εμπειρίας σε διαφορετικά φυσικοθεραπευτικά αντικείμενα, η ποικιλία του εργασιακού αντικειμένου, η στενή επαφή που αναπτύσσεται ανάμεσα στο προσωπικό και η προσπάθεια για υπηρεσίες ποιοτικού χαρακτήρα με βάση τις δυνατότητες του Νοσοκομείου.

Από την άλλη πλευρά, τα μειονεκτήματα σχετίζονται με τον αυξημένο φόρτο εργασίας, την έλλειψη προσωπικού, με επακόλουθο την αδυναμία προσφοράς πρόσθετων μείζονος σημασίας υπηρεσιών αποκατάστασης, την αδυναμία ‘εξειδίκευσης’ σε ένα συγκεκριμένο αντικείμενο της φυσικοθεραπείας, τον περιορισμό της εφαρμογής προηγμένων τεχνικών και μεθόδων εξαιτίας έλλειψης υλικοτεχνικού εξοπλισμού ή του κατάλληλου προσωπικού και την αδυναμία από-

κτησης και χρήσης εξοπλισμού νεότερης τεχνολογίας.

Αυτό που έχει αλλάξει ωστόσο το τελευταίο χρονικό διάστημα είναι η επιμόρφωση, οι πληροφορίες και οι γνώσεις σε πάσης φύσεως θέματα που μπορούν να αποκτηθούν άμεσα με την βοήθεια του διαδικτύου.

Αυτό που ίσως κάνει την διαφορά (μιλώντας σε προσωπικό επίπεδο), είναι το μεράκι και η όρεξη για δουλειά καθώς και οι ανησυχίες που οδηγούν στην εμπλοκή μου στα μονοπάτια της έρευνας και της εκπαίδευσης. Αυτά αποτελούν το φάρμακο μου για την εξέλιξή μου, τόσο ως επαγγελματίας όσο και ως άνθρωπος. Με κρατούν ζωντανό σε ένα δύσκολο σύστημα όπως το ΕΣΥ και ιδίως στην επαρχία. Μπορώ να πω ότι είμαι αισιόδοξος και πιστεύω ότι η αγάπη για οποιοδήποτε επάγγελμα μπορεί να νικήσει τις όποιες δυσκολίες και να αποτελέσει αρωγό στην πρόοδο και την εξέλιξη.

Από το ΤΚΑΦΑ θα ήθελα να συνεχίζει να είναι στο πλευρό μας όπως το κάνει έως τώρα».



# ΠΕΠΡΑΓΜΕΝΑ



## ΣΥΜΜΕΤΟΧΗ ΕΤΚΑΦΑ ΣΕ ΙΑΤΡΙΚΟ ΣΥΝΕΔΡΙΟ

Αρ. Τεύχους 5 - Ιούλιος, Αύγουστος, Σεπτέμβριος 2021

### 4<sup>ο</sup> ΠΑΝΕΛΛΗΝΙΟ ΣΥΝΕΔΡΙΟ ΝΟΣΗΜΑΤΩΝ ΘΩΡΑΚΟΣ



#### Υβριδικό συνέδριο

Φυσικοθεραπευτική Τράπεζα: Κυριακή 30 Μαΐου 2021- Αίθουσα Β

Τίτλος Τράπεζας: «**Η φυσικοθεραπεία του Αναπνευστικού**»

### ΑΝΑΛΥΤΙΚΑ

Το Επιστημονικό μας Τμήμα συμμετείχε με επιτυχία στο **4<sup>ο</sup> Πανελλήνιο Συνέδριο Νοσημάτων Θώρακος** το οποίο διοργανώθηκε από την **Εταιρεία Νοσημάτων Θώρακος Ελλάδος (ΕΝΘΕ)** και διεξήχθη το διάστημα από **27 έως 30 Μαΐου 2021**, στο Ξενοδοχείο **The MET**, στη **Θεσσαλονίκη**,

Το Συνέδριο ήταν **υβριδικό**, με δυνατότητα παρακολούθησης ζωντανά και μέσω διαδικτύου.

Η Φυσικοθεραπευτική Τράπεζα έλαβε χώρα την Κυριακή 30 Μαΐου, κάτω από το γενικό τίτλο «**Η φυσικοθεραπεία του Αναπνευστικού**».

Της Τράπεζας προήδρευσαν η κα **Αικατερίνη Κούστα**, Φυσικοθεραπεύτρια και ο κ. **Μιχαήλ Αγραφιώτης** Πνευμονολόγος από το Γ.Ν.Θ. «Γ. ΠΑΠΑΝΙΚΟΛΑΟΥ».

Μεγάλο ενδιαφέρον καταγράφηκε τόσο για τις **Σύγχρονες Τεχνικές Φυσικοθεραπείας**, θέμα που ανέπτυξε η κα **Αικατερίνη Κούστα** (Φυσικοθεραπεύτρια MSc - ΜΕΘ Γ.Ν.Θ. «Γ. ΠΑΠΑΝΙΚΟΛΑΟΥ»), όσο και για τις εναλλακτικές τεχνικές θεραπείας του αναπνευστικού συστήματος όπως η **ιπποθεραπεία** και η **υδροθεραπεία halliwick** ζητήματα που ανέπτυξαν οι κα **Α. Καφα-ντζή** (Παιδιατρική Φυσικοθεραπεύτρια Msc, NDT) και ο **Δρ Κ. Χανδόλιας** (Φυσικοθεραπευτής NDT) αντίστοιχα.



## Feasibility and physiological effects of prone positioning in non-intubated patients with acute respiratory failure due to COVID-19 (PRON-COVID): a prospective cohort study



Anna Coppo, Giacomo Bellani, Dario Winterton, Michela Di Piero, Alessandro Soria, Paola Faverio, Matteo Cairo, Silvia Mori, Grazia Messinesi, Ernesto Contra, Paolo Bonfanti, Annalisa Benini, Maria Grazia Valsecchi, Laura Antolini, Giuseppe Foti

### Summary

**Background** The COVID-19 pandemic is challenging advanced health systems, which are dealing with an overwhelming number of patients in need of intensive care for respiratory failure, often requiring intubation. Prone positioning in intubated patients is known to reduce mortality in moderate-to-severe acute respiratory distress syndrome. We aimed to investigate feasibility and effect on gas exchange of prone positioning in awake, non-intubated patients with COVID-19-related pneumonia.

**Methods** In this prospective, feasibility, cohort study, patients aged 18–75 years with a confirmed diagnosis of COVID-19-related pneumonia receiving supplemental oxygen or non-invasive continuous positive airway pressure were recruited from San Gerardo Hospital, Monza, Italy. We collected baseline data on demographics, anthropometrics, arterial blood gas, and ventilation parameters. After baseline data collection, patients were helped into the prone position, which was maintained for a minimum duration of 3 h. Clinical data were re-collected 10 min after prone positioning and 1 h after returning to the supine position. The main study outcome was the variation in oxygenation (partial pressure of oxygen [PaO<sub>2</sub>]/fractional concentration of oxygen in inspired air [FiO<sub>2</sub>]) between baseline and resupination, as an index of pulmonary recruitment. This study is registered on ClinicalTrials.gov, NCT04365959, and is now complete.

**Findings** Between March 20 and April 9, 2020, we enrolled 56 patients, of whom 44 (79%) were male; the mean age was 57.4 years (SD 7.4) and the mean BMI was 27.5 kg/m<sup>2</sup> (3.7). Prone positioning was feasible (ie, maintained for at least 3 h) in 47 patients (83.9% [95% CI 71.7 to 92.4]). Oxygenation substantially improved from supine to prone positioning (PaO<sub>2</sub>/FiO<sub>2</sub> ratio 180.5 mm Hg [SD 76.6] in supine position vs 285.5 mm Hg [112.9] in prone position; p<0.0001). After resupination, improved oxygenation was maintained in 23 patients (50.0% [95% CI 34.9–65.1]; ie, responders); however, this improvement was on average not significant compared with before prone positioning (PaO<sub>2</sub>/FiO<sub>2</sub> ratio 192.9 mm Hg [100.9] 1 h after resupination; p=0.29). Patients who maintained increased oxygenation had increased levels of inflammatory markers (C-reactive protein: 12.7 mg/L [SD 6.9] in responders vs 8.4 mg/L [6.2] in non-responders; and platelets: 241.1 × 10<sup>3</sup>/μL [101.9] vs 319.8 × 10<sup>3</sup>/μL [120.6]) and shorter time between admission to hospital and prone positioning (2.7 days [SD 2.1] in responders vs 4.6 days [3.7] in non-responders) than did those for whom improved oxygenation was not maintained. 13 (28%) of 46 patients were eventually intubated, seven (30%) of 23 responders and six (26%) of 23 non-responders (p=0.74). Five patients died during follow-up due to underlying disease, unrelated to study procedure.

