

# ΙΑΤΡΙΚΗ ΑΠΟΚΑΤΑΣΤΑΣΗ και άτομα με ΣΚΛΗΡΥΝΣΗ κατά ΠΛΑΚΑΣ



Δρ Κυριακή ΣΤΑΘΗ  
Ιατρός Αποκατάστασης - European Board Certified

**Αναζητώντας την ΑΙΣΘΗΤΙΚΗ της ΑΝΑΠΗΡΙΑΣ  
αναρωτιέται κανείς αν τελικά  
η ΑΙΣΘΗΤΙΚΗ μας είναι ΑΝΑΠΗΡΗ**



Αναδρομή στην  
ιστορία των λέξεων



Αναδρομή στην ιστορία  
του πολιτισμού

# ΑΝΑΠΗΡΙΑ

- Handicap (*hand in the cap*)  
«κλείσιμο» στοιχήματος στις ιπποδρομίες  
☞ P. LAROUSSE (1873)
- Handicap  
*τυχερό παιγνίδι στο περιθώριο των ιπποδρομιών*  
☞ E. LITTRE (1877)
- Handicap  
*παιγνίδι ίσων ευκαιριών στις ιπποδρομίες*  
☞ P. LAROUSSE (1873)

**Ο τρόπος, που μια οργανωμένη  
κοινωνία αντιμετωπίζει τους  
ανάπηρους πολίτες της, αποτελεί  
μέτρο του επίπεδου πολιτισμού της**

**Ο πολιτισμός εκφράζεται με λέξεις**

# ΥΓΕΙΑ - ΑΝΑΠΗΡΙΑ

- Ιατροκοινωνικός Ορισμός στον τομέα της αποκατάστασης
  - *Δεν υπάρχει απ' ευθείας σύνδεση μεταξύ της νόσου και της αναπηρίας*
  - **Θεραπεία / Πρόληψη της αναπηρίας σημαίνει και κοινωνική παρέμβαση**
- **I.C.I.D.H. - Council of Europe (1992)**

# I.C.F. (2001)

➤ *μετά από πιέσεις του Παγκόσμιου Αναπηρικού Κινήματος*

- Συνδεδεμένο με το Σύστημα Ταξινόμησης των ασθενειών
- Δημιουργία «πυρηνικών ομάδων» **ταξινόμησης της λειτουργικότητας**
- Εναρμόνιση των ήδη χρησιμοποιούμενων λειτουργικών κλιμάκων (π.χ. F.I.M.)
- Έλεγχος εγκυρότητας (ομάδες ειδικών από Γερμανία, Αυστρία, Ελβετία)

# ΣΚΛΗΡΥΝΣΗ ΚΑΤΑ ΠΛΑΚΑΣ - Σ.Κ.Π. *MULTIPLE SCLEROSIS - M.S.*

Η Σκλήρυνση Κατά Πλάκας (Σ.Κ.Π.) είναι μια **εκφυλιστική** νόσος του νευρικού συστήματος, που χαρακτηρίζεται από **πλάκες απομυελίνωσης**.

Η αιτιολογία της είναι κατ' αρχήν άγνωστη :

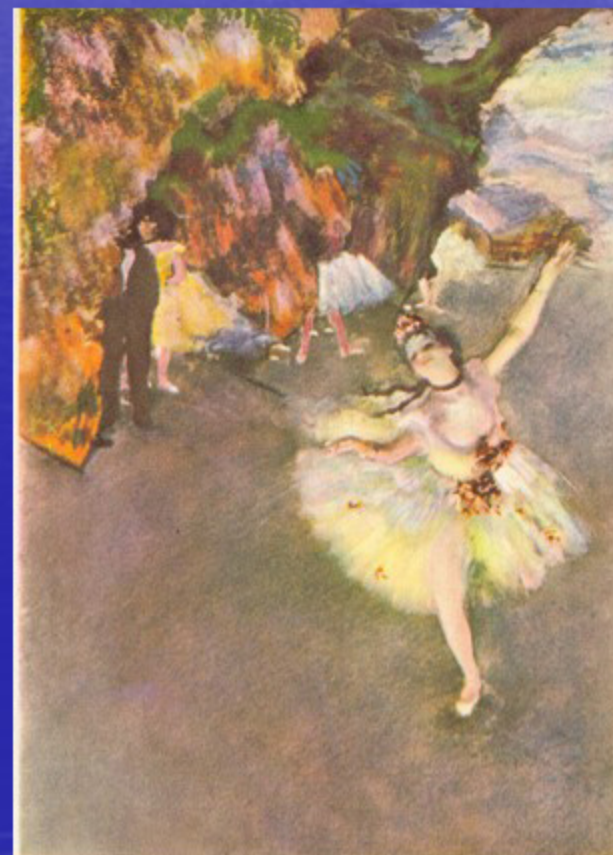
- υποθέσεις για ανοσολογική αρχή
- υποθέσεις για γενετική αρχή

Κλινικό χαρακτηριστικό της : **Ω Σ Ε Ι Σ**

Στη διαδρομή της στο χρόνο μπορεί να οδηγήσει σε **ΑΝΑΠΗΡΙΑ**

# Κινητικά Πρότυπα

(εγγραφή – ανάκληση – εκτέλεση – αναστολή)

