



Comunicato stampa 10/01/2008

RIALLENARSI ALLO SFORZO

Per chi soffre di Insufficienza Respiratoria Cronica il riallenamento fisico associato alla terapia farmacologica permette di migliorare la qualità della vita.

Punto di riferimento in Puglia è l'Unità Operativa di Pneumologia Riabilitativa dell'IRCSS Fondazione Maugeri di Cassano Murge (BA)

Convivere con una patologia polmonare è difficile e richiede un notevole sforzo da parte del paziente nel seguire le indicazioni mediche e le terapie prescritte. Se poi si parla di Insufficienza Respiratoria Cronica (IRC), una tra le forme più severe di Malattie Broncopolmonari Ostruttive, caratterizzata da una riduzione dell'ossigeno ed un aumento di anidride carbonica presente nel sangue, il rispetto della terapia diventa fondamentale per la sopravvivenza e la qualità della vita. Questa oltre all'intervento farmacologico (per cercare di impedire un peggioramento della situazione polmonare e ridurre l'ostruzione dei bronchi) prevede **un intervento fisico di riabilitazione respiratoria per favorire un riallenamento allo sforzo.**

In Puglia, punto di riferimento per questo tipo di intervento è l'Istituto Scientifico di Cassano Murge (BA) dell'IRCCS Fondazione Maugeri con l'Unità di Pneumologia Riabilitativa diretta dal Prof. Antonio Spanevello, Professore Associato all'Università di Foggia e Direttore del Dipartimento di Pneumologia Riabilitativa dell'Irccs Fondazione Maugeri che coordina l'attività della pneumologia degli 11 Istituti Scientifici presenti sul territorio nazionale.

Per capire la severità della malattia basti pensare che secondo i dati Istat è in progressivo incremento in tutto il Paese, con conseguente notevole aumento della richiesta di prestazioni assistenziali per far fronte ai bisogni di salute correlati. Si tratta infatti di una malattia sistemica che a lungo andare comporta deficit a vari organi (osteo-muscolari, neurologici e cardio-circolatori).

I benefici della riabilitazione respiratoria, ovvero di un programma multidisciplinare di cure volto ad ottimizzarne la condizione fisica e ridurre i sintomi e le riacutizzazioni, migliorando quindi la qualità della vita e la partecipazione alle attività sociali, trovano ormai evidenza in molti studi su pazienti con Malattie Polmonari Ostruttive Croniche. Il più recente è lo studio multicentrico dell'IRCCS Fondazione Maugeri, denominato "The Maugeri study", pubblicato su "Respiratory Medicine", il più ampio mai riportato in letteratura per campione coinvolto (in 24 mesi 1130 pazienti), che prova l'efficacia della riabilitazione respiratoria nel migliorare la qualità di vita nei pazienti con Insufficienza Respiratoria Cronica.

"La riabilitazione respiratoria rivolta al paziente con Insufficienza Respiratoria Cronica anche con ossigenoterapia - spiega il Prof. Spanevello - prevede un'attività in palestra ad intensità graduale sotto stretto controllo del medico e del fisioterapista e con l'utilizzo di tecnologie che permettono di tenere sotto controllo la frequenza cardiaca e l'ossigenazione. Per un periodo di circa 20 giorni il paziente si esercita al tapis roulant e alla cyclette. Questi esercizi portano come risultato una diminuzione della dispnea ovvero la mancanza di fiato e un conseguente aumento della tolleranza allo sforzo. Nel medio e lungo periodo quindi si può parlare di un netto miglioramento della qualità della vita in cui si ritrova il piacere di una passeggiata o di uno sforzo quotidiano banale come salire le scale. Con la terapia occupazionale, inoltre, si insegna al paziente, una volta a casa, ad adattarsi ai gesti della quotidianità, lavarsi, vestirsi e fare un costante movimento. E' importante ricordare - conclude il Prof. Spanevello - che se fino a dieci anni fa i soggetti affetti da Insufficienza Respiratoria Cronica si trovavano ad accettare una condizione di riposo forzato, oggi grazie alla Riabilitazione Respiratoria non è più così". L'unico problema sembra essere rappresentato dalla scarsità di centri dove viene attuata una Riabilitazione Respiratoria adeguata.



I sintomi dell'Insufficienza Respiratoria Cronica possono essere molto numerosi: tra i più significativi troviamo la dispnea ovvero la difficoltà di respiro (mancanza di fiato, affanno), la ridotta tolleranza allo sforzo. il mal di testa, le alterazioni del ritmo sonno-veglia con episodi di insonnia o sonnolenza; e ancora apatia e irritabilità, cianosi alle unghie, labbra, lobi delle orecchie ovvero una colorazione bluastra della pelle legata al fatto che nel sangue c'è poco ossigeno.