**Interpretation** Prone positioning was feasible and effective in rapidly ameliorating blood oxygenation in awake patients with COVID-19-related pneumonia requiring oxygen supplementation. The effect was maintained after

Lancet Respir Med 2020; 8: 765–74

Published Online

June 19, 2020

[https://doi.org/10.1016/S2213-2600\(20\)30268-X](https://doi.org/10.1016/S2213-2600(20)30268-X)

See Comment page 744

For the Italian translation of the abstract see Online for appendix 1

Department of Emergency Medicine (A Coppo MD, G Bellani MD, D Winterton MD, M Di Piero MD, M Cairo MD, E Contra MD, A Benini MD, G Foti MD), Clinic of Infectious Diseases (A Soria MD, P Bonfanti MD), and Respiratory Unit (P Faverio, G Messinesi MD), San Gerardo Hospital, Monza, Italy, and Department of Medicine and Surgery, University of Milan-Bicocca, Monza, Italy (G Bellani, D Winterton, M Di Piero, P Faverio, S Mori PhD, P Bonfanti, Prof M G Valsecchi PhD, L Antolini PhD, G Foti)

Correspondence to: Dr Giacomo Bellani, Department of Medicine and Surgery, University of Milan-Bicocca, Monza, 20090, Italy ([giacomo.bellani1@unimib.it](mailto:giacomo.bellani1@unimib.it))



ΠΑΡΟΥΣΙΑΣΗ ΑΡΘΡΟΥ

Λίνα Μπεπελέτση, MSc

Κλινική Φυσικοθεραπεύτρια

ΠΓΝ Αλεξανδρούπολης

## ΑΝΑΛΥΤΙΚΑ

Το Επιστημονικό μας Τμήμα, στο πλαίσιο των επιμορφωτικών δράσεων του, πραγματοποιεί κάθε δύο μήνες συναντήσεις εκπαιδευτικού χαρακτήρα (Λέσχη Περιοδικού / Journal Club) στις οποίες μια ομάδα ατόμων συζητά τρέχοντα άρθρα, με απώτερο στόχο τη διαρκή ενημέρωση με τις επιστημονικές εξελίξεις, την προαγωγή κριτικής σκέψης και τη διασφάλιση του evidence

based στην πρακτική τους. Μέσω της Λέσχης Περιοδικού επιτυγχάνεται παρακολούθηση των επιστημονικών εξελίξεων, απόκτηση ικανότητας κριτικής θεώρησης των μελετών που διαρκώς αναρτώνται στο διαδίκτυο, αλλά και εξοικείωση με την κλινική έρευνα.

Κατόπιν των απαιτήσεων της εποχής και με την προοπτική να δοθεί η δυνατότητα της απομακρυσμένης

συμμετοχής στη Λέσχη Περιοδικού ατόμων από όλη την ελληνική επικράτεια, η δράση διεξάγεται πλέον διαδικτυακά.

Στο πλαίσιο των ανωτέρω, την Τετάρτη 30 Ιουνίου διεξήχθη η 3<sup>η</sup> διαδικτυακή συνάντηση του Journal Club κατά την οποία, κατόπιν απαίτησης των μελών μας, ζητήθηκε από την Φυσικοθεραπεύτρια της ΜΕΘ του Π.Γ.Ν. Αλεξανδρούπολης, κα Α. Μπεπε-

λέτση, να επαναλάβει την ανάλυση του άρθρου «Σκοπιμότητα και οι επιδράσεις της πρηνούς τοποθέτησης μη διασωληνωμένων ασθενών με Οξεία Αναπνευστική Ανεπάρκεια λόγω COVID-19».

Η δράση πραγματοποιήθηκε μέσω της πλατφόρμας διαδικτυακής συνδιάσκεψης Zoom.



# ΠΕΠΡΑΓΜΕΝΑ



## ΠΑΓΚΟΣΜΙΕΣ ΗΜΕΡΕΣ

Αρ. Τεύχους 5 - Ιούλιος, Αύγουστος, Σεπτέμβριος 2021

### 28 ΑΠΡΙΛΙΟΥ: ΠΑΓΚΟΣΜΙΑ ΗΜΕΡΑ ΓΙΑ ΤΗΝ ΑΣΦΑΛΕΙΑ ΚΑΙ ΤΗΝ ΥΓΕΙΑ ΣΤΗΝ ΕΡΓΑΣΙΑ



Αθήνα, 28 Απριλίου 2021

#### 28 Απριλίου 2021: Παγκόσμια Ημέρα για την Ασφάλεια και την Υγεία στην Εργασία

#### Η ασφάλεια και η υγεία στην εργασία μπορούν να σώσουν ζωές-Κρισιμότητας παράγοντας η σωστή χρήση και η σειρά απόρριψης του προστατευτικού εξοπλισμού των υγειονομικών έναντι της COVID-19

Η Παγκόσμια Ημέρα ευαισθητοποίησης για την Ασφάλεια και την Υγεία στην Εργασία, που έχει καθιερωθεί από τη Διεθνή Οργάνωση Εργασίας (ILO), εορτάζεται κάθε χρόνο στις 28 Απριλίου, με σκοπό την προαγωγή της πρόληψης ατυχημάτων και ασθενειών κατά τη διάρκεια της εργασίας.

Η πανδημία της COVID-19 λοιμώξης χτύπησε τον κόσμο της εργασίας από κάθε άποψη, από τον κίνδυνο μετάδοσης του ιού σε χώρους εργασίας, έως τους κινδύνους ασφάλειας και υγιεινής που αναδύθηκαν ως αποτέλεσμα των μέτρων προστασίας που λαμβάνονται για την εξάλειψη του ιού στους χώρους εργασίας.

Στο πλαίσιο αυτό, οι συντονιστικές επιτροπές των Επιστημονικών Τμημάτων του Πανελληνίου Συλλόγου Φυσικοθεραπευτών: Εργασιακή Υγεία και Εργονομία (ΗΟΗΕ) και Καρδιαγγειακή και Αναπνευστική Φυσικοθεραπεία – Αποκατάσταση (Τ.Κ.Α.Φ.Α.) επισφραγίζουν την ανάγκη ευαισθητοποίησης σε σχέση με την τήρηση των μέτρων για την ασφάλεια και την υγεία στην εργασία, τα οποία μπορούν να μειώσουν τον κίνδυνο μετάδοσης της COVID-19 λοιμώξης στο χώρο εργασίας και επομένως να αποτρέψουν πολλές δυσάρεστες επιπτώσεις.

Καθ' όλη τη διάρκεια της πανδημίας οι Φυσικοθεραπευτές εργάζονται στην πρώτη γραμμή, κατά της COVID-19 λοιμώξης συμβάλλοντας στη διατήρηση της δημόσιας υγείας. Παρέχουν αδιάλειπτα τις υπηρεσίες τους σε επίπεδο πρόληψης, με μέτρα και οδηγίες στους χώρους εργασίας, συμβάλλουν στην πρόληψη ατυχημάτων και επαγγελματικών ασθενειών, στην αποκατάσταση των πληγέντων σε νοσοκομειακό χώρο και κατ' οίκον και στη διαχείριση της κρίσης με πρακτικές συμβουλές και φυσικοθεραπευτικές παρεμβάσεις.

