

## Η ΕΠΙΔΡΑΣΗ ΤΗΣ ΑΣΚΗΣΗΣ ΤΩΝ ΕΙΣΠΝΕΥΣΤΙΚΩΝ ΜΥΩΝ ΣΤΗΝ ΔΙΑΧΕΙΡΙΣΗ ΤΗΣ ΔΥΣΠΝΟΙΑΣ ΣΕ ΑΣΘΕΝΕΙΣ ΜΕ ΚΑΡΚΙΝΟ ΤΟΥ ΠΝΕΥΜΟΝΑ: ΜΙΑ ΠΙΛΟΤΙΚΗ ΤΥΧΑΙΟΠΟΙΗΜΕΝΗ ΚΛΙΝΙΚΗ ΔΟΚΙΜΑΣΙΑ

**Χαραλάμπους Ανδρέας, Σταυρινού Μιχάλης, Δημήτρης Ντασκαγιάννης, Μάριος Δεκατρείς, Χάρης Χαραλάμπους, Χαραλάμπους Παντελίτσα, Διαμαντή Μαρία, Molassiotis Alexander**

**Εισαγωγή:** Η δύσπνοια στους ασθενείς με καρκίνο του πνεύμονα αποτελεί ένα κοινό σύμπτωμα που επηρεάζει το 50-70% των ασθενών. Η διαχείριση της δύσπνοιας είναι πολύπλοκη και οι επιλογές θεραπείας είναι συχνά αναποτελεσματικές. Η άσκηση των εισπνευστικών μυών (IMT) αποτελεί μια μη φαρμακευτική μέθοδο με θετικά αποτελέσματα στην Χρόνια Αποφρακτική Πνευμονοπάθεια.

**Σκοπός:** Να δοκιμαστεί η εφαρμογή και αποτελεσματικότητα της μεθόδου στους ασθενείς με καρκίνο.

**Στόχοι:** Να αξιολογηθούν τυχόν αλλαγές στις μεταβλητές που αφορούν τα αποτελέσματα της μεθόδου.

**Μεθοδολογία:** Πιλοτική τυχαίοποιημένη κλινική δοκιμασία. Η ομάδα παρέμβασης έλαβε εκπαίδευση με την χρήση μιας φορητής αντλίας διαβαθμισμένης πίεσης (Phillips Respiroics). Οι ασθενείς εφάρμοζαν 2 συνεδρίες ημερησίως συνολικής διάρκειας 30 λεπτών για μια περίοδο 12 εβδομάδων. Οι ασθενείς στην ομάδα ελέγχου ακολουθούσαν την συνηθισμένη θεραπεία. Οι μεταβλητές αξιολογήθηκαν πριν από την έναρξη της παρέμβασης και μηνιαίως για 3 μήνες και περιλάμβαναν: σωματικές παραμέτρους (FEV1, FVC), αξιολόγηση της δύσπνοιας (VAS), την κλίμακα Borg (αξιολόγηση βαθμού της δύσπνοιας), αξιολόγηση της ποιότητας ζωής (SF-CRQ) και αξιολόγηση του άγχους, της κατάθλιψης και της ασφάλειας (HADS).

**Αποτελέσματα:** 46 ασθενείς με μέση ηλικία 69.5 χρόνια που δεν λάμβαναν χημειοθεραπεία/ακτινοθεραπεία συμμετείχαν στην έρευνα προερχόμενοι από 3 κέντρα στην Κύπρο και το Ηνωμένο Βασίλειο. Δεν βρέθηκαν διαφορές σε σχέση με την FEV1 και FVC. Στατιστικά και κλινικά σημαντικές διαφορές βρέθηκαν σε σχέση με την ικανότητα διαχείρισης ( $p=0.02$ ), την ικανοποίηση με την διαχείριση της δύσπνοιας ( $p=0.024$ ), κόπωση ( $p=0.007$ ), άγχος ( $p=0.027$ ) και κατάθλιψη ( $p=0.048$ ).

**Συμπεράσματα:** Η IMT είναι εφικτή και ασφαλής για τους ασθενείς με ιδιαίτερα θετικά αποτελέσματα στην ικανότητα διαχείρισης της δύσπνοιας.

**Εισηγήσεις:** Διαμόρφωση ενός αποτελεσματικού πρωτόκολλου θεραπείας ενώ τα αποτελέσματα υποστηρίζουν μια μεγαλύτερη κλινική δοκιμασία.