

Η αποτελεσματικότητα της θεραπευτικής άσκησης σε ογκολογικό ασθενή με ιστορικό χονδροσαρκώματος κορακοειδούς απόφυσης αντιμετωπιζόμενη με ογκολογική πρόθεση αντικατάστασης της ωμογλήνης και ανάστροφη αρθροπλαστική ώμου: μια μελέτη περίπτωσης.

Αντωνάκης-Καραμίντζας Δημήτριος¹, Σκούρας Απόστολος¹, Ζαφείρης Ιωάννης¹, Σουκάκου Φωτεινή¹, Τσολάκης Χαρίλαος^{1,2}, Σαββίδου Όλγα¹, Κουλουβάρης Παναγιώτης¹, Παπαγγελόπουλος Παναγιώτης¹
¹Α' Ορθοπαιδική Χειρουργική Κλινική, ΕΚΠΑ, ΠΓΝ Αττικών, Αθήνα, ²Σχολή Επιστήμης Φυσικής Αγωγής και Αθλητισμού, ΕΚΠΑ, Αθήνα

ΠΕΡΙΛΗΨΗ

Τα σαρκώματα αποτελούν μία ιδιαίτερη κλινική ομάδα με ασαφή κριτήρια εφαρμογής της άσκησης. Σκοπός της μελέτης είναι να παρουσιαστούν τα οφέλη ενός εξ αποστάσεως προγράμματος άσκησης σε ασθενή με ιστορικό υποτροπιάζοντος χονδροσαρκώματος κορακοειδούς απόφυσης grade 2 που υποβλήθηκε σε μερική εκτομή της ωμοπλάτης και αφαίρεση του όγκου και ακολούθως αντιμετωπίστηκε με ειδική ογκολογική πρόθεση αντικατάστασης της ωμογλήνης και ανάστροφη αρθροπλαστική δεξιού ώμου.

ΕΙΣΑΓΩΓΗ

Αν και η συμμετοχή ογκολογικών ασθενών σε προγράμματα άσκησης συστήνεται στις κατευθυντήριες οδηγίες διαφόρων επιστημονικών εταιρειών, οι ασθενείς με σαρκώματα αποτελούν μια ιδιαίτερη κλινική ομάδα με ασαφή κριτήρια εφαρμογής της άσκησης. Σκοπός της μελέτης είναι να παρουσιαστούν τα οφέλη ενός εξ αποστάσεως προγράμματος άσκησης σε ασθενή με ιστορικό υποτροπιάζοντος χονδροσαρκώματος κορακοειδούς απόφυσης grade 2 που υποβλήθηκε σε μερική εκτομή της ωμοπλάτης και αφαίρεση του όγκου και ακολούθως αντιμετωπίστηκε με ειδική ογκολογική πρόθεση αντικατάστασης της ωμογλήνης και ανάστροφη αρθροπλαστική δεξιού ώμου (εικόνες 1 και 2).

ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΑ

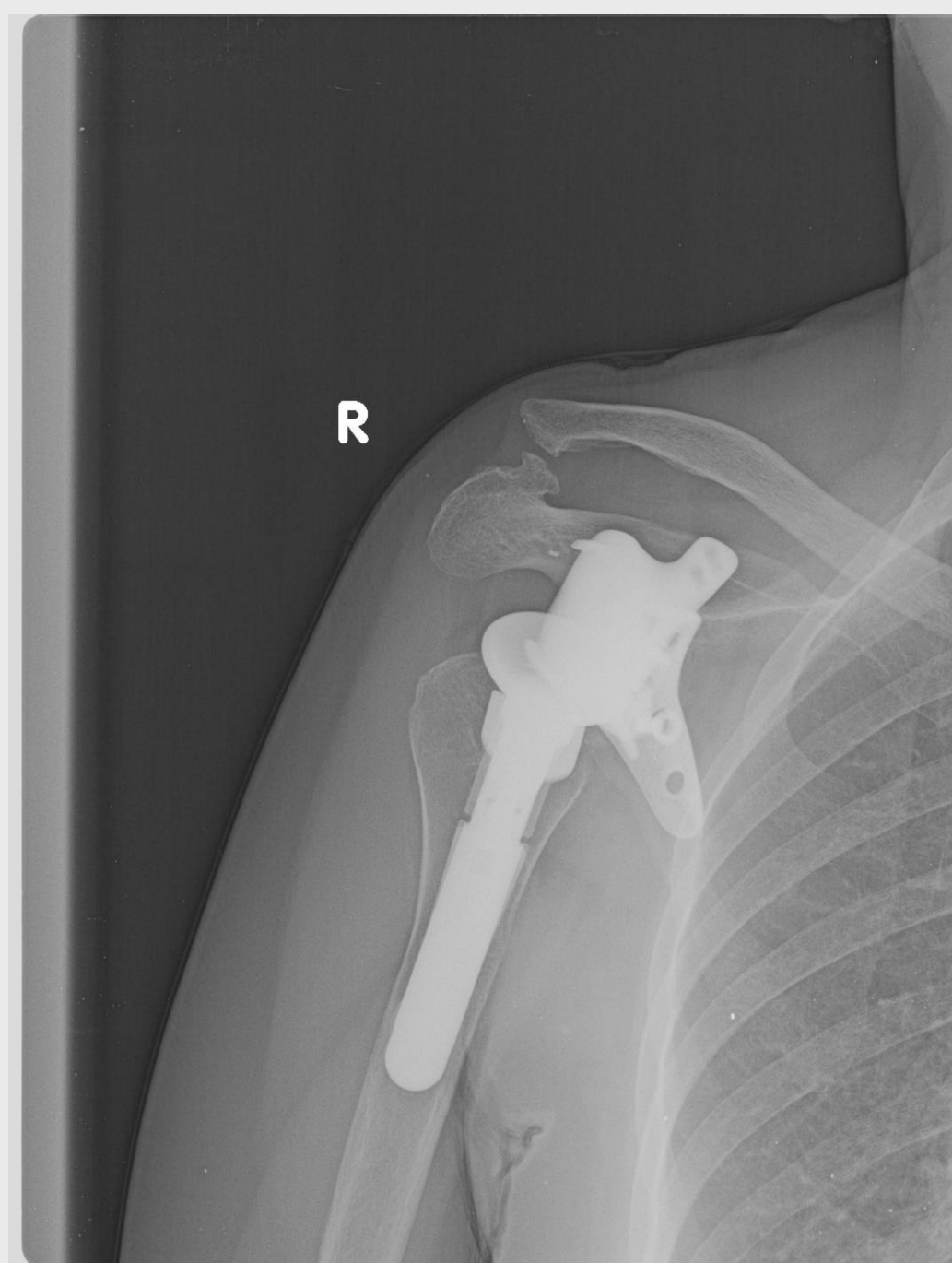
Σημειώθηκε βελτίωση στη διανυόμενη απόσταση κατά την 6MWT κατά 7,3%, ενώ το PCI/EEI μειώθηκε από 54% σε 44%. Η απαγωγή βελτιώθηκε κατά 10° και η κάμψη κατά 23°. Η δύναμη απαγωγής (εικόνα 4) παρουσίασε σημαντική βελτίωση, κατά 49% (από 55N σε 82N). Η συμμετρία δύναμης της κάμψης μεταξύ ΑΡ και ΔΕ ώμου παρέμεινε σταθερή. Αξιοσημείωτη αύξηση παρατηρήθηκε επίσης στο επίπεδο εβδομαδιαίας φυσικής δραστηριότητας (+35,28%).

