NUOTOLINIŲ ERGOTERAPIJOS UŽSIĖMIMŲ POVEIKIS SERGANČIŲJŲ IŠSĖTINE SKLEROZE GYVENIMO KOKYBEI IR SAVARANKIŠKUMUI

Erika Liubinaitė, Evelina Lamsodienė
Kauno kolegijos Medicinos fakultetas

Raktažodžiai: išsėtinė sklerozė (IS), nuotolinė ergoterapija, gyvenimo kokybė, kasdienė veikla (ADL), savarankiškumas, ergoterapija.

Santrauka

Šiuo metu išsėtinė sklerozė serga daugiau nei 2,5 milijono žmonių. Prasidėjus COVID-19 pandemijai, viso pasaulio šalys pradėjo riboti kontaktus, todėl sergantiems išsėtinė sklerozė buvo sunkiau gauti gydymo paslaugas. Tyrimo tikslas – įvertinti nuotolių ergoterapijos užsiėmimų poveikį sergančiųjų išsėtinė sklerozė gyvenimo kokybei ir savarankiškumui. Įvertinus sergančiųjų išsėtinė sklerozė gyvenimo kokybę, nustatyta, kad tiriamųjų grupėje gyvenimo kokybės lygis yra vidutinis. Vertinant sergančiųjų kasdienę veiklą nustatyta, kad jiems reikalinga pagalba judėti lauke ir patalpoje, persikelti, maudytis vonioje (duše), rengtis, maitintis, atlikti namų ruošos darbus. Mažiausiai, pagal kasdienės veiklos vertinimo klausimyną, tiriamiesiems pagalbos reikia tokiose veiklose, kaip valgio gaminimas, sfinkterių kontrolė, asmeninis tualetas ir bendravimas. Po taikytų nuotolinių ergoterapijos užsiėmimų sergančiųjų išsėtinė sklerozė gyvenimo kokybė nepasikeitė, tačiau pagerėjo emocinė savijauta ir fizinė būklė. Nuotoliniai ergoterapijos užsiėmimai pagerino sergančiųjų bendrą savarankiškumą ir atskiras jo veiklas, tokias kaip namų ruošą, vonia (dušas), valgio gaminimas, asmeninis tualetas, rengimasis ir maitinimasis. Tiriamųjų nuotolinių užsiėmimų patirtis įvertinta teigiamai.

Įvadas

Išsėtinė sklerozė (IS) yra viena iš labiausiai paplitusių centrinės nervų sistemos (CNS) ligų. Šiandien daugiau nei 2,8 milijono žmonių visame pasaulyje serga IS [10]. Labiausiai liga paveikia asmenų judėjimą, o tai sukelia didelių problemų emocinei gerovei, kasdieniui veiklai (ADL) bei gyvenimo kokybei [7].

Žmonėms, sergantiems IS, reikalinga sudėtinga priežiūra dėl neįgalumo, reikalaujančio visapusiško ligos valdymo. Medicininė reabilitacija yra priemonių visuma, padedanti asmenims, patyrusiems (arba galintiems patirti) negalią, pasiekti ir palaikyti optimalų fizinį, jutiminį, intelektinį, psichologinį ir socialinį funkcionavimą sąveikoje su aplinka [13]. Reabilitacijos tikslas yra pagerinti funkcinę nepriklausomybę ir sustiprinti socialinį dalyvavimą, ypatingą dėmesį skiriant pacientų švietimui ir savęs valdymui. Tikslui pasiekti naudojama programa, kurią vykdo sveikatos specialistų komandos: medicinos, slaugos, kineziterapijos, ergoterapijos, kalbos terapijos, socialinio darbo specialistai [1].

Ergoterapijos užsiėmimai gali padėti pasiekti maksimalaus savarankiškumo kasdienėje veikloje. Pasak K. Maitra ir kt. [8], ergoterapija daro teigiamą poveikį šių asmenų savarankiškumui. Pagrindinis ergoterapijos tikslas yra suteikti pacientams galimybę savarankiškai dalyvauti kasdienėje, darbinėje ir laisvalaikio veikloje, kurią jie nori ar turi atlikti. Sergantieji IS mokomi energijos taupymo principų, įgyvendinant įvairias strategijas, tokias kaip lengviau atliekamo darbo metodai arba ergonominės įrangos naudojimas. Taikant ergoterapiją, atliekami pratimai gerinti koordinaciją, smulkiąją motoriką, protinį budrumą ir pusiausvyrą. Taikomi korekciniai metodai, – pratimai, gerinantys pirštų miklumą, kad asmuo būtų savarankiškas. Ergoterapeutas padeda tobulinti įgūdžius, pritaikydamas darbinę ir namų aplinką, prietaisus, kurie sergantiems IS padėtų atlikti įprastinę kasdienę veiklą ir išmokyti energijos taupymo principų [5]. Įprastai IS gydymas vyksta reabilitacijos centruose ar ligoninėse, todėl sergantieji turi vykti į gydymo įstaigas. Tai dažnai siejama su laiko ir finansinėmis išlaidomis. Alternatyvus reabilitacijos metodas, naudojant technologijas ir vykdant nuotolinius užsiėmimus, leidžia šias paslaugas teikti tiesiai į namus [2]. S. Keesara ir kt. [6] teigimu, tokio tipo gydymas egzistuoja dešimtmečius, tačiau labai plačiai nebuvo naudojamas, kol 2019 metais prasidėjo COVID-19 pandemija. Nesant galimybės vykdyti kontaktinių užsiėmimų, teko rasti

