

Pētījuma nosaukums: Kompleksas fizioterapijas intervences efektivitāte ar spēli saistīto muskuloskeletālo traucējumu mazināšanā stīgu instrumentu mūziķiem.

Pētījuma autori: Valērija Dzirgause (pētniece, RSU Bakalaura darba izstrādes ietvaros), Daina Šmite (zin. vadītāja, RSU docente), Līva Tiesnese (klīniskā sadarbība, SIA Laba prakse fizioterapijas klīnika)

Pētījuma mērķis: Izpētīt kompleksas fizioterapijas intervences efektivitāti ar spēli saistīto muskuloskeletālo traucējumu mazināšanai stīgu instrumentu mūziķiem.

Pētījuma metodes: Pētījumu grupu sastādīja divdesmit jaunie mūziķi (n=20), bez dzimuma ierobežojuma (18 sievietes un 2 vīrieši), vecuma posmā no 18 līdz 25 gadiem, kuri spēlē augšējo stīgu instrumentu, piekrīt dalībai pētījumā un kuriem nevārēja piemērot nevienu no izslēgšanas kritērijiem. Dalībnieki tika sadalīti kontroles un intervences grupās pēc nejaušības principa. Pētījuma sākumā tika iegūti vispārējie dati par dalībniekiem un pielietoti novērtēšanas instrumenti – ar spēli saistīto muskuloskeletālo traucējumu izteiktība, biežums, lokalizācija un kā sekundārs mērījums - trauksmes simptomu skrīnings, pielietojot paš-vērtējuma anketu GAD-7. Intervences metodika sastāvēja no izglītojošās intervences, ko saņēma visi dalībnieki. Pētījuma grupas dalībnieki papildus piedalījās 12 tiešsaistes fizioterapijas grupas nodarbībās, kas tika organizētas divas reizes nedēļā, 45-60 min, sešas nedēļas. Pēc sešām nedēļām dalībnieki tika novērtēti atkārtoti un tika iegūti dati par ieteikumu (rekomendāciju) izpildi. Rezultāti tika apkopoti, analizēti un salīdzināti vienas grupas ietvaros un starp abām grupām, pielietojot aprakstošās un salīdzinošās matemātiskās statistikas metodes.

Pētījuma rezultāti un secinājumi: Pēc pielietotas kompleksas fizioterapijas intervences pētītajiem mūziķiem statistiski nozīmīgi samazinājas ar spēli saistītas muskuloskeletālas traucējumu izpausmes un trauksmes simptomi, kas ļauj secināt, ka šo intervenci būtu lietderīgi iekļaut augšējo stīgu mūziķu ikdienā un veikt tālāko izpēti, lai analizētu ilgtermiņa rezultātus. Tomēr tikai izglītojošā intervence ir nepietiekoša, lai mūziķi ikdienā ieviestu un regulāri lietotu rekomendētos veselību veicinošos ieteikumus, kas norāda uz nepieciešamību iekļaut regulāru pārraudzību un iesaisti veicinošas stratēģijas. Netika konstatēts viennozīmīgs kompleksas intervences efektivitātes pārkums, salīdzinot ar izglītojošās intervences pielietojumu, kas bija skaidrojams ar mazo dalībnieku skaitu un augsto datu izkliedi.