ΣΥΜΠΕΡΑΣΜΑΤΑ

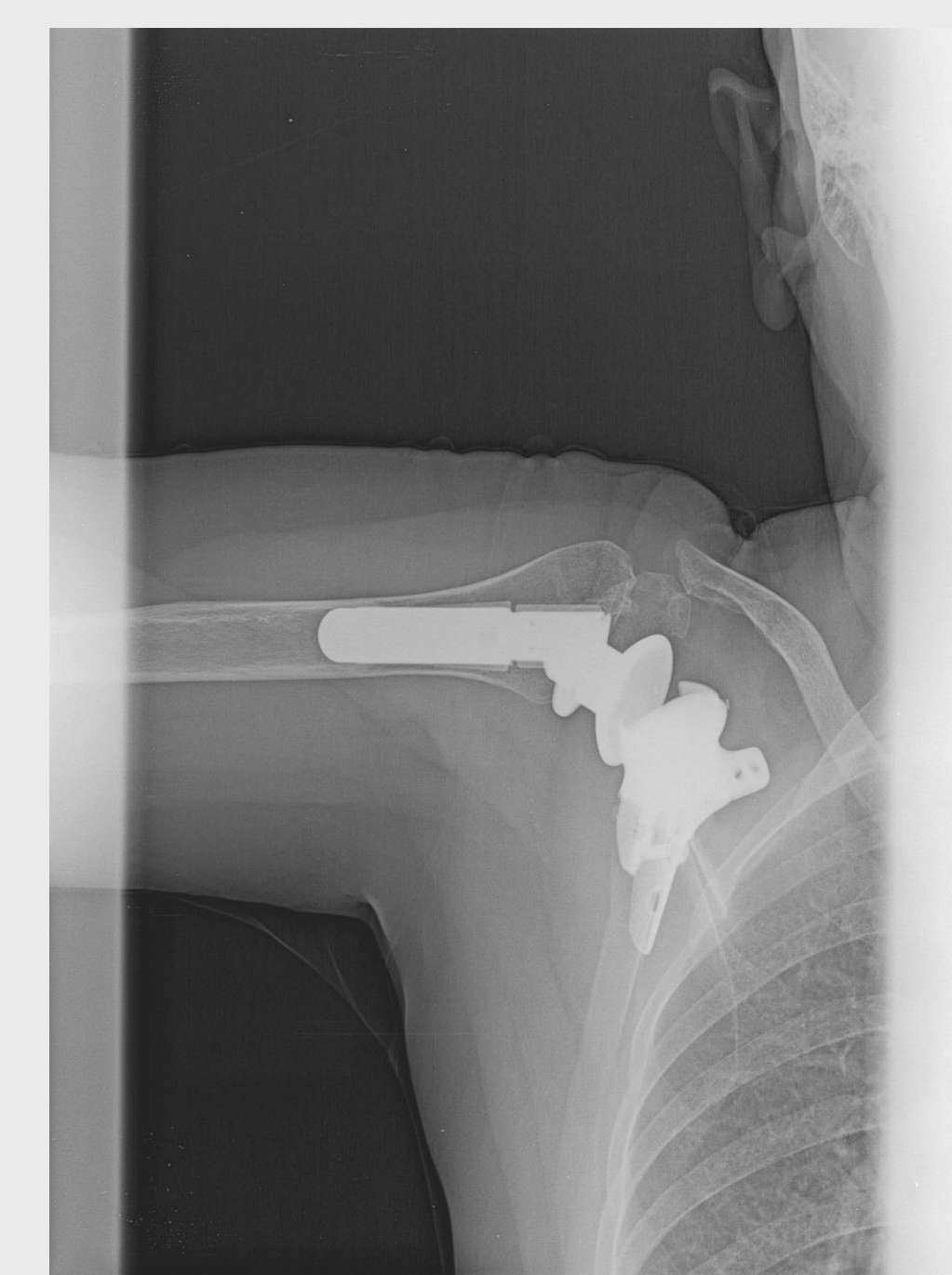
Η εφαρμογή εξ αποστάσεως προγράμματος άσκησης σε συνδυασμό με συστάσεις μπορεί να προσφέρει σημαντικά κλινικά οφέλη σε ογκολογικούς ασθενείς με κακοήγη νεοπλασία του μυοσκελετικού συστήματος.

ΜΕΘΟΔΟΣ

Η ασθενής Α.Γ. (57 ετών) προσήλθε με ιατρική γνωμάτευση αδυναμίας λειτουργικής χρήσης δεξιού ώμου και περιορισμένο εύρος κίνησης. Η ασθενής εντάχθηκε σε εξ αποστάσεως πρόγραμμα άσκησης, συνολικά 6 εβδομάδων. Στην αρχή και στο τέλος της περιόδου πραγματοποιήθηκε αξιολόγηση της σύστασης σώματος, της αερόβιας ικανότητας με υπομέγιστη δοκιμασία (6-λεπτη δοκιμασία βαδίσεως-6MWT), της δύναμης των μυών της ωμικής ζώνης (ισομετρική απαγωγή/κάμψη ώμου με δυναμόμετρο χειρός βλ. εικόνα 3), του εύρους κίνησης του ώμου, καθώς επίσης καταγράφηκε το επίπεδο εβδομαδιαίας φυσικής δραστηριότητας και της ποιότητας ζωής μέσω σταθμισμένων αυτό-αναφερόμενων ερωτηματολογίων (IPAQ και EORTC QLQ-C30, αντίστοιχα). Υπολογίστηκε επίσης και ο δείκτης ενεργειακής δαπάνης (PCI/EEI). Δόθηκαν οδηγίες για φυσική δραστηριότητα, βάσει των κατευθυντήριων οδηγιών για επιβιώσαντες από καρκίνο από το Αμερικανικό Κολλέγιο Αθλητιατρικής.^{1,2} Δόθηκε επίσης ειδικό ασκησιολόγιο για ενδυνάμωση των μυών της ωμικής ζώνης. Η καθημερινή παρακολούθηση της ευεξίας (εικόνα 5) και της άσκησης (εικόνα 6) πραγματοποιήθηκε με ειδικό λογισμικό.



