

TRAUMŲ DĖL NUKRITIMŲ YPATUMAI PAGYVENUSIŲ ŽMONIŲ GRUPĖJE LIETUVOJE

Sigitas Griškoni^{1,2}, Birutė Strukčinskienė¹, Juozas Raistenskis³,
Vaiva Strukčinskaitė¹, Ieva Griškonytė⁴

¹Klaipėdos universiteto Sveikatos mokslų fakultetas, ²Klaipėdos universitetinė ligoninė,

³Vilniaus universiteto Medicinos fakultetas, ⁴Lietuvos sveikatos mokslų universitetas

Raktažodžiai: pagyvenę žmonės, traumos, nukritimai, sužalojimų prevencija.

žmonių skiria laiko pasivaikščiavimui. Reguliariai daro mankštą tik 19,1 proc. pagyvenusių žmonių.

Santrauka

Tirti pagyvenę (65+) Lietuvos žmonės, kurie gydėsi stacionare dėl patirtos traumos nukritus. Taikyta apklausa raštu, analizuota 312 užpildytų anketų. Apklausoje pateikti sociodemografiniai klausimai ir klausimai apie nukritimo vietą, laiką, priežastis, aplinkybes, sveikatos ypatumus, nukritimų prevenciją. Duomenys buvo statistiškai apdoroti SPSS 20.0 statistinių programų paketu. Taikytas chi kvadrato kriterijus. Statistiniam reikšmingumui patvirtinti pasirinktas reikšmingumo lygmuo $p < 0,05$.

Stacionare dėl traumų po nukritimo gydėsi reikšmingai daugiau moterų, nei vyrų. Dauguma (95 proc.) stacionare dėl nukritimo gydytų pacientų gydėsi kaulų lūžius. 89,1 proc. pagyvenusių žmonių nukritimų įvyko patalpose. Namuose nukrito didžioji dauguma pacientų. Namuose 28 proc. nukritimų įvyko kambaryje, 21 proc. – vonios patalpoje, 19 proc. – koridoriuje, 14 proc. – ant laiptų ar laiptinėje, 13 proc. – virtuvėje. Dažniausiai pagyvenę žmonės nukrenta ryte ir vakare. 24 proc. respondentų nukrito užkliuvę už kliūtis, 23 proc. – paslydę ant šlapių, slidžių grindų, 20 proc. – prarado pusiausvyrą eidami lygiu pagrindu. 83 proc. pagyvenusio amžiaus žmonių nuolat vartoja kokius nors vaistus, 62 proc. turi regėjimo sutrikimų, 72 proc. turi kaulų-raumenų sistemos problemų, 41 proc. – klausos sutrikimų. Dauguma (71 proc.) nukentėjusių nėra girdėję, nesidomi nukritimų prevencija. Nukritimų prevencija reikšmingai daugiau domisi moterys, nei vyrai. Daugiausia žinių apie sužalojimų, nukritimų prevenciją pacientai gauna iš žiniasklaidos ir medicinos ar sveikatos darbuotojų. 42 proc. pagyvenusių

Išvadas

Pagyvenę žmonės yra tarp pažeidžiamiausių visuomenės grupių, tad jų sveikatos ir saugos klausimams turi būti skiriamas padidintas dėmesys. Mokslininkų nuomone, prognozuojama, kad iki 2050-ųjų metų gimstamumas Europoje didės nežymiai, vidutinė tikėtina gyvenimo trukmė ilgės, tad senyvo amžiaus žmonių neišvengiamai daugės. Taigi svarbu užtikrinti pagyvenusių žmonių sveikatą ir sveikesnę senatvę [1].

