

NAFARROAKO GOBERNUA

GARAPEN EKONOMIKOA

ESKUBIDE SOZIALAK

OGASUNA ETA FINANTZA POLITIKA

LEHENDAKARITZA, FUNTZIO
PUBLIKOA, BARNEA ETA JUSTIZIA

HERRITARREKIKO ETA
ERAKUNDEEKIKO HARREMANAK

HEZKUNTZA

OSASUNA

KULTURA, KIROLA ETA GAZTERIA

LANDA GARAPENA, INGURUMENA
ETA TOKI ADMINISTRAZIOA

SEGURTASUNA ETA LARRIALDIAK

NOGak bihotzekoak edo bularreko anginak jota ospitalizatuta dauden pazienteentzako errehabilitazio unitatea izanen du

2019an indarrean sartuko den zerbitzu berriak urtean 450 paziente artatuko dituela aurreikusi da

Ostirala, 2018.eko maiatzak 11

Nafarroako

Ospitaleguneak (NOG) gaixotasun kardiakoak dituzten pazienteen errehabilitaziorako esparru berri bat sortuko du. Zainketen nahiz prebentzioaren arloko giltzarrizko zerbitzu honek urtean 450 pertsona inguru artatuko dituela aurreikusi da. Onuradun nagusiak sindrome koronario akutuagatik ospitalizatuta



Paziente kardiakoentzako errehabilitaziorako proiektu berria aurkezteko ekitaldia.

dauden edota birbaskularizazio koronarioko ebakuntza kirurgikoren bat izan duten pazienteak izanen dira (bihotzekoa nahiz bularreko angina jasandakoak, bihotzeko beste hainbat patologien artean).

NOGeko Asistentzia arloko zuzendari Jesús Berjónek aurkeztu du proiektua gaur goizean, Nafarroako Bihotzeko Arlo Klinikoko zuzendari Fernando Olazekin, unitate honetako Zainketa Arloko buru Alicia Pérezekin eta Medikuntza Fisikoaren eta Errehabilitazioaren Zerbitzuko buru Teresa Cisnerosekin batera. Nabarmendu dutenez, instalazio hauei esker, "faktore anitzeko esku-hartzeak" egin ahalko dira patologia kardiakoa duten pazienteengan, suspertze fisikoa nahiz bizimoduaren, dietaren, arrisku kardiobaskularreko faktoren eta alderdi psikosozialen hobekuntza barne hartuta.

Ospitale barruko errehabilitazio kardiakorako programa bat izateak dakartzan abantailen artean, honako hauek nabarmen daitezke: hilkortasun kardiobaskularren murrizketa, gorabehera kardiakoen eta ospitalizazioen kopuruaren nahiz kontsulta-kopuruaren murrizketa, betetze terapeutikoaren hobekuntza, pazientearen gogobetetze eta bizikaltatearen igoera, gaitasun funtzionalaren hobekuntza eta arrisku-faktoreen kontrola.

Errehabilitazio Kardiakorako Unitate berria Nafarroako Ospitale zaharraren beheko solairuan hutsik dagoen 600 metro koadro inguruko esparruan kokatuko da, Errehabilitazio Zerbitzuaren ondoan, eta bertan, Kardiologiako eta Errehabilitazioko bi kontsulta, Erizaintzako kontsulta bat

eta ariketa monitorizatuko 12 postu dituen gimnasioa sortzea aurreikusi da.

Zerbitzua hau abian jartzeko egin beharreko moldaketa lanak ekainean hasi eta urtearen bukaerarako amaitzea espero da, unitatea 2019an funtzionamenduan jartzeko asmoz. Lanen aurreikusitako kostua 500.000 euro ingurukoa da, eta ekipamenduaren 260.000 eurokoa.

Zerbitzua abiarazteko egin beharreko egokitze lanak ekainean hasi eta urte bukaerarako amaitzea espero da, unitatea 2019an funtzionamenduan jartzeko asmoz. Lanen aurreikusitako kostua 500.000 euro ingurukoa da eta ekipamenduarena 260.000 eurokoa.

Pazienteen profila

Proiektu hau Osasunbideak kardiopatia duen pazientearentzat abian duen Prebentzio Kardiobaskularerako eta Zainketa jarraituetarako planaren barnean gauzatuko da. Instalazio berriak NOGeko Medikuntza Fisikoaren eta Errehabilitazioaren Zerbitzuarekin, Bihotzeko Atal Klinikoarekin eta Lehen Mailako Arretako gerentziarekin batera definitu eta bultzatu dira.

Unitate honetako tratamenduak kardiopatia iskemikoari eta gutxiegitasun kardiakoari zuzendutako arreta mailakatu eta paziente balbularren ebakuntza ondoko jarraipena nahiz biriketako hipertentsioaren, jaiotzetiko kardiopatiaren eta bestelako patologien jarraipena bilduko ditu. Arrisku baxuko pazienteei ariketa fisikorako programa ambulatorioa diseinatuko zaie, Lehen Mailako Arretaren gidaritzapean. Arrisku moderatua dutenak unitate barruko ariketa programetan sartuko dira, 2 eta 3 hilabete bitarteko iraupenez.

Ohiko jardunerako, unitate honek Kardiologiako eta Errehabilitazioko mediku espezialistek, Erizaintzako profesionalek eta fisioterapeutek osatutako diziplina anitzeko taldea izanen du. Paziente bakoitzaren profilaren eta beharren arabera, lankidetzan jardungo du Nutrizio eta Dietetika, Psikologia Klinikoa eta Lan Sozialaren arloetako profesionalekin.