Χρήση σε επαφή με άτοπους ή επιβεβαιωμένους ασθενείς για COVID-19, κατά τη διάρκεια χειρουργών και μεταγγίσεων (απορριψίματα και για εργασία σε χώρους υγιεινής κλινικών (π.χ. ΜΕΘ, εξωτερικά))



Ειδικά για τους επαγγελματίες υγείας που ασχολούνται με τη φροντίδα του αναπνευστικού συστήματος και τις εργονομικές παρεμβάσεις, την ασφάλεια και τα μέτρα προστασίας κατά την αναπνευστική φροντίδα ασθενών με COVID-19, σημειώνονται τα ακόλουθα:

- Η χρήση προστατευτικού εξοπλισμού είναι απαραίτητη για τη φροντίδα και τη θεραπεία ασθενών με COVID-19. Για τη χρήση αυτού του εξοπλισμού είναι απαραίτητη η τήρηση συγκεκριμένου πρωτοκόλλου που αφορά στη σειρά με την οποία θα φορεθεί και θα απορριφθεί ο εν λόγω εξοπλισμός. Λάθος σειρά, ειδικά κατά την απόρριψη του προστατευτικού εξοπλισμού, μπορεί να οδηγήσει σε μόλυνση του επαγγελματία υγείας ή του φροντιστή του ατόμου που πάσχει από COVID-19. Ο χώρος στον οποίο λαμβάνει χώρα η διαδικασία, θα πρέπει να είναι εργονομικά σωστός για να συμβάλει στην ομαλή χρήση/απόρριψη, η οποία θα θυμίζει τη διαδικασία του πρωτοκόλλου, προκειμένου να μην υπάρχει ατύχημα. Η συνεργασία των Φυσικοθεραπευτών που φροντίζουν το αναπνευστικό σύστημα με τους φυσικοθεραπευτές που φροντίζουν την εργονομία της διαδικασίας χρήσης/απόρριψης του προστατευτικού εξοπλισμού, θα μπορούσε να βοηθήσει στην αποφυγή ατυχημάτων τέτοιου τύπου.

#### Χρήσιμες διευκρινίσεις

- Πριν την εφαρμογή του Ατομικού Εξοπλισμού Προστασίας, η αφαίρεση όλων των προσωπικών αντικειμένων (ρολόι, δαχτυλίδια, κοσμήματα, κινητό κλπ) είναι επιβεβλημένη.
- Η αφαίρεση του Ατομικού Εξοπλισμού Προστασίας θα πρέπει να γίνεται σε ασφαλές μέρος και σε απόσταση >2m από τον ασθενή (ή στον προθάλαμο, αν υπάρχει). Σε κάθε περίπτωση, η μάσκα υψηλής αναπνευστικής προστασίας αφαιρείται εκτός θαλάμου νοσηλείας του ασθενή. Όλος ο Ατομικός Εξοπλισμός Προστασίας απορρίπτεται στα μολυσματικά απορρίμματα. Αν τα υαλιά πρόκειται να ξαναχρησιμοποιηθούν, πρέπει να απορριφθούν σε ειδικό δοχείο και να ακολουθηθούν οι οδηγίες του κατασκευαστή για τον καθαρισμό, απολύμανση ή/και αποστείρωσή τους.
- Οι κινήσεις κατά την αφαίρεση του Ατομικού Εξοπλισμού Προστασίας δεν θα πρέπει να είναι βιαστικές και θαυμάσιες κινήσεις. Προσοχή στις επιμολύνσεις.
- Μικρές διαφοροποιήσεις στον τρόπο αφαίρεσης του Ατομικού Εξοπλισμού Προστασίας μπορεί να υπάρχουν, αρκεί ο μολυσμένος εξοπλισμός να ΜΗΝ ΑΓΙΤΕΤΑΙ με γυμνό χέρι, να ακολουθεί μετά την αφαίρεση κάθε είδους προστασία υγιεινής των χεριών, να αφαιρείται η μάσκα τελευταία και να μην αγγίζονται οι βλεννογόνοι οφθαλμών, ρινός και στοματικής κοιλότητας με χέρια που δεν έχει άμεσα προηγηθεί υγιεινή των χεριών.
- Συστήνεται η παρουσία άλλου επαγγελματία υγείας για την ενεργητική επιτήρηση των διαδικασιών αυτών ή εναλλακτικά η χρήση αλόωσιμου καθρέφτη με στόχο την αποφυγή λανθασμένων χειρισμών που αυξάνουν τον κίνδυνο έκθεσης σε μολυσματικό υλικό (βλέπε οδηγίες ΕΟΔΥ: <https://eody.gov.gr/wp-content/uploads/2020/03/PPE-donningdoffing.pdf> & <https://eody.gov.gr/wp-content/uploads/2020/08/efarmogi-metranatmikis-protastias-aug-2020.pdf> ).

## ΑΝΑΛΥΤΙΚΑ

Με την ευκαιρία της παγκόσμιας ημέρας για την Ασφάλεια και την Υγεία στην Εργασία, το Επιστημονικό μας Τμήμα σε συνεργασία με το Τμήμα Εργασιακής Υγείας και Εργονομίας (ΗΟΗΕ) εξέδωσε το σχετικό Ενημερωτικό Δελτίο, το οποίο μέσω του Κ.Δ.Σ. του Πανελληνίου Συλλόγου Φυσικοθεραπευτών δημοσιεύτηκε στον Τύπο. Το ενημερωτικό δελτίο, επισημαίνει την ανάγκη ευαι-

σθητοποίησης σχετικά με την τήρηση των μέτρων για την ασφάλεια και την υγεία στην εργασία, τα οποία μπορούν να μειώσουν τον κίνδυνο μετάδοσης της COVID-19 στο χώρο εργασίας και επομένως να αποτρέψουν πολλές δυσάρεστες επιπτώσεις. Οι Φυσικοθεραπευτές, καθ' όλη τη διάρκεια της πανδημίας, εργάζονται στην πρώτη γραμμή και παρέχουν αδιά-

λειπτα τις υπηρεσίες τους συμβάλλοντας στη διατήρηση της δημόσιας υγείας. Στο ενημερωτικό δελτίο επισημαίνεται η αναγκαιότητα της ορθής χρήσης του προστατευτικού εξοπλισμού, ειδικά από τους επαγγελματίες που ασχολούνται με την αναπνευστική φροντίδα ασθενών με COVID-19 και τονίζεται το όφελος που προκύπτει από τη συνεργα-

σία τους με τους συναδέλφους που ασχολούνται με την Εργασιακή Υγεία και Εργονομία και φροντίζουν την εργονομία της διαδικασίας χρήσης και απόρριψης του προστατευτικού εξοπλισμού, ώστε να αποφευχθούν ατυχήματα τέτοιου τύπου. Περισσότερες πληροφορίες: <https://www.psf.org.gr/psf-news-6975.htm>





# ΜΕΛΛΟΝΤΙΚΑ ΣΥΝΕΔΡΙΑ



Τ.Κ.Α.Φ.Α.

ICU / RESPIRATORY & CARDIOLOGY PHYSIOTHERAPY

Αρ. Τεύχους 5 - Ιούλιος, Αύγουστος, Σεπτέμβριος 2021



## ΑΝΑΛΥΤΙΚΑ

Το Επιστημονικό Τμήμα Καρδιοαγγειακής και Αναπνευστικής Φυσικοθεραπείας - Αποκατάστασης (Ε.Τ.Κ.Α.Φ.Α.) του Πανελληνίου Συλλόγου Φυσικοθεραπευτών πρόκειται να συμμετάσχει στο 42<sup>ο</sup> Πανελλήνιο Καρδιολογικό Συνέδριο με την δημιουργία στρογγυλής τράπεζας. Το συνέδριο, το οποίο διοργανώνει η Ελληνική Καρδιολογική Εταιρεία, θα πραγματοποιηθεί κατά το διάστη-

μα από 21 έως 23 Οκτωβρίου 2021 στην Αθήνα.

Το Τμήμα πρόκειται να συμμετάσχει ενεργά και στο 30<sup>ο</sup> Πανελλήνιο Πνευμονολογικό Συνέδριο, το οποίο διοργανώνει η Ελληνική Πνευμονολογική Εταιρεία και θα πραγματοποιηθεί επίσης στην Αθήνα κατά το διάστημα από 16 έως 19 Δεκεμβρίου 2021.

