RANKOS TRAUMĄ PATYRUSIŲ ASMENŲ VEIKLOS PROBLEMŲ IR EMOCINĖS BŪKLĖS STEBĖJIMAS NAMUOSE PO REABILITACIJOS

Milda Gintilienė, Aistė Pranskaitytė-Bielevičienė, Beatričė Dūdaitė

Kauno kolegijos Medicinos fakulteto Reabilitacijos katedra

Raktažodžiai: ergoterapija, rankos funkcija, rankos anatomija, rankos traumos, reabilitacija.

Santrauka

Rankų traumas visais laikais buvo ir yra labai aktualios. Rankomis atliekami kasdieniai veiksmai, o traumų metu gali būti sužalojamos funkcijai svarbios struktūros, apribojami rankos judesiai, neigiamai veikiantys kasdienę veiklą, sutrikdomi įvairūs žmogaus gyvenimo aspektai [4]. Dažnai patyrę traumą asmenys užsidaro namuose, o toks socialinis pasyvumas labai paveikia asmens gyvenimą, jo galimybes ir padėti visuomenėje bei socialinius santykius [3]. Tyrimo metu buvo siekiama atskleisti rankos traumą patyrusių asmenų veiklos problemas bei emocinę būklę namuose po reabilitacijos. Buvo aiškinamasi, kokių problemų kyla rankos traumą patyrusiam asmeniui kasdienėje veikloje, kaip pasikeitė jo darbinė veikla, koks traumos poveikis laisvalaikio veiklai ir kokie emocinės būklės pokyčiai, patyrus traumą. Duomenų rinkimui buvo taikytas stebėjimas pagal darbo autorių sudarytą stebėjimo protokolą ir pusiau struktūruotas interviu su iš anksto parengtais pagrindiniais atviro tipo klausimais. Tyrime dalyvavo informantė, automobilių eismo įvykio metu patyrusi abiejų rankų kaulų dauginius lūžius. Atlikta gautų duomenų turinio analizė, parodysi, kad rankos traumą patyrusiems asmenims sunku prisitaikyti prie veiklos problemų, nes jos kelia diskomfortą, trikdo kasdienę veiklą. Daugiausiai problemų kelia apsirangimo, valgymo, savipriežiūros veikla. Rankos trauma sutrikdė informantės darbinę veiklą, nes dėl patirtų sužalojimų ji negalėjo tęsti mokslų ir įgyti norimos profesijos ar užsiimti mėgstama laisvalaikio veikla. Emocinė būklė keitėsi nuolat, bet tyrimo metu informantė buvo susitaikiusi su situacija ir stengėsi būti kuo labiau nepriklausoma nuo kitų.

Įvadas

Ranka žmogui tarnauja ne tik dirbant, o ir bendraujant

su kitais asmenimis [9]. Smegenų pagalba žmogaus rankos gali valdyti aplinką (pvz., atverti duris) ir veikti joje, vykdyti kasdienę, darbinę ar laisvalaikio veiklą. Ranka veikia kaip sensorinis organas, leidžiantis jausti lytėjimą, atlikti kompleksinius judesius be regos pagalbos. Rankos yra labiausiai pažeidžiama kūno vieta. Didžiausia ir pagrindinė plaštakos funkcija yra laikyti ar paimti daiktus, pajauti jų formą bei struktūrą. Žmogaus gyvenime ir jo kasdienėje veikloje traumų pasitaiko labai dažnai, ypač rankų ir plaštakų, nes jomis atliekami kasdieniai veiksmai, keliantys susižalojimo riziką. Dėl traumų gali būti sužalotos svarbios plaštakai ir rankai struktūros [10]. Žmogaus rankos mums tarnauja įvairiais būdais. Jas sėkmingai naudojame atpažinti objektus ir išsaugoti informaciją apie paviršiaus struktūrą, atitikimą, svorį, formą, dydį, orientaciją, temperatūrą ir kt. Galima parodyti įspūdingą rankų miklumą siekiant, griebiant, manipuliuojant daiktais. Žmogaus rankos tarnauja kaip priemonė kūrybai įvairiose situacijose, tokiose kaip šokis, skulptūrų darymas, grojimas, piešimas ir kt. [9]. Plaštaka turi sudėtingą suėmimo struktūrą, susidarančią iš raumenų, sąnarių, fascijų, nervų skaidulų ir kraujagyslių. Dėl šio sudėtingumo ranka gali būti labai pažeidžiama. Norint, kad pirštai atliktų veiksmą (suimtų ar sugriebtų daiktą), arčiau esantys sąnariai (riešo ir alkūnės) turi būti stabilūs. Atliekant judesį, jo metu susidaro harmoninga pusiausvyra, atsirandanti tarp atskirų raumenų grupių tonuso. Esant rankai funkcinėje padėtyje, susidaro diltio lenkiamųjų ir tiesiamųjų, delno trumpųjų raumenų tonuso pusiausvyra. Jei plaštakos sužalojimai gydomi jos neimobilizavus funkcinėje padėtyje, tai pertempiami tiesiamieji raumenys, pirštai pasidaro nejudrūs, pritraukiamas nykštys, rankos funkcija sunkiau ir lėčiau atsigauna [1,2].

