

A beteg együttműködésének szerepe a primer térdizületi kopás kezelésének hatékonyságára

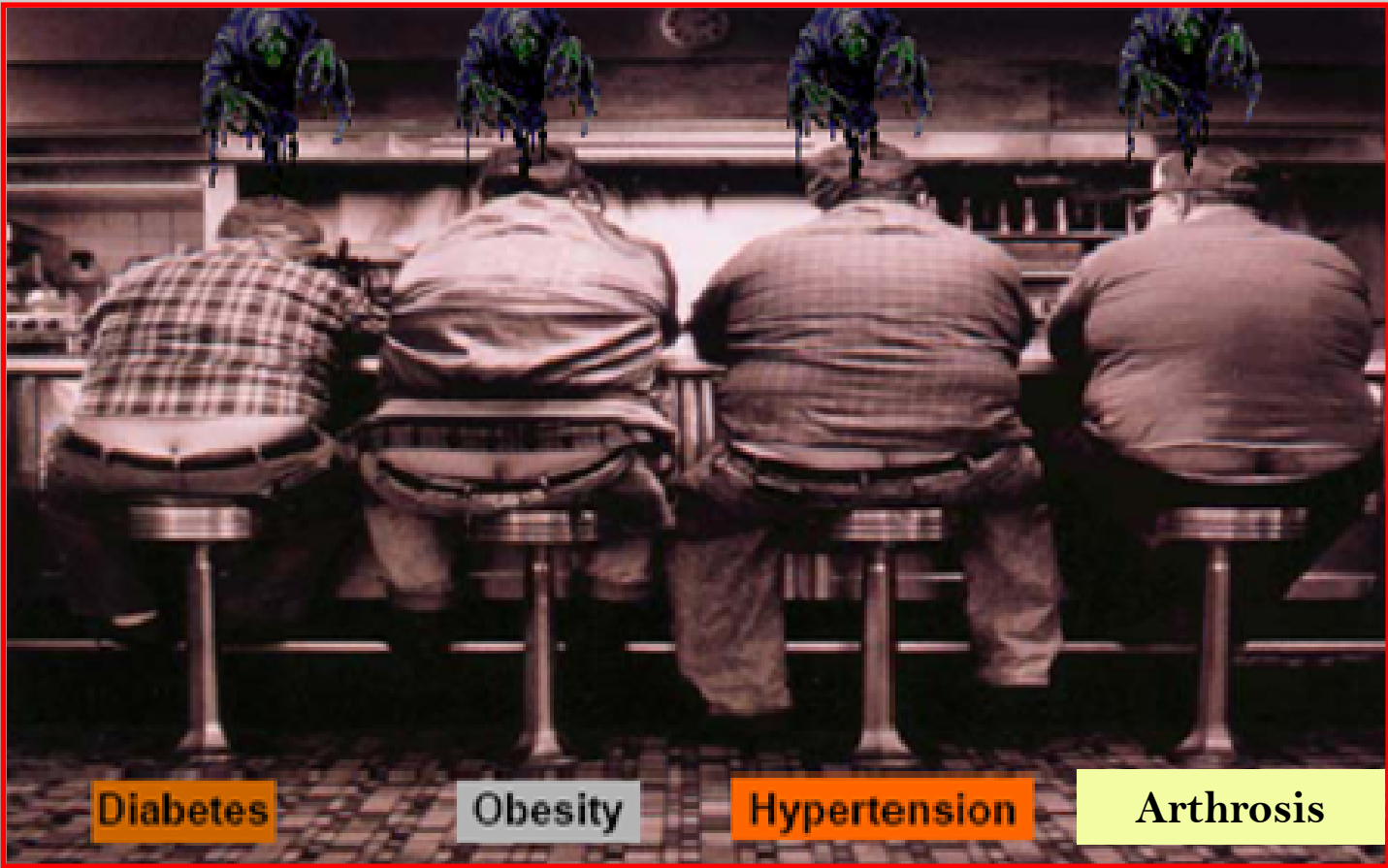
Dr. Péley Iván

Dombóvári Szent Lukács
Egészségügyi Nonprofit Kft

Az együttműködés és az idült elváltozások, betegségek...

(pl.: cukorbetegség, magas vérnyomás,...izületi kopások)

- **„Nem gyógyíthatóak” – kompenzált állapot biztosítása a cél – „mozogjon, ne fájjon”.**
- **A panaszok, tünetek megjelenésének ideje kitolható**
- **A progresszió megállítható, lassítható**
- **A szövődmények megelőzhetőek**



Diabetes

Obesity

Hypertension

Arthrosis

Térdizületi degeneráció - Életmód

Az elfajulás

- mértéke
- a tünetek
- a panaszok megjelenése függ:

A terheléstől:

- testsúly
- fizikai igénybevétel
- fizikai aktivitás =
- ÉLETMÓD

A vizsgált betegek I.

„Ismeretlen” eredetű térdízületi fájdalomban szenvedők.

A vizsgálatból kizártuk a hatékonyan már csak műtéttel ellátható betegeket:

- másodlagos tengely deformitás
- instabilitás
- idült ízületi gyulladás

Vizsgált betegek II.

- **2009.májusától 2010.áprilisáig: 148 beteget (83 nő, 65 ffi, átlag életkor: 42 év (36-62)) vizsgáltunk az ismertetett szempontok szerint.**
- **A kezelés hasonló volt minden betegnél: fájdalomcsillapítás, NSAID-k kondroprotektív kúrák, fizioterápia (gyógytorna, pakolások, elektroterápia.stb.)**
- **103 beteget értékeltünk.**
- **Feltétel volt, hogy legkevesebb 3 vizsgálat történt és az első és utolsó vizsgálat között legalább 4 hónap eltelt.**

Módszer I.

