

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

## Osasun Departamentuak taldekako fisioterapia-programa pilotu bat abiatu du osasun-zentroetan, konplexutasun txikiko lunbarretako, zerbikaletako eta sorbaldetako minetarako

*Buztintxuri, San Jorge, Arrotxapea, Txantrea, Antsoain, Berriozar eta Orkoiengo zentroetan aukeratutako hogeitaz hamar paziente ari dira lehen lau saioetan parte hartzen*

Asteartea, 2018.eko martxoak 13

Osasunbidea - Nafarroako Osasun Zerbitzuak taldekako fisioterapia-programa pilotu bat abiatu du lehen mailako arretako zentroetan. Programa postura-higieneko eta ariketa fisiko terapeutikoko saioetan oinarritzen da, sorbaldetako, zerbikaletako eta lunbarretako konplexutasun txikiko hezur eta muskuluetako patologia dauzkaten pertsonentzat.



Kontseilariak programan parte hartzen duen paziente batekin hizketan

Buztintxuriko osasun-zentroak hartu ditu programa honen baitan antolatutako lehen lau saioak, zeinetan Buztintxuri, San Jorge, Arrotxapea, Txantrea, Antsoain, Berriozar eta Orkoiengo oinarritzko osasuneko eremuetako hogeitaz hamar paziente inguru ari diren parte hartzen. Zentro horietan 80.000 biztanle baino gehiagori ematen zaio arreta sanitarioa.

Fernando Domínguez Osasuneko kontseilariak gaur bisitatu du fisioterapia-saioetako bat, Alfredo Martínez Pazientearentzako Arreta Sanitarioko zuzendariarekin, David Hernández Nafarroako Ospitaleguneko Errehabilitazioko Erizaintzako II. Unitateko buruarekin eta Tamara Comas fisioterapeutarekin batera.

Taldekako fisioterapia-saio hauen antolaketa Gaitasun Funtzionalaren Hobekuntzarako 2017-2020 Planean jasotako desgaitasunaren errehabilitaziorako eta prebentziorako zerbitzu eta programa berrien parte da, Osasun Departamentuak abiatu zuena konplexutasun gutxiko prozesuen maneia autozaintzara eta lehen mailako arretara moldatzeko helburuarekin.

Lehen neurri gisa, irisgarritasun handiago bat ezartzen da konplexutasun txikiko lunbarretako, zerbikaletako eta sorbaldetako minak

dauzkaten pazienteen errehabilitaziorako, taldekako fisioterapia-saioen kopurua handiagotuz eta horietara sartzeko bidea erraztuz, lehen mailako arretako zentroetatik zuzenean tratamendu-mota horietara aginduz. Praktika klinikoaren aldakortasuna murriztea ere bilatzen da, definitutako irizpideak betetzen dituzten pazienteak zuzenean bidaliz saioetara errehabilitazioko zerbitzutik bertatik.

Planaren helburuak dira, alde batetik, Nafarroan erabilgarri dagoen errehabilitaziorako arreta-baliabideen kalitatea eta irisgarritasuna hobetzea, eta, bestetik, pazienteengan prebentzio- eta ahalduentze-ekintzak eta norberaren buruaren zaintza sustatzea, herritarrek ahal besteko autonomia-maila handiena mantentzen denboran.

Taldekako fisioterapia-saioak ariketa jakin batzuen lanketan eta jarrera-higieneko ohiturak hartzean oinarritzen dira, ebidentzia zientifiko gisa hartuta ahalik eta jarduera-maila handiena mantentzeak murriztu eta/edo atzeratu egiten duela hezur eta muskuluetako min eta patologiak sufritzeko arriskua.

Saioak fisioterapiako profesionalen zuzendaritzapean garatzen dira, patologia bakoitzerako adierazten diren ariketen segurtasuna eta moldaera bermatzen dituztenak, paziente bakoitzaren egoera eta adina aintzat hartuta.



Bisitako une bat

### **Norentzako dira saioak**

Buztintxurin gauzatzen ari den programaren fase pilotuan bi saio programatu dira mugikortasunik galdu ez duten sorbaldako mina duten pazienteentzat, saio 1 lunbarretako minarentzat eta saio 1 zerbikaletako minarentzat. 4 eta 6 paziente arteko talde gisa planteatzen dira, elkarren segidako hiru astetan zeharreko 45 minutuko 6 errehabilitazio-saiotan parte hartzen dutenak (bi saio astean).

Lunbarretako edo zerbikaletako minetarako fisioterapia-zirkuituetan sartzeko medikuek aintzat hartzen duten irizpide gisa min mekaniko kronikoa aurkeztu behar da gorputzeko zona horietan, gutxienez sei hilabete baino gehiagoz, eguneroko jardueretan eragin txikia edo ertaina erakusten dutenak. Sorbaldako minaren kasuan, mugikortasun-galerarik ez izatea hartzen da kontuan, eta tratamendu kontserbatzaile egoki baten aurrean erantzunik izan ez duen hiru aste baino gehiagoko mina izatea, edo, bestela, sei hilabete baino gehiagoko mina izatea, zeinetan beste aukera terapeutiko batzuk bazter utzi diren edo eraginik izan ez duten.

Konplexutasun handiagoko prozesuak dituzten pazienteak errehabilitazio-zentroetan artatuak izaten jarraituko dira. Paziente horien itxaronaldiak hobetu egingo dira, konplexutasun gutxiagoko pazienteak lehen mailako arretan tratatzean.

### **Laguntzarako bideoak**

Fisioterapia-saioek banakako eta taldekako oharrak konbinatzen dituzte. Parte hartzen duten pazienteek beharrezko trebetasunak har ditzaten lortzea da helburua, beren etxeetan jarrai dezaten adierazitako ariketa eta jarraibideak gauzatzen. Taldekako saioen eta kontsultan eskaintzen diren jarraibideen errefortzu gisa, Arretaren Segurtasunerako eta Eraginortasunerako Zerbitzuak laguntzarako bideoak editatu ditu, zeinetan [lunbarretako](#), [zerbikaletako](#) eta [sorbaldetako](#) minaren aurkako ariketak modu egokian nola egin adierazten den, pazienteei ematen zaizkien ariketa-mota desberdinen (malgutasuna, indartzea, oreka, etab.) inguruko jarraibide ilustratuekin batera.

Buztintxurin programatutako lehen lau saioak bukatzerakoan, terapiaren eraginkortasunari buruzko ebaluazio-prozesu bat burutuko da, bai terapiarekiko atxikimendu-mailaren ikuspuntutik (saioetara joatea eta emandako jarraibideen etxeko jarraipena saioak bukatu eta hiru hilabetetara), bai pazienteen asebetetze-mailaren ikuspuntutik eta bai funtzionaltasunaren hobekuntzaren ikuspuntutik, pazientearen profil bakoitzari aplikatuko zaizkion eskala espezializatuko adierazleekin bat etorrira.

Konplexutasun gutxiko patologietarako saio-dinamika bat ezartzea da programaren helburua, lehen

mailako arretatik eta ospitale-arretatik irizpide bateratuak izango dituen. Programa pilotuaren ebaluazioaren ondoren, beste eremu batzuetara zabaltzeko aukera baloratuko da.

### Galería de fotos



Pazienteak ariketak egiten