



ΠΑΓΚΥΠΡΙΟΣ ΣΥΛΛΟΓΟΣ ΦΥΣΙΟΘΕΡΑΠΕΥΤΩΝ (Π.Σ.Φ.)

T. Κιβ. 27387, CY 1644 Λευκωσία, Τηλ.: +357 22 450 390, Φαξ.: +357 22 450 391

CYPRUS ASSOCIATION OF PHYSIOTHERAPISTS

P.O. Box 27387, CY 1644 Nicosia, Tel.: +357 22 450 390, Fax.: +357 22 450 391

Website: <http://www.cyprusphysio.com>

E-mail address: [cyprusphysio@cytanet.com.cy](mailto:cyprusphysio@cytanet.com.cy)

## **ΔΕΛΤΙΟ ΤΥΠΟΥ**

### **ΠΑΓΚΟΣΜΙΑ ΜΕΡΑ ΦΥΣΙΟΘΕΡΑΠΕΙΑΣ – 8 Σεπτεμβρίου, 2019**

Η Παγκόσμια Μέρα Φυσιοθεραπείας γιορτάζεται κάθε χρόνο από το 1996 στις 8 Σεπτεμβρίου, ημέρα κατά την οποία ιδρύθηκε η Παγκόσμια Συνομοσπονδία Φυσιοθεραπείας το 1951. Η Παγκόσμια Συνομοσπονδία Φυσιοθεραπείας, είναι ο Επαγγελματικός Σύλλογος των Φυσιοθεραπευτών και εκπροσωπεί σήμερα 450,000 μέλη.

Το θέμα της ημέρας φέτος είναι «ΕΛΕΓΧΟΝΤΑΣ ΤΟΝ ΧΡΟΝΙΟ ΠΟΝΟ – Ο χρόνιος πόνος επιβαρύνει σημαντικά την υγεία παγκοσμίως».

Σε μήνυμά της προς τα μέλη, η Πρόεδρος της Παγκόσμιας Συνομοσπονδίας Φυσιοθεραπείας, τονίζει μεταξύ άλλων ότι «η μέρα αυτή σηματοδοτεί την ενότητα και την αλληλεγγύη της παγκόσμιας φυσιοθεραπευτικής κοινότητας. Είναι μια ευκαιρία για τους φυσιοθεραπευτές σε όλο τον κόσμο, να αποδείξουν την προσφορά και το ρόλο τους στην διατήρηση της καλής ποιότητας υγείας των ανθρώπων και να τους βοηθήσουν στην ανάπτυξη της κινητικότητας και της δύναμής τους».

Στο Ενημερωτικό Φυλλάδιο που εκδόθηκε από την Παγκόσμια Συνομοσπονδία Φυσιοθεραπείας αναφέρεται μεταξύ άλλων ότι:

- Παγκοσμίως ο χρόνιος πόνος, ειδικά η οσφυαλγία προκαλεί μεγαλύτερη αναπηρία από οποιαδήποτε άλλη πάθηση και ότι είναι μια σημαντική επιβάρυνση της υγείας
- Η φυσιοθεραπεία βοηθά τα άτομα με χρόνιο πόνο να αναπτύξουν τις δεξιότητες που χρειάζονται για να διαχειριστούν και να ελέγξουν την κατάστασή τους, να αυξήσουν την δραστηριότητά τους με αποτέλεσμα την βελτίωση της ποιότητας της ζωής τους.
- Οι φυσιοθεραπευτική άσκηση βοηθά στην επανάκτηση του ελέγχου του πόνου.
- Οι φυσιοθεραπευτές έχουν μοναδική περίθαλψη σε κάθε ασθενή. Είναι εξειδικευμένοι και ικανοί να καθοδηγήσουν ένα ασθενή να συμμετέχει σε δραστηριότητες, να τον βοηθήσουν να μάθει τεχνικές αυτοδιαχείρισης του πόνου του για να αποκτήσει ξανά τον έλεγχο και να απολαμβάνει καλύτερης ποιότητας ζωή.
- Οι φυσιοθεραπευτές θα σε βοηθήσουν να παραμείνεις ή να επιστρέψεις στη δουλειά σου

**Η θεραπευτική άσκηση συμπεριλαμβάνεται σε όλες τις κατευθυντήριες οδηγίες για την θεραπεία του χρόνιου πόνου –Συμβουλευτείτε τον φυσιοθεραπευτή σας, τον ειδικό της θεραπευτικής άσκησης.**

Το Διοικητικό Συμβούλιο του Παγκύπριου Συλλόγου Φυσιοθεραπευτών θα οργανώσει κατά την ημέρα αυτή τις πιο κάτω δράσεις:

1. Εκδήλωση (α) στο **MALL OF CYPRUS**, ΛΕΥΚΩΣΙΑ, και  
(β) στο **KINGs AVENUE MALL** στην ΠΑΦΟ, **την Κυριακή 8 Σεπτεμβρίου, από τις 11:00 το πρωί μέχρι τις 16:00** όπου θα γίνει:
  - Ενημέρωση του κοινού από φυσιοθεραπευτές για την αντιμετώπιση του χρόνιου πόνου, ιδιαίτερα της οσφυαλγίας, η οποία επιβαρύνει σημαντικά την υγεία παγκοσμίως και προκαλεί μεγαλύτερη αναπηρία από οποιαδήποτε άλλη πάθηση.
  - Διανομή Ενημερωτικών Φυλλαδίων, τα οποία εκδόθηκαν από την Παγκόσμια Συνομοσπονδία Φυσιοθεραπείας, σχετικά με τον Έλεγχο του Πόνου και με τον τρόπο που η φυσιοθεραπευτική άσκηση μπορεί να βοηθήσει στην ανάπτυξη της κινητικότητας του ατόμου
  - Διανομή Ενημερωτικού Φυλλαδίου για την Φυσιοθεραπεία

Διοικητικό Συμβούλιο  
Παγκύπριου Συλλόγου Φυσιοθεραπευτών

3 Σεπτεμβρίου, 2019