1. Ο κ. Γιώργος έχει διάγνωση Parkinson και παρακολουθεί πρόγραμμα αποκατάστασης στο κέντρο που εργάζεσθε.

α) Να αναφέρετε που οφείλεται το Parkinson και ποια είναι η κλασική τριάδα κλινικών συμπτωμάτων. (*μονάδες 4)*

β) Για ποιο λόγο οι γέροντες αυτής της κατηγορίας, παρουσιάζουν συχνές πτώσεις, με αποτέλεσμα βαριά κατάγματα; (*μονάδες 9)*

γ) Γιατί η κινητοποίηση, μετά το κάταγμα, επιβάλλεται να γίνεται με ιδιαίτερη προσοχή; *(μονάδες 2)*

***Μονάδες 15***

α) Οφείλεται σε εκφυλιστικές αλλοιώσεις των βασικών γαγγλίων του εγκεφάλου. Κλινικά παρουσιάζεται με την κλασική τριάδα: • Τρόμος ηρεμίας κυρίως δαχτύλων άνω άκρου, κεφαλιού. • Εξωπυραμιδική γενικευμένη υπερτονία που οδηγεί σε δυσκαμψία • Βραδυκινησία – βραδυψυχισμός. β) Λόγω διαταραγμένης ισορροπίας, του μικροβηματισμού και της ανεπάρκειας στις διορθωτικές αυτοματικές κινήσεις κατά τη βάδιση, οι γέροντες αυτής της κατηγορίας παρουσιάζουν συχνές πτώσεις με αποτέλεσμα βαριά κατάγματα. γ) Τα υλικά που συνήθως τοποθετούνται κατά την ορθοπεδική επέμβαση μετακινούνται λόγω της υπερτονίας (π.χ. μετά από αρθροπλαστική ή ημιαρθροπλαστική ισχίου, εξάρθρημα της κεφαλής του μηριαίου). Έτσι η κινητοποίηση, μετά το κάταγμα, επιβάλλεται να γίνεται με ιδιαίτερη προσοχή.

**2.** Η κα. Μαρία κάνει εισαγωγή στο κέντρο αποκατάστασης που εργάζεσθε, μετά από χειρουργείο, εξαιτίας διατροχαντηρίου κατάγματος στο μηριαίο.

Να αναφέρετε τι στόχους έχουν όλοι οι ειδικοί στις περιπτώσεις καταγμάτων. Αιτιολογείστε την απάντηση σας.

Τα άτομα της τρίτης ηλικίας, λόγω των πολλαπλών ελαφρών ή σοβαρών οργανικών προβλημάτων που παρουσιάζουν, γίνονται θύματα ατυχημάτων, με αποτέλεσμά κατάγματα. Η υποχρεωτική κατάκλιση λόγω του κατάγματος, προκαλεί αναπνευστικό πρόβλημα και σε πιθανή λοίμωξη από ενδονοσοκομειακό παθογόνο μικροοργανισμό και η κλινική κατάσταση εξελίσσεται δραματικά. Οι στόχοι είναι οι ακόλουθοι: • Ταχεία και ασφαλή έγερση και κινητοποίηση με γρήγορη έξοδο από το νοσοκομείο (αποφυγή ενδονοσοκομειακών λοιμώξεων). • Εφαρμογή πλήρους προγράμματος κινησιοθεραπείας σε συνδυασμό με εφαρμογή φυσικών μέσων προς αποφυγή επιπλοκών από τα άλλα συστήματα.

3. Η κα Κατερίνα έχει ιστορικό Parkinson με άνοια και παρακολουθεί πρόγραμμα φυσικοθεραπείας στο κέντρο που εργάζεσθε.

α) Να δώσετε ένα σύντομο ορισμό για την άνοια. (*μονάδες 3)*

β) Να περιγράψετε από τι χαρακτηρίζεται. (*μονάδες 9)*

***Μονάδες 12***

α) Ορίζεται σαν ένα σύνδρομο με σοβαρές ψυχονοητικές δυσλειτουργίες και φυσιολογική συνείδηση. Είναι μια κατάσταση συνεχώς επιδεινούμενη και μη αναστρέψιμη. β) Χαρακτηρίζεται από διαταραχές λόγου, δυσπραξία και μεγάλου βαθμού απώλεια μνήμης (κυρίως της πρόσφατης). Αυτός είναι και ο λόγος που οι ηλικιωμένοι με μεγάλη ευχαρίστηση διηγούνται ιστορίες και γεγονότα από το παρελθόν, ενώ δεν ενδιαφέρονται για όσα γίνονται στο παρόν.