išeitį, kaip išspręsti šią kliūtį. Galima teigti, kad nuotolinis būdas yra viena iš išečių atlikti ergoterapijos užsiėmimus. Vieno iš atliktų tyrimų rezultatai parodė, kad nuotoliniu būdu atlikta reabilitacija yra naudinga ir perspektyvi platforma įgyvendinti reabilitacijos paslaugas [4].

Tyrimo tikslas – įvertinti nuotolių ergoterapijos užsiėmimų poveikį sergančiųjų išsėtine skleroze gyvenimo kokybei ir savarankiškumui.

Tyrimo medžiaga ir metodai

Tyrimas buvo atliktas 2021 sausio- kovo mėnesiais. Sergantiesiems IS buvo taikomi nuotoliniai 30-45 min. trukmės ergoterapijos užsiėmimai. Užsiėmimai organizuoti naudojant Zoom vaizdo programinę įrangą. Iš viso dalyvavo 11 (n=11) tiriamųjų, sergančių išsėtine skleroze. Visiems tiramiesiems buvo teikiami nuotoliniai ergoterapijos užsiė-

1 pav. Tiriamųjų gyvenimo kokybės pokytis (Sergančiųjų išsėtine skleroze gyvenimo kokybės įvertinimo anketa)

2 pav. Tiriamųjų pasiskirstymas pagal veiksnius, turinčius įtakos gyvenimo kokybei

3 pav. Tiriamųjų savarankiškumo pokytis (Kasdienės veiklos vertinimo klausimynas)

mimai. Jų metu buvo stiprinami rankos raumenys, gerinama judesių koordinacija, vikrumas, didinama sąnarių judesių amplitudė, gerinami turimi įgūdžiai ir teikiama informacija, kaip savarankiškai lavinti prarastus įgūdžius. Sergantys IS iš viso dalyvavo 15 užsiėmimų, 2 kartus per savaitę. Tyrimo tikslui pasiekti buvo naudota apklausa, testavimas, statistinė duomenų analizė. Testavimas atliktas per pirmą ir paskutinį nuotolinį užsiėmimą. Vertinimo priemonės: anketa, sudaryta tyrėjo demografiniams duomenims rinkti; Kasdienės veiklos vertinimo klausimynas (ADL) [3]; Sergančiųjų išsėtine skleroze gyvenimo kokybės įvertinimo anketa (ISGK) [12]; Telesveikatos pasitenkinimo apklausa [11]. Telesveikatos pasitenkinimo klausimynai naudojami vertinant nuotolinės sveikatos sistemos tinkamumą, vartotojų patirtį ir pasitenkinimą įvairiais technologijos aspektais [9].

Tyrimo rezultatai

Analizuojant sergančiųjų išsėtine skleroze gyvenimo kokybę tyrimo pradžioje ir pabaigoje, pakartotinio vertinimo metu pagerėjimo nebuvo nustatyta ($p>0,05$) (1 pav.).

Atlikus pradinį gyvenimo kokybės įvertinimą, išskirta keturiolika gyvenimo kokybės sričių. Kiekvienos srities bendras rezultatas buvo lyginamas grupėje tarp tiriamųjų pateiktų duomenų. Nors tiriamųjų gyvenimo kokybė nepagerėjo, tačiau po 15 nuotolinių ergoterapijos užsiėmimų buvo nustatyta, kad statistiškai reikšmingas ($p<0,05$) pagerėjimas pastebėtas atskirose gyvenimo kokybės srityse, t.y. emocinė savijauta ir fizinė būklė (2 pav.).

Įvertinus kasdienės veiklos vertinimo

klausimyno duomenis nustatyta, kad grupėje tiriamųjų savarankiškumo suminis balas tyrimo pradžioje nesiskyrė ($p > 0,05$). Daugiausia tiriamųjų, atsakydami į kasdienės veiklos vertinimo klausimą, nurodė, kad nėra savarankiški ir jiems reikalinga pagalba tokiose veiklose, kaip judėjimas lauke ir patalpoje, persikėlimas, vonia (dušas), rengimasis, namų ruoša, maitinimasis. Tyrimo pabaigoje pakartojus kasdienės veiklos klausimą, pastebėtas grupės tiriamųjų bendro savarankiškumo pagerėjimas ($p < 0,05$) (3 pav.).