Europos regione 65 metų ir vyresnių žmonių mirčių nuo išorinių priežasčių struktūroje pirmąją savižudybės, kritimai ir eismo įvykiai, be to, pagyvenusių žmonių mirtingumas nuo sužalojimų yra didesnis nei kitose amžiaus grupėse [2]. Pasaulyje apie 30 proc. atskirai gyvenančių 65 m. ir vyresnio amžiaus žmonių nukrenta bent kartą per metus, o vienas iš 10 kritimų baigiasi kaulų lūžiu [3]. Japonijoje kasmet kritimus patiria apie 28-35 proc. pagyvenusių žmonių (65 m. ir vyresnių), o 5-10 proc. – patiria sunkius sužalojimus [4]. A. Juozulynas ir kt. (2012) nurodo, kad Lietuvoje vieną kartą per metus nukrenta 30,8 proc. 60 metų ir vyresnių moterų, o A. Tamulaitienė ir kt. (2009) teigia, kad kartą per metus nukrenta 35,3 proc. 65 metų ir vyresnio amžiaus moterų [1, 5]. Dėl sveikatos problemų ir regėjimo, eisenos bei pusiausvyros sutrikimų vyresni nei 65 metų žmonės dažniau patiria traumas negu jaunesni. Be to, dėl osteoporozės ir prastos sveikatos jų traumas paprastai sunkesnės, dažniau sukelia mirtinas komplikacijas, po jų ilgiau sveikstama [6]. Pablogėjęs regėjimas, klausos, eisenos bei pusiausvyros sutrikimai, osteoporozė sąlygoja pagyvenusių žmonių sužalojimų gausą [7]. Tyrimai, nagrinėjantys pagyvenusių žmonių sveikatą, mirčių, susirgimų ir sužalojimų priežastis ir jų prevencijos būdus, įgalina stiprinti pagyvenusių žmonių sveikatą, saugą, ge-

rinti gyvenimo kokybę ir išvengti socialinių netolygumų.

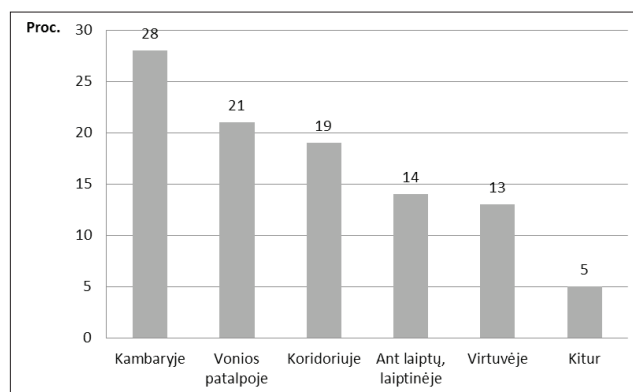
Darbo tikslas – analizuoti traumų dėl nukritimų ypatumus Lietuvoje.

Tyrimo metodika

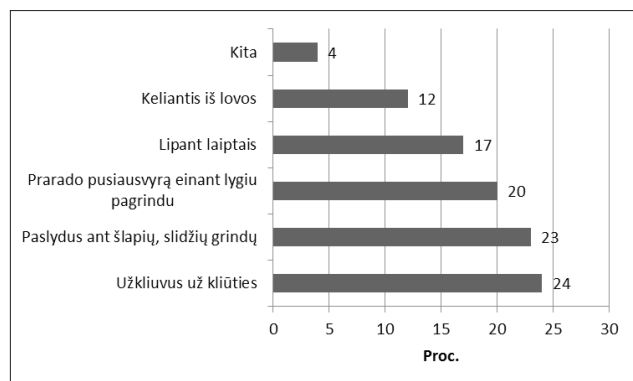
Tirti pagyvenę (65 metų ir vyresni) Lietuvos žmonės, kurie gydėsi stacionare dėl patirtos traumos nukritus. Taikyta apklausa raštu. Išdalinta 350 anketų, analizuotos 312 užpildytų anketų (anketų grįžtamumas 89,14 proc.). Tyrimui naudotas Klaipėdos universiteto Sveikatos fakulteto mokslininkų sudarytas klausimynas. Apklausoje pateikti sociodemografiniai klausimai ir klausimai apie nukritimo vietą, laiką, priežastis, aplinkybes, sveikatos ypatumus, nukritimų prevenciją. Apklauskos metu gauti atsakymai buvo statistiškai apdoroti SPSS 20.0 statistinių programų paketu. Taikytas chi kvadrato kriterijus. Statistiniam reikšmingumui patvirtinti pasirinktas reikšmingumo lygmuo $p < 0,05$.

