



Pulmonary Rehabilitation Center

www.aubmc.org



AMERICAN UNIVERSITY of BEIRUT MEDICAL CENTER
المركز الطبي في الجامعة الأميركية في بيروت

Our lives are dedicated to yours

About Us

The pulmonary rehabilitation program at AUBMC provides chronic pulmonary disease patients with a state-of-the-art, evidence-based, multidisciplinary, and comprehensive intervention aimed to reduce their symptoms and health care costs, and to improve their functional status and health related quality of life.

Objectives

- Improve health related quality of life
- Increase capacity to exercise
- Reduce breathlessness
- Develop patient's knowledge about the disease
- Decrease anxiety associated with the disease
- Advise patients about their nutritional status
- Reduce health care utilization

Program Description

Participants are offered a detailed assessment to determine his/her specific needs and baseline exercise capacity in order to develop a tailored treatment plan.

The program consists of twenty sessions scheduled twice weekly over a period of 10 weeks. Each session includes a 60 minute supervised physical exercise training followed by a 20 minute educational session.

The program also includes psychological assessment and nutritional and smoking cessation counseling.

The AUBMC pulmonary rehabilitation team

The pulmonary rehabilitation team is composed of:

- A physician specialized in respiratory diseases
- A specialized nurse-educator
- A specialized physical therapist



Who is a Candidate?

Pulmonary rehabilitation should be considered for patients with chronic respiratory disease who have persistent symptoms or reduced exercise capacity despite adequate medical therapy.

Patients with Chronic Obstructive Pulmonary Disease (COPD) that limits their daily activities or have repeated respiratory illness (exacerbations) or increased health care use are also candidates.

What is COPD?

Chronic Obstructive Pulmonary Disease (COPD) is a relatively common condition that affects millions of people in Lebanon and around the world. Patients who suffer from COPD are primarily smokers who are older than 40 years of age.

Patients with COPD have limited ability to breath air in and out of their lungs because their airway are narrowed. They complain of cough and shortness of breath that limits their ability to perfrom physical activity. The shortness of breath may progress to limit their ability to perform even the usual activity of daily living. COPD patients may also suffer from repeated respiratory illness (called exacerbations) chracterized by worsening of their shortness of breath and cough. This may lead to frequent hospitalizations.

COPD is a chronic condition, which means it will never go away. You cannot cure COPD, but you can control its symptoms, manage the disease, and improve the quality of your life.



Location and appointment scheduling

The pulmonary rehabilitation program is located in the physical therapy department on the third floor of the medical center.

To schedule an appointment, please call us on:

+961-1-759 616

Or email: rehab@aub.edu.lb



المكان وتحديد المواعيد

يوجد برنامج إعادة التأهيل الرئوي في الطابق الثالث في المركز الطبي.
للمشاركة، يرجى تحديد موعد بعيادة التأهيل الرئوي عبر الاتصال على:

+961-1-759 616

أو مراسلتنا على:

rehab@aub.edu.lb



ما هو مرض الإنسداد الرئوي؟

مرض الانسداد الرئوي المزمن (COPD) هو مرض رئي شائع يصيب الملايين من الأشخاص في جميع أنحاء العالم، وفي طبيعتهم المدخنين البالغين من العمر 40 سنة أو أكثر.

المرضى المصابون بمرض الإنسداد الرئوي المزمن تكون قدرتهم على تنفس الهواء إلى داخل وخارج الرئتين محدود بسبب ضيق مجرى الهواء لديهم. و يشكون من السعال وضيق التنفس الذي يحد من قدرتهم على أداء النشاط البدني، وقد يتطور ذلك إلى التأثير على قدرتهم على القيام بأنشطة الحياة اليومية. وقد يعاني المرضى أيضاً من أمراض متكررة في الجهاز التنفسي وتتميز بتفاقم ضيق التنفس والسعال الذي قد يجبرهم على دخول المستشفى بشكل متكرر.

مرض الانسداد الرئوي مرض مزمن، ما يعني أنه لا يتم الشفاء منه. ولا يمكن الأطباء من شفاء هذا المرض، ولكنهم يتمكنون من مساعدة المرضى على تحسين قدرتهم على القيام بالنشاط البدني ومنع تفاقم المرض من خلال استخدام الأدوية وإعادة التأهيل الرئوي.



فريق برنامج إعادة التأهيل الرئوي في المركز الطبي

- يتألف فريق برنامج إعادة التأهيل الرئوي من:
- طبيب متخصص في أمراض الجهاز التنفسي
- ممرض متخصص بالتأهيل الرئوي
- معالج فيزيائي متخصص بالتأهيل الرئوي



من المعني؟

برنامج إعادة التأهيل الرئوي مخصّص للمرضى الذين يعانون من أمراض مزمنة في الجهاز التنفسي. مثل مرضى الإنسداد الرئوي الذين يعانون من ضيق مستمر في التنفس يحد من نشاطهم البدني على الرغم من العلاج الطبي الكافي.

ومرضى الإنسداد الرئوي الذين يتكرّر لديهم إلتهاب الجهاز التنفسي وتفاقم المرض والأشخاص الذين يتطلبون رعاية صحية متزايدة هم أيضاً معنيون.

نبذة عنا

يوفّر برنامج إعادة التأهيل الرئوي في المركز الطبي في الجامعة الأميركية في بيروت للأشخاص المصابين بمرض الرئة المزمن رعاية متطورة وشاملة تعتمد على الأسس العلمية عدة تخصصات. يهدف البرنامج إلى الحد من أعراض مرض الرئة وتخفيف تكاليف الرعاية الصحية لمرضى الرئة، كما يهدف إلى تحسين الحالة الصحية ونوعية حياة مرضى الرئة.

أهدافنا

- تحسين نوعية الحياة من الناحية الصحية
- تحسين القدرة على ممارسة الأنشطة البدنية
- الحدّ من ضيق التنفس
- تطوير معرفة المريض حول المرض
- الحد من القلق المرتبط بالمرض
- تحسين الوضع النفسي للمريض
- تقديم المشورة للمرضى فيما يتعلّق بوضعهم الغذائي
- تخفيف استعمال الرعاية الصحية

وصف البرنامج

عند دخول البرنامج يخضع المشاركون لتقييم أولي مفصّل لتحديد احتياجاتهم وقدرتهم على ممارسة الرياضة ووضع خطة علاج مصمّمة خصيصاً لهم.

ويتألف البرنامج من عشرين جلسة، تُعقد مرتين أسبوعياً على فترة تمتد 10 أسابيع. تتضمّن كل جلسة 60 دقيقة من التدريب على التمارين الرياضية بإشراف مدرب، و20 دقيقة تُخصّص للتعليم، حيث يُلقّن خلالها المشاركون التقنيات لمساعدتهم على مواجهة المرض وأعراضه.

كما يوفّر البرنامج جلسات للتقييم النفسي والمشورة المتعلقة بالتغذية والإقلاع عن التدخين.

American University of Beirut
Medical Center
PO Box: 11-0236
Riad El Solh, Beirut 1107 2020
Beirut - Lebanon
Tel: +961-1-759 616
www.aubmc.org