Skeleto ir raumenų trauma dažnai susijusi su lūžiais ar išnirimais, nors galimas ir minkštųjų audinių sužalojimas bei ilgalaikės jo pasekmės. Norint suprasti pacientus, patyrusius raumenų ir kaulų traumas, reikia žinoti minkštųjų audinių anatomiją ir suprasti pažeidimo mechanizmą [8]. Dėl lūžimo sutrinka judėjimo-atramos sistemos veikla. Lūžus kaulams, kinta pažeisto segmento įprastinė funkcinė ir

anatominė pusiausvyra. Aktyvūs sąnario judesiai tampa ryškiai riboti ar net visai negalimi. Laikiniai išnyksta raumenų funkcija, nes po traumos sutrinka judėjimo-atramos sistemos biomechanika. Judesių ribojimas būdingas beveik visiems judėjimo-atramos sistemos lūžiams. Įvykus traumai, sumažėja ne tik aktyvūs, bet ir pasyvūs judesiai [2]. Rankos traumos gali būti pavieniai sužalojimai arba dauginiai lūžiai [6].

Traumą ar lūžį patyrusio asmens reabilitacijos metu, svarbu sumažinti skausmą ir uždegimą, siekti judesių amplitudės atkūrimo, funkcinės būklės gerinimo, stiprinimo, propriocepcijos lavinimo, specifinio aktyvumo ugdymo. Nuo kompleksinio gydymo priklauso, kokie bus reabilitacijos rezultatai. Reabilitacijos procesas yra orientuotas į tikslą ir trunka ribotą laikotarpį. Reabilitacijos metu pacientui sudaryta namų mankštos programa turi būti vykdoma kiekvieną dieną jam grįžus iš reabilitacijos įstaigos. Kai pacientai išmoksta rankoms skirtus pratimus, tada jiems siūloma tuos pratimus atlikti namuose savarankiškai. Reabilitacijos veiksmingumas priklauso ne tik nuo ergoterapeuto ar kineziterapeuto darbo, bet ir nuo asmens pastangų, noro bei motyvacijos susigrąžinti prarastas ar sutrikusias funkcijas [7].

Tyrimo tikslas – atskleisti rankos traumą patyrusių asmenų veiklos problemas bei emocinę būklę namuose po reabilitacijos.

Tyrimo medžiaga ir metodai

Tyrimas buvo atliekamas 2021 metų kovo-balandžio mėnesiais. Informantė – automobilį eismo įvykio metu patyrusi dauginius abiejų rankų kaulų lūžius, 21 metų. Informantė buvo apklausta apie atsiradusias veiklos problemas, emocinės būklės pasikeitimą patyrus rankos traumą ir grįžus namo po reabilitacijos. Siekiant atskleisti veiklos problemas ir emocinę būklę po patirtos rankos traumos, pasirinktas kokybinis aprašomasis vertinimo tyrimas, kuriame taikytas pusiau struktūruotas interviu ir klinikinis stebėjimas. Iš anksto buvo parengti pagrindiniai interviu (atviro tipo) klausimai, į kuriuos informantė turėjo atsakyti. Siekiant gauti kuo daugiau informacijos, pagrindiniai klausimai buvo papildyti šalutiniais (49 papildomi klausimai). Interviu bei stebėjimas buvo vykdomas informantės namuose, jai sutikus, užtikrinant duomenų apsaugą. Pokalbis buvo įrašomas į diktofoną, perklausomas, transkribuojamas bei

perkeliamas į MS Word dokumentą. Stebėjimas vykdytas pagal darbo autorių sudarytą stebėjimo protokolą, kuriame buvo užrašomi rezultatai. Stebėjimo metu buvo vertinama informantės emocinė būklė viso interviu metu. Duomenų analizei naudota turinio analizė. Šio tyrimo pasirinkta metodika leido išsamiau išanalizuoti gautus duomenis. Prieš tyrimą informantė buvo supažindinta su tyrimo eiga, tikslu ir sutiko dalyvauti apklausoje.

