

IL DOLORE CRONICO E LA CRISI DEGLI OPPIOIDI

La prescrizione di oppioidi per condizioni di dolore cronico è stata associata a un aumento significativo di decessi correlati agli oppioidi, un alto rischio di dipendenza e altri effetti collaterali associati all'uso a lungo termine di oppioidi.

- Nel 2016, circa **27 milioni di persone** hanno sofferto di disturbi in seguito all'utilizzo di oppioidi.
- Il numero di **overdose da oppiacei è aumentato negli ultimi anni**, in parte per l'incremento dell'utilizzo di oppioidi nella gestione del dolore cronico non di natura cancerosa.
- Nel 2016, solo negli Stati Uniti ci sono stati 63.632 decessi da overdose, con un aumento del 21% rispetto agli anni precedenti. Ciò è dovuto in gran parte **all'aumento dei decessi causati dagli oppioidi prescritti**.

Come può aiutare la fisioterapia?



LA FISIOTERAPIA È PARTE DELLA SOLUZIONE

La fisioterapia è efficace nel trattamento e nella riduzione del dolore cronico.

Un fisioterapista può progettare un programma di trattamento personalizzato che combini le tecniche più appropriate per affrontare il principale problema, tra cui:

Esercizio fisico: le persone che lo esercitano regolarmente avvertono meno dolore

Gestione dello stress: la consapevolezza, il rilassamento, la visualizzazione e l'esposizione graduale agli eventi che producono stress possono aiutare le persone a ridurre il dolore e migliorare le proprie abilità fisiche

Igiene del sonno: i fisioterapisti possono aiutare a educare le persone sull'adeguata igiene del sonno per aiutarle ad affrontare il circolo vizioso del dolore persistente

Educazione alla neurofisiologia del dolore: i fisioterapisti possono insegnare sulla scienza moderna del dolore che mette in evidenza i processi coinvolti nel dolore



World Confederation
for Physical Therapy

www.wcpt.org

#worldptday