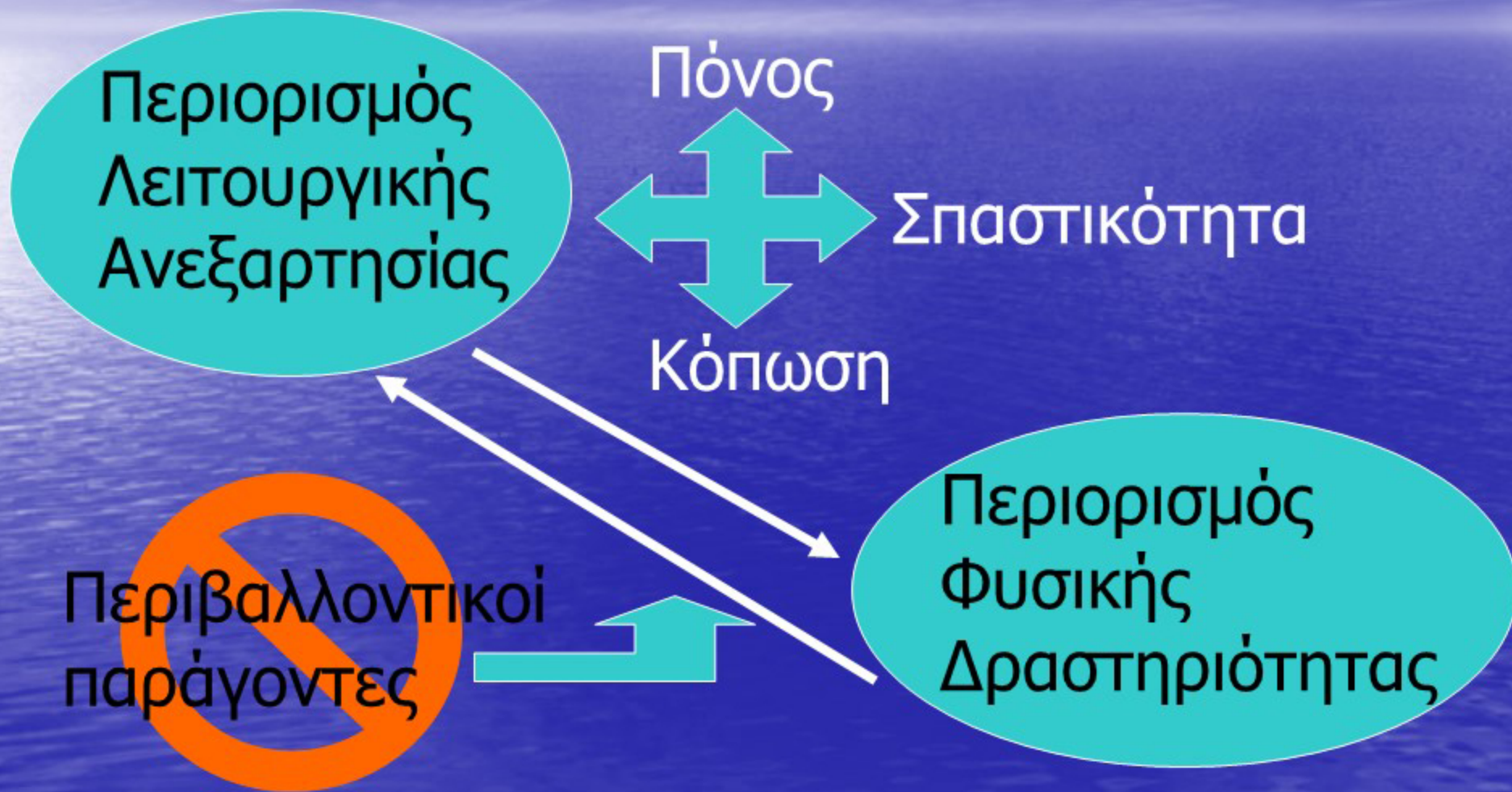


- Ρήγματα στον κορμό της κινητικής διαδικασίας



# ΦΑΥΛΟΣ ΚΥΚΛΟΣ της Σ.Κ.Π. / M.S.

## Αποτελέσματα της Νευρολογικής Βλάβης



**Νευρολογική Βλάβη → Κινητικά Ελλείμματα**



## ΠΕΡΙΟΡΙΣΜΟΣ ΦΥΣΙΚΗΣ ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΑΣ

**ΜΕ ΣΥΝΕΤΠΕΙΕΣ :**

- Μείωση Αερόβιας Ικανότητας
- Μείωση Μυϊκής Ισχύος - Αντοχής
- Μείωση Εύρους Κίνησης Αρθρώσεων
- Μείωση Χρόνου Αντίδρασης
- Διαταραχή Ισορροπίας
- Σοβαρός Περιορισμός **ΛΕΙΤΟΥΡΓΙΚΗΣ ΑΝΕΞΑΡΤΗΣΙΑΣ**

# **ΣΥΝΟΔΑ προβλήματα** **εξ αιτίας της ΓΗΡΑΝΣΗΣ** **που επηρεάζουν την κινητικότητα**

- **Αρθροπάθεια Γονάτων – Ισχίων**
- **Μειωμένη ελαστικότητα των ιστών - Συγκάμψεις**
- **Οστεοπόρωση**
- **Αυξημένη Συχνότητα Πτώσεων**
- **Αγγειακό Εγκεφαλικό Επεισόδιο**
- **Περιφερική Αγγειοπάθεια**
- **Σπονδυλική Στένωση**

# ΣΚΛΗΡΥΝΣΗ ΚΑΤΑ ΠΛΑΚΑΣ - Σ.Κ.Π. *MULTIPLE SCLEROSIS - M.S.*

- Η νευρο-φυσιολογική και η φαρμακολογική έρευνα στοχεύουν στην αναζήτηση και αντιμετώπιση της ΑΙΤΙΟ-ΠΑΘΟΓΕΝΕΙΑΣ της ΝΟΣΟΥ
- Η ιατρική αποκατάσταση αντιμετωπίζοντας τις συνέπειες των νευρολογικών ελλειμμάτων & μειώνοντας την επίδραση των επιπλοκών στοχεύει στον περιορισμό της ΑΝΑΠΗΡΙΑΣ

# Σχεδιάζοντας Πρόγραμμα Αποκατάστασης

## ΙΑΤΡΟΣ ΑΠΟΚΑΤΑΣΤΑΣΗΣ

Ο ιατρός Φ.Ι.Απ. είναι ο ειδικός που έχει ως ρόλο το **συντονισμό** και την **εξασφάλιση της εφαρμογής** όλων των μέτρων για την πρόληψη και την ελαχιστοποίηση των αναπόφευκτων λειτουργικών, φυσικών, ψυχολογικών, κοινωνικών και οικονομικών συνεπειών των ελλειμμάτων και των ανικανοτήτων.

*Ορισμός της Φ.Ι.Απ. από την Ευρωπαϊκή Ένωση  
Physical & Rehabilitation Medicine (P.R.M.)*

# Σχεδιάζοντας Πρόγραμμα Αποκατάστασης

## ΣΤΟΧΟΙ

- ☞ είναι η ΔΙΑΤΗΡΗΣΗ:
  - των Λειτουργικών Ικανοτήτων
  - της Λειτουργικής Ανεξαρτησίας
  - της Αυτοεκτίμησης
- ☞ είναι η ΕΥΧΑΡΙΣΤΗΣΗ της ΣΥΜΜΕΤΟΧΗΣ

☞ J.H. RIMMER, 2002

☞ M. TRAN, et all, 2003

☞ L. LECHOWSKI, et all, 2003

# Σχεδιάζοντας Πρόγραμμα Αποκατάστασης

**ΠΡΟΑΠΑΙΤΟΥΜΕΝΑ** είναι η **ΕΚΤΙΜΗΣΗ**

- Ελλειμμάτων
- Συνοδών προβλημάτων
  - Καρδιαγγειακής Λειτουργίας
  - Αναπνευστικής Επάρκειας
  - Ορίων Φόρτισης των Αρθρώσεων
  - Ανάγκη προστασίας από μυϊκό κάματο

