



Τεχνολογικό
Πανεπιστήμιο
Κύπρου

ΣΧΟΛΗ

ΕΠΙΣΤΗΜΩΝ

ΥΓΕΙΑΣ ΤΜΗΜΑ

ΝΟΣΗΛΕΥΤΙΚΗΣ

Πτυχιακή Εργασία

**[Η ΦΥΣΙΚΗ ΑΣΚΗΣΗ ΑΤΟΜΩΝ ΜΕ
ΑΝΑΠΗΡΙΑ ΣΤΗΝ ΚΟΙΝΟΤΗΤΑ ΜΕΤΑ
ΑΠΟ ΤΡΟΧΑΙΟ ΑΤΥΧΗΜΑ]**

ΚΩΝΣΤΑΝΤΙΝΟΥ ΑΝΘΗ

Λεμεσός 2020

ΤΕΧΝΟΛΟΓΙΚΟ
ΠΑΝΕΠΙΣΤΗΜΙΟ ΚΥΠΡΟΥ
ΣΧΟΛΗ ΕΠΙΣΤΗΜΩΝ ΥΓΕΙΑΣ
ΤΜΗΜΑ ΝΟΣΗΛΕΥΤΙΚΗΣ

Πτυχιακή Εργασία

**[Η ΦΥΣΙΚΗ ΑΣΚΗΣΗ ΑΤΟΜΩΝ ΜΕ
ΑΝΑΠΗΡΙΑ ΣΤΗΝ ΚΟΙΝΟΤΗΤΑ ΜΕΤΑ
ΑΠΟ ΤΡΟΧΑΙΟ ΑΤΥΧΗΜΑ]**

Άνθη Κωνσταντίνου

Επιβλέπων καθηγητής
Κος Νίκος Σταυρίδης

Λεμεσός 2020

Πνευματικά Δικαιώματα

Copyright © Κωσταντίνου Άνθη, [2020] Με επιφύλαξη παντός δικαιώματος. All rights reserved. Η έγκριση της πτυχιακής διατριβής από το Τμήμα Νοσηλευτικής του Τεχνολογικού Πανεπιστημίου Κύπρου δεν υποδηλώνει απαραίτητως και αποδοχή των απόψεων του συγγραφέα εκ μέρους του Τμήματος.

Ευχαριστίες

Με την ολοκλήρωση της πτυχιακής εργασίας οφείλω ένα μεγάλο ευχαριστώ στον επιβλέπων καθηγητή τον κο Νίκο Σταυρίδη προσέφερε σε όλα τα στάδια της διαδικασίας της παρούσας εργασίας. Χάρη στη δική του επιστημονική καθοδήγηση έφτασα στο σημαντικό σημείο της ολοκλήρωσης του Πτυχιακού Προγράμματος Σπουδών στο Τμήμα Νοσηλευτικής της Σχολής Επιστημών Υγείας του Τεχνολογικού Πανεπιστημίου Κύπρου (ΤΕΠΑΚ). Ιδιαίτερες ευχαριστίες τέλος θα ήθελα να απευθύνω προς την οικογένεια μου και ιδιαίτερα στον πατέρα μου και την μητέρα μου για την υποστήριξη που έδειξαν στις προτεραιότητες που επέβαλε αυτή η προσπάθεια.

Περίληψη

Με βεβαιότητα μπορεί να λεχθεί ότι αρκετά ζητήματα πιθανόν να ανακύπτουν αναφορικά με τις πολιτικές, τις πρακτικές και τους τρόπους αντιμετώπισης ατόμων με αναπηρία και ιδιαίτερα στα άτομα των οποίων η αναπηρία έχει προκύψει μετά από τροχαίο ατύχημα. Ωστόσο, οι απαντήσεις που σχετίζονται τόσο με τα σωματικά μειονεκτήματα που προκύπτουν από μια αναπηρία τροχαίου δυστυχήματος, όσο και για τις διαδικασίες υποστήριξης από λειτουργούς φροντίδας και το περιβάλλον του πάσχοντα ως προς την επανένταξη του στην κοινότητα φαίνεται να ποικίλουν. Οι πολιτικές στην σύγχρονη εποχή σχεδόν αποκλειστικά, φαίνεται να επικεντρώνονται στα θεσμικά κυρίως ζητήματα σε σχέση με την παροχή ίσων ευκαιριών, ενώ οι πρακτικές επικεντρώνονται κυρίως στην οικογενειακή υποστήριξη για τα άτομα με αναπηρία.

Η πλέον ενδεδειγμένη και προτεινόμενη λύση φαίνεται να σχετίζεται κυρίως με την οικιακή φροντίδα και αυτό γιατί τα ιδρύματα αποκατάστασης ακόμα και σήμερα τείνουν να θεωρούνται μια εξαιρετικά δαπανηρή λύση, η οποία εκτός των άλλων υποστηρίζεται ότι πιθανόν να αποτελούν και έναν αποσταθεροποιητικό παράγοντα για την θεραπεία του πάσχοντα. Μολονότι, η οικογενειακή φροντίδα στο σπιτικό περιβάλλον, μαζί με την ταυτόχρονη αρωγή και υποστήριξη των λειτουργών υγείας φαίνεται να υποστηρίζεται με ενθουσιασμό γεγονός που μπορεί να διευκολύνει στην πορεία την ομαλή ένταξη του πάσχοντα στην κοινότητα. Αυτό άλλωστε φαίνεται να αποτελεί και την πάγια θέση των οδηγιών που προωθούνται για ενημέρωση αναφορικά με την ενημέρωση και τις στρατηγικές των κρατών για τα άτομα με αναπηρίες.