1 pav. Kasdienės veiklos problemos (1)

2 pav. Kasdienės veiklos problemos (2)

Tyrimo rezultatai ir jų aptarimas

Rankos traumą patyrusių asmenų kasdienės veiklos problemos namuose po reabilitacijos. Pirmoji išanalizuota kategorija buvo atsiradusios kasdienės veiklos problemos. Maisto valgymo ir vandens gėrimo įpročiai turi daug įtakos asmenims, patyrusiems rankos traumą, jų bendrai būklei, nenorui gerti vandenį ar valgyti, negalėjimui naudotis įrankiais. Svarbu tai, kad nevartojant vandens ar maisto produktų, asmenims po traumų prasidėjus raumenų atrofijai, mažėja

3 pav. Darbo ir mokymosi veiklos problemos

4 pav. Laisvalaikio veiklos problemos (1)

ir kūno masė, todėl patartina stebėti svorio kitimą. Ši kategorija buvo suskirstyta į 3 subkategorijas: valgymas, vandens suvartojimas, badavimas. Jos buvo pagrindžiamos stebėjimu. Traumos liekamieji reiškiniai sukėlė daugybę rūpesčių, o atsiradusios veiklos problemos pablogino gyvenimo kokybę. Stebint informantę valgymo metu, buvo matyti, kad rankų judesiai labai riboti, nerangūs, veiksmas atliekami lėtai, sunku laikyti valgymo įrankius, nuolat reikalinga kito asmens pagalba (1 pav.).

Daug buvo savipriežiūros ir namų ruošos problemų. Analizuojant šias veiklas išryškėjo, kad informantė ilgą laiką negalėjo atlikti savipriežiūros, nuolat buvo reikalinga kito asmens pagalba. Paprašius informantės parodyti, kaip suima smulkius daiktus, pastebėta, kad suėmimo veiksmą atlikti sudėtinga, o kai nepavykdavo, informantė pikta patraukdavo rankas ir sarkastiškai nusijuokdavo (2 pav.).

Dar viena kategorija buvo problemos išeiti iš namų, naudotis transporto priemonėmis bei artimųjų palaikymas. Įvykus traumai, informantei tapo sudėtinga naudotis viešuoju transportu. Rankos traumas patyrusiems asmenims labai sunku išeiti iš namų, važiuoti, lipti, nes dėl sutrikusios rankų funkcijos kyla problemų, kai tenka lipti į autobusą, ar įsiverti jame. Informantė teigė, kad buvo sunku viską daryti: <...viena lipti laiptais visiškai negalėjau (nusijuokia). Vaikščioti irgi, visada šalia turėdavo būti žmogus arba kokia atrama, nes eiti buvo labai sunku, šlubuodavau labai. Pas mane visada būdavo žmonės iš šonų, kurie mane laiko, tai aš tokiomis mažais žingsniais eidavau, bet nueidavau. Bet labai lėtai ir labai sunkiai...> <...transportas buvo tik privatus, nes negalėjau peržengti staktų, reikdavo, kad būtų su kuo prisisegti, diržai, kad kas duris uždarytų po to išleistų. Įsikabinti niekur negalėdavau, tai turėdavo būti į kur įsikabinti galėčiau...> <... su manim visada būdavo šeimos nariai, draugai ar slaugytojai, kad būčiau viena...> Pasitikėjimo savo jėgomis informantei suteikė artimi žmonės, kurie ja tikėjo ir palaikė. Šių veiklos problemų analizė atskleidė, kad dėl patirtos traumos informantė turėjo pakeisti daugelį gyvenimo įpročių.