η **ΕΝΕΡΓΟΠΟΙΗΣΗ** και ο **ΣΥΝΤΟΝΙΣΜΟΣ**  
της Ομάδας Αποκατάστασης

# ΟΜΑΔΑ ΑΠΟΚΑΤΑΣΤΑΣΗΣ





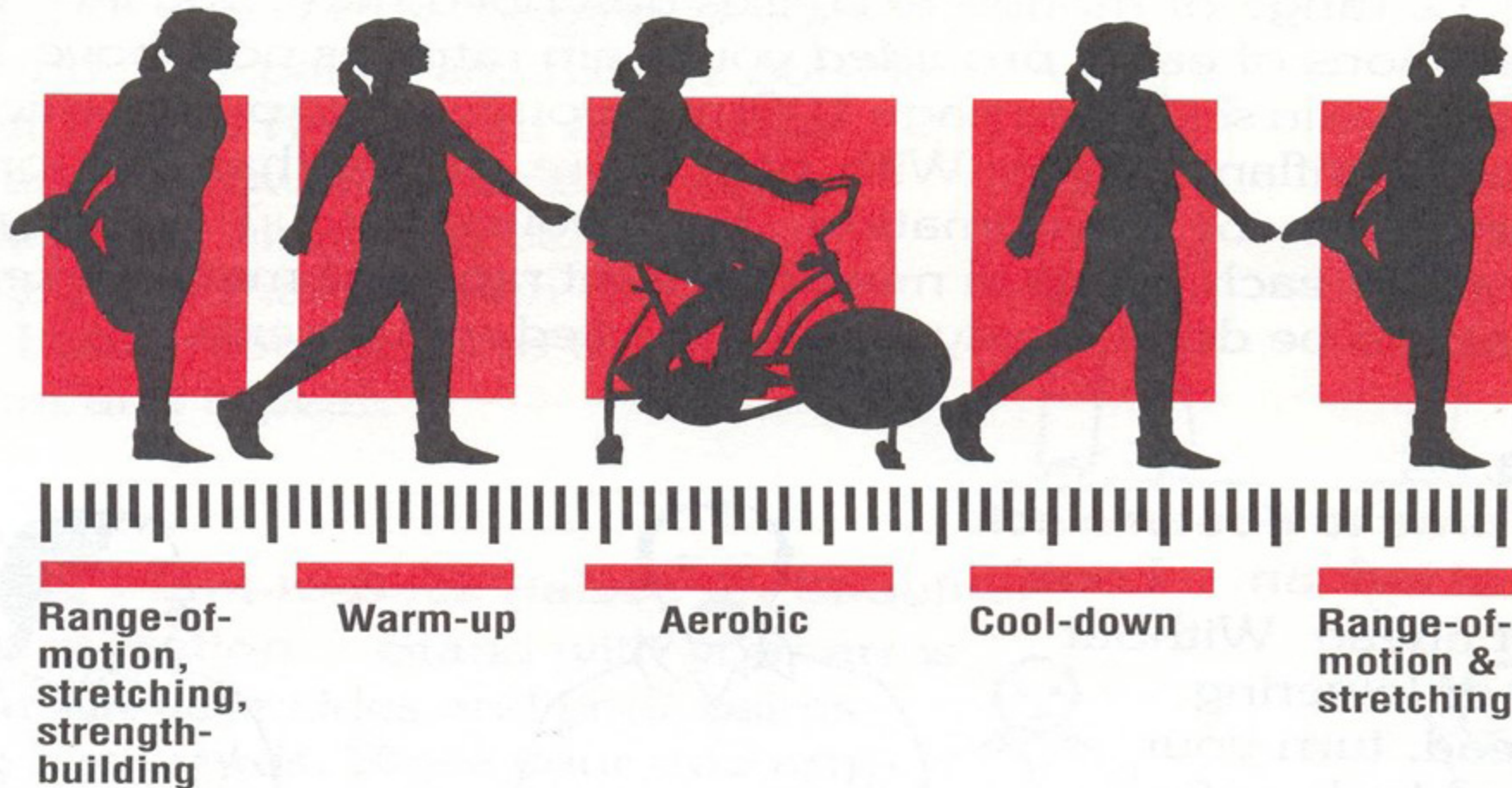
# M.S.- Πρόγραμμα Αποκατάστασης

ΔΙΑΤΑΡΑΧΗ	ΣΗΜΕΙΑ	ΕΚΤΙΜΗΣΗ	ΑΝΤΙΜΕΤΩΠΙΣΗ
➤ κινητική	αντίστοιχο έλλειμμα	• Test Μυϊκής Ισχύος	✓ Συμπτωματική Φαρμακευτική Αγωγή
➤ αισθη/ακή		• Οπτικά Πεδία	
➤ ουρολογική		• Ουροδ/κός ελεγχος	✓ Πρόγραμμα Φυσικής Κατάστασης

✓ Το πρόγραμμα είναι **ΑΥΣΤΗΡΑ ΕΞΑΤΟΜΙΚΕΥΜΕΝΟ**

*Κανένα άτομο με Σ.Κ.Π. δεν είναι ίδιο με ένα άλλο*

# Πρόγραμμα Κινητικής Αποκατάστασης



- **Νευρολογική επανεκπαίδευση πρότυπου κίνησης**
- **Σεβασμός στο ΟΡΙΟ ΚΟΠΩΣΗΣ**

# Οφέλη από τη ΦΥΣΙΚΗ ΑΣΚΗΣΗ

- Βελτίωση ΧΡΟΝΟΥ ΑΝΤΙΔΡΑΣΗΣ
- Προαγωγή ΑΝΩΤΕΡΩΝ ΝΟΗΤΙΚΩΝ Λειτουργιών
- Βελτίωση της ΑΥΤΟΕΚΤΙΜΗΣΗΣ
- Έλεγχος STRESS - Αντιμετώπιση ΚΑΤΑΘΛΙΨΗΣ
- Προαγωγή ΨΥΧΙΚΗΣ ΕΥΕΞΙΑΣ
- Ανάπτυξη ΓΝΩΣΙΑΚΩΝ ΛΕΙΤΟΥΡΓΙΩΝ
- Εξισορρόπηση ΣΥΝΑΙΣΘΗΜΑΤΙΚΩΝ ΛΕΙΤΟΥΡΓΙΩΝ

