

Cvičenie počas hemodialyzačného ošetrenia

Vladimír Puškár
Tomáš Mojžiš

B | BRAUN
SHARING EXPERTISE

Potreba fyzickej aktivity počas hemodialýzy

- dialyzačná liečba - holistická terapia
- pohybová aktivita rozvíja – fyzickú,psychickú a sociálnu stránku života
- prínos pre pacienta: zlepšenie nálady
 - psychická odolnosť
 - výkonnosť
 - sebadôvera

Komplikácie a funkčné zmeny u dialyzovaných pacientov

- pacienti sú často polymorbidní a najviac zaťažený je pohybový a kardiovaskulárny aparát
- homeostáza vápnika a fosforu – následok - renálna osteopatia, osteoporóza, artróza
- pri osteoporóze dochádza k starnutiu kostného tkaniva a následne k patologickým fraktúram kostí
- kardiovaskulárne komplikácie - arteriálna hypertenzia, postihuje hlavne ľavú srdcovú komoru

Pohybová rehabilitácia pre pacientov zaradených do dialyzačného programu

- alternatíva nefarmakologického charakteru liečby
- vedie pacienta k návratu do spoločenského života
- napomáha k znovuzачleneniu sa do pracovného procesu
- približuje pacienta kvalitou života k úrovni zdravého človeka
- pohybová rehabilitácia - koordinovaný program liečby, pohybovej intervencie, vzdelávania a poradenstva
- účel - využitie maximálneho pracovného potenciálu, funkčného stavu a kvality života dialyzovaného pacienta

Cvičenie počas hemodialýzy

- dotazník v roku 2012 na dialyzačných strediskách BBraun Avitum s.r.o.
- edukačný materiál s cvikmi – zdroj Pohyb jako součást léčby dialyzovaných a transplantovaných pacientů. Svoboda, Máhrová 2009
- cviky sú zamerané na HK a DK





Končatina s AV spojkou je uvoľnená a do cvičenia počas hemodialýzy nie je zapojená!

- do cvičenia zaradených 20 pacientov
- prevažujú ženy v počte 14 a 6 mužov
- vek pacientov od 28 do 85 rokov
- zapojení aj pacienti s ortopedickými ochoreniami
- pacientka po operácii bedrového kĺbu zaradila do programu vlastný cvik
- celková dĺžka cvičenia -30 min.
- aj pacienti s hemiparézou

Ak počas cvičenia nastanú komplikácie a to hlavne potenie, zrýchlenie dýchania, výkyvy krvného tlaku, slabosť, prerušíme cvičenie.

Záver:

- pravidelná pohybová aktivita u hemodialyzovaných pacientov má pozitívny vplyv na ich zdravotný stav a ich kvalitu života
- vďaka fyzickým aktivitám dochádza u pacientov k výraznému zlepšeniu ich psychického stavu a život s dialýzou sa im takto predlžuje a hlavne skvalitňuje
- pacienti v produktívnom veku - možnosť znovuzачlenenia sa do pracovného procesu
- staršia populácia pacientov - zachovanie sebestačnosti
- skupinové cvičenie - udržuje motiváciu a sociálnu adaptáciu

Ďakujeme za pozornosť

B | BRAUN
SHARING EXPERTISE