Rezultatai ir jų aptarimas

Buvo apklausti 65 m. ir vyresni pacientai, kurie gydė-



1 pav. Nukritimų, sukėlusių pagyvenusių žmonių traumą, vieta namuose



2 pav. Nukritimų namuose priežastys

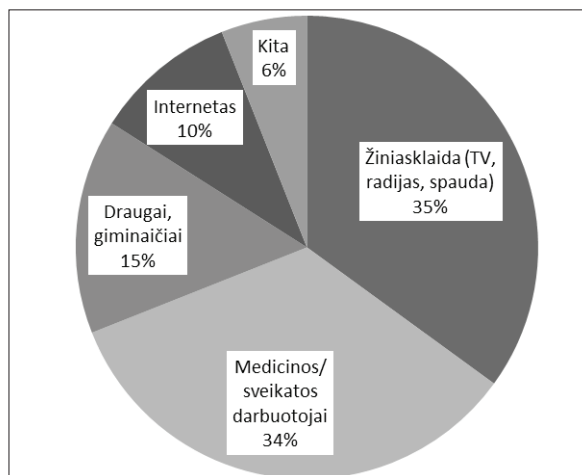
si ligoninėje dėl traumos nukritus. Iš 312 tirtų pagyvenusių amžiaus žmonių 205 (65,7 proc.) buvo moterys, o 107 (34,3 proc.) – vyrai. Moterys reikšmingai dažniau patyrė traumą nukritus, nei vyrai ($p < 0,05$).

Tyrimo rezultatai parodė, kad dauguma 81,3 proc. pacientų ligoninėje dėl nukritimo sukeltos traumos gydomi pirmą kartą. Dauguma pacientų nukrito patalpose – 278 (89,1 proc.). Lauke nukrito 34 (10,9 proc.) nukentėjusieji. Iš respondentų, nukentėjusių patalpose, dauguma (97,48 proc.) nukentėjo namuose (kiti – nukentėjo kitose patalpose). Namų aplinkoje pagal traumos įvykio vietą stebimas toks pasiskirstymas: 28 proc. nukritimų įvyko kambaryje, 21 proc. – vonios patalpoje, 19 proc. koridoriuje, 14 proc. ant laiptų ar laiptinėje, 13 proc. virtuvėje (1 pav.). Statistiškai reikšmingų skirtumų tarp lyčių pagal šį požymį nenustatyta ($p > 0,05$).

Tyrimo metu buvo nustatyta, koku paros metu nukrito respondentas, patyręs sužalojimą. Ryte nukrito 36 proc., vakare – 35 proc., dienos metu – 17 proc., naktį – 12 proc. nukentėjusiųjų.

Buvo analizuota, dėl kokių priežasčių, kokiomis aplinkybėmis nukrito ir patyrė traumą pagyvenę žmonės. 24 proc. respondentų nukrito užkliuvę už kliūtis, 23 proc. – paslydę ant šlapių, slidžių grindų, 20 proc. – prarado pusiausvyrą eidami lygiu pagrindu, 17 proc. – lipdami laiptais, 12 proc. – keliantis iš lovos (2 pav.).

33 proc. nukentėjusiųjų nurodė, kad prieš krentant jiems svaigo galva, 28 proc. – jautė silpnumą. Oro trūkumo, dusimo, skausmo, pykinimo nukentėjusieji nejautė. 59 proc. nukentėjusiųjų nukrito ant šono, 21 proc. – ant nugaros. Dauguma (95 proc.) stacionare dėl nukritimo gydytų pacientų gydėsi kaulų lūžius.



3 pav. Informacijos apie sužalojimų, kritimų prevenciją gavimo šaltiniai

Apklaustos metu buvo analizuojami pacientų bendri sveikatos ypatumai. 83 proc. pagyvenusio amžiaus žmonių nuolat vartoja kokius nors vaistus, 62 proc. – turi regėjimo sutrikimų, 41 proc. – klausos sutrikimų, 72 proc. – turi kaulų-raumenų sistemos problemų.

Buvo nagrinėjama, ar pacientai domisi sužalojimų, nukritimų prevencija, ar yra apie tai girdėję, ar turi žinių, informacijos šiomis temomis. 71 proc. nukentėjusiųjų nėra girdėję, nesidomi nukritimų prevencija. Nukritimų prevencija reikšmingai daugiau domisi moterys (38 proc.), nei vyrai (18 proc.) ($p < 0,05$). Daugiausia žinių apie sužalojimų, kritimų prevenciją pacientai gauna iš žiniasklaidos (TV, radijo, spaudos) (35 proc.) ir medicinos/sveikatos darbuotojų (34 proc.) (3 pav.). Pasidomėjus, kokiose prevencinėse priemonėse dalyvauja respondentai, paaiškėjo, kad 42 proc. – skiria laiko pasivaikščiavimui, 12 proc. – dalyvavo paskaitose apie prevenciją, 7 proc. – keičia namų aplinką, kad ji būtų saugesnė. Reguliariai daro mankštą tik 19,1 proc. pagyvenusių žmonių.