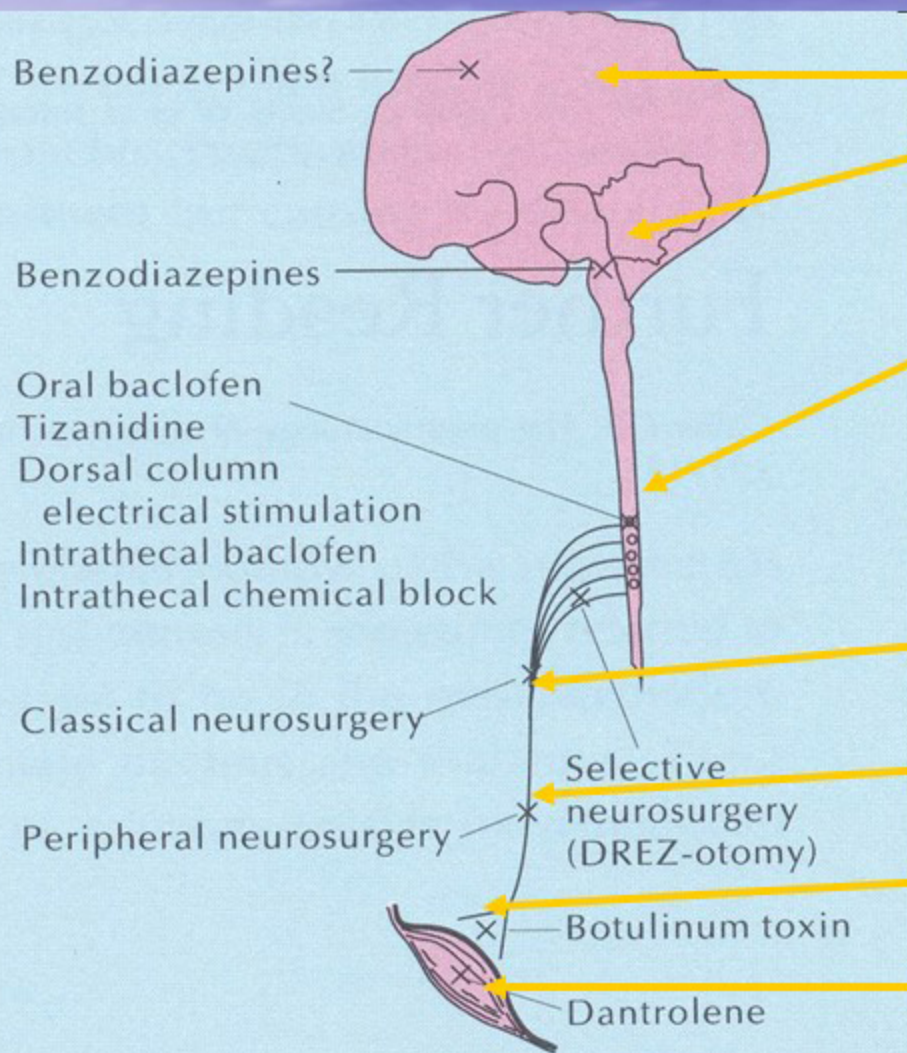
☞ *G. GRIMBY, et all., 1992*

☞ *E. W. MARTINSEN, 1990*

☞ *Mc AULEY, RUDOLPH, 1995*

# M.S.- Πρόγραμμα Αποκατάστασης

## Αντιμετώπιση της ΣΠΑΣΤΙΚΟΤΗΤΑΣ



**Βενζοδιαζεπίνες**

- **Αντλία Χημικών block**
- **Αντλία Baclofen**
- **Ηλεκτρικός Ερεθισμός**

**Εκλεκτική ριζεκτομή**

**Περιφερική νευρεκτομή**

■ **Αλλαντική τοξίνη**

■ **Ντανρτολαίνη**

# **M.S.- Πρόγραμμα Αποκατάστασης**

## **Αντιμετώπιση της ΣΠΑΣΤΙΚΟΤΗΤΑΣ**

- **Σωστές ΘΕΣΕΙΣ**
- **Αποφυγή ΕΡΕΘΙΣΤΙΚΩΝ ΠΑΡΑΓΟΝΤΩΝ**
- **ΠΑΡΕΜΒΑΣΗ**
  - **Φυσικά Μέσα**
  - **Τεχνικές Επανεκπαίδευσης - Αναχαίτισης**
  - **Νάρθηκες**
  - **H.M.G.-Biofeedback**

# M.S.- Πρόγραμμα Αποκατάστασης

ΔΙΑΤΑΡΑΧΗ	ΣΗΜΕΙΑ	ΕΚΤΙΜΗΣΗ	ΑΝΤΙΜΕΤΩΠΙΣΗ
<ul style="list-style-type: none"><li>➤ περιορισμοί μετακίνησης</li><li>➤ λειτουργικοί περιορισμοί άνω άκρου</li><li>➤ περιορισμοί ελέγχου σφιγκτήρων</li></ul>	αντί/χες ανικανότητες	<ul style="list-style-type: none"><li>• E.D.S.S. &gt; 4</li><li>• F.I.M.</li><li>• Ουροδ/κός έλεγχος</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>✓ Λειτουργική Επανεκπαίδευση</li><li>✓ Λειτουργική Επανεκπαίδευση</li><li>✓ Πρόγραμμα Φυσικής Κατάστασης</li><li>✓ Επανεκπαίδευση κύστης / ορθού</li></ul>

✓ Το πρόγραμμα είναι **ΑΥΣΤΗΡΑ ΕΞΑΤΟΜΙΚΕΥΜΕΝΟ**

Κανένα άτομο με Σ.Κ.Π. δεν είναι ίδιο με ένα άλλο

# Παρεμβάσεις στο σχεδιασμό Προγράμματος Αποκατάστασης

## ΕΡΓΟΘΕΡΑΠΕΥΤΙΚΗ

- ✓ Οργάνωση περιβάλλοντος (πρόληψη, διευκόλυνση)
- ✓ Δραστηριότητες καθημερινής ζωής
- ✓ Εκπαίδευση των φροντιστών

## ΛΟΓΟΘΕΡΑΠΕΥΤΙΚΗ

- ✓ Αντιμέτωπιση διαταραχών λόγου – επικοινωνίας
- ✓ Αντιμέτωπιση διαταραχών κατάποσης
- ✓ Εκπαίδευση των φροντιστών

