

أوتيل ديو دو فرانس
مركز طبي جامعي



وحدة إعادة التأهيل التنفسي

ما هو برنامج إعادة التأهيل القلبي والتنفسي؟

إنه تدخل قائم على أدلة علمية قوية وراسخة - شامل ومخصص بناءً على تقييم معمق للمريض يليه علاجات مصممة خصيصًا للمرضى من أجل تحسين الحالة البدنية والنفسية للأشخاص المصابين بأمراض القلب والجهاز التنفسي المزمنة وتعزيز الالتزام طويل الأمد بالسلوكيات الصحية.

مبادئ إعادة التأهيل القلبي والتنفسي:

يقلل مرضى أمراض الجهاز التنفسي والقلب المزمنة تدريجيًا من نشاطهم البدني لأن أي تمرين عضلي ينتج أو يزيد من ضيق التنفس لديهم. وبالتالي، فإن عدم اللياقة الناتج عن الخمول الحركي هو أمر حتمي.

الأهداف:

- إنها رعاية شاملة تتيح:
- تحسين العلاج الخاص بك.
- تقليل مشاكل ضيق التنفس لديك.
- زيادة أدائك البدني في أنشطة الحياة اليومية.
- تقليل عدد وشدة الاشتداد.
- تحسين نوعية حياتك.
- تحسين أو استقرار المرض التنفسي.
- تحسين نوعية حياتك.

لماذا مستشفى أوتيل ديو دو فرانس؟

- مركز جديد ومجهز بشكل جيد.
- لديه منصة تقنية كبيرة للتكنولوجيات الجديدة.
- له فريق متعدد التخصصات.

ممن يتكون الفريق؟

الفريق مكون من أخصائيي الأمراض الرئوية، وأخصائيي في الطب الطبيعي وإعادة التأهيل، وأخصائيي العلاج الطبيعي، وأخصائيي العلاج بالأكسجين، وعلماء النفس، وأخصائيي التغذية، وأخصائية اجتماعية. يستخدمون أحدث تقنيات إعادة التأهيل والتقييم القلبي والتنفسي.

كيف يتم تنفيذ البرنامج؟

يتم تنفيذ برنامج إعادة التأهيل التنفسي على أساس العيادات الخارجية، أي لمدة 10 إلى 20 نصف يوم، 3 إلى 5 مرات في الأسبوع.

المرحلة الأولى: الاستشارة والتقييم

أولاً، يستفيد كل مريض من استشارة مع أخصائي الأمراض الرئوية. يتأكد الأخير من مدى ملاءمة البرنامج أو عدم ملاءمته، وغياب الموانع، وتقديم تشخيص تعليمي أولي. سيسمح هذا التقييم بوضع برنامج مخصص ومتكيف مع كل مريض، بغض النظر عن المرض الأساسي ودرجة شدته. الفحوصات المجرىة في هذه المرحلة هي:

- الفحص السريري.
 - اختبار وظائف التنفس.
 - اختبار المشي لمدة 6 دقائق.
 - موجات فوق صوتية للقلب.
 - اختبار مجهود قلبي تنفسي.
 - تقييم غذائي.
 - استبيانات محددة لتقييم ضيق التنفس والتأثير النفسي وجودة الحياة.
- بعد هذا التقييم، يصف أخصائي الأمراض الرئوية برنامج إعادة التأهيل الخاص بك، ويسجل وصفاته في ملفك الطبي، ويعد ملخصًا للفريق متعدد التخصصات.

المرحلة الثانية: جلسات إعادة التأهيل

خلال جلساتك، سيتم رعايتك في:

- العلاج الطبيعي التنفسي.
- النشاط البدني المكيف في سياق ممتع.
- إعادة التدريب على المجهود من خلال عمل شخصي على التحمل.
- إعادة التأهيل الغذائي: استقصاء غذائي، ميزان دهني، مراقبة الوزن والقياس المقاومي للجسم.
- دراسة النوم إذا لزم الأمر.
- التثقيف الصحي: يتدخل كل عضو في فريق الرعاية الصحية.
- سيُطلب منك المقابلة مع أخصائي مكافحة التدخين إذا كنت من المدخنين.
- تقدم رعاية فردية من قبل اختصاصية التغذية و/أو علم النفس إذا احتاجها المريض أو طلبها.

إن مراقبة تشبع الأكسجين أثناء التمرين، وضغط الدم والنبض (إذا لزم الأمر)، تسمح بتنفيذ هذا البرنامج تحت الأكسجين أو حتى التنفس الصناعي غير الجراحي إذا لزم الأمر.

المرحلة الثالثة: الخروج والمتابعة

في نهاية برنامجنا، يتم إجراء تقييم. يختتم اللقاء مع طبيب الأمراض الصدرية ويصادق الأخير على مكتسباتك. ستتمكن من العودة مع توصيات حول متابعة رعايتك مع وثائق ملائمة.





أوتيل ديو دو فرانس
مركز طبي جامعي



www.hdf.usj.edu.lb -     Hôtel-Dieu de France