

# BÖLÜM 10

## PULMONER REHABİLİTASYON

**Pınar ERMAN<sup>1</sup>**  
**Semanur BİLGİÇ<sup>2</sup>**

### GİRİŞ

Pulmoner rehabilitasyon (PR), kronik akciğer hastalıklarında standart tedaviye ek olarak uygulanan, akciğer hastalıklarının tedavisinin etkinliğini artırmayı ve hastanın günlük yaşam aktivitelerini bağımsız şekilde sürdürebilmesini amaçlayan kapsamlı bir non-farmakolojik rehabilitasyon programıdır (1). PR kronik akciğer hastalığı olan kişilerin bakımında önemli bir bileşen olarak kabul edilmektedir. KOAH gibi kronik akciğer hastalığı olan kişilerin fiziksel ve psikolojik durumlarını düzeltmeyi ve sağlığı iyileştirmeyi hedefleyen, hasta değerlendirilmesini takiben bireysel olarak belirlenen egzersiz eğitimi, davranış değişikliği ve hasta eğitimi gibi yaklaşımları içeren kapsamlı uygulamalar bütünüdür. (2,3,4). Özellikle KOAH hastalarındaki nefes darlığını ve egzersiz toleransını iyileştiren en etkili tedavi yönteminin PR olduğu bilinmektedir (5). PR ile ilgili kılavuzlar olan Amerikan Göğüs Hastalıkları Uzmanları Koleji ve Amerikan Kardiyovasküler ve Pulmoner Rehabilitasyon Derneği'nin (ACCP/AACVPR) PR için şu şekilde öneriler sunmaktadır: Kronik akciğer hastalığı olan, ancak hastalığı ani alevlenme döneminde olmayan ve solunum semptomları nedeniyle günlük yaşam aktivitelerini ve sosyal yaşamını sürdürmekte güçlük yaşayan hastalar PR için uygun adaylardır (6,7). TÜİK 2024 verilerine göre ölüm nedenleri arasında solunum sistemi hastalıklarından ölenlerin oranı %15' dir (8). Bu değer PR'nin tedavi programları içerisinde aktif kullanımının önemini açıkça ortaya koymaktadır.

### PULMONER REHABİLİTASYON PROGRAMININ AMAÇLARI

PR, fizik tedavi ve rehabilitasyon uygulamalarını da içine alan geniş kapsamlı bir rehabilitasyon türüdür. PR' nin temel amacı, kronik akciğer hastalığı olanlar ve

<sup>1</sup> Uzm. Hemşire, Kocaeli Şehir Hastanesi, pinarugurag@gmail.com, ORCID iD: 0000-0003-1033-0735

<sup>2</sup> Arş Gör., Bilecik Şeyh Edebali Üniversitesi, semanurbilgc@gmail.com, ORCID iD: 0000-0001-9839-0307

yönetimi konusunda alanında uzman hemşireler kilit role sahiptir. PR konusunda uzman kişiler PR’ de farkındalığın az olduğunu ve bunu daha bilindik hale getirilmesi gerektiğini ve kamusal düzenlemelerin daha yaygın olması gerektiğini önerilmektedir.