Από μακρού χρόνου, οι πάγιες θέσεις των Δημοκρατικών κρατών και ιδιαίτερα των κρατών της ΕΕ, φαίνεται να διακηρύττουν μεταξύ άλλων ότι, « η κατευθυντήρια αρχή των υπηρεσιών κοινωνικής πρόνοιας θεωρείται αναγκαίο να διασφαλίζει ότι οι ανάπηροι, ανεξάρτητα από την αναπηρία τους, χρειάζεται να έχουν τη μέγιστη δυνατή αντιμετώπιση προς την ισότητα και την ευκαιρία να μοιράζονται και να συμβάλλουν στη ζωή της κοινότητας. Επιπλέον, χρειάζεται να εξασφαλίζεται ότι οι δυνατότητες τους αλλά και επιθυμίες τους θα μπορούν να υλοποιούνται πλήρως, παράλληλα με την στήριξη και την ανάπτυξη της αυτοπεποίθησης τους. Τα κίνητρα αυτά, φαίνονται ικανά να ενισχύσουν με την σειρά τους τις κοινωνικές επαφές τους». Ως εκ τούτου όμως, τόσο οι εξαγγελίες όσο και η ρητορική, στην πραγματικότητα δεν φαίνεται να ταιριάζει απόλυτα με την πραγματικότητα. Διαχρονικά φαίνεται να

παρουσιάζονται σταδιακές βελτιώσεις στις υπηρεσίες κοινωνικής πρόνοιας και παροχή δημόσιων δαπανών με αυξητική τάση σχετικά με την προσφοράς νοσοκομειακών εγκαταστάσεων και προσωπικού υγείας, λειτουργούς κατ' οίκον φροντίδας και ενίσχυση εξοπλισμού προσαρμοσμένου στα άτομα με αναπηρία, ωστόσο υποστηρίζεται ότι είναι αναγκαίο να γίνουν πολύ περισσότερα.

Υποστηρίζεται επίσης ότι η υπηρεσία απασχόλησης των λειτουργών φροντίδας, υγείας και περίθαλψης, ότι είναι ακόμα ατελέσφορη, καθώς αγωνίζεται ακόμα και στην σύγχρονη εποχή, να καλύψει τις ανάγκες εργασίας των ατόμων με αναπηρία. Αναφορικά με τον τομέα της προσωπικής κινητικότητας για τα άτομα με αναπηρία φάνηκε να υπήρξαν σημαντικά βήματα προς τα εμπρός, με μια σταθερή αύξηση της προσφοράς αυτοκινήτων για ανάπηρους που δεν φαίνονται ιδιαίτερα εύχρηστα και λειτουργικά για τους ίδιους πέρα από τα μικρά τρίκυκλα οχήματα, ενώ οι εγχώριες κυβερνήσεις υποστηρίζεται ότι αναγνωρίζουν σταδιακά ότι η πλήρης εφαρμογή της κοινοτικής φροντίδας και η πραγματοποίηση της μέγιστης ευκαιρίας των αναπήρων να συμβιώνουν και να μοιράζονται την ζωή τους με τα αρτιμελή άτομα συμβάλλοντας στη ζωή της κοινότητας, φαίνεται ότι χρειάζεται επιπλέον προσπάθεια. Επιπλέον φαίνεται να απαιτεί ιδιαίτερα αυξημένη σημασία τόσο από τις πολιτικές που εκπονούνται, όσο και από τις οδηγίες που τείνουν να εφαρμόζονται αλλά κυρίως υποστηρίζεται ότι απαιτείται συνέπεια και συνοχή, κυρίως από το οικογενειακό περιβάλλον των αναπήρων όσο και από το δομημένο περιβάλλον των λειτουργών υγείας.

Στόχος δεν φαίνεται να είναι μια υποτυπώδεις επίβλεψη η οποία ενδέχεται να εμποδίσει αρκετά άτομα με αναπηρία να συμμετάσχουν στη συνήθη πορεία εκπαιδευτικών, εργασιακών και κοινωνικών εμπειριών καταδικάζοντας τους κατά περιόδους να περιορίζονται στο σπίτι χωρίς να έχουν κάτι να κάνουν, αλλά μέσω της φυσικής άσκησης και χάρη στον σημαίνονται ρόλο του νοσηλευτή και λειτουργού υγείας, να επιχειρηθεί μια προσπάθεια εναρμόνισης των αναπήρων στην κοινότητα, όσο το δυνατόν πιο ανώδυνα. Οι τρόποι παροχής ίσων ευκαιριών στα άτομα με οποιαδήποτε σωματική αναπηρία που προέρχεται από τροχαίο ατύχημα και η παροχή ουσιαστικής βοήθειας από τους λειτουργούς υγείας μέσω της φυσικής άσκησης προκειμένου να επανενταχθούν στην κοινότητα φαίνεται ένα γεγονός εφικτό και σε καμία περίπτωση δεν χρειάζεται να αποτελεί μειονέκτημα. Δεδομένης της περιγραφής των αναπήριών, τις παθήσεις των ατόμων και της υποστήριξης τους από

