

# Περιεχόμενα

Πρόλογος .....	13
Ευχαριστίες .....	15
<b>1 Πνευμονική αποκατάσταση εν περιλήψει .....</b>	<b>17</b>
Ορισμός .....	17
Η θέση της πνευμονικής αποκατάστασης στις κατευθυντήριες οδηγίες της ΧΑΠ ...	17
Σημασία της πνευμονικής αποκατάστασης .....	18
Τεκμηριωμένες κατευθυντήριες οδηγίες των ACCP/AACVPR για την πνευμονική αποκατάσταση .....	18
Πνευμονική αποκατάσταση και ολοκληρωμένη φροντίδα του αναπνευστικού ασθενή .....	20
Ιστορία της πνευμονικής αποκατάστασης .....	22
Περίληψη .....	24
<b>2 Επιλογή και αξιολόγηση του υποψηφίου για πνευμονική αποκατάσταση .....</b>	<b>27</b>
Επιλογή ασθενή .....	27
Αξιολόγηση ασθενή .....	30
Δυνατότητες αποκατάστασης .....	40
Περίληψη .....	41
<b>3 Συνεργατική εκπαίδευση αυτο-διαχείρισης .....</b>	<b>43</b>
Ανάπτυξη εξατομικευμένου προγράμματος εκπαίδευσης .....	43
Εκπαιδευτικό περιεχόμενο .....	44
Περίληψη .....	54
<b>4 Αξιολόγηση και πρόγραμμα άσκησης .....</b>	<b>57</b>
Αξιολόγηση άσκησης .....	57
Δοκιμασίες βάρδισης (WDTs) .....	58

	Δοκιμασίες μέγιστης άσκησης αυξανόμενης έντασης (IMETs) .....	68
	Υπομέγιστη δοκιμασία άσκησης .....	69
	Εξοπλισμός αξιολόγησης άσκησης .....	69
	Αξιολόγηση λειτουργικής απόδοσης .....	70
	Πρόγραμμα άσκησης στη χρόνια πνευμονική πάθηση .....	71
	Αρχές του προγράμματος άσκησης .....	73
	Άσκηση άνω και κάτω άκρων .....	78
	Άσκηση ενδυνάμωσης .....	79
	Ελαστικότητα, στάση και μηχανική σώματος .....	79
	Άσκηση αναπνευστικών μυών .....	80
	Διαδικασίες έκτακτης ανάγκης .....	80
	Καταγραφή της αξιολόγησης και της θεραπευτικής συνεδρίας .....	82
	Πρόγραμμα άσκησης στο σπίτι .....	82
	Περίληψη .....	83
<b>5</b>	<b>Ψυχοκοινωνική αξιολόγηση και παρέμβαση</b> .....	<b>89</b>
	Κυρίαρχα ψυχοκοινωνικά προβλήματα .....	89
	Εκτίμηση ψυχοκοινωνικών προβλημάτων .....	91
	Παρεμβάσεις για τα ψυχοκοινωνικά προβλήματα .....	97
	Παρεμβάσεις για άλλα ψυχοκοινωνικά προβλήματα .....	99
	Περίληψη .....	105
<b>6</b>	<b>Αποτελέσματα με επίκεντρο τον ασθενή</b> .....	<b>109</b>
	Χρονικά σημεία μέτρησης και ανάλυση αποτελεσμάτων .....	110
	Συνήθεις μετρήσεις αποτελεσμάτων .....	111
	Περίληψη .....	120
<b>7</b>	<b>Προσεγγίσεις της πνευμονικής αποκατάστασης για συγκεκριμένες παθήσεις</b> .....	<b>123</b>
	Άσθμα .....	124
	Κυστική ίνωση .....	127
	Βρογχεκτασίες χωρίς κυστική ίνωση .....	130
	Διάμεση πνευμονική νόσος .....	131
	Αναπνευστικές διαταραχές σχετιζόμενες με την παχυσαρκία .....	136
	Πνευμονική υπέρταση .....	139
	Διαταραχές θωρακικού κλωβού και νευρομυϊκές διαταραχές .....	143
	Καρκίνος πνεύμονα .....	146
	Πνευμονική αποκατάσταση και χειρουργημένος ασθενής .....	147
	Χειρουργείο μείωσης πνευμονικού όγκου .....	148
	Μεταμόσχευση πνεύμονα .....	150
	Ασθενείς με συνυπάρχουσες αναπνευστική και καρδιακή πάθηση .....	154
	Περίληψη .....	155

<b>8</b>	<b>Διαχείριση προγράμματος</b> .....	165
	Διεπιστημονική ομάδα .....	165
	Περιεχόμενο και δομή του προγράμματος .....	170
	Διοικητικά θέματα στη διαχείριση του προγράμματος .....	172
	Συντήρηση μετά την αποκατάσταση .....	177
	Στρατηγικές για την επιτυχία του προγράμματος .....	178
	Περίληψη .....	178
	Παράρτημα Α: Φόρμες, ερωτηματολόγια και αξιολογήσεις .....	179
	Παράρτημα Β: Ανακοίνωση της Αμερικανικής Εταιρείας Θώρακα: Κατευθυντήριες οδηγίες για την εξάλειψη δοκιμασία βάρδισης ...	203
	Παράρτημα Γ: Κατευθυντήριες οδηγίες κλινικής ικανότητας για επαγγελματίες πνευμονικής αποκατάστασης .....	217
	Παράρτημα Δ: Παραδείγματα προγραμμάτων πνευμονικής αποκατάστασης 2, 3 και 5 ημερών την εβδομάδα .....	227
	Παράρτημα Ε: Παράδειγμα τυπικής υποδομής πνευμονικής αποκατάστασης .....	231
	Παράρτημα ΣΤ: Αξιολόγηση δεξιοτήτων και ικανότητας πνευμονικής αποκατάστασης .....	233