## KAYNAKLAR

1. Madenoğlu Kıvanç, M. Yoğun Bakım Hastasının Rehabilitasyonu. Çelik, S (ed.) Erişkin Yoğun Bakım Hastalarında Temel Sorunlar ve Hemşirelik Bakımı içinde. İstanbul: Nobel Tıp Kitabevleri; 2014. p. 198-200.
2. Spruit MA, Singh SJ, Garvey C, et al. An official American Thoracic Society/European Respiratory Society statement: key concepts and advances in pulmonary rehabilitation. *American Journal Of Respiratory And Critical Care Medicine*. 2013;188(8): e13-e64.
3. HSGM. 12-18 Mart 2023 Pulmoner Rehabilitasyon Haftası 2023. (20/08/2025 tarihinde <https://hsgm.saglik.gov.tr/tr/haberler-16/pulmoner-rehabilitasyon-haftasi.html> adresinden ulaşılmıştır).
4. GOLD. 2025 GOLD Report 2025. (18/08/2025 tarihinde [https://goldcopd.org/2025-gold-report/?utm\\_source](https://goldcopd.org/2025-gold-report/?utm_source) adresinden ulaşılmıştır.)
5. McCarthy B, Casey D, Devane D, et al. Pulmonary rehabilitation for chronic obstructive pulmonary disease. *The Cochrane Database Of Systematic Reviews*. 2015(2): CD003793. <https://doi.org/10.1002/14651858.CD003793.pub3>
6. Haranath SP. *Pulmonary Rehabilitation Needs PR: Global Insights 2019*. (20/08/2025 tarihinde <https://www.chestnet.org/membership-and-community/leadership/thought-leader-blog/2019/03/pulmonary-rehabilitation-needs-pr> adresinden ulaşılmıştır).
7. AACVPR. *Pulmonary Rehabilitation*. (20/08/2025 tarihinde <https://www.aacvpr.org/Pulmonary-Patient-Resources> adresinden ulaşılmıştır).
8. TÜİK. Ölüm ve Ölüm Nedenleri 2024. (18/08/2025 tarihinde <https://data.tuik.gov.tr/Bulten/Index?p=Olum-ve-Olum-Nedeni-Istatistikleri-2024-54195> adresinden ulaşılmıştır).
9. Puhon MA. Evidence-Based. Pulmonary Rehabilitation: Role and Advances. *An Issue of Clinics in Chest Medicine*. 2014;35(2): 295-301.
10. Ergün P. Pulmoner Rehabilitasyon Güncel Yaklaşımlar. *Güncel Göğüs Hastalıkları Serisi*. 2019;7(1): 7-18.
11. Rochester CL, Vogiatzis I, Holland AE. An Official American Thoracic Society/European Respiratory Society Policy Statement: Enhancing Implementation, Use, and Delivery of Pulmonary Rehabilitation. *American Journal Of Respiratory And Critical Care Medicine*. 2015;192(11): 1373–1386. <https://doi.org/10.1164/rccm.201510-1966ST>.
12. Bolton CE, Bevan-Smith EF, Blakey JD. British Thoracic Society guideline on pulmonary rehabilitation in adults. *Thorax*. 2013;68Suppl2: ii1–ii30. <https://doi.org/10.1136/thoraxjnl-2013-203808>.
13. Niksaroğlu EY. Pulmoner Rehabilitasyon Endikasyonları. Gülbaş G (ed.) *TÜSAD Göğüs Hastalıkları. Bölüm 20* içinde. [Internet]; 2019. p. 5-8. (19/08/2025 tarihinde <https://www.solumum.org.tr/TusadData/Book/853/14120211032491072020171337bolum20.pdf> adresinden ulaşılmıştır).
14. Singh SJ, ZuWallack RL, Garvey C. Learn from the past and create the future: the 2013 ATS/ERS statement on pulmonary rehabilitation. *The European Respiratory Journal*. 2013;42(5): 1169–1174. <https://doi.org/10.1183/09031936.00207912>
15. Shenoy MA, Paul V. Pulmonary Rehabilitation. [Updated 2023 Jul 25]. In: StatPearls [Internet]. Treasure Island (FL): StatPearls Publishing; 2025. Jan-. (20/08/2025 tarihinde <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/books/NBK563166/> adresinden erişilmiştir).
16. Arpınar Yiğitbaş, B. Hasta Değerlendirme ve Tanı Yöntemleri. Gülbaş G (ed.) *TÜSAD Göğüs Hastalıkları. Bölüm 20* içinde. [Internet]; 2019. p. 14-27. (21/08/2025 tarihinde <https://www>.

solunum.org.tr/TusadData/Book/853/14120211032491072020171337bolum20.pdf adresinden ulaşılmıştır).

