

Πρόλογος

Η πνευμονική αποκατάσταση έχει στοιχεία αρχικής και συνεχιζόμενης αξιολόγησης, συνεργατικής εκπαίδευσης αυτο-διαχείρισης, άσκησης, ψυχοκοινωνικής υποστήριξης και μετρήσεων αποτελεσμάτων. Ο στόχος μας ήταν να δημιουργήσουμε ένα εγχειρίδιο που θα απευθύνεται σε επαγγελματίες που θα θέλουν να ενσωματώσουν όλα αυτά τα στοιχεία σε ένα αναλυτικό πρόγραμμα. Πιο συγκεκριμένα, απευθυνόμαστε σε όσους θέλουν να μάθουν τι είναι η πνευμονική αποκατάσταση, σε όσους ξεκινούν ένα πρόγραμμα πνευμονικής αποκατάστασης και όσους επιθυμούν να επικαιροποιήσουν και να βελτιώσουν τα υπάρχοντα προγράμματά τους ώστε να πληρούν τους όρους πιστοποίησης της AACVPR.

Η πνευμονική αποκατάσταση δεν είναι μια θεραπεία με «ίδιες παραμέτρους για όλες τις περιπτώσεις» των ασθενών με χρόνια αναπνευστική πάθηση. Αντίθετα, είναι προσαρμοσμένη στα ιδιαίτερα προβλήματα και στις ιδιαίτερες ανάγκες του αναπνευστικού ασθενή, απαιτώντας ενεργό συνεργασία μεταξύ του ασθενή και της διεπιστημονικής ομάδας των επαγγελματιών. Συχνά, η οικογένεια του ασθενή ή οι φίλοι που ενδιαφέρονται συμμετέχουν σε αυτή τη συνεργασία. Η πνευμονική αποκατάσταση, όπως εφαρμόζεται σήμερα, βασίζεται σε μια ολοένα αυξανόμενη βάση επιστημονικής τεκμηρίωσης, η οποία συμπληρώνεται από τη γνώμη των ειδικών σε τομείς όπου χρειάζο-

νται εστιασμένες κλινικές δοκιμές. Από αυτές τις θεωρήσεις προκύπτει η ανάγκη για πρακτικές κατευθυντήριες οδηγίες για τη βέλτιστη εφαρμογή της σύνθετης και εξελισσόμενης παρέμβασης της πνευμονικής αποκατάστασης. Οι κατευθυντήριες αυτές οδηγίες έχουν σκοπό να επικαιροποιήσουν τις Κατευθυντήριες Οδηγίες για τα Προγράμματα Πνευμονικής Αποκατάστασης που δημοσιεύτηκαν το 2004 (*Guidelines for Pulmonary Rehabilitation Programs, Third Edition*). Από το 2004 η επιστήμη της πνευμονικής αποκατάστασης έχει προχωρήσει σημαντικά, η εφαρμογή της έχει επεκταθεί, η πιστοποίηση των προγραμμάτων έχει γίνει όλο και πιο σημαντική και η χρηματική αποζημίωση έχει αλλάξει: επομένως, έχει προκύψει η ανάγκη για νέες κατευθυντήριες οδηγίες.

Αρκετοί επαγγελματίες με εμπειρία και εξειδίκευση στην πνευμονική αποκατάσταση εργάστηκαν για τη δημιουργία του εγχειριδίου αυτού. Όπως η πνευμονική αποκατάσταση, έτσι και αυτό στηρίχτηκε στη συνεργατική προσπάθεια, με συνεισφορές από τη νοσηλευτική, την ιατρική, τη φυσικοθεραπεία, την αναπνευστική θεραπεία και τη φυσιολογία της άσκησης.

