

ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΑ

Εισαγωγή	1
ΕΝΟΤΗΤΑ 1^η	3
<u>Κεφάλαιο 1^ο</u>	
ΛΕΙΤΟΥΡΓΙΚΗ ΑΝΑΤΟΜΙΑ ΚΑΡΔΙΑΓΓΕΙΑΚΟΥ ΣΥΣΤΗΜΑΤΟΣ	
1.1 Καρδιά	3
1.1.1 Περικάρδιο	4
1.1.2 Καρδιακές κοιλότητες	5
1.1.3 Τοιχώματα καρδιάς	5
1.1.4 Καρδιακές βαλβίδες	5
1.1.5 Στεφανιαία αγγεία	6
1.1.6 Ερεθισματοαγωγό σύστημα	7
1.2 Αιμοφόρα αγγεία	8
1.2.1 Αρτηρίες	8
1.2.2 Φλέβες	8
1.2.3 Τριχοειδή αγγεία	9
<u>Κεφάλαιο 2^ο</u>	
ΦΥΣΙΟΛΟΓΙΑ ΤΟΥ ΚΑΡΔΙΑΓΓΕΙΑΚΟΥ ΣΥΣΤΗΜΑΤΟΣ	
2.1 Καρδιακός κύκλος	11
2.1.1 Λειτουργία των κόλπων ως αντλίες	11
2.1.2 Λειτουργία των κοιλιών ως αντλίες	12
2.1.3 Τελοδιαστολικοί και τελοσυστολικοί όγκοι κοιλιών	14
2.2 Νεύρωση της καρδιάς και ρύθμιση του καρδιακού παλμού.....	14
2.3 Καρδιακό έργο	14
2.4 Παράμετροι καρδιακής λειτουργίας	15
2.4.1 Όγκος παλμού	15
2.4.2 Καρδιακή παροχή	15
2.4.3 Καρδιακός δείκτης	16
2.5 Αρτηριακή πίεση	16
2.6 Αρτηριακός σφυγμός	16

Κεφάλαιο 3°

ΚΑΡΔΙΑΓΓΕΙΑΚΕΣ ΠΑΘΗΣΕΙΣ

3.1 Ισχαιμική καρδιοπάθεια-Στεφανιαία νόσος	19
3.1.1 Στηθάγχη	19
3.1.2 Έμφραγμα του μυοκαρδίου	21
3.1.3 Αιφνίδιος καρδιακός θάνατος	21
3.2 Βαλβιδοπάθειες	21
3.2.1 Ανεπάρκεια μιτροειδούς βαλβίδας	22
3.2.2 Ανεπάρκεια αορτικής βαλβίδας	23
3.2.3 Στένωση αορτικής βαλβίδας	23
3.2.4 Στένωση μιτροειδούς βαλβίδας	24
3.3 Αρτηριακή υπέρταση	25
3.4 Καρδιακή ανεπάρκεια	25
3.5 Ανευρύσματα	26
3.6 Αγγειακό εγκεφαλικό επεισόδιο	27
3.7 Περικαρδίτιδα	28
3.8 Λοιμώδης ενδοκαρδίτιδα	28
3.9 Μυοκαρδίτιδα	29
3.10 Καρδιακές αρρυθμίες	29
3.11 Συγγενείς καρδιοπάθειες	29
3.12 Περιφερειακή αρτηριοπάθεια	30
3.13 Επιδημιολογία καρδιαγγειακών νοσημάτων στον κόσμο, στην Ευρώπη, στην Ελλάδα ..	30

Κεφάλαιο 4°

ΠΑΡΑΓΟΝΤΕΣ ΚΙΝΔΥΝΟΥ ΚΑΡΔΙΑΓΓΕΙΑΚΩΝ ΝΟΣΗΜΑΤΩΝ

4.1 Πρωτογενής πρόληψη	35
4.2 Κατηγορίες παραγόντων κινδύνου	36
4.2.1 Μη τροποποιήσιμοι-Σταθεροί παράγοντες κινδύνου	36
4.2.2 Τροποποιήσιμοι παράγοντες κινδύνου	39
4.2.3 Νεότεροι παράγοντες κινδύνου	47
4.3 Μέθοδοι εκτίμησης και ρόλος των παραγόντων κινδύνου στην πρωτογενή πρόληψη...	48