Rankos traumą patyrusių asmenų darbo ir mokymosi veiklos problemos. Rankos traumą patyrusiems asmenims dažnai tenka sustabdyti ar apriboti darbo ir mokymosi veiklą. Tyrimo metu atsiskleidė problemos, susijusios su mokymusi,

tačiau bendraujant ir stebint informantę, buvo galima suprasti, kad ji nepraranda vilčių ir nori pasveikti, mokytis (3 pav.).

Rankos traumą patyrusių asmenų laisvalaikio veiklos problemos. Kilusios laisvalaikio veiklos problemos skaudino informantę, nes iki patirtos traumos ji buvo veikli, dalyvaujanti įvairioje veikloje, o po traumos net knygos skaitymas, nesant pagalbininko, buvo neįmanomas, nes negalėjo perverssti puslapio ir išlaikyti knygos. Stebėjimas atskleidė, kad nors kalbėdama informantė šypsojosi, ji jautėsi liūdna, kartais akyse buvo pastebimos ašaros (4,5 pav.).

Rankos traumą patyrusių asmenų emocinė būklė. Interviu bei stebėjimo rezultatai parodė, kad informantės emocinė būklė buvo sunki, nuolat kintanti, jai buvo sunku suprasti ir suvokti, kas atsitiko. Buvo sunku susigyventi su įvykusia trauma. Viena jautriausių temų – emocijos. Informantė teigė, kad po traumos įvyko sunkus psichologinis lūžis. Buvo sunku valdyti emocijas, kamavo neviltis, bejėgiškumas. Vienas iš blogos emocinės būklės simptomų buvo pavargimas, nuovargio jausmas (6 pav.).

Informantės žodžiais, ji mažai judėjo, atsirado nuovargio jausmas, buvo sunku atlikti veiksmus, o visa tai lydėjo nenoras nieko daryti. Dar vienas rankos traumą patyrusių asmenų simptomas, paveikiantis ne tik fizinę, bet ir emocinę būklę, nuotaikų kaitą, yra skausmas ir tam tikri raumenų bei bendrieji somatiniai simptomai. Remiantis įvairiais literatūros šaltiniais bei šio tyrimo rezultatais, rankos traumą patyrusiems asmenims psichologiškai būna labai sunku, atsiranda depresija, apatija, po to – susitaikymas. Atliktas tyrimas atskleidė, kad rankų traumą patyrusių asmenų gyvenimo kokybė pasikeičia labai ženkliai. Informantės atsakymuose išryškėjo, kad labai pasikeitė jos gyvenimo įpročiai ir galimybės savarankiškai veikti. Informantei buvo labai sunku, sužinojus apie traumą, pradžioje ji nieko nesuprato ir negalėjo suvokti. Buvo sunku susigyventi su įvykusia trauma tiek fiziškai, tiek emociškai. Ilinojaus universitete (JAV) atliktas tyrimas, kuriame buvo vertinami asmenys, patyrę rankos traumą arba lūžį, bei kokios gyvenimo sritys nukenčia labiausiai po patirtos traumos. Tyrimo rezultatai buvo panašūs į šio tyrimo rezultatus, nes tyrimo dalyviams po patirtos traumos sutriko visų gyvenimo sričių veikla – kasdienė, laisvalaikio ir darbinė.

Abiejų tyrimų dalyviams atsirado smulkių daiktų suėmimo problema, sumažėjo griebimo jėga. Emocinė būklė buvo viena jautriausių temų tiek kalbant su mūsų informante, tiek Ilinojaus universiteto atliktame tyrimo. Rankos trauma yra ir psichologinė trauma, nes žmogui tenka susitaikyti su negalia ir savarankiškumo praradimu.

5 pav. Laisvalaikio veiklos problemos (2)

6 pav. Emocinės reakcijos po traumos

Išvados

1. Rankos traumą patyrusiam asmeniui sunku prisitaikyti prie veiklos problemų, jis sunkiai priima traumą, sunkiai suvokia, kaip pasikeitė veiklos galimybės. Tai sukelia diskomfortą ir daug klausimų dėl tolesnio gyvenimo. Daugiausia problemų informantei kilo kasdienėje apsirengimo, valgymo, savipriežiūros veikloje.

2. Patirta rankos trauma visiškai sutrikdė informantės darbinę veiklą, nes dėl patirtų sužalojimų ji negalėjo tęsti mokslo ir įgyti norimos profesijos, bet labai tikisi, kad pavyks tai įgyvendinti.