Αυτή η επίπονη προσπάθεια έχει σκοπό να παρουσιάσει την καλύτερη κλινική εφαρμογή για την πνευμονική αποκατάσταση με βάση την τρέχουσα επιστημονική τεκμηρίωση και την εξειδικευμένη γνώση. Σκοπίμως δεν παρέχουμε μια επιστημονικά τεκμηριωμένη ανασκόπη-

ση της πνευμονικής αποκατάστασης. Η λεπτομερειακή προσέγγισή μας συμπληρώνει άλλα σημαντικά εγχειρίδια, όπως οι Κοινές Επιστημονικά Τεκμηριωμένες Κλινικές Κατευθυντήριες Οδηγίες του Αμερικανικού Συλλόγου Πνευμονολόγων (American College of Chest Physicians – ACCP) και της Αμερικανικής Εταιρείας Καρδιαγγειακής και Πνευμονικής Αποκατάστασης (American Association of Cardiovascular and Pulmonary Rehabilitation – AACVPR) και η Ανακοίνωση για την Πνευμονική Αποκατάσταση της Αμερικανικής Εταιρείας Θώρακα (American Thoracic Society – ATS) και της Ευρωπαϊκής Πνευμονολογικής Εταιρείας (European Respiratory Society – ERS).

ΠΡΟΤΕΙΝΟΜΕΝΕΣ ΣΥΜΠΛΗΡΩΜΑΤΙΚΕΣ ΠΗΓΕΣ

Όσοι σχεδιάζουν να εφαρμόσουν ένα πρόγραμμα πνευμονικής αποκατάστασης (ή να κάνουν προσθήκες στο υπάρχον πρόγραμμά τους) μπορούν εύκολα να έχουν πρόσβαση σε ορισμένες σημαντικές ιστοσελίδες, σε κατευθυντήριες οδηγίες και σε ανασκοπήσεις της πνευμονικής αποκατάστασης. Όλα τα παραπάνω συμπληρώνουν τις παρούσες κατευθυντήριες οδηγίες. Μερικά από αυτά τα εγχειρίδια παρατίθεται παρακάτω.

Η ιστοσελίδα της AACVPR www.aacvpr.org παρέχει πληροφορίες για πόρους, δημοσιεύσεις, εκδηλώσεις, τις ετήσιες συναντήσεις, καθώς επίσης πληροφορίες για την πολιτική και την αποζημίωση σχετικά με την καρδιακή και την πνευμονική αποκατάσταση.

Hodgkin, J.E., Celli B.R., & Connors G.A. 2008. *Pulmonary Rehabilitation: Guidelines to Success Mosby*, 4 Edition (September 26). Αυτό το βιβλίο των 592 σελίδων αποτελεί ανασκόπηση της πνευμονικής αποκατάστασης.

Ries A.L., et al., 2007. "Pulmonary Rehabilitation. Joint ACCP/AACVPR Evidence Based Clinical Guidelines". *Chest*, 131: 4S-42S. Πρόκειται για επιστημονικά τεκμηριωμένη συστηματική ανασκόπηση της ιατρικής βιβλιογραφίας για την πνευμονική αποκατάσταση, η οποία επικαιροποιεί ένα εγχειρίδιο του 1997. Η περίληψή της αναπαράγεται στο κεφάλαιο 1. Αυτό το άρθρο μπορεί να ανακτηθεί από την ιστοσελίδα www.chestjournal.org.

Nici L., et al., 2006). "American Thoracic Society/European Respiratory Society Statement on Pulmonary Rehabilitation". *Amer J Respir Crit Care Med*, 173: 1390-1413. Το άρθρο αυτό μπορεί να ανακτηθεί δωρεάν από την ιστοσελίδα της ATS: www.thoracic.org. Παρέχει μια στερεή επιστημονική ανασκόπηση της πνευμονικής αποκατάστασης από μια διεθνή επιτροπή.

Troosters T. et al., 2005. "Pulmonary rehabilitation in chronic obstructive pulmonary diseases". *Amer J Resir Crit Care Med*, 172: 19-38. Αυτή η ανασκόπηση της πνευμονικής αποκατάστασης μπορεί να ανακτηθεί στην ιστοσελίδα: <http://ajrccm.atsjournals.org/cgi/content/full/172/1/19>

Η ιστοσελίδα της ATS www.thoracic.org/sections/clinical-information/pulmonary-rehabilitation/index.html αναφέρεται στην πνευμονική αποκατάσταση και παρέχει πληροφορίες για τους ασθενείς, πληροφορίες για τους επαγγελματίες και πρόσβαση σε ανακοινώσεις δημοσιεύσεων.