# Παρεμβάσεις στο σχεδιασμό Προγράμματος Αποκατάστασης

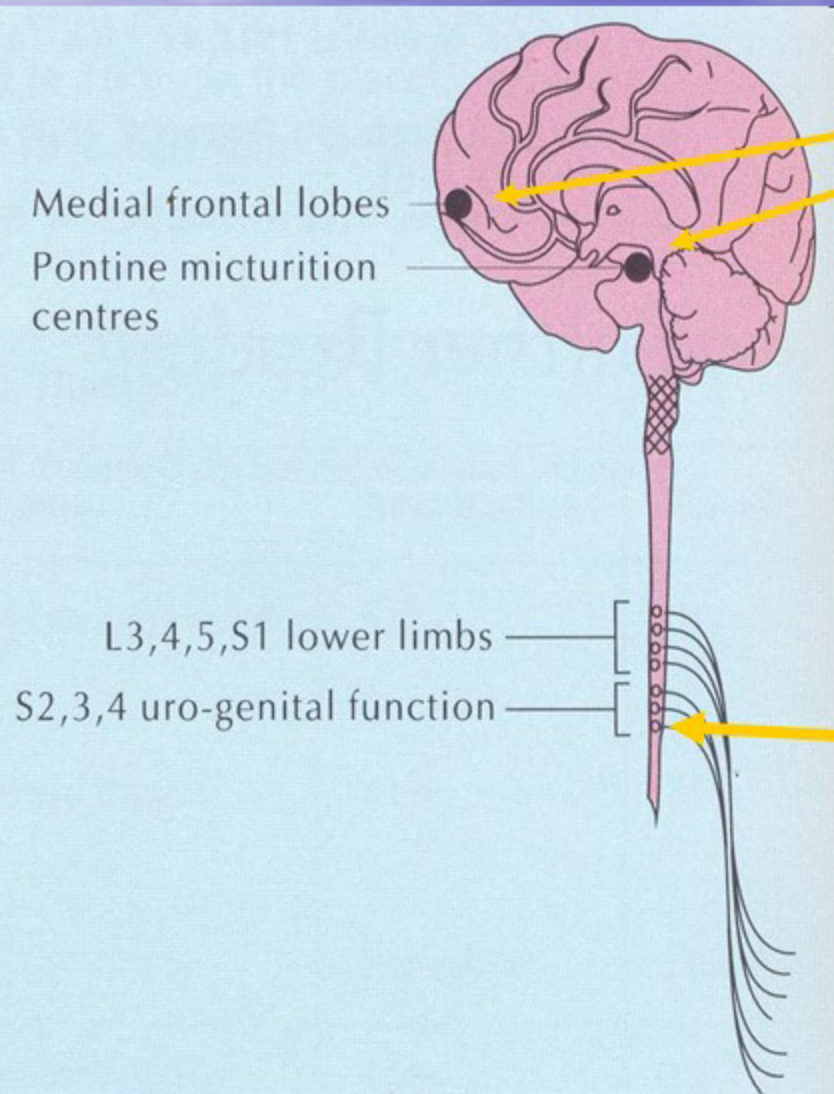
## ΒΟΗΘΗΜΑΤΑ

- ☞ **ΝΑΙ** στην τεχνολογική εξέλιξη
- ☞ **ΌΧΙ** στην άρνηση - παραίτηση
- ☞ **ΌΧΙ** σε βοηθήματα που καταλήγουν άχρηστα (στη ντουλάπα) ή αλλάζουν χρήση (μετατρέπονται σε κρεμάστρα, κ.α.)
- ☞ Διατήρηση της όρθιας στάσης / ασφαλούς βάδισης όσο περισσότερο γίνεται
- ☞ Από την «επικίνδυνη» βάδιση προτιμότερη η μετακίνηση με αναπηρικό αμαξίδιο



# M.S.- Πρόγραμμα Αποκατάστασης

## Αντιμετώπιση ΟΡΘΟΚΥΣΤΙΚΩΝ ΔΙΑΤΑΡΑΧΩΝ



**ΑΝΩΤΕΡΑ ΚΕΝΤΡΑ**

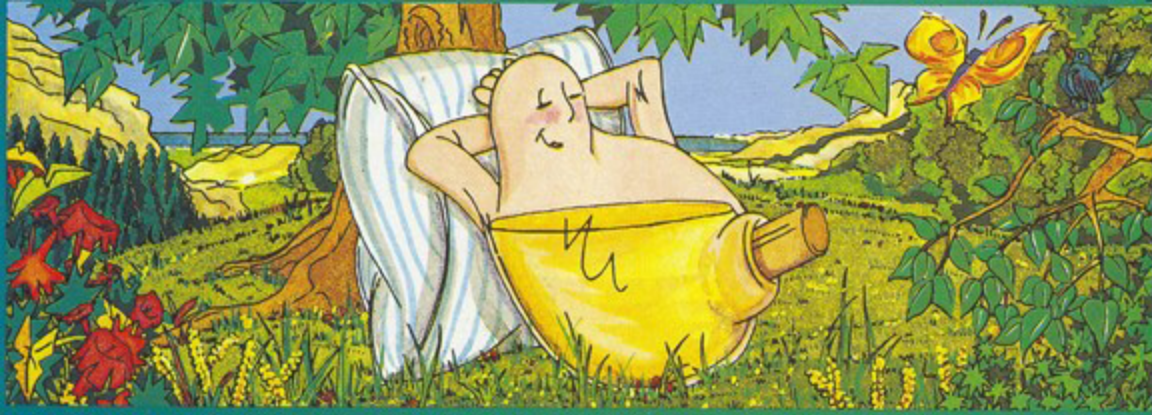
**ΕΛΕΓΧΟΣ  
ΟΡΘΟΚΥΣΤΙΚΗΣ &  
ΣΕΞΟΥΑΛΙΚΗΣ  
ΛΕΙΤΟΥΡΓΙΑΣ**

**ΙΕΡΑ ΚΕΝΤΡΑ : 12, 13, 14**

# M.S.- Πρόγραμμα Αποκατάστασης

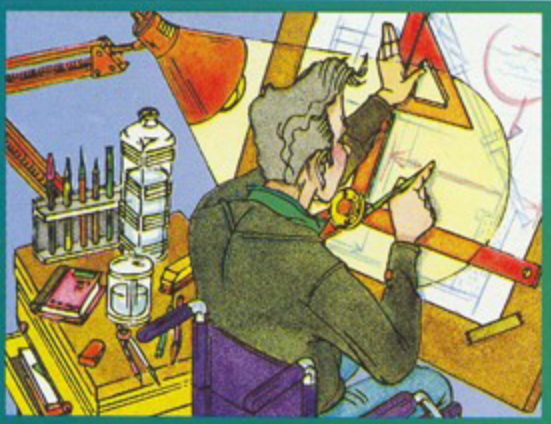
## Αντιμετώπιση ΟΡΘΟΚΥΣΤΙΚΩΝ ΔΙΑΤΑΡΑΧΩΝ

- Ουροδυναμικός έλεγχος
- Τακτικός έλεγχος και παρακολούθηση ουροποιητικού συστήματος και νεφρικής λειτουργίας
- Φαρμακευτική αγωγή
- Διαλείποντες αυτοκαθητηριασμοί
- Οδηγίες για τη «ΦΡΟΝΤΙΔΑ ΚΥΣΤΗΣ»
- Οδηγίες για τη «ΦΡΟΝΤΙΔΑ ΟΡΘΟΥ»



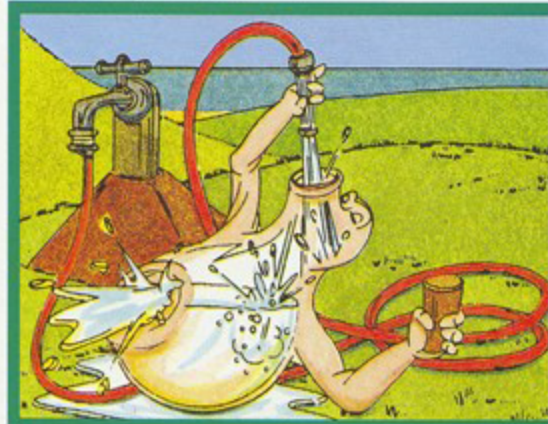
Ma vessie et ses copains mes reins :

Η κύστη μου κι οι νεφροί μου, τὰ νεφρά μου :



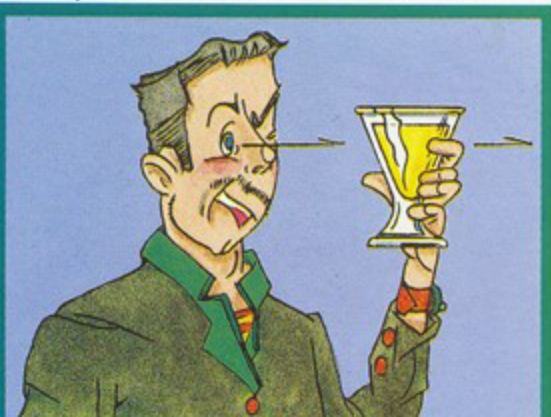
pour eux, il faut boire ;

γι' αυτοὺς, πρέπει νὰ πίνω



boire et éliminer.