Σε εκκρεμότητα βρίσκεται το Συνέδριο της Ελληνικής

Εταιρίας Εντατικής Θεραπείας, το οποίο είχε αναβληθεί λόγω COVID-19 και αναμένεται ανακοίνωση σχετικά με το χρόνο διεξαγωγής του.

Το ΕΤΚΑΦΑ βρίσκεται σε επικοινωνία με τις παραπάνω επιστημονικές Εταιρείες προκειμένου να υπάρξει δυναμική παρουσία του επιστημονικού μας Τμήματος στα εν λόγω Συνέδρια.

Η σύνθεση των στρογγυλών

τραπεζών πρόκειται να ανακοινωθεί από την Ιστοσελίδα του Τμήματος, ενώ αναλυτικότερα στοιχεία θα περιλαμβάνονται στα προγράμματα των Συνεδρίων.

Για περισσότερες πληροφορίες μπορείτε να ανατρέξετε στην ιστοσελίδα του Τμήματος: [info@tkafa.gr](mailto:info@tkafa.gr)



# ΜΕΛΛΟΝΤΙΚΑ ΣΥΝΕΔΡΙΑ



## ICU / RESPIRATORY & CARDIOLOGY PHYSIOTHERAPY

Αρ. Τεύχους 5 - Ιούλιος, Αύγουστος, Σεπτέμβριος 2021

### VIRTUAL OR HYBRID

40<sup>th</sup>  
ISICEM

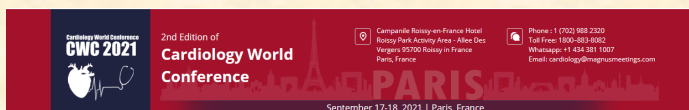
INTERNATIONAL SYMPOSIUM  
ON INTENSIVE CARE  
& EMERGENCY MEDICINE

AUG-01- SEPT 03, 2021  
SQUARE - BRUSSELS  
CONVENTION CENTER

40<sup>th</sup> International Symposium on Intensive Care & Emergency Medicine. 31 Αυγ-3 Σεπτεμβρίου 2021  
<https://www.isicem.org/1/main.asp>

ERS International Congress- European Respiratory Society. 5-8 Σεπτεμβρίου 2021.

[www.ersnet.org](http://www.ersnet.org)



17-18/09/21- Cardiology World Conference 2021 -  
France Hybrid Event  
[www.cardiologyworldconference.com](http://www.cardiologyworldconference.com)



**LIVES, 03-06 October 2021, Digital**

<https://www.esicm.org/events/34rd-annual-congress-copenhagen/>

### ΠΡΟΤΕΙΝΟΜΕΝΑ ΑΡΘΡΑ

1. [Covid-19 and Post Intensive Care Syndrome: A Call for Action.](#)

Stam HJ, Stucki G, Bickenbach J; European Academy of Rehabilitation Medicine.  
J Rehabil Med. 2020 Apr 15;52(4):jrm00044. doi: 10.2340/16501977-2677.

2. [Survivorship after COVID-19 ICU stay.](#)

Hosey MM, Needham DM.  
Nat Rev Dis Primers. 2020 Jul 15;6(1):60. doi: 10.1038/s41572-020-0201-1.

3. [Consideration of prevention and management of long-term consequences of post-acute respiratory distress syndrome in patients with COVID-19.](#)

Candan SA, Elibol N, Abdullahi A.  
Physiother Theory Pract. 2020 Jun;36(6):663-668. doi: 10.1080/09593985.2020.1766181. Epub 2020 May 18.

# ΑΦΙΕΡΩΜΑ



## ΠΑΓΚΟΣΜΙΑ ΗΜΕΡΑ ΦΥΣΙΚΟΘΕΡΑΠΕΙΑΣ

Αρ. Τεύχους 5 - Ιούλιος, Αύγουστος, Σεπτέμβριος 2021

### 8 ΣΕΠΤΕΜΒΡΙΟΥ, Η «ΓΙΟΡΤΗ» ΤΗΣ ΦΥΣΙΚΟΘΕΡΑΠΕΙΑΣ

**World PT Day**  
World PT Day takes place every year on 8 September. In 2021 the day will focus on Long COVID and physiotherapy.

**World PT Day 2021**  
The [toolkit for World PT Day 2021](#) includes information sheets and posters aimed at the general public promoting the role of physiotherapists and rehabilitation in the treatment and management of people affected by Long COVID. There is also a resource list for facts and additional reading for physiotherapists.  
The materials will initially be produced in English, French and Spanish. Additional translations will be provided by volunteers and published when they are available.

**World PT Day toolkit**  
World PT Day is on 8 September every year, and an opportunity for physiotherapists from all over the world to raise awareness about the crucial contribution their profession makes to keeping people well, mobile and independent.

**Filters**  
Language:  Year:  Toolkit Type:

 <b>World PT Day 2021: activity diary</b> English / 2021 Download the World PT Day 2021 activity diary	 <b>World PT Day 2021: advocacy toolkit</b> English / 2021 Advocacy toolkit for 2021 campaign	 <b>World PT Day 2021: banner</b> English / 2021 Download the roller banner for World PT Day 2021
 <b>World PT Day 2021: banner (Bulgarian)</b> Bulgarian / 2021 Download the roller banner for World PT Day 2021 in Bulgarian	 <b>World PT Day 2021: banner (Spanish)</b> Spanish / 2021 Download the roller banner for World PT Day 2021 in Spanish	 <b>World PT Day 2021: booklet</b> English / 2021 Your guide to the 2021 campaign: Rehabilitation and Long COVID in Spanish

## ΑΝΑΛΥΤΙΚΑ

Η Παγκόσμια Ημέρα Φυσικοθεραπείας καθιερώθηκε το 1996 με πρωτοβουλία της Παγκόσμιας Συνομοσπονδίας Φυσικοθεραπείας (WCPT) ως επέτειος της ίδρυσής της (το 1951).

Σκοπός αυτής της επετειακής εορτής είναι η ενημέρωση και ευαισθητοποίηση του κοινού σχετι-

κά με το ρόλο της Φυσικοθεραπείας και τη συμβολή της στη βελτίωση της κινητικότητας, της λειτουργικότητας, της αυτονομίας, της αναπνοής, της καρδιακής λειτουργίας, της ψυχικής υγείας, αλλά και στην ανακούφιση από τον πόνο ανθρώπων που νοσούν από διάφορες αιτιολογίες.

Ειδικά φέτος η επέτειος είναι ιδιαίτερη, γιατί μετά την επέλαση της πανδημίας και τις καταστροφικές συνέπειες που προκάλεσε στην ανθρωπότητα, η έννοια της αποκατάστασης είναι πιο επίκαιρη από ποτέ. Το αποτύπωμα της πανδημίας είναι ακόμα νωπό και οι πληγές που άφησε είναι ακόμη ανοιχτές.

Έτσι, ειδικά για φέτος, η Παγκόσμια ημέρα Φυσικοθεραπείας επικεντρώνεται γύρω από την αποκατάσταση ατόμων που εμφανίζουν Long COVID. Ο όρος Long COVID χρησιμοποιείται για να περιγράψει τις επιδράσεις της COVID -19 οι οποίες συνεχίζονται για εβδομάδες ή και μήνες πέραν της αρχικής ασθένειας.



