

Beszámoló a 2. Európai Esésfesztiválról

Bologna 2016. február 23–24.

Az Európai Bizottság által finanszírozott 3 éves ProFouND program, melyben az OBME konzorciumi partnerként részt vett, 2016 február végén befejeződött. A záró konferenciát Bolognában tartották, együtt a 2016. február 23–24-én megrendezésre került 2. Európai Esésfesztivállal. A bolognai programon Zalatnai Klára, az OBME elnöke, Mészáros Lászlóné, a Magyar Gyógytornász-Fizioterapeuták Társasága Gerontológiai Munkacsoportjának vezetője, Plachy Judit és Csányi Luca gyógytornászok vettek részt.

A két gyógytornász a ProFouND program keretei között megszervezett, tréning kurzus elvégzése után ún. Kaszkád és OTAGO tréneri diplomát szerzett. A gyógytornászokat, 10 társukkal együtt a „Later Life Training – LLT” standardizált, „on line” és „face to face” elemeket is tartalmazó tananyagának felhasználásával a LLT munkatársai képezték ki a „Train the trainer” elv alapján. A trénerképzés során a kaszkád tréner jelöltek elsajátították az OTAGO program átadásának, illetőleg az OTAGO trénerképzésének módszerét. Az OTAGO program maga idősek számára kifejlesztett, bizonyítékokon alapuló, hatékony és biztonságos izomerő-fejlesztő és egyensúlyjavító gyakorlatok sorozata, melynek alkalmazásával az időskori elesések száma 30%-kal csökkenthető.

Az Esésfesztivál fő törekvése az volt, hogy megvizsgálja, körüljárja, hogyan lehet beilleszteni az esések megelőzésével kapcsolatos innováció eredményeit a gyakorlatba és a szakmapolitikába.

Akadémikusok, kutatók az egészségügyi ellátásban dolgozók, klinikusok, az ipar képviselői, meghatározó véleményformátok gyűltek össze a világ minden tájáról, hogy bemutassák, megvitassák, sőt jutalmazzák azokat a tanulmányokat, a bevált jó gyakorlatokat, multidiszciplináris kutatási eredményeket, melyeket az idős emberek elesésének megelőzésében alkalmaznak.

A Fesztivál kiemelt előadói voltak:



ALOJZ PETERLE Európai Parlament Parlamenti Képviselő (MEP), volt szlovén miniszterelnök, aki az „Esések megelőzése az idősödő Európában: EU szakmapolitikai felvetések” címen tartott előadást, melyet kerekasztal beszélgetés, diszkusszió követett.



LINDY CLEMSON a Sydney Egyetem Egészségtudományok „Occupation Therapy” és Idősödés Tanszékének professzora, elismert szaktekinetly, vezetője annak a munkacsoportnak, amely az esések megelőzésének környezeti tényezőinek vizsgálatával és az idősek magatartásával foglalkozik. Előadásában Életmódról – Összevont Funkcionális



Gyakorlatokról – az esések számának csökkentéséről beszélt.



NICK GULDEMOND az Utrechti Egyetem Integrált Betegellátás Tanszékének munkatársa és az Európai Innovációs Partnerség a Tevékeny Egészséges Időskorról (EIP on AHA) kísérleti program Esésmegelőzéssel foglalkozó munkacsoportjának koordinátora előadásában az innováció eredményeinek beépítéséről beszélt az Európai Unió szakmapolitikai, támogatási és finanszírozási, befektetési gyakorlatába. Kiemelte azt a paradigmaváltást, amely szerint az eddigi orvosi kuratív modell/szemlélet át fog alakulni egy szélesebb, több szintű, szociális, hálózati egészségügyi perspektívává.



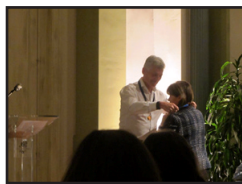
FINBARR MARTIN a londoni Guy's and St. Thomas' Hospital geriátriai szaktanácsadója és a King's College tiszteletbeli professzora az elesettség (frailty) talaján kialakuló esések és törésekkel kapcsolatos átfogó nemzeti koncepció kialakításáról beszélt, akadályokról, szövetségekről és lehetőségekről.



