

Fysioterapeutisk intervention för patienter med Kroniskt Obstruktiv Lungsjukdom

Amanda Mohlin och Eva Sundberg

Citypraktikens fysioterapi

CityPraktiken



Bakgrund

- KOL är en progressiv inflammatorisk sjukdom som ger förändringar i luftvägar och lungvävnad
- Minskat gasutbyte
- Förhöjt andningsmedelläge -> andningsfrekvensen stiger snabbare
- KOL påverkar flera andra organ och system i kroppen
- Personer med KOL blir ofta inaktiva
- WHO beräknar att KOL år 2030 är den tredje vanligaste dödsorsaken

Bakgrund

- Enligt nationella riktlinjer bör konditions och styrketräning erbjudas till patienter med KOL som har en nedsatt fysisk kapacitet och FEV1 < 80 procent av förväntat normalvärde. Evidens för att det förbättrar hälsorelaterad livskvalitet, ökad fysisk kapacitet, minskad dyspné, ångest och depression (prioritet 3 enligt socialstyrelsen)
- Patientutbildningar och stöd till egenvård bör erbjudas individuellt eller i grupp (prioritet 3 enligt socialstyrelsen)

Syfte

Öka patienternas kunskap om sin sjukdom och egenvård samt introducera dem till fysisk träning för ökad livskvalité och välbefinnande



Genomförande

- Patientutbildning
- Stationsträning en gång / vecka, under 6 veckor
- Uppmanades till fortsätta träning
- Uppföljning



Resultat

	Patient 1 Testtillfälle 1	Patient 1 Testtillfälle 2	Patient 2 Testtillfälle 1	Patient 2 Testtillfälle 2
CAT	15 poäng	8 poäng	10 poäng	7 poäng
6-min gångtest -gångsträcka	380m	405m	520m	470m
-lägsta saturation under testet	93%	92%	93%	94%
-skattad ansträngning efter 6 min (BORG CR10)	3	3	3	1
Sit-to-stand test	28st	24st	20st	20st

Sammanfattning

- Patienter nöjda med KOL information och träning
- Fungerande upplägg som kan utvecklas ytterligare
- KOL-skola planeras med utökad information där flera yrkeskategorier medverkar

Tack för visat intresse!