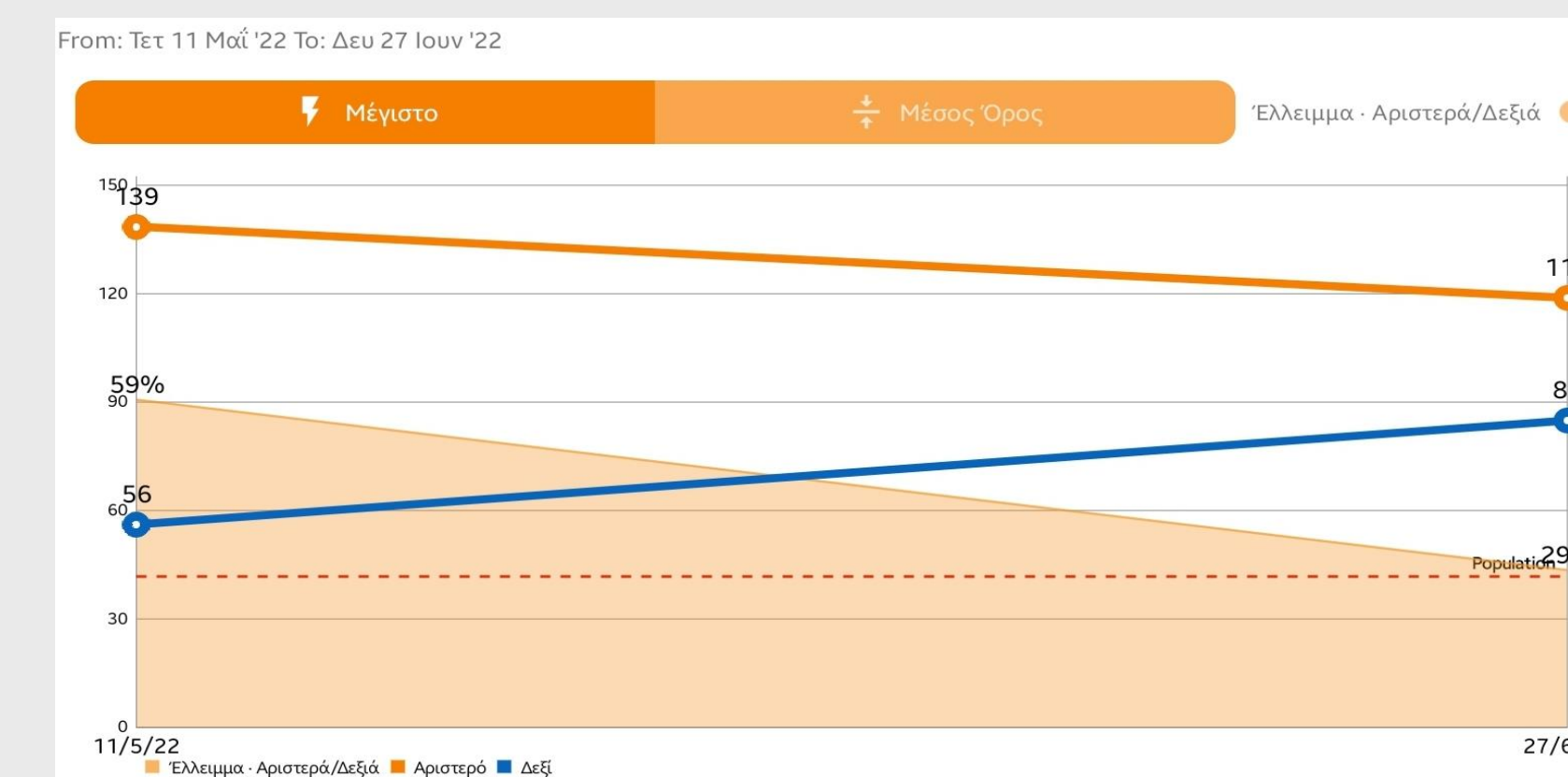
Εικόνα 1. Πρόσθια λήψη.