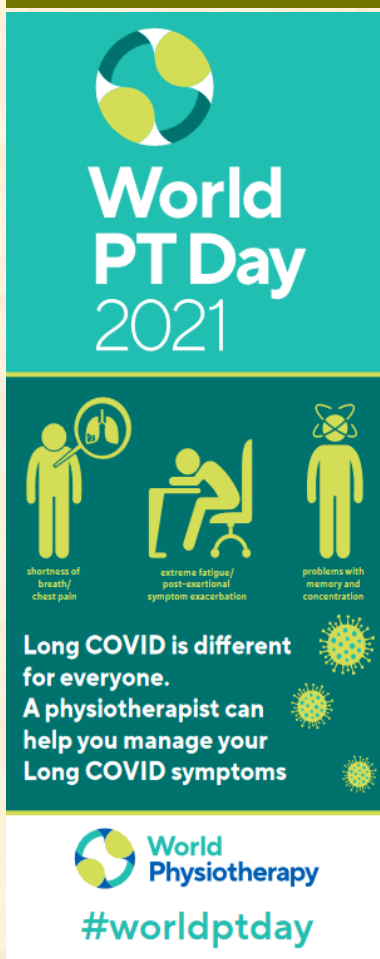
# ΑΦΙΕΡΩΜΑ



## ΠΑΓΚΟΣΜΙΑ ΗΜΕΡΑ ΦΥΣΙΚΟΘΕΡΑΠΕΙΑΣ

Αρ. Τεύχους 5 - Ιούλιος, Αύγουστος, Σεπτέμβριος 2021

### LONG COVID SYMPTOMS



Αν και οι περισσότεροι άνθρωποι που νοσούν από COVID-19 αναρρώνουν γρήγορα, σε ορισμένες περιπτώσεις οι επιπτώσεις του ιού μπορεί να διαρκέσουν για εβδομάδες ή ακόμα και μήνες. Αυτή η κατάσταση είναι γνωστή ως «Long COVID». Μερικά άτομα εμφανίζουν έναν κύκλο βελτίωσης για λίγο και στη συνέχεια επέρχεται ξανά επιδείνωση των συμπτωμάτων.

Τα Long COVID συμπτώματα μπορεί να περιλαμβάνουν:

- κούραση
- δύσπνοια
- επίμονο βήχα
- δυσκολία στον ύπνο
- άγχος και κατάθλιψη
- αίσθημα παλμών της καρδιάς
- σφίξιμο στο στήθος ή πόνο
- πόνο στις αρθρώσεις ή στους μύες
- αδυναμία καθαρής σκέψης ή εστίασης («εγκεφαλική ομίχλη»)
- αλλαγή στην αίσθηση της όσφρησης ή της γεύσης

### ΑΝΑΛΥΤΙΚΑ

Έρευνα που δημοσιεύθηκε τον Ιούνιο του 2021 από το Imperial College London σε δείγμα μισό εκατομμύριο ανθρώπους στην Αγγλία, αποκάλυψε δύο κύριες κατηγορίες συνεχιζόμενων συμπτωμάτων: αναπνευστικά συμπτώματα (βήχας ή δύσπνοια) και ένα σύμπλεγμα πιο γενικών συμπτωμάτων, ιδιαίτερα κόπωσης.

Άλλη έρευνα, εντόπισε επίσης δύο κύριες ομάδες συ-

μπτωμάτων, μία κυρίως αναπνευστική που όμως περιλαμβάνει και συμπτώματα πόνου και πονοκεφάλων και μία δεύτερη ομάδα συμπτωμάτων που επηρεάζουν άλλα μέρη του σώματος, συμπεριλαμβανομένης της καρδιάς, του εγκεφάλου και του εντέρου.

Σε μελέτη που έγινε σε δείγμα 4.182 ατόμων, τα συμπτώματα που αναφέρθηκαν ήταν αίσθημα παλμών ή

αυξημένος καρδιακός παλμός, καθώς επίσης αίσθημα από «καρφίτσες» ή «βελόνες», μούδιασμα και μείωση πνευματικής διαύγειας.

Σε κάθε περίπτωση η γνωμοδότηση των αρμοδίων για τη σοβαρότητα των συμπτωμάτων ενδείκνυται, όμως σε κάποιες περιπτώσεις συστήνεται επείγουσα ιατρική βοήθεια, όπως:

- ξαφνικός ή σοβαρός πό-

νος στο στήθος που δεν εξαφανίζεται,

- ξαφνικός πόνος στο στήθος που συνοδεύεται από έμετο, ναυτία, εφίδρωση ή δύσπνοια,
- ξαφνικός πόνος στο στήθος που συνοδεύεται από απώλεια συνείδησης,
- ακόμη και πόνος στο στήθος που «έρχεται και φεύγει» (καθώς ο πόνος στο στήθος δεν πρέπει ποτέ να αγνοηθεί).

# ΑΦΙΕΡΩΜΑ



## ΠΑΓΚΟΣΜΙΑ ΗΜΕΡΑ ΦΥΣΙΚΟΘΕΡΑΠΕΙΑΣ

Αρ. Τεύχους 5 - Ιούλιος, Αύγουστος, Σεπτέμβριος 2021

### LONG COVID ΚΑΙ ΦΥΣΙΚΟΘΕΡΑΠΕΙΑ

**This year's campaign: Rehabilitation and Long COVID**

The focus for this year's World PT Day is rehabilitation and Long COVID and the role of physiotherapists in the treatment and management of people affected by Long COVID. The campaign is focused around the following key messages:

- The World Health Organization recommends the long COVID rehabilitation should include educating people about returning to daily activities progressively, when appropriate, and that is safe and manageable for energy levels within the limits of current symptoms, and action should not be pushed to the point of fatigue or worsening of symptoms.
- Effective rehabilitation interventions to support the management of symptoms may include activity pacing and heart rate monitoring. A physiotherapist can help you manage your activity level for Long COVID with pacing and heart rate monitoring.
- Safe and effective rehabilitation is a fundamental part of recovery. Rehabilitation for Long COVID must be tailored to the individual, depending on their symptoms, goals and preferences.
- The World Health Organization recommends the long COVID rehabilitation should include educating people about returning to daily activities progressively, when appropriate, and that is safe and manageable for energy levels within the limits of current symptoms, and action should not be pushed to the point of fatigue or worsening of symptoms.
- Effective rehabilitation interventions to support the management of symptoms may include activity pacing and heart rate monitoring. A physiotherapist can help you manage your activity level for Long COVID with pacing and heart rate monitoring.

**World PT Day 2021**

**Rehabilitation and Long COVID**

**How to take part**

#worldptday  
www.world.physio/wptday

World Physiotherapy

World Physiotherapy has produced a toolkit of materials for member organisations to support physiotherapists in their World PT Day activities. It includes:

- posters to display in public places
- information sheets to display and distribute to patients and the public
- educational copies of the information sheets and posters will be available in several languages
- social media graphics: a selection of graphics will be produced for you to use on social media platforms to promote the day and the day's key message
- information sources and additional reading resources for information within the materials and additional resources and web links about the year's campaign
- e-learning tools: includes resources available on the World Physiotherapy website which may be useful for this year's World PT Day campaign
- table banner artwork to download and be supplied to local manufacturers
- a train design and logo to download and get printed locally

World Physiotherapy member organisations: [www.world.physio/members](http://www.world.physio/members)

The materials produced promote the role of a global physiotherapy community. The day will be widely publicised on social media, using the #worldptday hashtag.

**Get involved**

World Physiotherapy has produced a toolkit of materials for member organisations to support physiotherapists in their World PT Day activities. It includes:

- posters to display in public places
- information sheets to display and distribute to patients and the public
- educational copies of the information sheets and posters will be available in several languages
- social media graphics: a selection of graphics will be produced for you to use on social media platforms to promote the day and the day's key message
- information sources and additional reading resources for information within the materials and additional resources and web links about the year's campaign
- e-learning tools: includes resources available on the World Physiotherapy website which may be useful for this year's World PT Day campaign
- table banner artwork to download and be supplied to local manufacturers
- a train design and logo to download and get printed locally

World Physiotherapy member organisations: [www.world.physio/members](http://www.world.physio/members)

The materials produced promote the role of a global physiotherapy community. The day will be widely publicised on social media, using the #worldptday hashtag.

**Ideas on how to take part**

Whether you work for a physiotherapy association in a health department, a small clinical setting or are studying physiotherapy, you can find different ways to mark the day.

Here are some suggestions to help you make sure you choose something that is right for you, and fits in with what you want to achieve for the day.

As part of the response to COVID-19, many countries have restrictions on holding large events and gatherings. Please consider this when making plans for World PT Day and make sure you follow any guidelines in your country/territory about social distancing.

You can use your website or social media platforms to add more of the ideas listed here. Try a Facebook Live Q&A or a Zoom session on your website.

We will be producing a series of graphics to promote the day on social media.

