



Ενσωμάτωση της Εργοθεραπείας σε Προσαρμοσμένο Πρωτόκολλο ERAS σε Θωρακοσφυϊκή Σπονδυλοδεσία

Πλιάτσικα Χ.¹, Μπρότης Α.¹², Σπηλιωτόπουλος Θ.², Αρναούτογλου Ε.¹³, Κορτιάνου Ε.⁴, Πατεράκης Κ.¹²

1. Τμήμα Ιατρικής, Σχολή Επιστημών Υγείας, Πανεπιστήμιο Θεσσαλίας, Λάρισα, Ελλάδα, 2. Νευροχειρουργική Κλινική, Πανεπιστημιακό Νοσοκομείο Λάρισας, Ελλάδα, 3. Τμήμα Αναισθησιολογίας, Πανεπιστημιακό Νοσοκομείο Λάρισας, Ελλάδα, 4. Τμήμα Φυσικοθεραπείας, Σχολή Επιστημών Υγείας, Πανεπιστήμιο Θεσσαλίας, Λαμία, Ελλάδα



ΠΕΡΙΛΗΨΗ

Η θωρακοσφυϊκή σπονδυλοδεσία είναι μια κοινή χειρουργική επέμβαση για εκφυλιστικές παθήσεις της σπονδυλικής στήλης. Τα **πρωτόκολλα ενισχυμένης αποκατάστασης (ERAS)** στοχεύουν στη μείωση του χειρουργικού στρες και στην επιτάχυνση της ανάρρωσης. Αυτή η μελέτη αξιολογεί ένα **τροποποιημένο πρωτόκολλο ERAS** που ενσωματώνει **προεγχειρητικά την εργοθεραπεία**. Οι ασθενείς συμμετέχουν σε δομημένες ασκήσεις, εργονομική εκπαίδευση και διαχείριση του στρες πριν από τη χειρουργική επέμβαση. Εφαρμόζονται ελάχιστα επεμβατικές χειρουργικές τεχνικές και έγκαιρη κινητοποίηση μετεγχειρητικά. Αναμένουμε ότι η υψηλή τήρηση του πρωτοκόλλου θα βελτιώσει τη λειτουργική κατάσταση, θα μειώσει τον πόνο και τις επιπλοκές, θα ενισχύσει την ανάρρωση και θα μειώσει τη διάρκεια της νοσηλείας. Αυτά τα ευρήματα μπορούν να υποστηρίξουν την ευρύτερη εφαρμογή της προεγχειρητικής εργοθεραπείας εντός των πλαισίων ERAS για τη θωρακοσφυϊκή σπονδυλοδεσία.

ΕΠΙΚΟΙΝΩΝΙΑ

Πλιάτσικα Χριστίνα
Εργοθεραπεύτρια
MSc, PhD (c), Τμήμα Ιατρικής -
Νευροχειρουργικής, Πανεπιστήμιο
Θεσσαλίας
τ: (+30) 6984135064
e: xristina.pl.22@gmail.com

ΕΙΣΑΓΩΓΗ

Η θωρακοσφυϊκή σπονδυλοδεσία είναι μια καθιερωμένη χειρουργική θεραπεία για εκφυλιστικές παθήσεις της σπονδυλικής στήλης. Τα **πρωτόκολλα ενισχυμένης αποκατάστασης (ERAS)** στοχεύουν στη μείωση του χειρουργικού στρες, στη βελτιστοποίηση της περιεγχειρητικής φροντίδας και στην επιτάχυνση της μετεγχειρητικής ανάρρωσης. Η ενσωμάτωση της **προεγχειρητικής αποκατάστασης**, συμπεριλαμβανομένης της εργοθεραπείας και ενός δομημένου προγράμματος άσκησης, μπορεί να ενισχύσει τη λειτουργική ανεξαρτησία και τη σωματική ετοιμότητα των ασθενών πριν από τη χειρουργική επέμβαση, αν και η εφαρμογή και η αποτελεσματικότητά της παραμένουν υπό διερεύνηση.

ΑΝΑΜΕΝΟΜΕΝΑ ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΑ

Η υψηλή συμμόρφωση με το **τροποποιημένο πρωτόκολλο ERAS** που ενσωματώνει την **προεγχειρητική αποκατάσταση** και την **εργοθεραπεία** αναμένεται να:

- βελτιώσει τη **λειτουργική κατάσταση** και την **αερόβια ικανότητα**,
- μείωση της **έντασης του πόνου** και των **μετεγχειρητικών επιπλοκών**,
- βελτίωση της **ποιότητας και της ταχύτητας της ανάρρωσης**, και
- μείωση της **διάρκειας νοσηλείας** σε σύγκριση με την τυπική περιεγχειρητική φροντίδα.

Αυτά τα αποτελέσματα αναμένεται να καταδείξουν ότι η δομημένη προετοιμασία μπορεί να ενισχύσει σημαντικά την πρώιμη ανάρρωση και τη λειτουργική ανεξαρτησία σε ασθενείς που υποβάλλονται σε θωρακοσφυϊκή σπονδυλοδεσία.