νὰ πίνω κι νὰ ἀδειάζω



# ΦΡΟΝΤΙΔΑ ΚΥΣΤΗΣ



Menus équilibrés,  
ισορροπημένα γεύματα



# ΦΡΟΝΤΙΔΑ ΟΡΘΟΥ

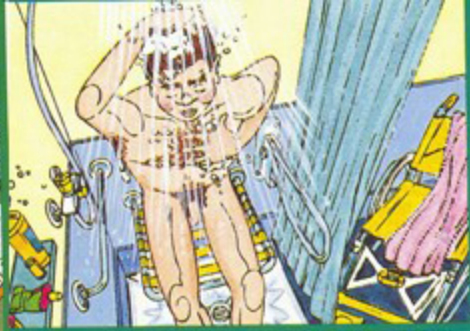
# Παρεμβάσεις στο σχεδιασμό Προγράμματος Αποκατάστασης

## ΝΟΣΗΛΕΥΤΙΚΗ

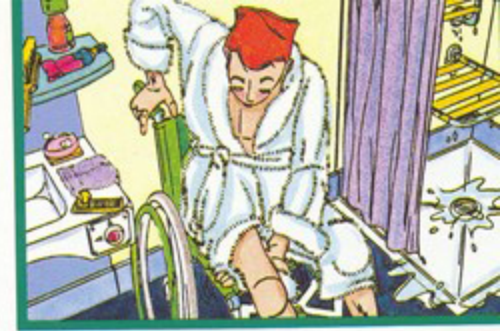
- ✓ Φροντίδα προσωπικής υγιεινής
- ✓ Επίβλεψη διατροφής, λήψης φαρμακευτικής αγωγής
- ✓ Πρόληψη κατακλίσεων
- ✓ Συνθήκες ασφάλειας
- ✓ Εκπαίδευση - Υποστήριξη των φροντιστών



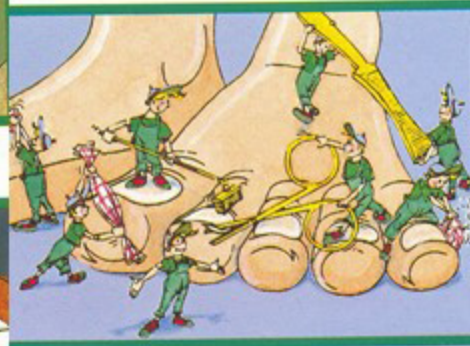
Coup d'œil matin et soir, espoir.



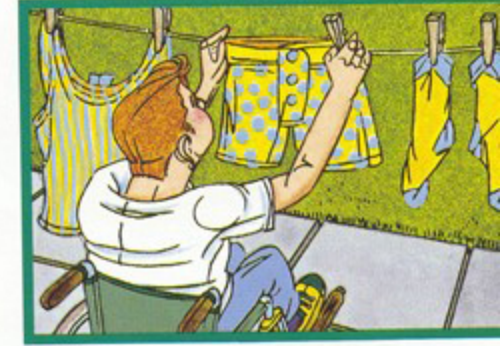
Avec entrain  
Φροντιζοντας



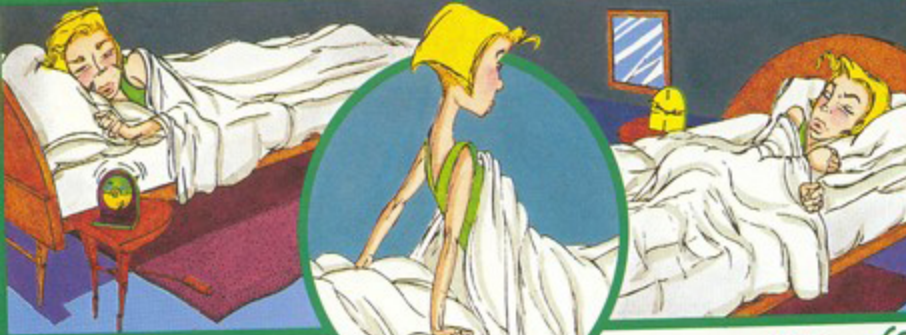
et minutie  
εχολαβτιυα



jusqu'au bout des pieds.  
αν'τη μορφη ως τα ρυχια



Au large,  
Με φαρδια



# DRING



- Φροντίδα προσωπικής υγιεινής
- Πρόληψη κατακλίσεων

# M.S.- Πρόγραμμα Αποκατάστασης

## Αντιμετώπιση ΣΕΞΟΥΑΛΙΚΩΝ ΔΙΑΤΑΡΑΧΩΝ

- Έλεγχος
- Φαρμακευτική αγωγή
- Βοηθήματα
- Οδηγίες – Επανεκπαίδευση - Υποστήριξη

# Παρεμβάσεις στο σχεδιασμό Προγράμματος Αποκατάστασης

## ΨΥΧΟΛΟΓΙΚΗ

- ✓ Ενεργοποίηση αμυντικών μηχανισμών (π.χ. χιούμορ)
- ✓ Ενθάρρυνση της συμμετοχής – Ενίσχυση αυτοεκτίμησης
- ✓ Εκπαίδευση - Υποστήριξη των φροντιστών

## ΨΥΧΙΑΤΡΙΚΗ

- ✓ Φαρμακευτική αγωγή
- ✓ Εκπαίδευση - Υποστήριξη των φροντιστών

*Η Ψ-παρέμβαση πρέπει να ξεκινάει από την πρώτη στιγμή της διάγνωσης και συνεχίζεται ...*