**Public events**

- A free exercise demonstration session in a public space (or online) - showing, for example, the difference between resistance and proprioceptive activity.
- Talks and seminars in workshops or online, including exercises to integrate into daily life and providing literature to employees.
- Talks or events at community centres.
- A meeting (information booth), visiting different locations in the day, or via a web.
- A "health challenge" for the public, politicians or celebrities - for example, challenge them to walk a certain number of steps during the day. You could lend out pedometers for the challenge or give them away free.
- Public exercise classes, say in a large city park.

**Events for people of all ages**

- Arrange a local community event or online using social media to highlight the value of physiotherapy and how it can help people manage their Long COVID symptoms.
- Arrange some online breathing exercise classes.
- Work with care givers or people in the community caring for people affected by Long COVID to see how physiotherapy can improve people's lives.

**In clinical settings**

- Set up an information booth or exhibition in a reception area with information about what physiotherapists do.
- Share World Physiotherapy information sheets and posters with colleagues and visitors.

**Added extras**

- Find out if there is a local celebrity who could support your activities, and participate in any events. This is a key to increase public and media interest.
- Offer to be a guest on a local radio or TV show or to answer questions online.
- Have something to give people which will help them stay healthy, and show what physiotherapists do to help information sheets and posters like those available from the World Physiotherapy website are a good place to start.

**Get inspired!**

See how World PT Day has been celebrated in the past

[www.world.physio/wptday/factsheets](http://www.world.physio/wptday/factsheets)

1 World Physiotherapy 2 World Physiotherapy 3 World Physiotherapy 4 World Physiotherapy

## ΑΝΑΛΥΤΙΚΑ

Το επίκεντρο της φετινής Παγκόσμιας Ημέρας Φυσικοθεραπείας είναι «Αποκατάσταση του Long COVID» και ο ρόλος των φυσικοθεραπευτών στη θεραπεία και τη διαχείριση των ατόμων που πλήττονται από αυτό.

Η εκστρατεία επικεντρώνεται στα ακόλουθα βασικά μηνύματα.

- 1 στις 10 περιπτώσεις Long COVID θα παρουσιάζει συμπτώματα για περίοδο 12 εβδομάδων ή περισσότερο.
- Η ασφαλής και αποτελεσματική αποκατάσταση α-

ποτελεί θεμελιώδες μέρος της ανάρρωσης. Η αποκατάσταση για το Long COVID πρέπει να είναι εξατομικευμένη, ανάλογα με τα συμπτώματα, τους στόχους και τις προτιμήσεις του ασθενούς.

- Ο Παγκόσμιος Οργανισμός Υγείας συνιστά η αποκατάσταση Long COVID να περιλαμβάνει την εκπαίδευση των ασθενών για τη συνέχιση των καθημερινών δραστηριοτήτων συντηρητικά, με κατάλληλο ρυθμό, ώστε να είναι ασφαλές και

διαχειρίσιμο, σε επίπεδα δραστηριοποίησης εντός των ορίων των συμπτωμάτων, ενώ η άσκηση δεν πρέπει να ωθείται σε σημείο κόπωσης ή επιδείνωσης των συμπτωμάτων

- Οι αποτελεσματικές παρεμβάσεις αποκατάστασης για την υποστήριξη της αυτοδιαχείρισης των συμπτωμάτων μπορεί να περιλαμβάνουν δραστηριότητες βάδισης και παρακολούθηση καρδιακού ρυθμού.
- Η έξαρση των συμπτωμάτων μετά την άσκηση

(PESE) προκαλείται συχνότερα από σωματική δραστηριότητα και άσκηση. Ο φυσικοθεραπευτής μπορεί να βοηθήσει να διαχειριστεί τις δραστηριότητες σας για να ελαχιστοποιήσετε τέτοιες εξάρσεις.

- Ο φυσικοθεραπευτής μπορεί επίσης να βοηθήσει και με ασκήσεις αναπνοής.
- Η βαθμιαία άσκηση δεν πρέπει να χρησιμοποιείται, ειδικά όταν υπάρχει επιδείνωση μετά από την άσκηση.



# ΑΦΙΕΡΩΜΑ



## ΠΑΓΚΟΣΜΙΑ ΗΜΕΡΑ ΦΥΣΙΚΟΘΕΡΑΠΕΙΑΣ

Αρ. Τεύχους 5 - Ιούλιος, Αύγουστος, Σεπτέμβριος 2021

### “ΕΡΓΑΛΕΙΟΘΗΚΗ” ΥΠΟΣΤΗΡΙΞΗΣ LONG COVID



The following advocacy materials are available on the World Physiotherapy website which may be useful for this year's World PT Day campaign.

#### COVID-19 briefing papers

World Physiotherapy has published nine briefing papers on the impact of COVID-19 on the physiotherapy profession, including a briefing paper on safe rehabilitation approaches for people living with Long COVID: physical activity and exercise

<https://world.physio/covid-19-information-hub/covid-19-briefing-papers>

#### Long COVID resources

Resources to support the understanding and management of the consequences of Long COVID

<https://world.physio/covid-19-information-hub/long-covid>

#### Long COVID discussion session

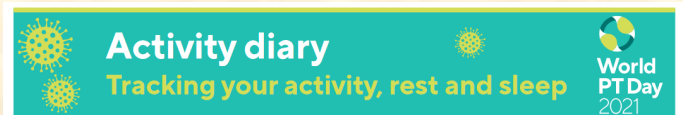
Watch the open access discussion session on Long COVID from the World Physiotherapy Congress 2021, chaired by Darren Brown

<https://wcpt2021-stage.conf2go.app/#/app/sessions/d7ad0c0-3ed1-4500-1166-010000000083>

#### COVID-19 information hub

World Physiotherapy has developed a global hub for information and resources about COVID-19 relevant to the physiotherapy profession

<https://world.physio/resources/covid-19-information-hub>



Date	Midnight to midday (morning)											Midday to midnight (afternoon/evening)												
	12	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11
Monday																								
Tuesday																								
Wednesday																								
Thursday																								
Friday																								
Saturday																								
Sunday																								

Mark each hour box with the color that corresponds to your activity level: sleep, rest, low energy activity, or high energy activity. If you are feeling post-exertional symptom exacerbation/extreme fatigue (crash) mark with an X.

■ High energy activity (physically, mentally or emotionally demanding)

■ Rest

X Post-exertional symptom exacerbation (PESE)/extreme fatigue (crash)

■ Low or medium energy activity (activities which are less demanding)

■ Sleep

World Physiotherapy  
[www.world.physio/wptday](https://www.world.physio/wptday)

#worldptday  
[www.world.physio/wptday](https://www.world.physio/wptday)



## ΑΝΑΛΥΤΙΚΑ

Η Παγκόσμια Συνομοσπονδία Φυσικοθεραπείας, με αφορμή τον εορτασμό για την Παγκόσμια Ημέρα Φυσικοθεραπείας, έχει αναρτήσει στην ιστοσελίδα της «Εργαλειοθήκη Υποστήριξης» για το Long COVID, η οποία απευθύνεται στους Φυσικοθεραπευτές παγκοσμίως και περιέχει χρήσιμα έντυπα και πληροφοριακό υλικό με σκοπό την υποστήριξη των επαγγελματιών του κλάδου. Ενδεικτικά αναφέρουμε μερικά από τα εργαλεία:

- «ημερολόγιο δραστηριοτήτων» το οποίο μπορεί να χρησιμοποιηθεί για την παρακολούθηση των δραστηριοτήτων του ασθενούς για μία ή δύο εβδομάδες και μπορεί να βοηθήσει προκειμένου να βρεθεί το μοτίβο των δραστηριοτήτων που επιδεινώνει τα συμπτώματα μετά την άσκηση, να διαπιστωθεί αν υπάρχουν αρκετές περιόδους ανάπαυσης, να μελετηθεί ο ύπνος και να υπολογιστεί ο ρυθμός αύξησης ή

- μείωσης της δραστηριότητας ανά ημέρα/εβδομάδα, υποστηρικτικό υλικό που διατίθεται διαδικτυακά με στόχο την εκτενή πληροφόρηση γύρω από το Long COVID, το οποίο εστιάζει στις μελέτες που έχουν εκπονηθεί και παρουσιάζουν τη συμπτωματολογία του, στο αίσθημα κόπωσης που νοιώθουν οι ασθενείς, σε περιστατικά έξαρσης των συμπτωμάτων μετά την άσκηση, στις μεθόδους που εφαρμόζονται παγκο-

- σμίως για την αποκατάσταση ασθενών με συμπτώματα Long COVID, σε ασκήσεις αναπνοής κλπ.
- φυλλάδια (σε διάφορες γλώσσες),
- ενημερωτικά δελτία (σε διάφορες γλώσσες),
- αφίσες (σε διάφορες γλώσσες),
- αναφορές σε κοινωνικά μέσα δικτύωσης,
- σχέδιο για εκτύπωση σε t-shirts του λογότυπου της Παγκόσμιας Ημέρας φυσικοθεραπείας κ.α.