τους λειτουργούς υγείας, προτείνεται συμπερασματικά μια στρατηγική σχετικά με τις αναπηρίες και τις ενδεχόμενες πολιτικές που μπορούν να εφαρμοστούν.

Λέξεις Κλειδιά: (Φυσική Άσκηση, Αναπηρία, Τροχαίο Ατύχημα, Κοινότητα)

Abstract

It can be said with certainty that several issues are likely to arise regarding the policies, practices and ways in which people with disabilities are treated, especially those whose disabilities have arisen after a car accident. However, the responses related to both the physical disabilities resulting from a car accident and the support procedures for caregivers and the environment of the sufferer regarding his or her reintegration into the community seem to vary. Modern politics, almost exclusively, seems to focus mainly on institutional issues in terms of providing equal opportunities, while practices focus mainly on family support for people with disabilities. The most appropriate and recommended solution seems to be mainly related to home care and this is because rehabilitation institutions even today tend to be considered an extremely expensive solution, which among other things is claimed

to be a destabilizing factor for the treatment of the patient. However, family care in the home environment, along with the simultaneous help and support of health workers, seems to be enthusiastically supported, which can facilitate the smooth integration of the patient into the community. This also seems to be the firm position of the guidelines that are being promoted for information regarding the information and strategies of states for people with disabilities.

For a long time, the steadfast positions of the Democratic States, and especially of the EU states, seem to have proclaimed, among other things, that "the social welfare services authority considers it necessary to ensure that the disabled, regardless of their disability, need to have the maximum possible approach to equality and the opportunity to share and contribute to community life. In addition, it is necessary to ensure that their capabilities and desires can be fully realized, while supporting and developing their self-confidence. These incentives seem to be able to in turn strengthen their social contacts". As a result, both the announcements and the rhetoric, in fact, do not seem to fit perfectly. Over time, there has been a gradual improvement in social welfare services and increased public spending on hospital and healthcare providers, home care workers and the provision of equipment for people with disabilities, but it is argued that more needs to be done. .

It is also argued that the employment service of care, health and care workers, that it is still ineffective, as it struggles even in modern times, to meet the work needs of people with disabilities. Regarding the area of personal mobility for people with disabilities, it seems that there have been significant steps forward, with a steady increase in the supply of cars for people with disabilities that do not seem very easy and functional for them other than small tricycles, while domestic Governments are said to be gradually acknowledging that the full implementation of community care and the realization of the greatest opportunity for people with disabilities to live together and share their lives with those in charge Being in community life, it seems that extra effort is needed. In addition, it seems to be of particular importance both in the policies it pursues and in the guidelines that tend to be implemented, but it is mainly argued that consistency and coherence are required, mainly from the family environment of the disabled and the structured environment of health workers.

The goal does not seem to be a rudimentary supervision which may prevent several people with disabilities from participating in the usual course of educational, work and social experiences by condemning them from time to time to be confined to their

homes without doing anything but through physical exercise and grace. in the role of nurse and health officer, to make an effort to harmonize the disabled in the community as painlessly as possible.

Ways to provide equal opportunities to people with any physical disability resulting from a car accident and to provide substantial assistance to health workers through physical exercise in order to be reintegrated into the community seems to be a feasible event and in no way should it be a disadvantage. Given the description of disabilities, people's illnesses and their support by health professionals, a strategy for disability and possible policies that can be implemented is conclusively proposed.

Keywords: (Physical Exercise, Disability, Traffic Accident, Community)

Περιεχόμενα

Ευχαριστίες.....	4
Πρόλογος	5-7
Abstract	8-9
Εισαγωγή	11-15
Συμπέρασμα.....	48-51
Μελλοντικές Προτάσεις.....	52-54
Βιβλιογραφικές Αναφορές.....	55-74
Παραρτήματα.....	75-78

Ενότητα I

1. Φυσική Άσκηση και Αναπηρία.....	16-20
------------------------------------	-------

Ενότητα II

2. Αναπηρία και Ταξινόμηση της σε Άτομα μετά από Τροχαίο Ατύχημα	21-24
2.1. Αναπηρία και Κοινωνικές Προεκτάσεις.....	24-28
2.2. Επιπτώσεις Ατόμων με Αναπηρίες μετά από Τροχαίο Ατύχημα	28-33

Ενότητα III

3. Ο Ρόλος του Λειτουργού Υγείας στα Άτομα με Αναπηρία.....	34-42
3.1. Αναγκαιότητα Υποστήριξης Ατόμων μετά από Τροχαίο Ατύχημα	42-47