Tyrimas parodė, kad pagyvenę žmonės Lietuvoje patiria traumas dėl nukritimų, kurios dažniausiai įvyksta namuose. Apskritai, rizikos veiksniai, sąlygojantys kritimus, gali būti vidiniai ir išoriniai. Vidiniai rizikos veiksniai yra susiję su rega, klausa, judėjimo ir atramos sistema, mityba, medžiagų apykaita, vaistų vartojimu, žmogaus elgesiu. Išoriniai rizikos veiksniai yra nesaugi aplinka, netinkama apranga, pagalbinių priemonių stoka.

Mūsų tyrimo rezultatai yra panašūs į V. Alekno ir kt. 2002 m. tyrimą, kuriame teigiama, kad dažniausiai nukritimai įvyksta namuose, nukrentama paslydus ant šlapių slidžių grindų ar užkliuvus už aplinkos daiktų, o kaip išvengti nukritimų žinojo mažuma (trečdalis) tirtų asmenų [8]. Alekno V. ir kt. 2004 metais atliktas kitas tyrimas (kaip ir mūsų tyrimas) parodė, kad tiriamieji turėjo regos sutrikimų, kojų, pėdų problemų, klausos susilpnėjimą, didžioji dalis respondentų vartojo vaistus [9].

Mūsų tyrimas atskleidė, kad pagyvenę žmonės mažai mankština, ne visi pakankamai skiria dėmesio fizinio aktyvumo veikloms, pvz., pasivaikščiavimui. Anot Z. Javtoko ir E. Mačiūno (2008), fizinis aktyvumas didina ištvermę, jėgą, pusiausvyrą ir judrumą – tai padeda gyventi savarankiškai, be to, fizinė veikla didina kaulų tankį ir gali padėti užkirsti kelią osteoporozei. Fiziškai aktyvūs žmonės geriau jaučiasi, nes fizinis aktyvumas mažina kraujospūdį ir tikimybę susirgti širdies kraujagyslių ligomis, insultu bei depresija [4]. Fizinio aktyvumo nauda neabejotina traumų prevencijai. Fizinė veikla būtina kaulų tankio didinimui, raumenų stiprumo didinimui, pusiausvyros lavinimui. Tyrimas atskleidė, kad pagyvenę žmonės neturi pakankamai informacijos apie nukritimų prevencijos galimybes, pre-

vencines priemones, padedančias išvengti sužalojimų. Nukritimų prevencijai tinka taikyti pagrindinius sužalojimų prevencijos būdus: švietimą/mokymą/informavimą, saugios aplinkos kūrimą, teisines priemones. Nukritimų prevencijai svarbus saugios namų aplinkos kūrimas, kritimų riziką didinančių veiksnių šalinimas, saugos įrenginių taikymas namuose, konsultavimasis su sveikatos ir medicinos darbuotojais.

Išsivysčiusiose šalyse jau eilę metų pagyvenusių žmonių sužalojimų, o ypač nukritimų ir traumų namuose profilaktika ir saugos stiprinimas yra prioritetinga sritis. Jai skiriamas pakankamas dėmesys sveikatos priežiūros struktūroje, plėtojant visuomenės sveikatos, reabilitacijos ir slaugos mokslą, o prevencinė veikla vykdoma ir nacionaliniu, ir vietinės bendruomenės lygmenimis [10]. Tyrimas parodė, kad nukritimai Lietuvoje yra svarbi pagyvenusių žmonių problema, kuriai reikėtų skirti daugiau dėmesio.

Išvados

1. Stacionare dėl traumų po nukritimo gydėsi reikšmingai daugiau moterų, nei vyrų. Dauguma (95 proc.) stacionare dėl nukritimo gydytų pacientų gydėsi kaulų lūžius.

2. Dauguma pagyvenusių žmonių nukritimų įvyksta patalpose, namuose. Maždaug po penktadalį nukritimų namuose įvyksta kambariuose, vonios patalpoje, koridoriuje.

3. Dažniausiai pagyvenę žmonės nukrenta ryte ir vakare. 24 proc. respondentų nukrito užkliuvę už kliūtis, 23 proc. – paslydę ant šlapių, slidžių grindų, 20 proc. – prarado pusiausvyrą eidami lygiu pagrindu.

4. Dauguma pagyvenusio amžiaus žmonių nuolat vartoja kokius nors vaistus, turi regėjimo sutrikimų, turi kaulų-raumenų sistemos problemų, 41 proc. – klausos sutrikimų.