# M.S.- Πρόγραμμα Αποκατάστασης

ΔΙΑΤΑΡΑΧΗ	ΣΗΜΕΙΑ	ΕΚΤΙΜΗΣΗ	ΑΝΤΙΜΕΤΩΠΙΣΗ
➤ κινήτική	Προβλήματα στο ΠΕΡΙΒΑΛΛΟΝ :	• οικογενειακή ρήξη	✓ Ιατρο – Κοινωνική Επανάταξη
➤ αισθητική	▪ Μητρικό	• απώλεια εργασίας	✓ Ομάδες Αλληλοβοήθειας
➤ ούρολογική	▪ Οικογενειακό	• αντίληψη υγείας	
	▪ Επαγγελματικό	• ποιότητα ζωής	
	▪ Κοινωνικών σχέσεων		
	<b>ΑΝΑΠΗΡΙΑ</b>		

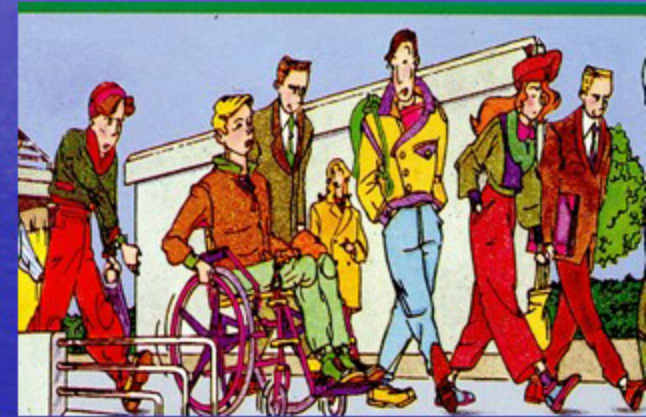
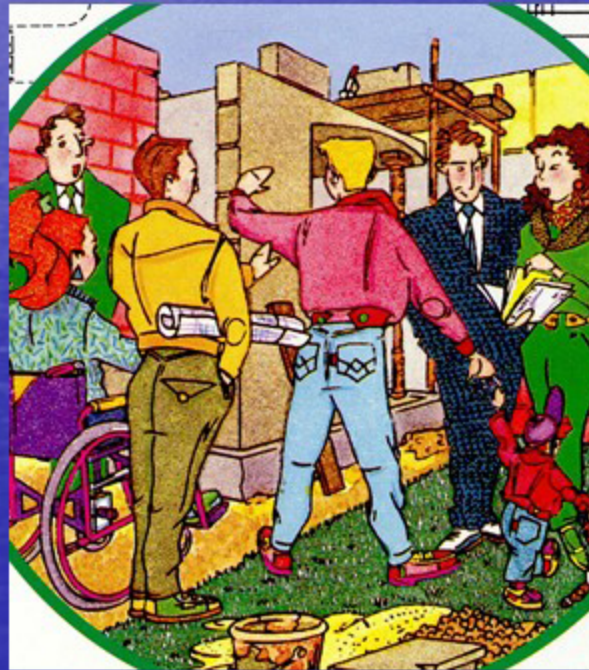
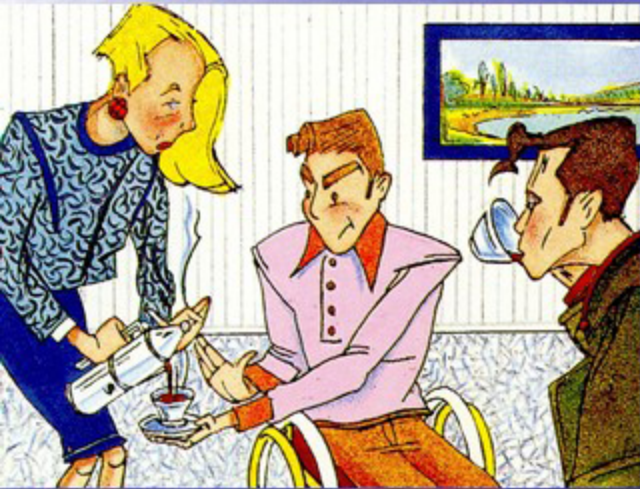
✓ Το πρόγραμμα είναι **ΕΞΑΤΟΜΙΚΕΥΜΕΝΟ**

**ΟΛΟΙ** έχουν δικαίωμα για **ΙΣΕΣ ΕΥΚΑΙΡΙΕΣ**

# Παρεμβάσεις στο σχεδιασμό Προγράμματος Αποκατάστασης

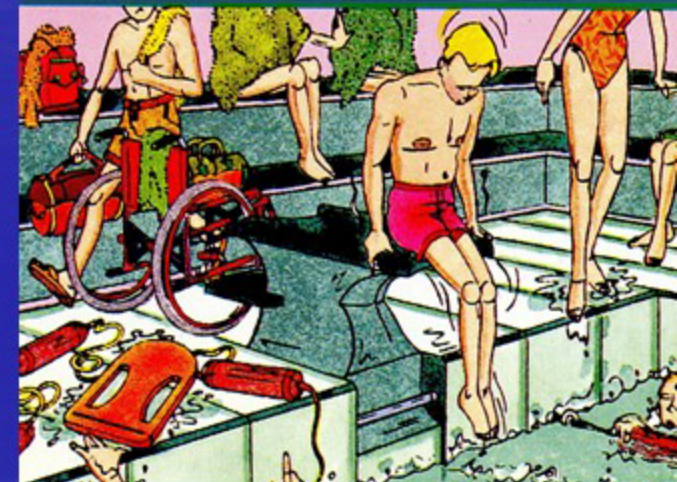
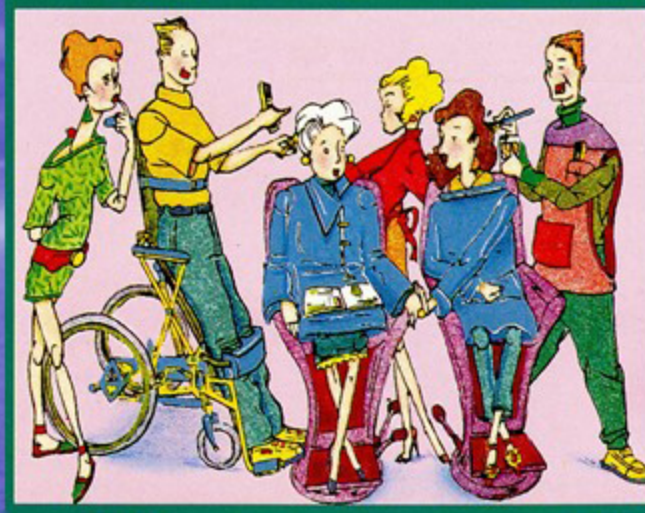
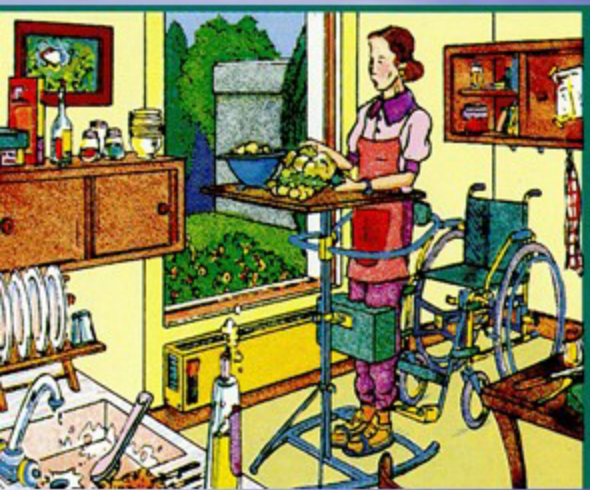
## ΚΟΙΝΩΝΙΚΗ