Tyrimo pradžioje buvo įvertinta, kad visiems tiramiesiems daugiausia problemų kelia judėjimas patalpoje ir lauke. Savarankiškai judėti galėjo tik trečdalis grupės narių, kitiems tiramiesiems reikalingos pagalbinės priemonės arba buvo visai nesavarankiški. Šios veiklos nepakito. Prieš nuotolinius ergoterapijos užsiėmimus tik pusė tiriamųjų galėjo savarankiškai atlikti maitinimosi veiklą, po užsiėmimų savarankiškų tiriamųjų skaičius trečdaliu padidėjo ($p < 0,05$). Net pusei tiriamųjų iki tyrimo buvo reikalingos pagalbinės priemonės rengiantis, tačiau po nuotolinių užsiėmimų ši veikla pagerėjo ($p < 0,05$). Asmeninio tualetu atlikimo savarankiškumas padidėjo ($p < 0,05$). Didelė dalis tiriamųjų prieš tyrimą susidūrė su nesavarankiškumu namų ruošos veikloje, po tyrimo savarankiškumas šioje veikloje pagerėjo ($p < 0,05$). Savarankiškumas gaminant valgį po tyrimo taip pat pagerėjo ($p < 0,05$), (4 pav.).

Apibendrinant gautus kasdienės veiklos vertinimo klausimyno rezultatus, matoma, jog nuotoliniai ergoterapijos užsiėmimai pagerino tiriamųjų savarankiškumą.

Telesveikatos pasitenkinimo apklausos rezultatai rodo, kad po nuotolinių ergoterapijos užsiėmimų tiriamieji teigiamai vertino garso bei vaizdo kokybę užsiėmimo metu (1 lentelė), nuotoliniai užsiėmimai tiramiesiems buvo patogūs, puikiai jautėsi beveik visi tiriamieji. Taip pat tiriamieji vertino patekimą į nuotolinius užsiėmimus ir laiko trukmę, kuri buvo skirta užsiėmimams. Tiriamieji įvertino ergoterapeuto kruopštumą, atsargumą ir sumanumą bei mandagumą, pagarbą, jautrumą ir draugiškumą, šį klausimą visi tiriamieji įvertino vienodai – puikiai.

Daugiau nei pusė tiriamųjų nuotolinių ergoterapijos užsiėmimų patirtį įvertino gerai, o likusi dalis – puikiai. Nei vienas tiriamasis šios patirties neįvertino blogai. Tai rodo, kad nuotoliniai užsiėmimai gali būti puikus paslaugos teikimas, kai užsiėmimas realiai susitinkant negalimas. Visi tiriamieji atsakė, kad dar kartą naudotųsi nuotoliniais užsiėmimais bei juos rekomenduotų kitam asmeniui (1 lentelė).

4 pav. Tiriamųjų pasiskirstymas pagal kasdienės veiklos sritis prieš ir po nuotolinės ergoterapijos

1 lentelė. Tiriamųjų nuotolinių ergoterapijos užsiėmimų įvertinimas.

Klausimai	Įvertinimo pasiskirstymas (proc.)			
	prastai- 1	neblogai- 2	gerai- 3	puikiai- 4
Garso kokybė	-	18,18	27,27	54,55
Vaizdo kokybė	-	-	54,55	45,45
Asmeninis patogumas taikant nuotolinį būdą	-	-	9,09	90,91
Patekimas į nuotolinį užsiėmimą	-	-	18,18	81,82
Laiko trukmė susitikimams	-	18,18	27,27	54,55
Paaikškinimas apie gydymą	-	-	27,27	72,73
Ergoterapeuto kruopštumas, atsargumas, sumanumas	-	-	-	100
Ergoterapeuto mandagumas, pagarba, draugiškumas	-	-	-	100
Vykusi laiko trukmė	-	-	54,55	45,45
Atsakymas į klausimus apie įrangą	-	-	18,18	81,82
Paisoma privatumo	-	-	18,18	81,82
Bendra patirtis, taikant nuotolinį būdą	-	-	54,55	45,45

Išvados

1. Po taikytų nuotolinių ergoterapijos užsiėmimų sergančiųjų išsėtine skleroze gyvenimo kokybė nepasikeitė, tačiau pagerėjo emocinė savijauta ir fizinė būklė.

2. Asmenims, sergantiems išsėtine skleroze, taikyti nuotoliniai ergoterapijos užsiėmimai pagerino bendrą savarankiškumą bei atskiras jo veiklas, tokias kaip namų ruoša, vonia (dušas), valgio gaminimas, asmeninis tualetas, rengimasis ir maitinimasis.