WYKY SCOTT a „Bizonyítékokon alapuló, jó gyakorlatként szolgáló oktatási program: esés megelőzési tréning és a SAIL” címmel tartott előadást, lényegében a kanadai esés-megelőzési projektet ismertette és a SAIL program („Strategies and Activities for Independent Living”) eredményeiről számolt be. 2009 óta 3000 beteg vett részt a szakképzett tréner (nővérek) által vezetett mozgás programban. Az eredmények is bizonyítják, amit az előadásában külön kiemelt Wyky Scott, a folyamatosság biztosításának és természetesen a források ugyancsak folyamatos meglétének fontosságát. A programban az izomerőt fejlesztő gyakorlatok, kombinálva egyensúly javító gyakorlatokkal, hatékonyan bizonyultak többszörös esési kockázattal rendelkező egyéneknél az esések megelőzésében.



ANN MURRAY, aki 2010 óta Skócia államilag is támogatott esésprogramjának vezetője két előadást tartott. Az egyikben a nemzeti programot ismertette, a másikban pedig Marlene Harkis – a Skót Telehealth és Telecare centrum vezetőjének prezentációját adta elő. Itt beszélt az esési kockázatokról, azok



méréséről és értékeléséről, valamint az egészségügyi és szociális szektor közötti koordináció javításáról. A programban rendkívüli fontosságú a tréning és az érintettek, tehát azok, akik már elestek és az esés kockázatának kitett egyének aktív közreműködése, a fizioterapeuták és az ipari szereplők részvétele. Ismertette az Esési Asszisztens rendszerét, amit Skóciában fejlesztettek ki, mely nagyon hasznos eszköz a kockázatok értékelésében, majd ezt követően az életmód program kialakításában.



DAWN SKELTON. a Glasgowi Kaledóniai Egyetem Idősödés és Egészség Tanszékének professzora, a Later LifeTréning egyik alapítója a fesztivál egyik igen izgalmas, az infokommunikációs eszközökkel kapcsolatos, érveket, ellenérveket felsorakoztató vitájában kihangsúlyozta, hogy:

- a ProFouND program az ICT alkalmazására biztat ugyan, de az *ICT sohasem helyettesítheti az instruktort.*
- A tornagyakorlatok alkalmazása szignifikánsan csökkenti az esések számát – az utóbbi 15–20 év markáns bizonyítékokon alapuló eredményei mutatják – *anélkül, hogy ICT-t alkalmaztak volna.*
- Az *ICT* jelenleg még a terapeuták / instruktorok és az idős emberek részéről *sem élvez teljes elfogadottságot* (bár ez nyilvánvalóan változni fog).

- Az eséstől való félelem csökkentésében alkalmazott intervencióknál *nincs bizonyíték arra, hogy az ICT hasznos lenne;* ami viszont szükséges, a személyes kommunikáció, de

- az *ICT* az esési kockázatokat *megbízhatóbban tudja azonosítani* valószínűleg, mint egy személy.

Az Esésfesztivál egyik workshopján, előadásában Dawn Skelton beszélt a compliance / adherencia fontosságáról a tornaprogramra vonatkozó instrukciók betartására vonatkozóan és az *ICT* alkalmazásáról az adherencia javításában. Beszélt még a fizikai aktivitás objektív méréséről, a mérés validálásának szükségességéről is.

A ProFouND záró konferenciáján a konzorciumi partnerek az „EU Piac téren” mutatták be posztereken és videókon tevékenységüket; ezeket díjazták is. A „Best Choreography for a video Oscar” díjat a Later Life Training nyerte el.

Az OBME poszterét medállal tüntették ki

Az Esésfesztivál a szakmai programokon túl bővelkedett az esti közösségi programokban is: éjszakai városnézés Bolognában, hangulatos olasz éttermek. Nagyon jó hangulat volt végig, barátságok alakultak, jól éreztük magunkat. Közösségi oldalakon (FB), mindezek láthatók: Profound.eu.com Otago – ProFouND – Cascade

A ProFouND program hivatalosan lezárult, de tovább folytatik az EIP AHA keretei között, a hangsúlyt az eredmények minél szélesebb körben való terjesztésére helyezve, célul tűzte ki a jó gyakorlatok megvalósítását szerte Európában az *ICT* megoldások alkalmazásával.

Zalatnai Klára