

I trattamenti

L'allenamento all'esercizio fisico rappresenta il trattamento di elezione per ogni programma di riabilitazione polmonare, ma l'intervento terapeutico non deve limitarsi solo ed esclusivamente a questo.

La chiave del successo è l'individualizzazione dell'intervento che deve essere mirato e personalizzato ("fatto su misura") e che trova nella valutazione e nel monitoraggio a lungo termine l'elemento fondamentale che guida le scelte del team, consentendo di trattare con esiti positivi il processo patologico, massimizzando al contempo le capacità funzionali dei pazienti che ne sono affetti.

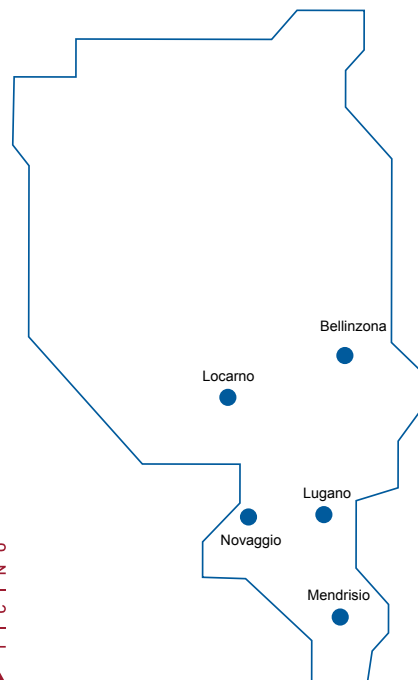
L'ampio ventaglio dei trattamenti offerti spazia dall'ambito stazionario a quello ambulatoriale; il quadro clinico complessivo del paziente è il fattore che determina l'approccio di cura indicato. Solitamente vengono effettuati i seguenti trattamenti (singoli o combinati):

- riallenamento allo sforzo (con o senza ossigeno);
- tecniche di disostruzione bronchiale per la gestione delle secrezioni con possibilità di utilizzare vari strumenti e dispositivi elettromedicali;
- ottimizzazione della terapia inalatoria;
- ventilazione non invasiva;
- allenamento dei muscoli coinvolti nella respirazione;
- acquisizione di strategie per ridurre la dispnea (educazione posturale, respirazione diaframmatica, stretching, ecc).

I luoghi

La riabilitazione polmonare viene offerta dai servizi di fisioterapia della Clinica di Riabilitazione EOC attivi presso i seguenti ospedali dell'Ente Ospedaliero Cantonale:

- **Ospedale Regionale di Bellinzona, San Giovanni**
+41 91 811 94 00
 - **Ospedale Regionale di Lugano, Italiano**
+ 41 91 811 77 08
 - **Ospedale Regionale di Mendrisio, Beata Vergine**
+ 41 91 811 35 93
 - **Ospedale Regionale di Locarno, La Carità**
+ 41 91 811 45 57
 - **Clinica di Riabilitazione EOC, sede Novaggio***
+ 41 91 811 26 13
- * (in questa sede i trattamenti vengono effettuati prevalentemente in regime stazionario)



CREOC_L-FISIO-052



Clinica di Riabilitazione EOC

Riabilitazione polmonare





La Riabilitazione Polmonare

La Riabilitazione Polmonare è un intervento terapeutico globale sul paziente che aiuta ad aumentare la resistenza allo sforzo, ad alleviare i sintomi delle malattie respiratorie acute e croniche, a ridurre i ricoveri ospedalieri per aggravamento ed a migliorare la qualità di vita.

Caratteristica fondamentale è la multidisciplinarietà; l'interazione tra lo pneumologo riabilitatore ed il fisioterapista respiratorio è fondamentale ed imprescindibile nel disegnare e gestire assieme un programma riabilitativo individualizzato, costituito sia dall'esecuzione di esercizi respiratori atti a facilitare la ventilazione polmonare che da una parte educativa vera e propria (utile, ad esempio, per contrastare l'eventuale abitudine tabagica, istruire i pazienti sulla malattia ed il corretto utilizzo dei farmaci per la terapia inalatoria e dell'ossigeno, e promuovere uno stile di vita sano).



Quando intervenire?

Le patologie delle vie respiratorie sono molteplici e coinvolgono il paziente in diverse fasi della malattia.

La riabilitazione polmonare si occupa infatti non solo di pazienti cronici (BPCO, asma, enfisema, malattie polmonari interstiziali) ma anche di pazienti cronici e non in fase acuta (polmoniti, COVID, esacerbazioni BPCO), di pazienti chirurgici (pre e post chirurgia toracica o addominale) e di pazienti in fase di esiti da eventi acuti (long COVID).



Come intervenire?

La fisioterapia respiratoria viene prescritta prevalentemente dallo specialista pneumologo che pone la diagnosi; il paziente viene quindi inviato allo pneumologo riabilitatore, che attraverso ulteriori e specifiche valutazioni, indirizza il paziente verso un percorso strutturato di riabilitazione polmonare. Anche il medico di base o i medici di altri reparti ospedalieri possono indirizzare i pazienti verso un percorso di riabilitazione polmonare.