Ariketa monitorizatuko hamabi postu

Unitate hau abian jartzeko lan-proposamenari jarraiki 10-12 pazientez osatutako zortzi talde eratuko dira. Bi hilabetez, lau taldek ariketa asteko hiru egunetan egingo lukete, eta gainerako lau taldeek asteko bi egunetan hiru hilabetez. Beharren arabera, goizez zein arratsaldean jardungo duten taldeak handitzea aurreikus liteke.

Instalazio berriek pazienteei harrera egiteko eremu bat izanen dute, baita hiru kontsulta, 135 metro koadroko gimnasioa, artatzeko eta suspertzeko box bat, pazienteentzako aldagelak eta biltegia ere.

Ekipamenduei dagokienez, gimnasioak 8 bizikleta estatiko izanen ditu (horietako bat pedalei etzanda eragiteko modukoa), eliptiko 1, ibiltzeko edo lasterka egiteko hiru zinta, pisuak eta koltxonetak. Horrekin batera, pazienteen konstanteak eta baldintza fisikoak kontrolatzeko behar diren aparatu eta ekipa guztiak ere izanen ditu: pulstioximetroa pultsua eta oxigeno saturazioa neurtzeko, elektrokardiogramaren transmisore telemetrikokoak, kooximetroa oxigenoa neurtzeko, ergoespirometroa, ekokardiografoa, bioinpedantziometroa (gorputzaren osaera aztertzeko: gantzaren portzentajea, muskulatura eta gorputzaren ur-aldaketak), etab.

Zentral batean, aurreikusitako hamabi postuak monitorizatuko dira, eta bertan, denbora errealeko datuak bildu eta kontrolatu ahalko dituzte paziente bakoitzaren egoerari buruz (tentsio arteriala, frekuentzia kardiakoa, elektrokardiograma eta oxigeno saturazioa) eta egiten ari den entrenamenduari buruz (ariketaren iraupena, karga, abiadura, arrapala, etab.). Zentrala alarma-sistema batez hornituta dago, frekuentzia kardiakoan gerta daitezkeen alterazioez ohartarazteko. Halaber, hainbat entrenamendu protokolo konfiguratzeko aukera eskainiko du, berotze nahiz suspertze faseak eta ariketa mota jakin



Ezkerretik eskuinera, Fernando Olaz, Jesús Berjón, Teresa Cisneros eta Alicia Pérez.

batzuk barne hartuz: frekuentzia kardiako konstantearekin, karga konstantearekin edota frekuentzia kardiakoaren zein oxigeno saturazioaren arabera kontrolatutakoak. Entrenamendu saio bakoitzean bildutako datuak gordeko dira pazientearen bilakaeraren azterketa errazteko.

Errehabilitazio kardiakoaren abantailak

Errehabilitazio kardiakoa entrenamendu fisikoa, arriskua murrizteko heziketa, bizimoduaren aldaketa eta jokabide okerrak aldarazteko tekniken erabilpena uztartzen dituen diziplina anitzeko prozesua da. Kardiopatia guztietarako gomendatzen da, baita hainbat arrisku faktore dituzten pazienteen kasuan ere, lehen mailako prebentzio gisa. Horrez gain, kardiopatia iskemikoaren bigarren mailako prebentziorako tresnarik eraginkorrena dela uste da. 80ko hamarkadaz geroztik, mundu osoan argitaratutako hainbat ikerlanek argi utzi dute hilkortasun kardiobaskularra eta infartua dexente murriztu dituela berriazko errehabilitazio-programa egiten duten paziente koronarioengan.

Praktika klinikoari buruzko egungo gidek arrisku-faktoreak era intentsiboan aldarazi eta bizimodua aldatu behar dela nabarmentzen dute, altaren ondoren ezarritako tratamenduarekiko atxikimendua hobetzeaz gain. Frogatuta geratu da, hala jokatzuz gero berrospitalizazioak eta gastu sanitarioa murrizten direla, baita hilkortasun-tasa ere. Horren harira, bizimodua eta arrisku kardiobaskularreko faktoreak aldatzeak % 50 baino gehiago murrizten du gaixotasun koronarioaren hilkortasuna, gainerako tratamendu guztien aretan hilkortasun-tasaren murrizketaren % 40az arduratzen direlarik.

Pazientearen egoera fisikoa eta mentala hobetzea da errehabilitazio kardiakoaren helburu nagusia. Zehazkiago esanda, hauexek dira helburu fisiologikoak: gaitasun fisikoaren hobekuntza, ariketa fisikoa egiteko ohitura sortzea eta arrisku-faktoreak hobetzea (profil lipidikoa, pisua, gluzemia, presio arteriala eta tabakoa). Eta hauek, helburu psikosozialak: estresa, antsietatea nahiz depresioa murriztea eta independentzia funtzionala erraztea, lanerako itzulera egokia eta gogobetegarria eginez pazientearentzat zein gizartearentzat.

Gaur egun, Lehen Mailako Arretak arazo kardiobaskularrak dituzten pazienteen jarraipena egin ohi du kontrol klinikoari, bizimodu-aldaketari nahiz arrisku-faktoreen kontrolari dagozkien helburuak lortzeko asmoz, eta paziente kronikoari zuzendutako autozainketa-programaz baliatzen da pazienteak inplikatzeko, horren barnean eritasuna jasan eta maneiatzeko Nafarroako Osasun Publikoaren eta Lan Osasun Institutuarekin batera antolatu ohi diren taldekako tailerren laguntzaz. Ospitale barruko errehabilitazio-esparru berriaren sorrerak patologia konplexuagoak dituzten pazienteekin egin ohi diren prebentzio eta suspertze ekintzak indartzen ere lagunduko du.