

**Darba nosaukums:** Individualizēta vingrojumu programma mājas vidē idiopātiskas plaušu arteriālās hipertensijas pacientiem: vairāku gadījumu izpēte. (maģistra darbs)

**Autore:** Līna Butāne (vad. doc.Daina Šmite)

**Pamatojums:** Pasaulē ir pierādīta fizioterapijas efektivitāte plaušu arteriālās hipertensijas pacientiem. Latvijā fizioterapijas jomā šī pacientu grupa nav tikusi pētīta. Publicētajos pētījumos ārstēšanās un rehabilitācija visbiežāk norit specializētos centros. Vingrojumu programmas mājas vidē līdz šim nav pētīta.

**Mērķis:** Analizēt individualizētas vingrojumu programmas mājas vidē pielietojamību un rezultātus idiopātiskas plaušu arteriālās hipertensijas pacientiem (iPAH).

**Metodes:** Tika formulēts analizējamais fenomens - Individualizēta vingrojumu programma mājas vidē pacientiem ar iPAH. Analizējamās vienības: Individualizētas vingrojumu programmas mājas vidē pielietojamība; Individualizētas vingrojumu programmas mājas vidē rezultāti. Tika analizēti seši pacienti vecumā no 56 līdz 79 gadiem. Aprakstošo datu analīzes procesā tika izmantota induktīvās stratēģijas metode.

**Rezultāti:** Visi pētījuma dalībnieki programmu pilnībā izpildīja  $\geq 40$  dienas no 60 paredzētajām aktivitāšu dienām, un četri no sešiem pētījuma dalībniekiem programmu izpildīja  $>50$  dienas no 60. Nevienam pētījuma dalībniekam programmas izpildes laikā nebija jāpārtrauc slodze, rādītāji nenonāca “riskā zonā”, kā arī neviens no pētījuma dalībniekiem neatzīmēja slimības simptomu pastiprināšanos saistībā ar programmu. 6 minūšu iešanas testa rezultāti uzlabojās pieciem no sešiem pētījuma dalībniekiem, un visiem pētījuma dalībniekiem mainījās elpošanas stereotips, palielinoties krūšu kurvja ekskursijām ribu loka līmenī. SF36<sub>v2</sub> rādītājs - fiziskā funkcionālā stāvokļa ietekme uz iesaistīšanos darba un citās ikdienas aktivitātēs – uzrādīja pozitīvu dinamiku pieciem pētījuma dalībniekiem, un pētījuma dalībnieku emocionālā stāvokļa pašvērtējuma rādītāji pētījuma laikā saglabājas augsti ( $>70\%$ ).

**Secinājumi:** Balstoties uz pētījuma rezultātiem, var tikt izvirzīta hipotēze, ka izveidotā programma ir droša un pielietojama mājas vidē un sniedz pozitīvus fizisko funkcionālo un dzīves kvalitātes rādītāju rezultātus iPAH pacientiem. Hipotēzes apstiprināšanai nepieciešams veikt randomizētu kontrolētu pētījumu. Izstrādātajai mājas vingrojumu programmai būtu lietderīgi pievienot aprakstītos papildinājumus.