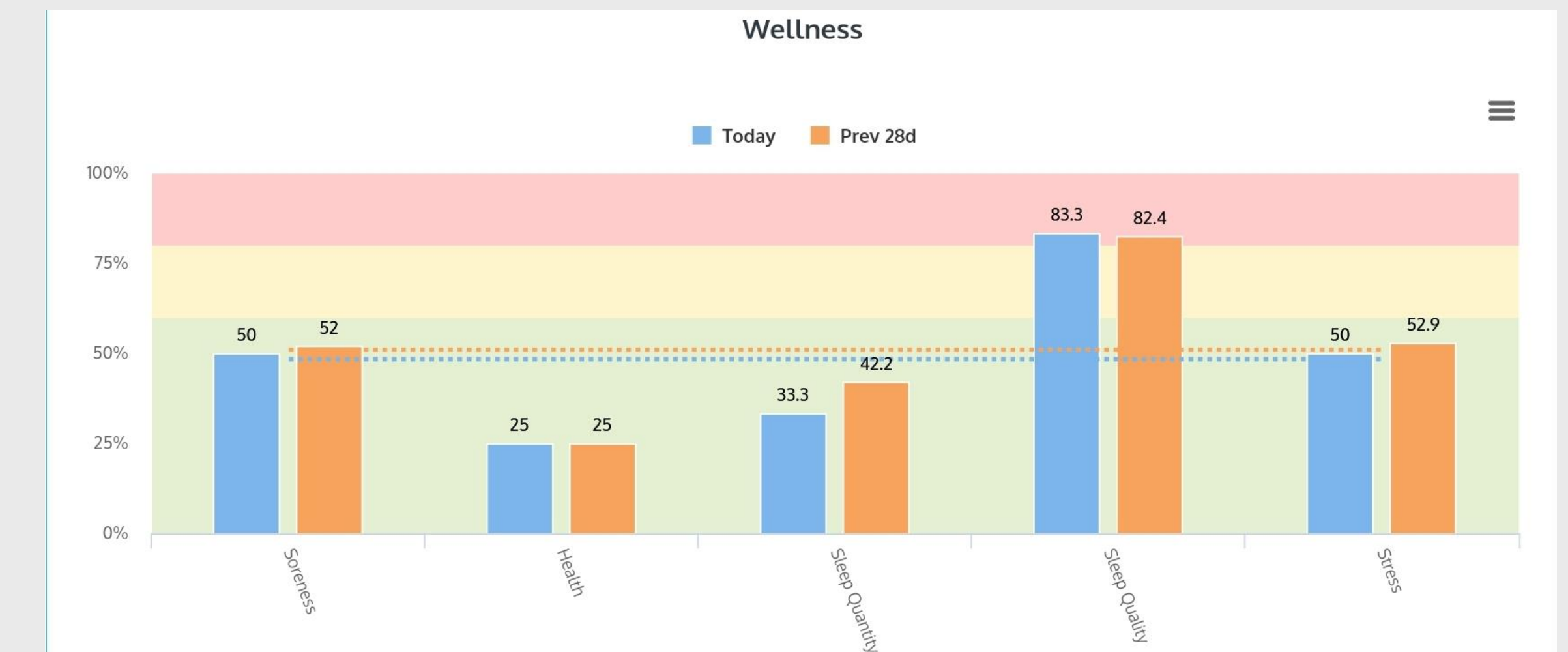
Εικόνα 2. Πρόσθια λήψη από απαγωγή 90°.