3. Po patirtos rankos traumos informantė negalėjo užsiimti savo mėgstama laisvalaikio veikla – važiuoti dviračiu, susitikti su draugais, skaityti knygas, piešti, nes buvo nuolat reikalinga kito asmens pagalba: pati negalėjo nei perversti knygos puslapio, nei suimti teptuko.

4. Patyrus rankos traumą, emocinė būklė keitėsi nuolat. Pradžioje – depresija, nes teko išgyventi draugų netektį ir pripažinti savo negalią, po to – pyktis, kodėl taip nutiko, tada apatija ir nenoras nieko daryti. Po atlikto stebėjimo galime teigti, kad informantė yra susitaikiusi su esama situacija ir stengiasi būti kuo labiau nepriklausoma nuo kitų.

Literatūra

- Braddom R, Saunders AL. Physical medicine and rehabilitation 4th ed. Section 4. Issues and specific diagnosis. 2011.
- Braziulis K. Rankos biomechaninės funkcijos įvertinimas gydant stipinkaulio distalinės dalies lūžius delnine rakinama plokštele: daktaro disertacija. LSMU, 2014;103.
- Brotzman SB, Wilk KE. Clinical orthopaedic rehabilitation 2003; Philadelphia: Mosby.
- Bucevič D. Ergoterapijos ir veidrodžio terapijos poveikis asmenų, patyrusių stipinkaulio tolumojo galo lūžį, savarankiškumui ir rankos funkcijai. Magistro baigiamasis darbas. LSMU, 2020.
- Clark GL, Wilgis EF et al. Hand rehabilitation: a practical guide. 2007.
- Karunadasa K. Management of the injured hand - basic principles of care. Sri Lanka Journal of Surgery 2015;33(1). <https://doi.org/10.4038/sljs.v33i1.8123>
- Kriščiūnas A. ir kt. Reabilitacijos pagrindai. Kaunas: Vitas Litera, 2008.
- Lee JS, Kim YH. Factors associated with limited hand motion after hand trauma. Medicine (Baltimore) 2019;98(3). <https://doi.org/10.1097/MD.00000000000014183>
- Jones LA, Lederman SJ. Human hand function. Oxford University Press 2006. <https://doi.org/10.1093/acprof:oso/9780195173154.001.0001>
- Prosser R, Conolly WB. Rehabilitation of the hand and upper limb. 2003.

EMOTIONAL STATE AND ACTIVITY ISSUES AT HOME AFTER REHABILITATION OF PEOPLE WITH ARM INJURIES

M. Gintilienė, A. Pranskaitytė-Bielevičienė, B. Dūdaitė

Keywords: occupational therapy, hand function, hand anatomy, hand injuries, rehabilitation.

Summary

Hand injuries have been and continue to be very relevant at all times, as daily actions are performed by hand, and structures important to function can be injured during injuries. This results in the restriction of hand movements, which negatively affects the performance of daily activities and disrupts different aspects of human life [4]. People who have often suffered trauma close at home, and such social passivity has a significant impact on a person's life, opportunities and position in society, and determines social relationships [3]. The aim of the research was to reveal the activity problems and emotional state of persons who experienced hand injury at home after rehabilitation, to find out what problems a person suffering from hand injury has during daily activities, how the person's work activity changed, how the hand injury affected the person's leisure time and what were changes in a person's emotional state after trauma. The study involved a person after a car accident who suffered multiple fractures of both bones. Observations were used for data collection, according to the observation protocol developed by the authors of the work, and semi-structured interviews with pre-prepared key open-ended questions. The content analysis of the obtained data was performed. The analysis of the obtained data showed that it is difficult for people with hand injury to adapt to performance problems, which causes discomfort, disrupts daily activities, mostly problems in dressing, eating and self-care activities. The hand injury suffered disrupts work activities, because due to the injuries suffered, the informant could no longer continue his studies and acquire the desired profession, and could no longer engage in his favorite leisure activities. The emotional state of the person who suffered the hand injury was constantly changing, but during the study, the informant was reconciled to the current situation and tried to be as independent of others as possible.

Correspondence to: aiste.pranskaityte@go.kauko.lt

Gauta 2021-11-14