

SPORTTERÁPIA ALKALMAZÁSA ÉS HATÉKONYSÁGÁNAK FELMÉRÉSE II. TÍPUSÚ DIABETES MELLITUSBAN SZENVEDŐ PÁCIENSEKNÉL

Szilágyi Brigitta, Dr. Járomi Melinda, Makai Alexandra

Pécsi Tudományegyetem, Egészségtudományi Kar, Fizioterápiás és Sporttudományi Intézet

brigitta.szilagyi@etk.pte.hu, jaromi@etk.pte.hu, alexandra.makai@etk.pte.hu

Bevezetés: Célunk volt felmérni egy 3 hónapos kombinált mozgásprogram hatékonyságát II. típusú diabeteseseknél a testösszetétel, a fittség, a vércukorszint és a vérnyomás függvényében, valamint célunk volt megvizsgálni a cukorbeteg életminőségét, fizikai aktivitását és betegségsspecifikus tudását (BST).

Anyag és módszer: Prospektív kutatásunkba, nem véletlenszerű mintaválasztással 87 páciens került beválasztásra. Testösszetételt (Omron-BCM BF511), vércukorszintet (Dcont Trend), vérnyomást (M.E. BU-90E), fittséget (5 teszt) mértünk. Életminőséget (D-39), fizikai aktivitást (CHAMPS), BST-t saját kérdőívvel mértünk fel. Statisztikai számítások: páros t-próba, regresszió, korreláció elemzés (SPSS 22.0).

Eredmények: A sportterápiát végzők körében (21 fő) a mozgásprogram után mért testsúly ($p<0,001$), BMI ($p<0,001$), testzsír ($p<0,001$), zsigeri zsír ($p<0,001$), vázizom ($p<0,001$), a jobb ($p<0,001$), a bal ($p<0,001$) könyökhajlítás, a 6 perces járás teszt, ($p<0,001$), a felállás-leülési teszt ($p=0,001$), a mozgás előtt mért szisztolés ($p<0,001$), diasztolés ($p=0,047$) vérnyomás és a mozgás előtt mért vércukorszint értéke ($p<0,001$) szignifikánsan változott a sportterápia előtt mért értékekhez képest. A mozgás előtti vércukorszint jelentősen magasabb volt a sportterápia kezdetén ($p<0,001$), felénél ($p<0,001$) és végén mért esetekben ($p<0,001$), a mozgás után mért vércukorszinthez képest. A betegség megállapításának éve és a szövődmények száma között erős kapcsolat volt ($p<0,001$). Az életminőség- BST ($p=0,003$), az életminőség - szövődmények száma ($p<0,001$) és az életminőség - mozgás között ($p=0,004$) erős kapcsolat volt. A fizikailag aktív és inaktív páciensek BST-a között jelentős kapcsolat mutatkozott ($p<0,001$).

Következtetések: Egy klinikai céllal végzett sportterápia, mely kombinált mozgásformából áll, hatékony II. típusú cukorbeteg kezelés során.

Kulcsszavak: diabetes, életminőség, fizikai aktivitás