

**22. Ο ρόλος των ισομετρικών αυχενικών ασκήσεων στην αντιμετώπιση της δυσφαγίας και της ευθυγράμμισης της σπονδυλικής στήλης σε ενήλικες ασθενείς με ημιπάρεση εγκεφαλικής αιτιολογίας. Μια προοπτική συγκριτική μελέτη**  
**Παπαδοπούλου Σ.<sup>1</sup>, Θεοδώρου Σ.<sup>2</sup>, Εξαρχάκος Γ.<sup>2</sup>, Μπερής Α.<sup>2</sup>, Πλούμης Α.<sup>1</sup>**

<sup>1</sup>Κλινική Φυσικής Ιατρικής και Αποκατάστασης Πανεπιστημιακού Νοσοκομείου Ιωαννίνων, <sup>2</sup> Ιατρική Σχολή του Πανεπιστημίου Ιωαννίνων

**Σκοπός:** Σκοπός της μελέτης είναι η αξιολόγηση της εφαρμογής των ισομετρικών αυχενικών ασκήσεων σε δυσφαγικούς ενήλικες ασθενείς με διαταραχές ευθυγράμμισης της σπονδυλικής στήλης, λόγω ημιπάρεσης εγκεφαλικής αιτιολογίας.

**Υλικό-Μέθοδος:** Πρόκειται για μία προοπτική συγκριτική μελέτη δυσφαγικών ενήλικων ασθενών με ημιπάρεση, οι οποίοι βρισκόταν στο στάδιο της αποκατάστασης. Κριτήρια εισόδου αποτέλεσαν τα προβλήματα ευθυγράμμισης της Α.Μ.Σ.Σ. σε συνδυασμό με τα δυσφαγικά συμπτώματα σε ενήλικο πληθυσμό ηλικίας από 25-75 ετών, ο οποίος είχε καλό γνωστικό επίπεδο, ικανότητα στήριξης της κεφαλής και του κορμού και αναπνευστική σταθερότητα. Από τη μελέτη εξαιρέθηκαν άτομα στα οποία είχε συστηθεί ακινητοποίηση του αυχένα. Στους προς μελέτη ασθενείς διενεργήθηκαν σε δύο χρόνους κατά την έναρξη και το τέλος του θεραπευτικού προγράμματος ακτινολογικές μετρήσεις σε καθιστή και όρθια θέση. Αξιολογήθηκαν η γωνία Cobb και οι δομικές και λειτουργικές ανεπάρκειες κατά την κατάποση με τη διενέργεια VFSS.

**Αποτελέσματα:** Στη μελέτη συμπεριλήφθηκαν 70 συνεχόμενοι ασθενείς με ημιπάρεση (59% μετά από εγκεφαλικό επεισόδιο, 27% μετά από κρανιοεγκεφαλική κάκωση και 14% με άλλη αιτιολογία), μέσος όρος ηλικίας 52,17 έτη. Στο 53% διενεργήθηκαν ισομετρικές αυχενικές ασκήσεις. Κατά την τελευταία αξιολόγηση οι ασθενείς αυτοί εμφάνισαν βελτίωση ( $p < 0.001$ ) τόσο στην αυχενική ευθυγράμμιση στο οβελιαίο και στο μετωπιαίο επίπεδο όσο και στις διαταραχές κατάποσης.

**Συμπέρασμα:** Οι ενήλικες δυσφαγικοί ασθενείς με ημιπάρεση εγκεφαλικής αιτιολογίας στους οποίους διενεργήθηκαν αυχενικές ισομετρικές ασκήσεις στην περίοδο αποκατάστασης τους, παρουσίασαν αξιοσημείωτη διόρθωση στις διαταραχές ευθυγράμμισης, αλλά κυρίως στις διαταραχές κατάποσης σε σχέση με την ομάδα ασθενών στην οποία δεν διενεργήθηκαν ασκήσεις.

**Λέξεις κλειδιά:** **δυσφαγία, αυχενική μοίρα, εγκεφαλικό επεισόδιο.**