

---

# PRIMJENA IZOKINETIČKOG TRENINGA U BOLESNIKA S AKSIJALNIM SPONDILOARTRITISOM

---

**Tatjana Kehler, Nenad Petrc, M. Brentin, Sandra Rusac-Kukić**

Specijalna bolnica za rehabilitaciju bolesti srca, pluća i reumatizma, Thalassotherapia Opatija

Spondiloarthritis (SpA) naziv je za upalne reumatske bolesti koje zahvaćaju aksijalni skelet i periferne zglobove. Ankilozantni spondilitis (AS) prototip je bolesti iz te skupine. Njegovo liječenje uključuje podjednako medikamentoznu i nefarmakološku terapiju. (1)

Upalni tip križbolje vodeći je simptom aksijalnog SpA-a. Upala znači prisutnost edema, povećanje intraartikularnog tlaka, što rezultira promjenama u biomehanici zgloba, trofici muskulature, bržem zamaranju mišića. Poremećaj neuromuskularne kontrole trupa dovodi do nepravilne posture, lošije koordinacije pokreta te poremećaja balansa. Smanjuje se funkcionalni kapacitet, opća kondicija, plućni kapaciteti, u konačnici kvaliteta života. (2,3)

Prema dostupnoj literaturi, vježbe su bitan dio liječenja. Provode se brojna istraživanja kako bi se utvrdio najpovoljniji tip vježbi. Primjena izokinetičkog treninga nije zastupljena u reumatoloških bolesnika.

Cilj ovog istraživanja bio je usporediti učinke dva različita pristupa vježbanju (vježbe naizokinetičkom aparatu s izotoničnim i izometričnim vježbama) na jakost, bol i funkcionalno stanje oboljelih. Uzorak je činilo 10 ispitanika s dijagnosticiranim SpA-om koji su uključeni u terapiju biološkim lijekovima. Randomizacijom se ispitanike podijelilo u dvije grupe koje su provodile 15 tretmana kroz 3 tjedna. Na početku i kraju te 6 tjedana nakon tretmana mjerilo se rezultate jakosti mišića trupa, vrijednosti upitnika funkcionalnog stanja i vrijednosti stupnja boli na vizualnoj analognoj skali.

Rezultati su pokazali da su ispitanici u obje grupe pokazali statistički značajno poboljšanje u svim mjerenjima u odnosu na početno mjerenje. Grupa koja je izvodila izokinetički protokol pokazala je nešto bolje rezultate, pogotovo u trećem mjerenju nakon 6 tjedana. Takvi rezultati ukazuju produženi učinak izokinetičkih tretmana na jakost muskulature, bol i funkcionalni status oboljelih od SpA.

## Literatura

1. Robinson PC, Sengupta R, Siebert S. Non-Radiographic Axial Spondyloarthritis (nr-axSpA): Advances in Classification, Imaging and Therapy. *Rheumatol Ther* (2019) 6:165-177
2. Marcora S, et al. Preliminary evidence for cachexia in patients with well-established ankylosing spondylitis. *Rheumatology (Oxford)* 2006; 45: 1385-8.
3. Hicks EJ. Exercise in patients with inflammatory arthritis and connective tissue disease. *Rheum Dis Clin North Am* 1990; 16: 845-70.