



Oier Gorosabel - @Txikillana
Fisioterapeuta

Arnas fisioterapia covid-19aren aroan

Pandemiaren «txoke fasean» arazo nagusietako bat ospitaleen saturazioa izan da. Nahiz eta covid-19a duten gaixoetatik gutxi amaitzen duten zainketa intentsiboetako unitateetan (ZIU), nahikoa da jende asko batera gaitzea gure osasun sistemaren ahalmen urri(tu)a kolapsatzeko; hortik babes neurri orokorren garrantzia. Nahiz eta arrisku hori oraindik hor egon, bada pandemiaren bilakaeran gero eta garrantzi gehiago hartuko duen beste asistentzia mota bat: egoera larritik aterata, bizi-modu normalera itzuli behar duten pertsonena. Kasu horietan, fisioterapiak rol nabarmena jokatu du, bereziki bihotz-biriketako arloan.

Ez da gure kolektiboan gertatuko den lehen bataila, noski: orain arte, ospitaleetako lankideek buru-belarri jardun baitute SARS-COV-2 birusaren aurka. Lehen uneen zurrumbilo ero horretan, kalean nekez ulertzen zen etxe handi horien murrue artean gertatzen zena; gainera, fisioterapeuten kolektiboa ezkutuan geratzen zen, astronautaz jantzitako osagile guztien artean. Halere, lehen unetik bertatik, argi gertatu zen haien lanaren garrantzia: lau tratamendu esparru argi bereizi ziren covid-19 paziente positiboen fisioterapia tratamendurako: bat, etxean konfinatuak zeudenena; bi, ospitaleko solairu normalean zeudenena; hiru, ZIUetan zeudenena; eta lau, alta emanda etxera bidalitakoena. Bistan denez, kutsatzeak ekiditeko neurriek (pazienteen artekoa, zein osagile-paziente transmisioa) dena zailtzen zuten; paziente positiboekin lan egiteak norbera babesteko ekipoen erabilera zorrotza eskatzen baitu, eta material esterila, eta areto bereizi eta babes-tuak... Agian horixe da frontearen lehen lerroan dauden lankideen alderdirik zailena, kentzen duen denbora eta baliabide guztiengatik. Baina ken dezagun une batez arreta babes parafernaliatik, lan soilari erreparatzeko. Zer egiten dute ospitaleetako fisioterapeutek covid-19 pazienteekin?

Lan ildoen artean bat nabarmentzen da: arnas fisioterapia. Helburu nagusiak dira paziente horiek izaten dituzten disnea edo arnasestua hobetzea, biriken funtzioa berma-

tzea eta konplikazioak ekiditea; baina fisioterapiak haien bizitza kalitatean eta antsietate/depresio egoeran ere eragin nabarmena du. Covid-19 pazienteen zati batean (%34 inguru) muki ekoizpena handitzen da, eta hura ateratzeko laguntza ere beharrezkoa izan daiteke. Bestalde, ikusi denez paziente horiei ordu batzuk ahuspez etzatea komeni zaie (jarrera horretan oxigenazioa errazagoa delako eta bizi-raupen portzentaje altuagoa lortzen delako); horretara, tarteak jarrera aldaketak egin behar izaten zaizkie. Horrek konplikazio berezia dakar haien osasun egoeraren, ezintasunaren edo kontzientzia mailaren arabera; ez da erraza konorte barik eta intubatua dagoen paziente bat mugitzea. Horrelako maniobrek osagile guztien aldetik trebakuntza berezia eskatzen dutenez, fisioterapeutek ere hor aurkituko ditugu. Hortaz gain, luzaroan oheratutako pazienteen kasuan, gelditasunak ekarritako arazoak ekidin behar izaten dira muskuluak indartuz, posturak aldatuz eta oro har mugikortasuna sustatuz, betiere egoera klinikoak ahalbidetzen duen neurrian eta pazientearen konstanteak kontrolpean izanez –batez ere oxigeno asetasuna–. Azkenik, klinikoki egonkortu ostean, covid-19 pazienteek ZIUko beste pazienteen konplikazio bertsuak izan ditzakete (arnasketa mekanikoaren albo kalteak, mukiaren erretentzioa, polineuropatia, miopatia...); orduan, fisioterapiaren helburu nagusia arnasa eta mugikortasuna ZIUtik ateratzeko momentura egokitzea izango da.

Hortik aurrera, ospitaleetako lankideek lekukoa lehen arretan lan egiten dugunoi pasatzen digute. Izan ere, itxura guztien arabera, “kalean” ospitale/ZIUetatik datozen pa-

ziente horien jario gero eta handiagoa izango dugu. Baina oraindik ez direnez ondo ezagutzen etorkizunean izan ditzaketen bilakaera eta ondorioak, ezin ditugu haien tratamendu fisioterapeutikoaren ezaggarriak aurreikusi. Dena den, argitaratzen hasi diren zenbait gida eta entsegu klinikok jada berretsi dute arnas fisioterapiak eragin mesedegarria duela paziente horien; horixe izango da bada, kondizio fisiko eta psikologikoak leheneratzearekin batera, fisioterapeuton iparrorratza. •



Fisioterapiaren lan ildo ugari erabiltzen ari dira covid garaian. LUBAKI | FOKU