**4.** Η κ. Ελένη έχει διάγνωση οστεοπόρωσης, μια συνήθη διαταραχή του μυοσκελετικού συστήματος.

α) Να αναφέρετε τα κλινικά σημεία σε ασθενή με διάγνωση οστεοπόρωσης. (*μονάδες 3)*

β) Να αναφέρετε τι ενδείκνυται να περιέχει ένα προληπτικό σχήμα για την οστεοπόρωση.

(*μονάδες 10)*

α) Τα κλινικά σημεία είναι τα ακόλουθα: • Διάχυτοι ήπιοι πόνοι στην πλάτη, στη λεκάνη, στα άνω άκρα και κάτω άκρα • Περιορισμός της κινητικότητας, κυρίως του κορμού. β) Ένα προληπτικό σχήμα για την οστεοπόρωση ενδείκνυται να περιέχει: • Δίαιτα ενισχυμένη με γαλακτοκομικά, φρούτα και λαχανικά. • Κινησιοθεραπεία • Εφαρμογή φυσικών μέσων • Λουτροθεραπεία • Ενασχόληση με σπορ.

5. Ο κ. Παναγιώτης έχει ιστορικό στεφανιαίου νοσήματος και παρακολουθεί πρόγραμμα φυσικοθεραπείας στο κέντρο που εργάζεσθε.

α) Ποια είναι τα θέματα σοβαρότητας, δεύτερης κλίμακας που ο φυσικοθεραπευτής δεν πρέπει να αγνοεί, κατά την εφαρμογή ενός συστηματικού προγράμματος ασκήσεων σε ηλικιωμένο καρδιοπαθή; (*μονάδες 8)*

β) Πότε επιβάλλεται η άμεση διακοπή της άσκησης σε ασθενή με ιστορικό στεφανιαίου νοσήματος; (*μονάδες 8)*

γ) Ποιοι περιορισμοί, που επιβάλλονται σε δυσλειτουργία του μυοκαρδίου, πρέπει να ακολουθούνται; *(μονάδες 9)*

α) Δεν θα πρέπει να αγνοεί: • Τη λήψη φαρμάκων στον καθορισμένο χρόνο • Τα γεύματα να είναι ελαφρά και μικρά 2 ώρες τουλάχιστον πριν το πρόγραμμα • Καλός και ξεκούραστος ύπνος • Αναλυτική ενημέρωση του ηλικιωμένου, με υπομονή και αγάπη, για το στόχο του θεραπευτικού προγράμματος και τις πιθανές δυσκολίες που ίσως αντιμετωπίσει. β) Εάν παρατηρηθεί έστω και ένα από τα ακόλουθα συμπτώματα, επιβάλλεται η άμεση διακοπή της άσκησης: • Πόνος στο στήθος • Δύσπνοια • Ζάλη • Κρύος ιδρώτας με αλλαγή του χρώματος του προσώπου και των άκρων. γ) Οι περιορισμοί είναι οι ακόλουθοι: • Όχι τρέξιμο, αλλά βάδισμα και γυμναστική ελεύθερων ενεργητικών ασκήσεων • Όχι ισομετρικές ασκήσεις • Η διάρκεια του προγράμματος να είναι περίπου 30 λεπτά, με συχνότητα 3-4 φορές την εβδομάδα και μόνο με υπόδειξη του καρδιολόγου ημερησίως.

6. Η κ. Μαρία είναι 70 ετών, με ιστορικό στεφανιαίου νοσήματος και μελαγχολίας και παρακολουθεί καθημερινό πρόγραμμα φυσικοθεραπείας, στο κέντρο αποκατάστασης που εργάζεσθε.

