

פיזיותרפיה בראי האונקולוגיה

תפקיד הפיזיותרפיה בטיפול הרב מקצועי במתמודדים עם מחלה אונקולוגית בהווה ובעבר



פיזיותרפיה באונקולוגיה

אינה שונה מטיפולי פיזיותרפיה רגילים
מדובר בטיפול הוליסטי הכולל גם התייחסות למחלה,
לטיפולים ולתופעות הלוואי הנפוצות.

מתי מפנים לפיזיותרפיה?

**הידעת?
תחומי
הפיזיותרפיה**



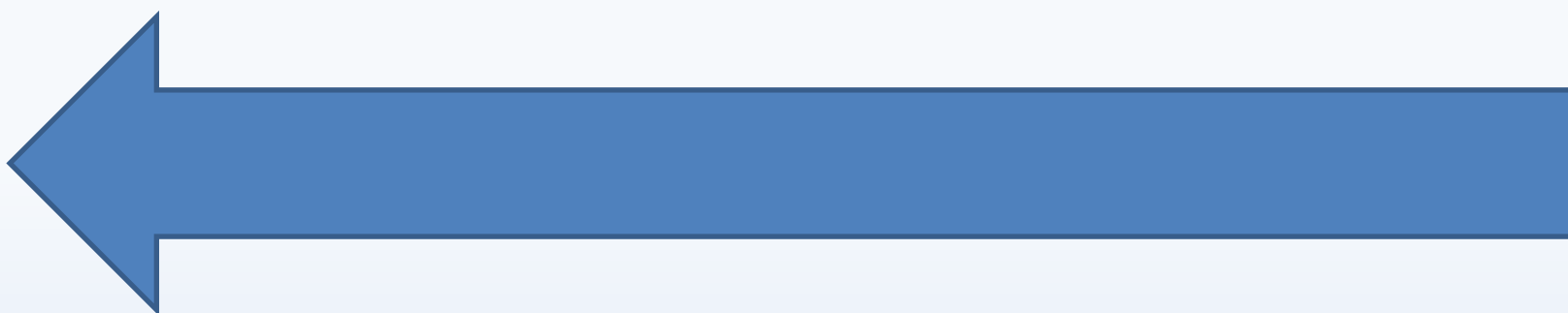
 שיקום קטועים	 לימפאדמה	 כוויות ופצעים	 טיפול / שיקום נשימתי	 שיקום נירולוגי	 חינוך וקידום בריאות	
 שיקום וסטיבלרי וסחרחרות	 פגיה	 רצפת אגן	 התפתחות הילד ובריאותו	 שיקום ילדים	 הידרותרפיה	
 התאמת אביזרי עזר	 גריאטריה	 בריאות האישה	 טיפול פליאטיבי	 אונקולוגיה	 בריאות הנפש	 ארגונומיה
 שיקום לב	 טיפול נמרץ	 מדרסים ואורטוטיקה	 שיקום לאחר לידה	 שיקום אורתופדי	 יציבה	 בריאות הגבר
 כאב כרוני	 מפרק הלסת	 הנגשה	 אימוון אוכלוסיות מיוחדות	 רפואת ספורט	 טיפולי מכון	 שריר שלד

פיזיותרפיה - הבחירה הראשונה. ^f


 העמותה
 לקידום
 הפיזיותרפיה


 פיזיותרפיה
 הבחירה הראשונה
העמותה לקידום הפיזיותרפיה

תקופות התערבות בפיזיותרפיה לאורך ציר הזמן



אובחן
סרטן

טיפול פליאטיבי
שמירה על איכות
חיים מיטבית
במקרים של
מחלה
מתקדמת/כרונית

**לאחר סיום
הטיפולים**
שיקום וחזרה
לשגרה

**תקופת טיפול אונקולוגי
פעיל**
שמירה על תפקוד מיטבי
**מומלץ לקבל אישור
מהרופא ו/או
להתייעץ עם הרופא
(המטפל)**

**מאבחנה עד
תחילת טיפולים**
הכנת הגוף לקראת
הטיפול האונקולוגי

פיזיותרפיה לאורך ציר הזמן

- **מרגע האבחנה ועד לתחילת הטיפול האונקולוגי**
- בניית תכנית לקראת הטיפולים (חיזוק / שימור / מניעת הדרדרות תפקודית)
- התאמת אביזרים
- הדרכה