# ΑΦΙΕΡΩΜΑ



## ΠΑΓΚΟΣΜΙΑ ΗΜΕΡΑ ΦΥΣΙΚΟΘΕΡΑΠΕΙΑΣ

Αρ. Τεύχους 5 - Ιούλιος, Αύγουστος, Σεπτέμβριος 2021

## ΠΑΝΕΛΛΗΝΙΟΣ ΣΥΛΛΟΓΟΣ ΦΥΣΙΚΟΘΕΡΑΠΕΥΤΩΝ / ΕΤΚΑΦΑ



ΕΛΛΗΝΙΚΗ ΔΗΜΟΚΡΑΤΙΑ  
Υπουργείο Υγείας

ΝΠΔΔ

Πανελλήνιος Σύλλογος Φυσικοθεραπευτών



T.K.A.F.A.



## ΑΝΑΛΥΤΙΚΑ

Ο Πανελλήνιος Σύλλογος Φυσικοθεραπευτών, όπως κάθε χρόνο, συμμετέχει στην «παγκόσμια επέτειο» με στόχο:

- την ενημέρωση του κοινού σχετικά με το ρόλο της Φυσικοθεραπείας στην υγεία και την ευμερσία του παγκόσμιου πληθυσμού,
- την αναβάθμιση του προφίλ του επαγγέλματος και

- την προώθηση της σημαντικότητας του επαγγέλματος τόσο προς τους ασθενείς όσο και στις πολιτικές ηγεσίες που είναι υπεύθυνες για τη χάραξη πολιτικής

Ειδικά για φέτος, η προσπάθεια εκτός των παραπάνω στόχων επικεντρώνεται παγκοσμίως, στην αποκατάσταση των ασθενών που παρουσιάζουν Long COVID Symptoms και στην ενημέρωση του κοινού για

το ρόλο των φυσικοθεραπευτών στη θεραπεία και τη διαχείριση των ατόμων που πλήττονται από αυτό.

Ο ΠΣΦ συμβάλλει στην παγκόσμια πρωτοβουλία αναρτώντας στην ιστοσελίδα του πληροφοριακό υλικό για προβολή σε δημόσιους χώρους, για διανομή σε ασθενείς, καθώς και ηλεκτρονικούς συνδέσμους (links) ή πηγές για πρόσθετη ανάγνωση και πληροφόρηση στα ελληνικά.

Το Επιστημονικό Τμήμα Καρδιοαγγειακής και Αναπνευστικής Φυσικοθεραπείας- Αποκατάστασης (ΕΤΚΑΦΑ) ακολουθεί τον Πανελλήνιο Σύλλογο Φυσικοθεραπευτών και συμμετέχει στην επετειακή καμπάνια της Παγκόσμιας Συνομοσπονδίας Φυσικοθεραπείας με στοχευμένες δράσεις για την ενημέρωση της κοινής γνώμης σε θέματα αποκατάστασης ασθενών με Long COVID Symptoms.



# ΗΛΕΚΤΡΟΝΙΚΟΣ ΤΥΠΟΣ



## ΕΠΙΛΟΓΕΣ ΑΠΟ ΤΟ ΔΙΕΘΝΗ ΤΥΠΟ

Αρ. Τεύχους 5 - Ιούλιος, Αύγουστος, Σεπτέμβριος 2021

<https://timesofindia.indiatimes.com/life-style/health-fitness/health-news/chest-physiotherapy-for-clearing-airways-and-strengthening-your-lungs/photostory/82740448.cms>

### Chest physiotherapy for clearing airways and strengthening your lungs

We all know that COVID-19 causes infection in the respiratory system, leading to breathlessness and the formation of mucus. In severe infection, it can even cause pneumonia that can damage the lung tissues. This makes it crucial to take the necessary step to strengthen the lungs and clear the air passage when suffering from COVID-19 and post-infection. One of the easiest and surest ways to do it is by performing lung and breathing exercises, which is also known as chest physiotherapy. Here we will tell you about some easy exercises that you can perform at home while recovering from COVID-19. Remember to take it slow and gradually increase your number of repetitions, else it will leave you breathless. .



### Chest physiotherapy for clearing airways and strengthening your lungs

TIMESOFINDIA.COM | Last updated on Jun 1, 2021, 22:24 IST | Share | Comments (6)

01 of 17 | Some common exercises for your lungs



<https://www.greaterkashmir.com/todays-paper/physiotherapists-unsung-heroes-in-the-covid-19-battle>

## Greater Kashmir

Home Latest News Today's Paper Kashmir Opinion &

Today's Paper

### PYSIOTHERAPISTS: Unsung Heroes in the Covid 19 battle

*If physiotherapy is incorporated, mobility is achieved way faster and this will definitely have an impact on bringing down mortality rates*



Representational Image

Dr. Suhail Ahmad

Published on : 03 Jun, 2021, 11:16 pm . 3 mins read

### PYSIOTHERAPISTS: Unsung Heroes in the Covid-19 battle

The second wave of COVID 19 has been an unpredictable catastrophe for the people of India. There was excessive acute of beds, medicines, healthcare professionals and most importantly there was immense mismanagement of the already available resources in India. Physiotherapy is one such branch of modern healthcare which is still underutilized even though enough awareness has been spread over past two years in this battle against COVID. Cardiorespiratory physiotherapists can play key role as part of a multidisciplinary team experienced in critical care. The government needs to understand that physiotherapy has been a powerful weapon in all times of need. The current pandemic scenario has made us realise that in spite of modern medicine, at the end it is one's immunity by fitness or exercises that is the ultimate medicine for any unknown disease in future. Exercise is the cheapest, safest & effective medicine that needs prescription by movement scientists.

Physiotherapy must be recognized as a frontline or essential health profession during a crisis like the COVID-19 pandemic. Physiotherapists play a critical role in the treatment for all phases of COVID-19.

# ΗΛΕΚΤΡΟΝΙΚΟΣ ΤΥΠΟΣ



## ΕΠΙΛΟΓΕΣ ΑΠΟ ΤΟ ΔΙΕΘΝΗ ΤΥΠΟ

Αρ. Τεύχους 5 - Ιούλιος, Αύγουστος, Σεπτέμβριος 2021

<https://www.thestar.com/news/canada/2021/06/05/physiotherapists-remain-essential-during-the-covid-19-pandemic.html>

### Physiotherapists remain essential during the COVID-19 pandemic

While doctors have been on the frontlines saving lives during the COVID-19 pandemic, physiotherapists have been working hard to make sure those lives are worth living.

Now, registered physiotherapist (PT) and acupuncturist Andy Wang of ASAP Physio in Sudbury wants to shine a light on his profession as an essential service in the community.

Practitioners, he said, play an important role in creating healthy communities by educating and treating patients impacted by injury or illness, including COVID-19.

“Most physiotherapists are pretty humble. We don’t really get out there and promote ourselves. We have celebrated physicians, nurses, and PSWs. It’s about time for physiotherapists to go public so that people realize how important our services are,” said Wang, who is also the president of the northern district of the Ontario Physiotherapy Association

### Physiotherapists remain essential during the COVID-19 pandemic

By Colleen Romaniuk, Local Journalism Initiative Reporter The Sudbury Star  
Sat., June 5, 2021 | 4 min. read

While doctors have been on the frontlines saving lives during the COVID-19 pandemic, physiotherapists have been working hard to make sure those lives are worth living.