Κεφάλαιο 5°

5.1 Οικονομική κρίση και επιπτώσεις στους παράγοντες κινδύνου - Συζήτηση – επίλογος....	51
---	----

ΕΝΟΤΗΤΑ 2^η	53
------------------------------------	----

Κεφάλαιο 6^ο

ΕΜΦΡΑΓΜΑ ΤΟΥ ΜΥΟΚΑΡΔΙΟΥ

6.1 Παθοφυσιολογία	53
6.2 Κλινική εικόνα	54
6.3 Αντιμετώπιση εμφράγματος	55
6.4 Επιπλοκές εμφράγματος του μυοκαρδίου	58
6.5 Φυσική εξέλιξη και πρόγνωση	58

Κεφάλαιο 7^ο

ΚΑΡΔΙΑΚΗ ΑΠΟΚΑΤΑΣΤΑΣΗ ΑΣΘΕΝΩΝ ΚΑΙ ΔΕΥΤΕΡΟΓΕΝΗΣ ΠΡΟΛΗΨΗ ΜΕΤΑ ΑΠΟ ΟΞΥ ΕΜΦΡΑΓΜΑ ΤΟΥ ΜΥΟΚΑΡΔΙΟΥ

7.1 Έννοια της καρδιακής αποκατάστασης και δευτερογενούς πρόληψης	61
7.2 Εξέλιξη της καρδιακής αποκατάστασης – Ο ρόλος της άσκησης: Ιστορική αναδρομή ..	62
7.2.1 Εισαγωγή	62
7.2.2 Η περίοδος της αρχαιότητας – θεραπευτική άσκηση	63
7.2.3 Από την Αναγέννηση ως τα μέσα του 20ού αιώνα: περίοδος κλινοστασίας ακινητοποίησης	69
7.2.4 Από το 1950 ως σήμερα: Περίοδος ‘πρώιμης’ κινητοποίησης	78
7.3 Τα σύγχρονα προγράμματα καρδιακής αποκατάστασης	83
7.3.1 Η εφαρμογή των προγραμμάτων ΚΑΠ σήμερα – Εμπόδια συμμετοχής	84
7.3.2 Ο ρόλος του φυσικοθεραπευτή	87
7.3.3 Φυσικοθεραπευτική παρέμβαση στην καρδιακή αποκατάσταση- Επιλογή ασθενών-Αξιολόγηση - Φάσεις	92
7.3.4 Ομαδικό πρόγραμμα	98

Κεφάλαιο 8^ο

Η ΕΠΙΔΡΑΣΗ ΕΝΟΣ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑΤΟΣ ΚΑΡΔΙΑΚΗΣ ΑΠΟΚΑΤΑΣΤΑΣΗΣ ΒΑΣΙΣΜΕΝΟΥ ΣΤΗΝ ΑΣΚΗΣΗ ΣΕ ΑΣΘΕΝΕΙΣ ΜΕΤΑ ΑΠΟ ΕΜΦΡΑΓΜΑ ΤΟΥ ΜΥΟΚΑΡΔΙΟΥ: ΑΝΑΣΚΟΠΗΣΗ

8.1 Εισαγωγή	103
8.2 Μεθοδολογία	104
8.3 Ο ρόλος της άσκησης	104
8.3.1 Ασφάλεια της άσκησης	105
8.3.2 Μείωση θνησιμότητας και νοσηρότητας	109
8.3.3 Αντισπαστική δράση-Ευνοϊκή αναδιαμόρφωση της καρδιάς	115
8.3.4 Επίδραση στο προφίλ καρδιομεταβολικού κινδύνου	124
8.3.5 Επίδραση σε ψυχολογικές παραμέτρους	130
8.3.6 Αποτελέσματα στη Φυσική κατάσταση-Ικανότητα άσκησης	137
8.3.7 Αποτελέσματα στη Λειτουργικότητα και την Ποιότητα Ζωής	153
8.4 Σύνοψη Συμπερασμάτων	161
8.5 Συζήτηση – Προτάσεις	177
Πίνακας συντομεύσεων - ακρωνύμια	185
ΒΙΒΛΙΟΓΡΑΦΙΑ	187
Πηγές εικόνων	223