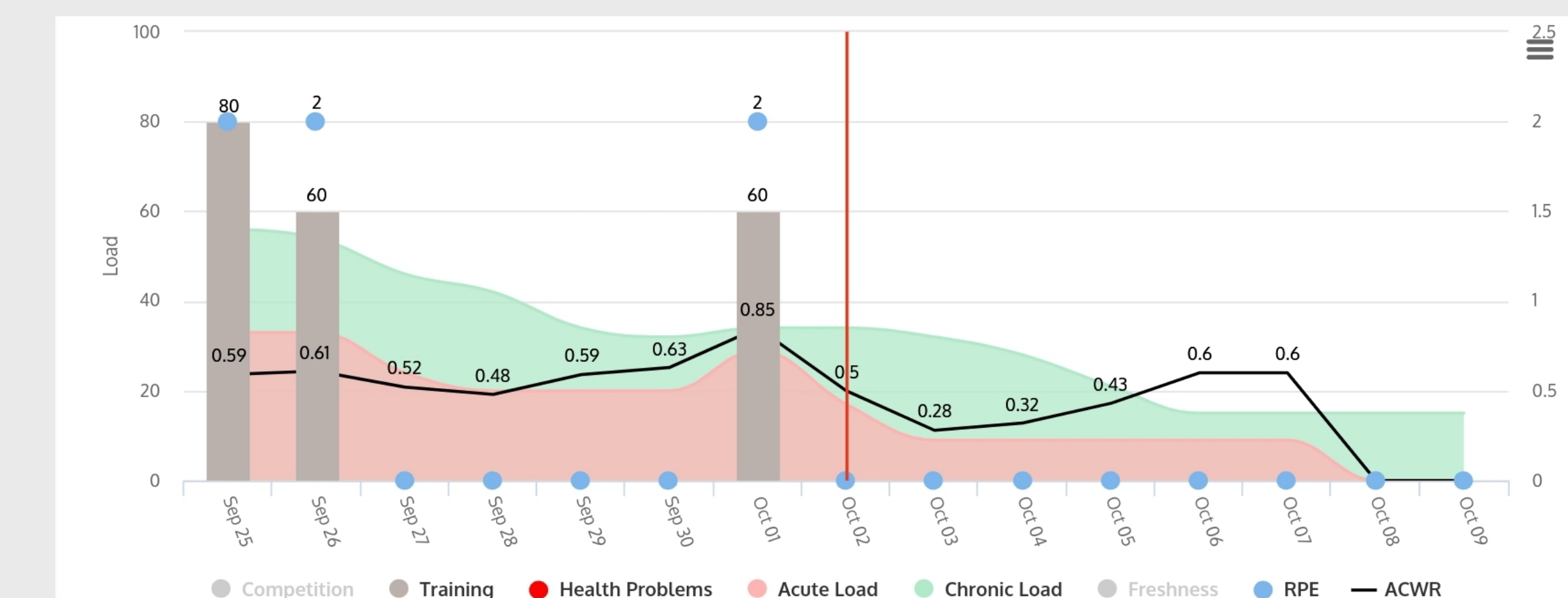
Εικόνα 3. Δυναμόμετρο Χειρός Εργαλείο Αξιολόγησης Δύναμης



Εικόνα 4. Δύναμη απαγωγής (με μπλε ο ΔΕ ώμος)



Εικόνα 5. Ευεξία



Εικόνα 6. Άσκηση: Έλεγχος προπονητικού φορτίου

ΕΠΙΚΟΙΝΩΝΙΑ

Αντωνάκης-Καραμίντζας Δημήτριος
Τμήμα Αθλητικής Αριστείας "Sports Excellence",
Α' Ορθοπαιδική Χειρουργική Κλινική, ΕΚΠΑ,
ΠΓΝ Αττικών
Email: jkaramintzas71@gmail.com
Τηλέφωνο: +306942233821
Website: <https://www.sportsexcellence.gr/>

Με αποκλειστική δωρεά



Το τμήμα Αθλητικής Αριστείας/Sports Excellence, της Α' Ορθοπαιδικής Χειρουργικής Κλινικής (ΕΚΠΑ), υποστηρίζεται αποκλειστικά από δωρεά του Ιδρύματος Σταύρος Νιάρχος (ΙΣΝ). Ο δωρητής δεν είχε κανένα ρόλο στον σχεδιασμό και τη διεξαγωγή της μελέτης.

ΑΝΑΦΟΡΕΣ

- Campbell, k. L., Winters-stone, k. M., Wiskemann, j., May, a. M., Schwartz, a. L., Courneya, k. S., ... Schmitz, k. H. (2019). Exercise Guidelines for Cancer Survivors. *Medicine & Science in Sports & Exercise*, 51(11), 2375–2390.
- Schmitz, K. H., Courneya, K. S., Matthews, C., Demark-wahnefried, W., Galvão, d. A., Pinto, B. M., ... Schwartz, a. L. (2010). American College of Sports Medicine Roundtable on Exercise Guidelines for Cancer Survivors. *Medicine & Science in Sports & Exercise*, 42(7), 1409–1426.