ΜΕΘΟΔΟΙ ΚΑΙ ΥΛΙΚΑ

Μια **προοπτική μελέτη** διεξάγεται σε δύο νοσοκομεία (2024–2027). Οι ασθενείς που υποβάλλονται σε θωρακοσφυϊκή σπονδυλοδεσία χωρίζονται σε **τρεις ομάδες** με βάση την τήρηση ενός τροποποιημένου πρωτοκόλλου ERAS ή της τυπικής φροντίδας.

Η **προεγχειρητική αποκατάσταση** περιλαμβάνει:

- εκπαιδευτική συνεδρία και εγχειρίδιο,
- στοχευμένες ασκήσεις (ενδυνάμωσης & ενίσχυσης αερόβιας ικανότητας),
- εργονομία, χρήσιμα βοηθήματα, μηχανική σώματος, διαχείριση στρες και διατροφική καθοδήγηση.

Η χειρουργική επέμβαση χρησιμοποιεί **ελάχιστα επεμβατικές τεχνικές, ολική ενδοφλέβια αναισθησία και πολυτροπική αναλγησία**, με προληπτικά μέτρα για την αντιμετώπιση επιπλοκών.

Η μετεγχειρητική φροντίδα δίνει έμφαση στην **έγκαιρη κινητοποίηση** και στη συνέχιση των αρχών ERAS.

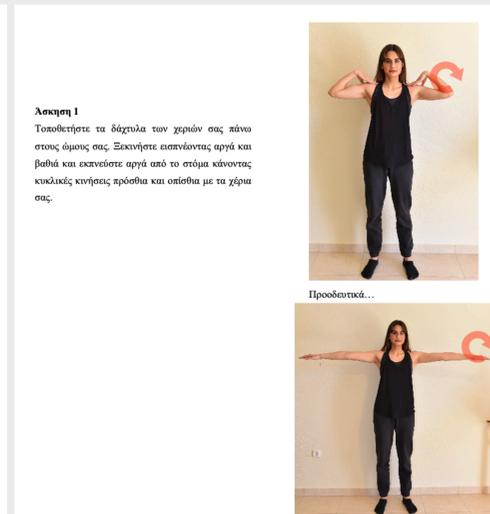
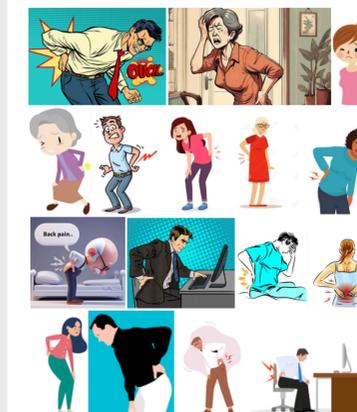
ΣΥΜΠΕΡΑΣΜΑΤΑ

Η ενσωμάτωση της **προεγχειρητικής αποκατάστασης** με την εργοθεραπεία και ένα δομημένο **πρόγραμμα ενδυνάμωσης και αερόβιας άσκησης** εντός ενός πλαισίου ERAS για θωρακοσφυϊκή σπονδυλοδεσία παρέχει:

- δομημένη προεγχειρητική προετοιμασία,
- ενισχυμένη πρώιμη ανάρρωση και
- βελτιωμένη λειτουργική ανεξαρτησία.

Αυτή η προσέγγιση θέτει τις βάσεις για **μελλοντική αξιολόγηση** και ευρύτερη εφαρμογή στην κλινική πράξη.

Εγχειρίδιο προεγχειρητικής αποκατάστασης ασθενών οι οποίοι προορίζονται για χειρουργείο σπονδυλικής στήλης



Άσκηση 1
Τοποθετήστε τα δάχτυλα των χεριών σας πάνω στους ώμους σας. Ξακινήστε εισπνέοντας αργά και βαθιά και εκπνεύστε αργά από το στόμα κάνοντας κυκλικές κινήσεις πρόσθια και οπίσθια με τα χέρια σας.

Προοδευτικά...

Απλή τεχνική αναπνοής “Τεχνική Benson”



Εργονομία σπιτιού

ΑΝΑΦΟΡΕΣ

1. Debono, B., Wainwright, T.W., Wang, M.Y., Sigmundsson, F.G., Yang, M.M.H., et al., 2021. *Consensus statement for perioperative care in lumbar spinal fusion: Enhanced Recovery After Surgery (ERAS®) Society recommendations*. Spine J, 21(5), pp.729-752. Available at: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/33444664/>.

2. Chauhan, P. and Khalil, A., et al., 2022. *Enhanced Recovery After Surgery (ERAS) protocol in spine surgery: a narrative review*. PMC. Available at: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC9293758/>.

3. Lee, S-H., et al., 2023. *Enhanced Recovery After Surgery Protocols in One- or Two-Level Posterior Lumbar Fusion Surgeries: Effect on Opioid Use, Functional Recovery, and Complications*. J Clin Med, 13(20), p.6285. Available at: <https://www.mdpi.com/2077-0383/13/20/6285>.