

A légzőizom tréning hatása a poszturális kontrollra COPD-s betegeken

Szilágyi Levente¹, Aranyász Krisztián², Dr. Ambrus Edit², Prof. Dr. Boda Krisztina³,
Dr. habil. Nagy Edit¹, Prof. Dr. Somfay Attila⁴

¹Szegedi Tudományegyetem Egészségtudományi és Szociális Képzési Kar, Fizioterápiás Tanszék

²Csongrád-Csanád Megyei Mellkasi Betegségek Szakkórháza

³Szegedi Tudományegyetem, Orvosi Fizikai és Orvosi Informatikai Intézet,

⁴Szegedi Tudományegyetem, Tüdőgyógyászati Tanszék

Bevezetés: A COPD (chronic obstructive pulmonary disease) a következő évtizedben a harmadik vezető halálókká válik világszerte. Az egész szervezetet érintő betegség, amely betegek funkcionális kapacitásának csökkenését okozza. A légzéssel kapcsolatos tünetek mellett az extrarésziptorikus, másodlagos tünetek is befolyásolják a betegek állapotát. Az egyensúly megtartásának csökkenése is az egyik ilyen szisztémás tünete a betegségnek, amely az elesés kockázatának növekedésével jár együtt. A belégzőizom tréning (IMT: inspiratory muscle training) elfogadott módszer a betegek rehabilitációjában a nehézlégzés csökkentése céljából. A legfontosabb belégző izomnak, a rekeszizomnak nemcsak a légzésben van szerepe, hanem a törzs stabilizálásában is. Kutatásunk célja az volt, hogy kimutassuk a légzőizom tréning hatásosságát az egyensúlyra az obstruktív betegek rehabilitációjában.

Betegek és módszerek: 40 stabil állapotú COPD-s beteg vett részt a vizsgálatban. 21-en az IMT csoportba 19-en a kontroll csoportba kerültek random módszer alapján. A páciensek 3 hetes komplex rehabilitációs programon vettek részt, melynek része volt: a légzőtorna, kerékpár ergométeres kondicionálás, funkcionális körtréning, súlyzós edzés, lépcsőzés, betegoktatás és relaxáció. Az IMT csoport PowerBreathe medic készülékkel végzett naponta kétszer 30 légzést a MIP (Maximal Inspiratory Pressure) 30-60%-val. A rehabilitáció kezdetén és végén, majd ambulánsan a kórházi kezelés végétől számított harmadik hét végén ismét felméréseket végeztünk a pácienseken, az IMT csoport otthonában is folytatta a légzőizom tréninget. Az adatgyűjtés során mértük a légzésfunkció kapcsán a MIP értéket, a Diaphragma vastagságát ultrahangos méréssel, az egyensúly kapcsán a Test tömegközéppont kilengését nyitott és csukott szemmel, pedobarográffal (Tecscan) és funkcionális egyensúlyi vizsgálatokat végeztünk (pl. Timed UP and Go teszt). Az adatelemzés során kovarianciaanalízist végeztünk az SPSS program segítségével.

Eredmények: A két csoport kezdeti alap élettani és légzésfunkciós paraméterei nem különböztek. Szignifikáns javulást találtunk ($p < 0,05$) az IMT csoportnál a kontroll csoporthoz képest: a MIP értékekben, az összes funkcionális egyensúlyi paraméter és a test tömegközéppont kilengés vizsgálat csukott szemmel kivitelezett számos értékében.

Következtetések: Egyes kutatások megkérdőjelezzik az IMT jelentős additív hatását a pulmonológiai rehabilitáció hatásosságának területén. Az eredményeink alapján az IMT kezelésnek továbbra is jelentős szerepe lehet a légzőszervi betegek rehabilitációjában, mind az egyensúly fejlesztés, mind a légzésfunkció szempontjából. A funkcionális egyensúlyi paraméterek javításán keresztül csökkentheti a magas elesési kockázatot, és ezáltal a betegek életminőségét is javíthatja, valamint a mortalitást is csökkentheti.