α) Να αναφέρετε τις ιδιαιτερότητες της συμπεριφοράς που εμφανίζουν τα άτομα με μελαγχολία. *(μονάδες 16)*

β) Τι θα πρέπει να λάβει υπόψη του ο φυσικοθεραπευτής, εντάσσοντας την κ. Μαρία σε ένα διαμορφωμένο πρόγραμμα για ασθενείς, με ιστορικό στεφανιαίου νοσήματος;

*(μονάδες 9)*

α) Ο μελαγχολικός παρουσιάζει συνήθως τις ακόλουθες ιδιαιτερότητες συμπεριφοράς: • Δεν έχει διάθεση για κοινωνικές συναναστροφές • Παρουσιάζει διαταραχές ύπνου • Παρουσιάζει διαταραχές λήψης τροφής • Παραμελεί την εξωτερική του εμφάνιση και την ατομική του καθαριότητα • Παραμένει για ώρες αμίλητος και απαντά μονολεκτικά και κακόκεφα σε ερωτήσεις που του υποβάλλονται. • Σε βαριές μορφές, η κατάσταση μπορεί να οδηγήσει σε ιδεοψυχαναγκαστικές διαταραχές και τάσεις αυτοκτονίας. β) Θα πρέπει να λάβει υπόψη του τα ακόλουθα: • Να υπάρχει επικοινωνία με το θεράποντα καρδιολόγο για ενημέρωση σχετικά με τη βαρύτητα του νοσήματος καθώς και τη φαρμακευτική αγωγή. • Είναι απαραίτητο πριν τη διαμόρφωση του θεραπευτικού προγράμματος ασκήσεων να αξιολογηθούν τα αποτελέσματα της δοκιμασίας κόπωσης (τεστ κόπωσης). • Κατά τη διάρκεια εκτέλεσης του προγράμματος, να παρακολουθείται η αρτηριακή πίεση, η καρδιακή συχνότητα, η αναπνευστική συχνότητα.

7. α) Να αναφέρετε τι είναι η πνευμονία – βρογχοπνευμονία και γιατί προσβάλλονται συχνά οι ηλικιωμένοι. *(μονάδες 2)*

β) Ποιοι άλλοι παράγοντες ενοχοποιούνται; *(μονάδες 10)*

***Μονάδες 12***

α) Είναι η λοίμωξη του αναπνευστικού συστήματος από παθολογικούς παράγοντες. Οι ηλικιωμένοι λόγω του ότι παρουσιάζουν σε μεγάλο ποσοστό χρόνια βρογχίτιδα, πολύ εύκολα προσβάλλονται από αναπνευστικές λοιμώξεις. β) Άλλοι παράγοντες που ενοχοποιούνται είναι: • Μακρά παραμονή σε νοσοκομείο • Κλινοστατισμός • Λήψη ηρεμιστικών φαρμάκων • Εισρόφηση τροφών • Κλιματολογικές συνθήκες π.χ. υγρασία.

**8.**α) Να αναφέρετε τα προβλήματα που μπορεί να παρουσιαστούν στο ουροποιητικό σύστημα σε άτομα της τρίτης ηλικίας.*(μονάδες 4)*

β) Να ονοματίσετε τους χώρους που μπορούν να εφαρμοσθούν τα προγράμματα φυσικοθεραπευτικής αντιμετώπισης, σε άτομα τρίτης ηλικίας. *(μονάδες 9)*

α) Προβλήματα που μπορεί να παρουσιασθούν: • Ακράτεια ούρων • Ουρολοίμωξη • Λιθιάσεις ουροδόχου κύστης-ουρητήρων • Αποφρακτική κυστίτιδα, λόγω υπερτροφίας προστάτη.

β) Οι χώροι που εφαρμόζονται τα προγράμματα είναι οι εξής: • Γενικό νοσοκομείο • Ειδικό νοσοκομείο ή κέντρο Αποθεραπείας-Αποκατάστασης • Φυσικοθεραπευτήριο • Κέντρο χρόνιων παθήσεων • Κ.Α.Π.Η. • Λουτρόπολη • Γυμναστήριο δήμων, κοινοτήτων • Λέσχες υπερήλικων • Το σπίτι του ασθενή.

9. Στις διαταραχές του μυοσκελετικού συστήματος ανήκουν οι περιαρθρικές προσβολές.

α) Να περιγράψετε τι συμβαίνει στις αρθρώσεις. *(μονάδες 7)*

β) Ποιες αρθρώσεις προσβάλλονται πιο συχνά; *(μονάδες 6)*

***Μονάδες 13***

α) Ο αρθρικός υμένας και οι σύνδεσμοι χάνουν μεγάλη ποσότητα κολλαγονικού ιστού με αποτέλεσμα να μη διατηρούν την απαιτούμενη ελαστικότητα και έτσι να εμφανίζεται περιορισμός της κινητικότητας της άρθρωσης. β) Οι αρθρώσεις που προσβάλλονται πιο συχνά είναι: • Του ισχίου • Του γόνατος • Της σπονδυλικής στήλης