- ✓ Εκπαίδευση - Υποστήριξη των φροντιστών
- ✓ Community - based Rehabilitation



*Το ρόλο του / της κοινωνικού λειτουργού συχνά τον «χρεώνεται» ο νοσηλευτής / η νοσηλεύτρια*

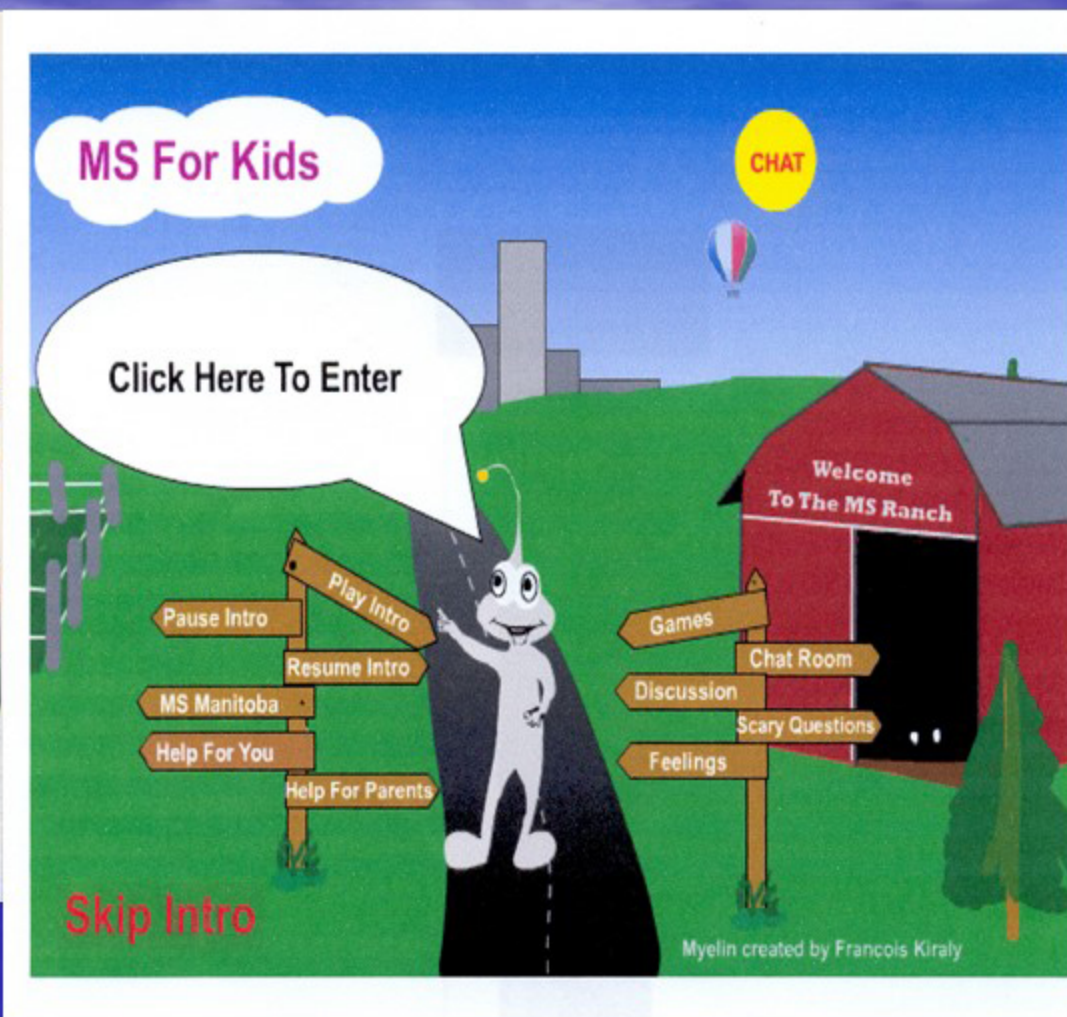
# M.S.- Πρόγραμμα Αποκατάστασης



✓ Κοινωνική Επανάσταση

οικογενειακή – επαγγελματική – ελεύθερος χρόνος

# M.S.- Πρόγραμμα Αποκατάστασης



✓ Εκπαίδευση

Δεν ξεχνάμε τα παιδιά και τους εφήβους

#### Groupe belge d'étude de la Sclérose en plaques



Comptes-rendus les examens et les études menées dans le c  
[www.charcot-stichting.org](http://www.charcot-stichting.org)

#### International MS Organization Melsbroek



A.S.B.L. ayant pour objectif la défense des intérêts des pers:  
Centre national de la SEP à Melsbroek.  
[www.imso.be](http://www.imso.be)

#### Multiple Sclerosis International Federation



Objectif: échange d'informations à grande échelle.  
[www.msif.org](http://www.msif.org)

#### Ligues belges de la SEP



Ligue nationale de la SEP et Ligues de la SEP des communau  
[www.ms-sep.be](http://www.ms-sep.be)

#### Ligue de la Sclérose en plaques des Pays-Bas



[www.msweb.nl](http://www.msweb.nl)

#### Ligue de la Sclérose en plaques des Pays-Bas (Kidsweb)



[www.mskidsweb.nl](http://www.mskidsweb.nl)

#### National Multiple Sclerosis Society



Ligue nationale de la SEP des Etats-Unis.  
[www.nmss.org](http://www.nmss.org)

#### Rehabilitation in Multiple Sclerosis



Réseau de centres de la SEP en Europe: réadaptation et la S  
[www.rims.be](http://www.rims.be)

#### Projet Interreg III : Programmes de réinsertion neurologique



Plus de chances au travail pour les personnes atteintes d'aff  
[www.cpc.be/interreg/](http://www.cpc.be/interreg/)

#### Association des détenteurs d'un budget "Vie Indépendante"



Conseils concernant le budget d'assistance personnelle  
[www.bo-online.be](http://www.bo-online.be)

✓ **συνεχής**  
**Ενημέρωση**

✓ **συνεχιζόμενη**  
**Εκπαίδευση**

✓ **αλληλο-υποστήριξη**

✓ **Ομάδες**  
**Αλληλοβοήθειας**

**Σύλλογος**  
**Ατόμων με**  
**Σκλήρυνση**  
**κατά Πλάκας**



**ευχαριστώ για την  
προσοχή σας**

**στη διάθεση σας για  
δημιουργικό  
διάλογο**

 **Auguste RODIN, 1881**