- **בתקופת טיפול אונקולוגי פעיל (מומלץ לקבל אישור מהרופא ו/או להתייעץ עם הרופא המטפל)**
- פעילות מותאמת (לצורך שימור כוח וטווחי תנועה ומניעת התדרדרות תפקודית)
- התאמת אביזרי עזר / התאמת הבית
- טיפול מותאם לתופעות לוואי קצרות טווח וארוכות טווח (רצפת אגן, לימפטי וכו')
- טיפול לצלקות
- הדרכה

- **מסיום הטיפולים ואל ההחלמה**
- פעילות מותאמת לשיקום התפקוד
- התאמת אביזרי עזר / התאמת הבית
- טיפול לתופעות לוואי קצרות טווח וארוכות טווח (רצפת אגן, לימפטי וכו')
- טיפול לצלקות
- הורדת כאבים הקשורים למערכת שריר-שלד
- הדרכה

- **טיפול פליאטיבי (במחלה מתקדמת / כרונית)**
- טיפול מותאם לתופעות לוואי
- התאמת אביזרי עזר / התאמת הבית
- שימור איכות חיים
- הורדת כאבים הקשורים למערכת שריר-שלד
- פעילות מותאמת (לצורך שימור כוח וטווחי תנועה ומניעת התדרדרות תפקודית)
- הדרכה

פיזיותרפיה לאורך ציר הזמן

הטיפול אינו מסתיים כאשר המטופל עובר משלב לשלב,
יש מקום למעקב וטיפול פיזיותרפיה לכל אורך ההתמודדות
עם המחלה וההחלמה.

קביעת מטרות ותוכנית טיפול

- מטרות ותוכנית הטיפול תלויות במצבו הבריאותי והתפקודי של המטופל
- בתקופת טיפול אונקולוגי פעיל ובטיפול פליאטיבי המצב הוא דינמי ועשוי להשתנות בתכיפות עקב תופעות לוואי ומורכבות רפואית
- במקרים אלו מומלץ לקבוע מטרות טיפול לטווח קצר ולבצע הערכה חוזרת שלהן לעיתים קרובות
- יש לעדכן את המטרות והתוכנית בהתאם

טיפול פיזיותרפיה לתופעות לוואי נפוצות

טיפול בפיזיותרפיה	טיפול סיסטמי	קרינה	ניתוח	תופעות לוואי
פעילות גופנית, אסטרטגיות לשימור אנרגיה	√	√	√	תשישות שמקורה בסרטן Cancer Related Fatigue (CRF)
תנועה, חום/קור, TENS, טיפול מנואלי, הרפיה	(√)	√	√	כאב
תרגול אקטיבי, הנעה פסיבית		√	√	איבוד טווחי תנועה
פעילות גופנית, תרגול ספציפי לשיפור שיווי משקל, הפניה לריפוי בעיסוק, התאמת אביזרים, שיקום תחושת, טיפול מנואלי	√	(√)	(√)	פגיעה בשיווי משקל ו/או מוטוריקה עדינה עקב נירופטיה פריפרית או מרכזית
תרגול אקטיבי כנגד התנגדות	√	√	√	חולשת שרירים
הדרכה למניעת נפילות, התאמת אביזרים, תרגול תפקודי	√	√	√	נפילות
חבישות לחץ, ניקוז לימפתי, תרגול ייעודי ללימפאדמה, טיפול בעור	√	√	√	לימפאדמה
טיפול אורוגניטלי	√	√	√	פגיעה בתפקוד רצפת
	(√)			אגן

√ יופיע בסבירות נמוכה

√ יופיע בסבירות גבוהה

פעילות גופנית למתמודדים עם סרטן

הנחיות ה ACSM לחולים ומחלימים זהות לאלו של האוכלוסייה הכללית בתוספת התאמות במקרים מסוימים