5. Dauguma (71 proc.) nukentėjusiųjų nėra girdėję, nesidomi nukritimų prevencija. Nukritimų prevencija reikšmingai daugiau domisi moterys, nei vyrai. Daugiausia žinių apie sužalojimų, kritimų prevenciją pacientai gauna iš žiniasklaidos ir medicinos/sveikatos darbuotojų.

6. Beveik pusė (42 proc.) pagyvenusių žmonių skiria laiko pasivaikščiavimui. Reguliariai daro mankštą tik 19,1 proc. pagyvenusių žmonių.

Literatūra

1. Juozulynas A., Stukas R., Jurgelėnas A., Venalis A., Tamulaitytė-Morozovienė I. Pagyvenusių žmonių sveikata ir griuvimai. *Gerontologija*, 2012; 13(2): 103–106.
2. Sethi D, Racioppi F, Baumgarten I, Vida P. Injuries and violence in Europe: Why they matter and what can be done? Copenhagen: WHO Regional Office for Europe, 2005.
3. Gillespie L. et al. Interventions for preventing falls in elderly people (Cochrane review). *The Cochrane Library*, 2003; 3.

4. Yoshimura K, Yamada M, Aoyama T. Population-level association between fall prevention program and fall rate of community-dwelling elderly: A cross-sectional study in Kyoto, Japan. 6th Asian Regional Conference on Safe Communities in Toshima, Tokyo, Japan, 2012. Abstract book: 60.
5. Tamulaitienė M., Alekna V., Tamulaitytė I., Juozulynas A. Senyvo amžiaus moterų griuvimai ir jų aplinkybės. Gerontologija, 2009; 10(3): 143–151.
6. Javtokas Z., Mačiūnas E. Pagyvenusių žmonių sveikatos stiprinimas. Vilnius: Valstybinis aplinkos sveikatos centras, 2008.
7. Strukčinskienė B. Pagyvenusių žmonių mirtys nuo nukritimų: analizė ir profilaktikos galimybės. Sveikatos mokslai, 2008; 2(56): 1599-1602.
8. Alekna V., Šliažaitė R., Tamulaitienė M., Kalibatienė D., Pagyvenusių žmonių griuvimų dažnis ir aplinkybės. Sveikatos mokslai, 2002; 12 (7): 73-77.
9. Alekna V., Kalibatienė D Šliažaitė R., Tamulaitienė M., Ligų ir vaistų įtaka pagyvenusių žmonių griuvimų dažniui. Sveikatos mokslai, 2004; 14 (6): 44-49.
10. Bauer R, Fridodt-Muller B. Potential of the European Injury Database „IDB“ for housing safety research and indication. Proceedings of the 2nd WHO International Housing and health Symposium, September 29 – October 1,2004, Vilnius, Lithuania. Bonn: WHO European Centre for Environment and Health (Bonn Office), 2004; 142.

participated. Chi-square test was used and the significance level $p < 0.05$ was considered statistically significant. The study revealed that the majority of fall injury inpatients were women. Almost all inpatients (95%) were treated because of fracture. 89.1% proc. of falls happened inside, the majority of them occurred at home. 28% of fall injuries occurred in the room, 21% – in the bathroom, 19% – in the corridor, 14% – on stairs, and 13% – in the kitchen. Most often elderly were injured when have fallen in the morning or in the evening. 24% respondents have fallen because of obstacle/barrier, 23% elderly slipped on the wet, slippery floor, 20% – because of the imbalance when walking. 83% of elderly permanently use medications, 62% of them have visual impairments, 72% – musculoskeletal problems, 41% – hearing problems. 71% of surveyed elderly have not heard or are not interested in falls prevention. Women significantly more are interested in falls prevention than men. Most of the knowledge about injures and fall prevention elderly obtain from the media and medical or health specialists. 42% of elderly go for a walk, and 19.1% of elderly people exercise regularly.

Correspondence to: griskonis@kul.lt

Gauta 2013-05-13

INJURIES AFTER FALLS IN ELDERLY IN LITHUANIA

S. Griškonis, B. Strukčinskienė, J. Raistenskis,

V. Strukčinskaitė, I. Griškonytė

Key words: elderly, injury, falls, injury prevention.

Summary

The survey on elderly people (65 plus) that have to be treated for a fall injury in Lithuania hospitals. In the survey 312 elderly