**10.** α) Να περιγράψετε από τι χαρακτηρίζεται η χρόνια αναπνευστική πνευμονοπάθεια (ΧΑΠ) και τι συμπτώματα παρουσιάζουν οι ασθενείς. *(μονάδες 9)*

β) Ποιοι παράγοντές την προκαλούν; *(μονάδες 3)*

α) Η χρόνια αναπνευστική πνευμονοπάθεια χαρακτηρίζεται από μείωση της αναπνευστικής ικανότητας. Αυτό εκφράζεται με μείωση της ζωτικής χωρητικότητας και του αναπνεόμενου όγκου αέρα, με επακόλουθη ελάττωση της αντοχής των ασθενών στη φυσική δραστηριότητα και πολλές φορές ανάλογα με τη βαρύτητα της πάθησης και στις απλές καθημερινές δραστηριότητες. Παρουσιάζουν επίμονο βήχα με πολλές βρογχικές εκκρίσεις και μεγάλη απόχρεμψη. β) Κύριοι παράγοντές που την προκαλούν είναι: • Το κάπνισμα • Το μολυσμένο ατμοσφαιρικό περιβάλλον • Οι λοιμώξεις

11. α) Να δώσετε ένα σύντομο ορισμό για την καρδιακή ανεπάρκεια και τις διαταραχές του καρδιακού ρυθμού. *(μονάδες 8)*

β) Να αναφέρετε με ποια συμπτώματα εμφανίζονται οι καρδιακές λοιμώξεις, που παρουσιάζονται στη χρόνια καρδιακή ανεπάρκεια και που οφείλονται. *(μονάδες 5)*

***Μονάδες 13***

*α) Η καρδιακή ανεπάρκεια είναι η δυσλειτουργία του μυοκαρδίου, με αποτέλεσμα ανεπάρκεια της καρδιακής αντλίας. Σαν συνέπεια εμφανίζονται οιδήματα στα κάτω άκρα, δύσπνοια ή αρχόμενο πνευμονικό οίδημα, δυσανεξία στη σωματική δραστηριότητα. Οι διαταραχές του καρδιακού ρυθμού είναι πολύ συχνή καρδιακή δυσλειτουργία σε άτομα άνω των 60 ετών. β) Εμφανίζονται με πυρετό, γενική καταβολή, ταχύπνοια, δύσπνοια. Οφείλονται σε μικροβιακή προσβολή του ενδοκαρδίου.*

**12.** Η οστεοπόρωση ανήκει στις διαταραχές του μυοσκελετικού συστήματος.

α) Να αναφέρετε ποιες άλλες διαταραχές εμφανίζονται στο μυοσκελετικό σύστημα.

*(μονάδες 4)*

β) Να εξηγήσετε τι παρατηρείται στην οστεοπόρωση και τι επιπτώσεις έχει στα άτομα της τρίτης ηλικίας. *(μονάδες 8)*

*α) Συνήθεις διαταραχές του μυοσκελετικού συστήματος: • Εκφυλιστικές αρθροπάθειες • Κατάγματα • Εκφύλιση μαλακών μορίων (τένοντες, αρθρικός υμένας, μύες). β) Παρουσιάζεται σαν ελάττωσή της μάζας του οστού, με οστικές δοκίδες φυσιολογικές, αλλά λιγότερες σε αριθμό. Προσβάλλονται κυρίως, οι σπόνδυλοι (Θ.Μ.Σ.Σ. Ο.Μ.Σ.Σ.) το μηριαίο οστό, η κερκίδα. Αυτό το οστικό μειονέκτημα έχει σαν αποτέλεσμα: • Τα οστά των ηλικιωμένων να είναι λιγότερο ανθεκτικά σε μικροτραυματισμούς (παθαίνουν εύκολα τραύματα). • Να παρατηρείται παραμόρφωση του σκελετού (κυρίως της Θ.Μ.Σ.Σ.) με αποτέλεσμα την ελάττωση του ύψους του ασθενούς.*

*13.* Στις ασθένειες που προκαλούνται από δυσλειτουργία στο καρδιαγγειακό σύστημα, ανήκει η υπέρταση.