מומלץ להתייעץ עם איש מקצוע לפני התחלת תכנית אימון

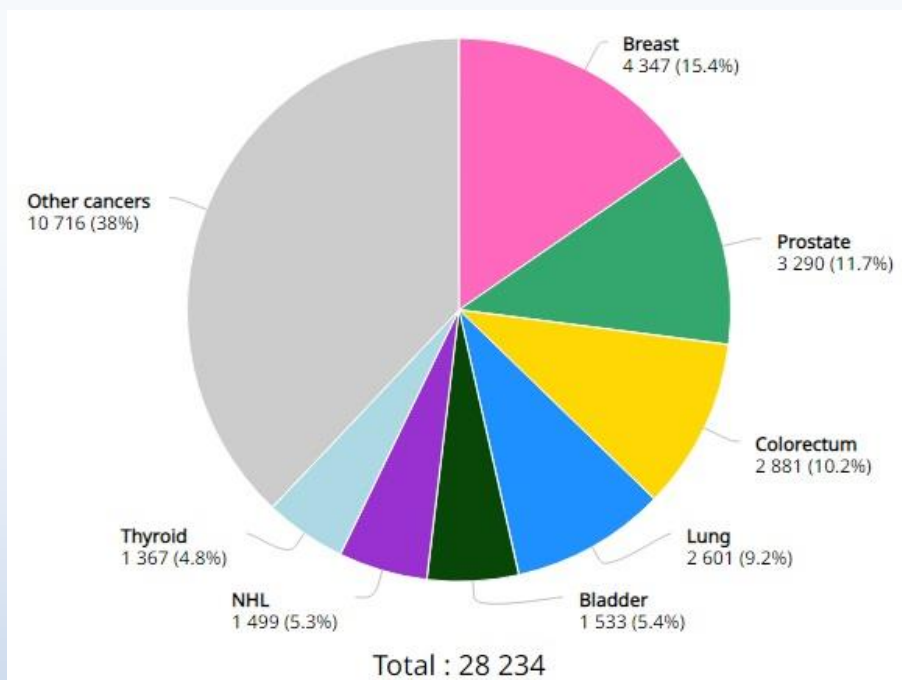
בעיקר במקרים של סרטן ראש/צוואר, סרטן גרורתי בעצמות, מחלות קרדיווסקולריות נלוות או שינוי חריג לרעה במצב הגופני (לדוג' הופעת/החמרת לימפאדמה)

<https://www.acsm.org/news-detail/2019/11/27/new-infographic-available-exercise-guidelines-cancer-patients-survivors>