3. Tiriamųjų patirtis, taikant nuotolinius užsiėmimus, įvertinta teigiamai. Tiriamiesiems nuotoliniai užsiėmimai buvo puiki alternatyva gauti ergoterapijos paslaugas karantino metu.

Literatūra

- Amatya B, Khan F, Galea M. Rehabilitation for people with multiple sclerosis: an overview of Cochrane Reviews. *Cochrane Database Syst Reviews* 2019;1(1):2-16. <https://doi.org/10.1002/14651858.CD012732.pub2>
- Botsis T, Demiris G, Pedersen S, Hartvigsen G. Home telecare technologies for the elderly. *J Telemed Telecare* 2008;14(7):333-7. <https://doi.org/10.1258/jtt.2008.007002>
- Guo HJ, Sapra A. Activities of Daily Living. *StatPearls* 2020. <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/books/NBK553126>
- Yeroushalmi S, Maloni H, Costello K, Wallin MT. Telemedicine and multiple sclerosis: A comprehensive literature review. *J Telemed Telecare* 2019;26(7-8):400-413. <https://doi.org/10.1177/1357633X19840097>
- Yu CH, Mathiowetz V. Systematic review of occupational therapy-related interventions for people with multiple sclerosis: Part 1. Activity and participation. *American Journal of Occupational Therapy* 2014;68:27-32. <https://doi.org/10.5014/ajot.2014.008672>
- Keesara S, Jonas A, Schulman K. Covid-19 and Health Care's Digital Revolution. *The new England Journal Medicine* 2020;382(23). <https://doi.org/10.1056/NEJMp2005835>
- Larocca NG. Impact of walking impairment in multiple sclerosis: perspectives of patients and care partners. *Patient* 2011;4(3):189-201. <https://doi.org/10.2165/11591150-000000000-00000>
- Maitra K, Hall C, Kalish T, Anderson M, Dugan E, Rehak J, Zeitlin D. Five-Year Retrospective Study of Inpatient Occupational Therapy Outcomes for Patients With Multiple Sclerosis. *Am J Occup Ther* 2010; 64(5):689-694. <https://doi.org/10.5014/ajot.2010.090204>
- Morgan DG, Kosteniuk J, Stewart N, O'Connell M.E, Karunanayake C, Beever R. The telehealth satisfaction scale: reliability, validity, and satisfaction with telehealth in a rural memory clinic population. *Telemed J E Health* 2014;20(11):997-1003. <https://doi.org/10.1089/tmj.2014.0002>
- Multiple Sclerosis International Federation, 2021. <https://www.msif.org/about-ms/what-is-ms/>
- The Telehealth Satisfaction Scale (TeSS). HTF 402 National First Nations Telehealth Research Project. 2021. https://digital.ahrq.gov/sites/default/files/docs/survey/telehealthsatisfactionquestionnaire_comp.pdf
- Vickrey BG. Multiple Sclerosis Quality of Life (MSQOL)-54 Instrument. 1995. https://www.nationalmssociety.org/NationalMSSociety/media/MSNationalFiles/Brochures/MSQOL54_995.pdf <https://doi.org/10.1037/t53653-000>
- World Health Organization. 2021. https://www.who.int/health-topics/rehabilitation#tab=tab_1

THE IMPACT OF REMOTE OCCUPATIONAL THERAPY ON THE QUALITY OF LIFE AND SELF-SUPPORT OF PEOPLE WITH MULTIPLE SCLEROSIS

E. Liubinaitė, E. Lamsodienė

Keywords: multiple sclerosis (MS), remote occupational therapy, quality of life, daily activities (ADL), independence.

Summary

More than 2.5 million people worldwide have multiple sclerosis. With the onset of the COVID-19 pandemic, countries around the world began to restrict contact meetings, making it more difficult for people to access treatment. The aim of the study was to evaluate the impact of remote occupational therapy sessions on the quality of life and independence of patients with multiple sclerosis. Assessing the quality of life of patients with multiple sclerosis, it was found that the quality of life of the group, among the subjects, is average. The assessment of patients' daily activities revealed that they needed assistance in such activities as: outdoor and indoor activities, moving bath/ shower, preparation, housekeeping, meals. At the very least, according to the daily performance evaluation questionnaire, subjects need help with activities such as: cooking, sphincter control, personal toilet, and communication. After the applied remote occupational therapy sessions, the quality of life of patients with multiple sclerosis did not change, but the individual areas: emotional well-being and physical condition. For people with multiple sclerosis, remote occupational therapy sessions have improved overall independence and individual activities such as housekeeping, bath/ shower, cooking, personal toileting, preparation, and eating. The experience of the subjects using distance learning was evaluated positively.

Correspondence to: evelina.lamsodiene@gmail.com

Gauta 2021-09-29