17. Gordon CS, Waller JW, Cook RM. Effect of Pulmonary Rehabilitation on Symptoms of Anxiety and Depression in COPD: A Systematic Review and Meta-Analysis. *Chest*. 2019;156(1): 80–91. <https://doi.org/10.1016/j.chest.2019.04.009>
18. Spruit MA, Pitta F, Garvey C, Differences in content and organisational aspects of pulmonary rehabilitation programmes. *European Respiratory Journal*. 2014;43(5): 1326-1337.
19. Türk Toraks Derneği Eğitim Kitapları Serisi. *Solunumsal Rehabilitasyon 2019*. (20/08/2025 tarihinde [https://toraks.org.tr/site/sf/documents/pre\\_e3389bb6c1afc2a404a77a931297be0.pdf](https://toraks.org.tr/site/sf/documents/pre_e3389bb6c1afc2a404a77a931297be0.pdf) adresinden ulaşılmıştır).
20. Bishop JA, Spencer LM, Dwyer TJ. Effect of pulmonary rehabilitation duration on exercise capacity and health-related quality of life in people with chronic obstructive pulmonary disease (PuRe Duration Trial): A randomized controlled equivalence trial. *Respirology (Carlton, Vic.)*. 2025;30(1): 41–50. <https://doi.org/10.1111/resp.14820>
21. Kılıç L. Pulmoner Rehabilitasyonun Komponentleri. Gülbaş G (ed.) *TÜSAD Göğüs Hastalıkları. Bölüm 20* içinde. [İnternet]; 2019. p. 28-31. (21/08/2025 tarihinde <https://www.solunum.org.tr/TusadData/Book/853/14120211032491072020171337bolum20.pdf> adresinden ulaşılmıştır).
22. Akciğer Sağlığı ve Yoğun Bakım Derneği. *Güncel Göğüs Hastalıkları Serisi, Pulmoner Rehabilitasyon 2019*. (21/08/2025 tarihinde <http://ghs.asyod.org/Dosyalar/GHS/Icerikler/2019-1.pdf> adresinden ulaşılmıştır).
23. Kara D, Yıldız H. Dispne Semptomunun Değerlendirilmesinde Dispne Ölçeklerinin Etkinlikleri ve Kullanım Sıklıkları. *Gümüşhane Üniversitesi Sağlık Bilimleri Dergisi*. 2013; 2(1): 137-149.
24. Borg GA. Psychophysical bases of perceived exertion. *Medicine And Science In Sports And Exercise*. 1982;14(5): 377–381.
25. Bestall JC, Paul EA, Garrod R. Usefulness of the Medical Research Council (MRC) dyspnoea scale as a measure of disability in patients with chronic obstructive pulmonary disease. *Thorax*. 1999;54(7): 581–586. <https://doi.org/10.1136/thx.54.7.581>
26. Satıcı C, Arpınar Yiğitbaş B. Egzersiz Programı. Gülbaş G (ed.) *TÜSAD Göğüs Hastalıkları. Bölüm 20* içinde. [İnternet]; 2019. p. 32-36. (21/08/2025 tarihinde <https://www.solunum.org.tr/TusadData/Book/853/14120211032491072020171337bolum20.pdf> adresinden ulaşılmıştır).
27. Ceyhan Y, Kartın PT. The Effects of Breathing Exercises and Inhaler Training in Patients with COPD on the Severity of Dyspnea and Life Quality: A Randomized Controlled Trial. *Trials*. 2022;23: 707. doi: 10.1186/s13063-022-06603-3.
28. Rochester CL, Vogiatzis I, Holland AE, et al. An Official American Thoracic Society/European Respiratory Society Policy Statement: Enhancing Implementation, Use, and Delivery of Pulmonary Rehabilitation. *American Journal Of Respiratory And Critical Care Medicine*. 2015; 192(11): 1373–1386. <https://doi.org/10.1164/rccm.201510-1966ST>.
29. Blackstock FC, Lareau SC, Nici L, et al. Chronic Obstructive Pulmonary Disease Education in Pulmonary Rehabilitation. An Official American Thoracic Society/Thoracic Society of Australia and New Zealand/Canadian Thoracic Society/British Thoracic Society Workshop Report. *Annals of the American Thoracic Society*. 2018; 15(7): 769–784. <https://doi.org/10.1513/AnnalsATS.201804-253WS>
30. Beykümü A. Göğüs Fizyoterapisi. Gülbaş G (ed.) *TÜSAD Göğüs Hastalıkları. Bölüm 20* içinde. [İnternet]; 2019. p. 37-43. (24/08/2025 tarihinde <https://www.solunum.org.tr/TusadData/Book/853/14120211032491072020171337bolum20.pdf> adresinden ulaşılmıştır).
31. Tripathi AK, Sankari A. Postural Drainage and Vibration. [Updated 2024 Jun 8]. In: StatPearls [Internet]. Treasure Island (FL): StatPearls Publishing; 2025 Jan-. (21/08/2025 tarihinde <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/books/NBK60421> adresinden erişilmiştir).
32. Cheng Q, Lai F, Song R, et al. Nursing Effect of Pulmonary Rehabilitation in Patients with Chronic Obstructive Pulmonary Disease. *Journal of Clinical and Nursing Research*. 2022;6(6): 7-11. doi:10.26689/jcnr.v6i6.4506.
33. Mutlu LC. Oksijen Tedavisi ve Açılama. Gülbaş G (ed.) *TÜSAD Göğüs Hastalıkları. Bölüm 20*

- içinde. [İnternet]; 2019. p. 44-46 (24/08/2025 tarihinde <https://www.solunum.org.tr/TusadData/Book/853/14120211032491072020171337bolum20.pdf> adresinden ulaşılmıştır).
34. Özmen İ. Psikolojik Destek. Gülbaş G (ed.) *TÜSAD Göğüs Hastalıkları. Bölüm 20* içinde. [İnternet]; 2019. p. 47-49. (21/08/2025 tarihinde <https://www.solunum.org.tr/TusadData/Book/853/14120211032491072020171337bolum20.pdf> adresinden ulaşılmıştır).
  35. Kahraman BY, Tülek Z. Değişen dünyada KOAH hastalarında pulmoner rehabilitasyon ve hemşirenin rolü. *Sağlık Akademisyenleri Dergisi*. 2025;12(1): 167-175.
  36. Akdeniz E. Sigara Bağımlılığı Sağlığa Etkileri ve Sigara Bırakmada Kullanılan Transteoretik Kullanımı. *Kırşehir Ahi Evran Üniversitesi Sağlık Bilimleri Dergisi*. 2019; 2(3): 11-25.
  37. Zhang M, Mao X, Li F, et al. The effects of nurseled family pulmonary rehabilitation intervention on quality of life and exercise capacity in rural patients with COPD. *Nursing Open*. 2023;10(8): 5606-5615. doi: 10.1002/nop2.1804.