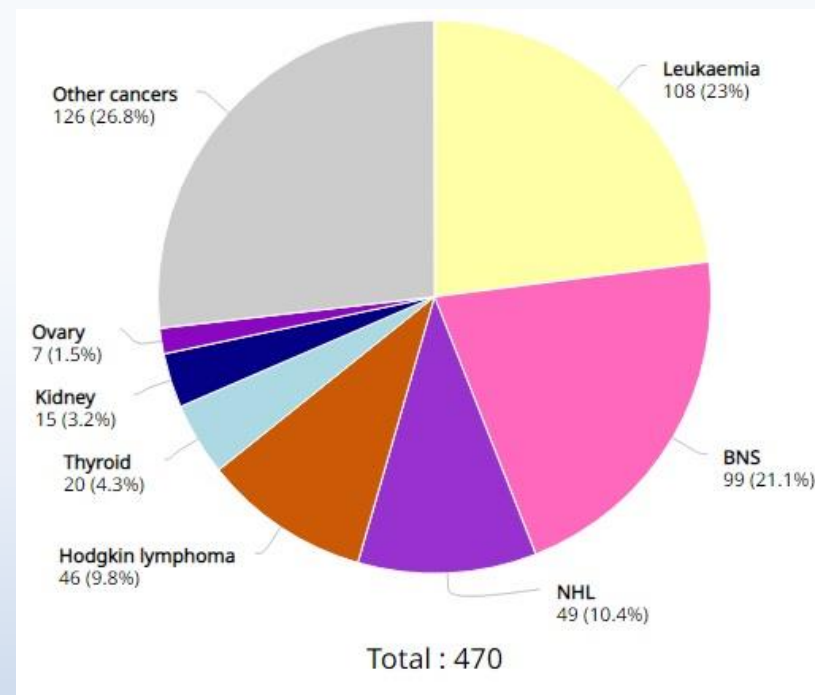


היארעות מחלה ממאירה בישראל בשנת 2020

גילאים: +20



גילאים: 0-19



דגשים ייחודיים הקשורים לילדים תחת טיפול אונקולוגי ואחריו

- ההתפתחות הנורמלית של ילד תחת טיפולים אונקולוגיים ולאחריהם עשויה להשתבש בשל תופעות הלוואי הרבות
- כ-500 ילדים מאובחנים עם סרטן מדי שנה בישראל, שיעור השרידות ב-5 שנים מאבחנה בילדים כ-80%
- תופעות הלוואי מלוות כשני שלישי מהילדים המחלימים לאורך חייהם
- התפתחות מוטורית והשתתפות בחיי היומיום הן חלק אינטגרלי מההתפתחות הרגשית, החברתית והקוגניטיבית של ילדים ובני נוער
- הילד והילדה המקבלים טיפול אונקולוגי נמצאים במסגרת רפואית, במקום להיות בסביבתם הטבעית ומנועים מהשתתפות ב-ADL השגרתית (למשל משחק עם חברים בגן, השתתפות בבית הספר, חוגי אחר צהריים)

דגשים ייחודיים בפיזיותרפיה לילדים תחת טיפול אונקולוגי ואחריו

• בשלב האבחנה טרם תחילת הטיפולים

1. בגיל 0-5 שנים יש לבצע הערכה התפתחותית ודרוש מעקב וטיפול התפתחותי בהמשך על פי צורך.
2. מעל גיל 5 שנים יש צורך בהערכה תפקודית ראשונית, הדרכת הילד ובני משפחתו להקפדה על תרגול מותאם על פי המלצות ה-WHO לכל גיל והמשך טיפול על פי ממצאים.

• במהלך הטיפול האונקולוגי

טיפול פיזיותרפיה יכולים להינתן באתרים שונים: מכון אשפוז יום המטו-אונקולוגי, מחלקות אשפוז המטו-אונקולוגי, מחלקה לטיפול תומך, במכונים ומרפאות התפתחות הילד בקהילה, במסגרות מיוחדות למשל "גן החלומות" (גן לילדים בטיפול אונקולוגי) ובטיפולים ביתיים.

- ישנה חשיבות מיוחדת להנגשת ותיווך המידע למטפל העיקרי, על מנת להבטיח המשך טיפול מיטבי במעבר בין מסגרות הטיפול השונות.

פיזיותרפיה בגישה הפליאטיבית

- טיפולי הפיזיותרפיה בגישה הפליאטיבית, אינם שונים במהותם מטיפולי פיזיותרפיה רגילים, אך יש צורך בשינוי התפיסה השיקומית
- פיזיותרפיה היא חלק ממעטפת רב מקצועית לה זקוק המטופל הפליאטיבי

עקרונות הטיפול הפליאטיבי

- מקל על כאב ועל סימפטומים מטרידים אחרים ;
- תומך בחיים ורואה במוות תהליך נורמאלי ;
- משלב היבטים נפשיים ורוחניים בטיפול בחולה ;
- אינו מכוון להחיש או לדחות את מותו של החולה ;
- תומך בחיים פעילים ככל הניתן של החולה עד מותו ;
- מסתמך על גישת צוות על מנת לסייע למשפחה להתמודד עם מחלתו של המטופל
- מסתמך על גישת צוות להתייחסות לצרכי מטופלים ומשפחתם, לרבות בתהליכי האבל, אם נדרש ;
- משפר את איכות החיים, עשוי גם להיטיב את מהלך המחלה.
- ניתן ליישום מוקדם בשלבי המחלה, בשילוב עם טיפולים אחרים אשר נועדו להאריך חיים, כגון כמותרפיה או הקרנות, וכולל בדיקות אשר יאפשרו להטיב להבין ולטפל בסיבוכים קליניים מעיקים של המחלה.

קישורים מומלצים

- [קבוצת הפייסבוק "פיזיותרפיה אונקולוגית"](#)
- [APTA Oncology](#)
- [קבוצת העניין העולמית IPT-HOPE](#)
- [חלאסרטן](#)
- [האגודה למלחמה בסרטן](#)

תודה על ההקשבה 😊

- סוף -



העמותה
לקידום
הפיזיותרפיה