α) Να δώσετε ένα σύντομο ορισμό της υπέρτασης. *(μονάδες 6)*

β) Να αναφέρετε που οφείλεται η παροδική αύξηση της πίεσης σε άτομα της τρίτης ηλικίας. *(μονάδες 7)*

***Μονάδες 13***

α) Είναι η απόκλιση από τις οριακές φυσιολογικές τιμές: 140mmHg η συστολική αρτηριακή πίεση και 90mmHg η διαστολική αρτηριακή πίεση του φυσιολογικού ενήλικα. Στους ηλικιωμένους οι τιμές αυτές διαμορφώνονται ως εξής: 160mmHg ανώτερη συστολική και 95mmHg ανώτερη φυσιολογική για διαστολική. β) Τα αγγεία του ανθρώπου σε αυτή την ηλικία έχουν υποστεί ενός βαθμού (αρτηριοσκλήρυνση) και έτσι απαιτείται μεγαλύτερη πίεση για να αιματώνονται σωστά τα ζωτικά όργανα (πνεύμονες, εγκέφαλος).

**14.** α) Να αναφέρετε τι είναι το οξύ έμφραγμα του μυοκαρδίου και που οφείλεται. *(μονάδες 6)*

β) Ποιοι παράγοντές ευνοούν την εμφάνιση ισχαιμικής μυοκαρδιοπάθειας σε ένα άτομο της τρίτης ηλικίας; *(μονάδες 6)*

α) Είναι μορφή παθολογικής κατάστασης η οποία προκαλείται από την αρτηριοσκλήρυνση των στεφανιαίων αγγείων, τα οποία είναι υπεύθυνα για την αιμάτωση του μυοκαρδίου. Συμβαίνει από την αθροιστική εναπόθεση βλαβερών ουσιών, κυρίως παραγόντων μεταβολισμού των λιπιδίων πάνω στα τοιχώματα των αγγείων. β) Οι παράγοντες είναι οι εξής: • Κληρονομικότητα • Οι λανθασμένες διατροφικές συνήθειες • Κάπνισμα • Καθιστική δουλειά • Υπέρτασή • Stress.

15. Η βιολογική ηλικία, που νομοθετικά θεωρείται σαν έναρξη γήρατος είναι το 65o έτος της ηλικίας.

α) Να αναφέρετε τα εξωγενή και τα ενδογενή αίτια και στοιχεία που χαρακτηρίζουν την τρίτη ηλικία. *(μονάδες 8)*

β) Να αναφέρετε τι απαιτείται να γνωρίζει ο φυσικοθεραπευτής για την επιτυχία του εφαρμοζόμενου προγράμματος φυσικοθεραπείας. *(μονάδες 4)*

***Μονάδες 12***

α) Τα εξωγενή αίτια είναι το περιβάλλον, οι οικονομικές συνθήκες, οι κοινωνικές συνθήκες, οι συνθήκες εργασίας, οι καταχρήσεις και η φυσική δραστηριότητα. Τα ενδογενή αίτια είναι η κληρονομική επιβάρυνση και ο σωματότυπος κάθε ατόμου. β) Είναι αναγκαίο: • Να γνωρίζει τις ιδιαιτερότητες της ψυχοσύνθεσης του ηλικιωμένου • Να κατέχει βασικές γνώσεις των παθολογικών καταστάσεων που χαρακτηρίζουν αυτή την ηλικία

**16.** α) Να αναφέρετε ονομαστικά, τις συνηθέστερες ψυχικές διαταραχές της τρίτης ηλικίας.

*(μονάδες 4)*

β) Να αναφέρετε τα συστήματα που παρουσιάζουν τις σοβαρότερες βλάβες σε αυτή την ηλικία.*(μονάδες 6)* Τι άλλα προβλήματα παρατηρούνται; *(μονάδες 3)*

2.2 α) Οι συνηθέστερες ψυχικές διαταραχές της τρίτης ηλικίας είναι: • Μελαγχολία – Αντιδραστική Κατάθλιψη • Άγχος συνοδευόμενο από νευροφυτικές διαταραχές • Άνοια • Οξύ ή χρόνιο οργανικό ψυχοσύνδρομο β) Τα συστήματα που παρουσιάζουν τις σοβαρότερες βλάβες είναι: • Το καρδιαγγειακό • Το αναπνευστικό • Το μυοσκελετικό • Το νευρικό • Το ουροποιητικό • Το πεπτικό Επιπλέον παρατηρούνται και άλλα προβλήματα όπως: • Μεταβολικές διαταραχές • Διαταραχές τροφικότητας δέρματος • Περιφερική φλεβική ανεπάρκεια