Now, registered physiotherapist (PT) and acupuncturist Andy Wang of ASAP Physio in Sudbury wants to shine a light on his profession as an essential service in the community.

Practitioners, he said, play an important role in creating healthy communities by educating and treating patients impacted by injury or illness, including COVID-19.

“Most physiotherapists are pretty humble. We don’t really get out there and promote ourselves. We have celebrated physicians, nurses, and PSWs. It’s about time for physiotherapists to go public so that people realize how important our services are,” said Wang, who is also the president of the northern district of the Ontario Physiotherapy Association.

“The idea is that we keep people moving and we keep people free of pain and dysfunction so they can enjoy their lives at home, at work, and at play.”

May was national physiotherapy month and practitioners across the country were celebrated for helping Canadians maintain and improve their physical wellbeing and manage and prevent injury and illness, according to the Canadian Physiotherapy Association (CPA).

As an integral part of the health-care system, PTs help their patients recover from any number of afflictions, including sports injuries and concussions, hip replacement surgery, sciatica, stroke, and cancer.

<https://www.hindustantimes.com/opinion/covid19-not-just-an-acute-infection-101623169602745.html>



### OPINION

#### Covid-19: Not just an acute infection

The post-Covid complications are proving as detrimental to the population as the acute Covid-19 illness does. The post-Covid sequelae may occur as a result of the side effect of the medications used during Covid-19 infection or due to severe immunity compromise and lung damage occurring as a result of the infection.

By Anupam Kumar Ranjan, New Delhi  
PUBLISHED ON JUN 08, 2021 10:20 PM IST



Even after 14 days of illness, many patients are experiencing severe lethargy, joint pains, chest heaviness, breathing difficulty. (AFP)

#### Covid-19: Not just an acute infection

The post-Covid complications are proving as detrimental to the population as the acute Covid-19 illness does. The post-Covid sequelae may occur as a result of the side effect of the medications used during Covid-19 infection or due to severe immunity compromise and lung damage occurring as a result of the infection.

The world is facing the biggest pandemic of the 21st century as the second wave of the coronavirus disease (Covid-19) continues to infect almost 170 million people across the globe, with numbers still counting. As the second wave of the deadly virus is beginning to recede, new post Covid-19 sequelae are coming into play.



# ΗΛΕΚΤΡΟΝΙΚΟΣ ΤΥΠΟΣ



## ΕΠΙΛΟΓΕΣ ΑΠΟ ΤΟ ΔΙΕΘΝΗ ΤΥΠΟ

Αρ. Τεύχους 5 - Ιούλιος, Αύγουστος, Σεπτέμβριος 2021

<https://www.thebetterindia.com/253378/coronavirus-covid-19-recovery-patients-chest-physiotherapy-praveen-gupta-whatsapp-viral-video-information-vid01/>

**Everything you need to know about chest physiotherapy and how to practice it answered by Dr Praveen Gupta, Director and Head of Department, Neurology, Fortis Memorial Research Institute**

This article is a part of a series by The Better India to share verified information about COVID-19 care. While several posts on various aspects of fighting COVID-19 are being circulated on social media and messaging services like WhatsApp, we urge you not to trust unverified content. To separate fact from fiction, we will be sharing the videos and content with doctors and experts and bring you their responses with scientific research-backed information.

**The Truth Behind the Chest Physiotherapy for COVID Video Circulating On WhatsApp**

Everything you need to know about chest physiotherapy and how to practice it answered by Dr Praveen Gupta, Director and Head of Department, Neurology, Fortis Memorial Research Institute.

<https://www.itv.com/news/westcountry/2021-02-16/nhs-staff-on-what-its-like-working-with-terrified-covid-patients-in-intensive-care>

### NHS staff on what it's like working with 'terrified' Covid patients in intensive care

NHS staff working in the West Country have spoken about how difficult it is to see "terrified" coronavirus patients "go through it alone".

As part of a series of video diaries, Great Western Hospital in Swindon has released footage showing a day in the life of two physiotherapists working in the hospital's intensive care unit.

Physiotherapy is really important for ventilated patients as it helps to wean them off ventilation be able to breathe on their own. The physios will also help get patients moving again after a long period in a hospital bed to get them ready to go home.

Newly-qualified respiratory physiotherapist Gemma Heaton said she's found it "quite difficult" to work through the pandemic, but rewarding to see patients recover and return home.

### NHS staff on what it's like working with 'terrified' Covid patients in intensive care

WEST COUNTRY | HEALTH | GREAT WESTERN HOSPITAL | CORONAVIRUS  
Tuesday 16 February 2021, 12:38pm



Doctors working in an Intensive Care Unit (ICU) during the pandemic.



# ΗΛΕΚΤΡΟΝΙΚΟΣ ΤΥΠΟΣ



## ΕΠΙΛΟΓΕΣ ΑΠΟ ΤΟ ΔΙΕΘΝΗ ΤΥΠΟ

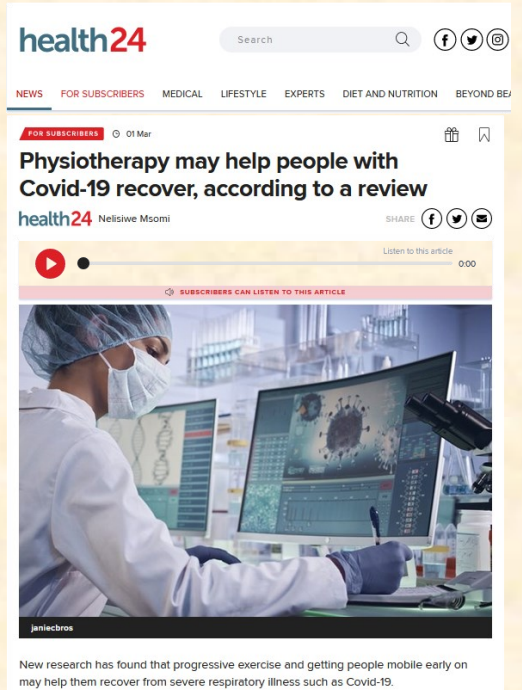
Αρ. Τεύχους 5 - Ιούλιος, Αύγουστος, Σεπτέμβριος 2021

<https://www.news24.com/health24/medical/infectious-diseases/coronavirus/physiotherapy-may-help-people-with-covid-19-recover-according-to-a-review-20210301-5>

### Physiotherapy may help people with Covid-19 recover, according to a review

New research has found that progressive exercise and getting people mobile early on may help them recover from severe respiratory illness such as Covid-19.

The study published in Physiotherapy reviewed whether rehabilitation benefitted patients who were admitted to intensive care units (ICU) or critical care with respiratory illness.



<https://www.theguardian.com/world/2021/may/30/some-long-covid-sufferers-in-england-waiting-months-for-treatment>

### Some long Covid sufferers in England waiting months for treatment

People who remain chronically ill after Covid infections in England have had to wait months for appointments and treatment at specialist clinics set up to handle the surge in patients with long Covid.

MPs called on Matt Hancock, the health secretary, to explain the lengthy waiting times and what they described as a “shameful postcode lottery” which left some patients facing delays of more than four months before being assessed at a specialist center while others were seen within days.

# ΨΥΧΑΓΩΓΙΑ



## ΝΟΣΟΚΟΜΕΙΑΚΟ ΧΙΟΥΜΟΡ

Αρ. Τεύχους 5 - Ιούλιος, Αύγουστος, Σεπτέμβριος 2021



Απάντηση Quiz προηγούμενου Τεύχους:

- β) στις έκτακτες κοιλιακές συστολές που εδώ παρουσιάζονται ως ζεύγος
- γ) στη μειωμένη καρδιακή παροχή κατά τη διάρκεια των έκτακτων κοιλιακών συστολών



**Η Σ.Ε. του ΕΤΚΑΦΑ  
εύχεται σε όλους  
Καλό Καλοκαίρι!**



*A Summer Vacation, Edward Henry Potthast, circ. 1920-25*