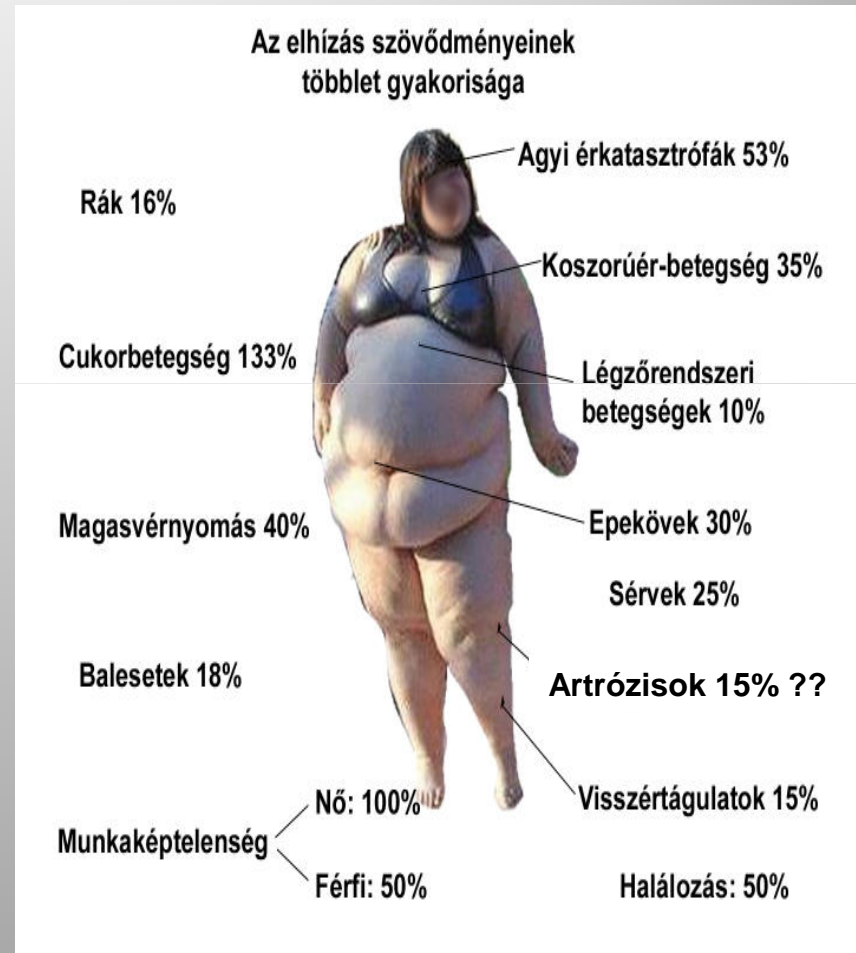
Kérdőív segítségével részletes anamnézis:

- a fájdalmak mértékéről
- az életminőség változásról
- A panaszok eredetéről:
- életmód,
- fizikai aktivitás,
- a munkavégzés körülményei - a térdeket érő napi terhelés.

Módszer II.

- A mozgásszervi vizsgálatot kiegészítettük a testsúly és testmagasság mérésével és meghatároztuk a BMI-t

=testtömeg/testmagasság².



Módszer III.

Ok-okozati összefüggések megértetése

A feladatok megértetése:

- a testsúly csökkentése,
- a fizikai terhelés mérséklése vagy módosítása,
- a fizikai aktivitás javítása.

Módszer IV.

A megszerzett információkat:

**a beteg mennyire érti meg,
mennyire fogadja el és hajtja végre a
javaslatokat,
a kérdőív második felében rögzítettük.**

A válaszokat pontoztuk.

BMI (Test-Tömeg-Index) változása

40 felett (III. fokú elhízás)	35-39,9 (II. fokú elhízás)	30-34,9 (I. fokú elhízás)	25-29,9 (túlsúlyos)	17-24,9 (enyhe soványság – normál testsúly)
1 pont	2 pont	3 pont	4 pont	5 pont
0	13	42	44	4
0	8	40	49	5

Lenni vagy
nem lenni...?

(W. Shakespeare)

Menni vagy
enni...?

(P.I.)



A fájdalom mértéke (VAS)

(az első vizsgálatnál)

10-9 1 pont	8-7 2 pont	6-5 3 pont	4-3 4 pont	2-1 5 pont
2	26	39	26	8

Életminőség (VAS)

(az első vizsgálatnál)

10-9 1 pont	8-7 2 pont	6-5 3 pont	4-3 4 pont	2-1 5 pont
8	35	42	16	0

Fizikai terhelés/munka

Nagyon nehéz	Nehéz	Közepes	Könnyű	Nincs
1 pont	2 pont	3 pont	4 pont	5 pont
38	32	23	8	2
32	29	23	13	6
32	28	23	14	6

Fizikai aktivitás/sport

Inaktív 1 pont	Minimális aktivitás 2 pont	Mérsékelt aktivitás 3 pont	Közepes aktivitás 4 pont	Normál aktivitás 5 pont
<u>26</u>	34	29	10	4
18	32	35	11	4
18	31	<u>36</u>	11	4

Megértés/elfogadás

(csak az első vizsgálatnál)

Nem érti/ nem érdekli 1 pont	2 pont	3 pont	4 pont	Megértette / elfogadja 5 pont
5	19	46	<u>23</u>	<u>10</u>

Végrehajtás

(a második vizsgálattól)

Elégtelen	Elégséges	Közepes	Jó	Kiváló
1 pont	2 pont	3 pont	4 pont	5 pont
14	23	38	20	8
15	20	39	<u>22</u>	<u>7</u>

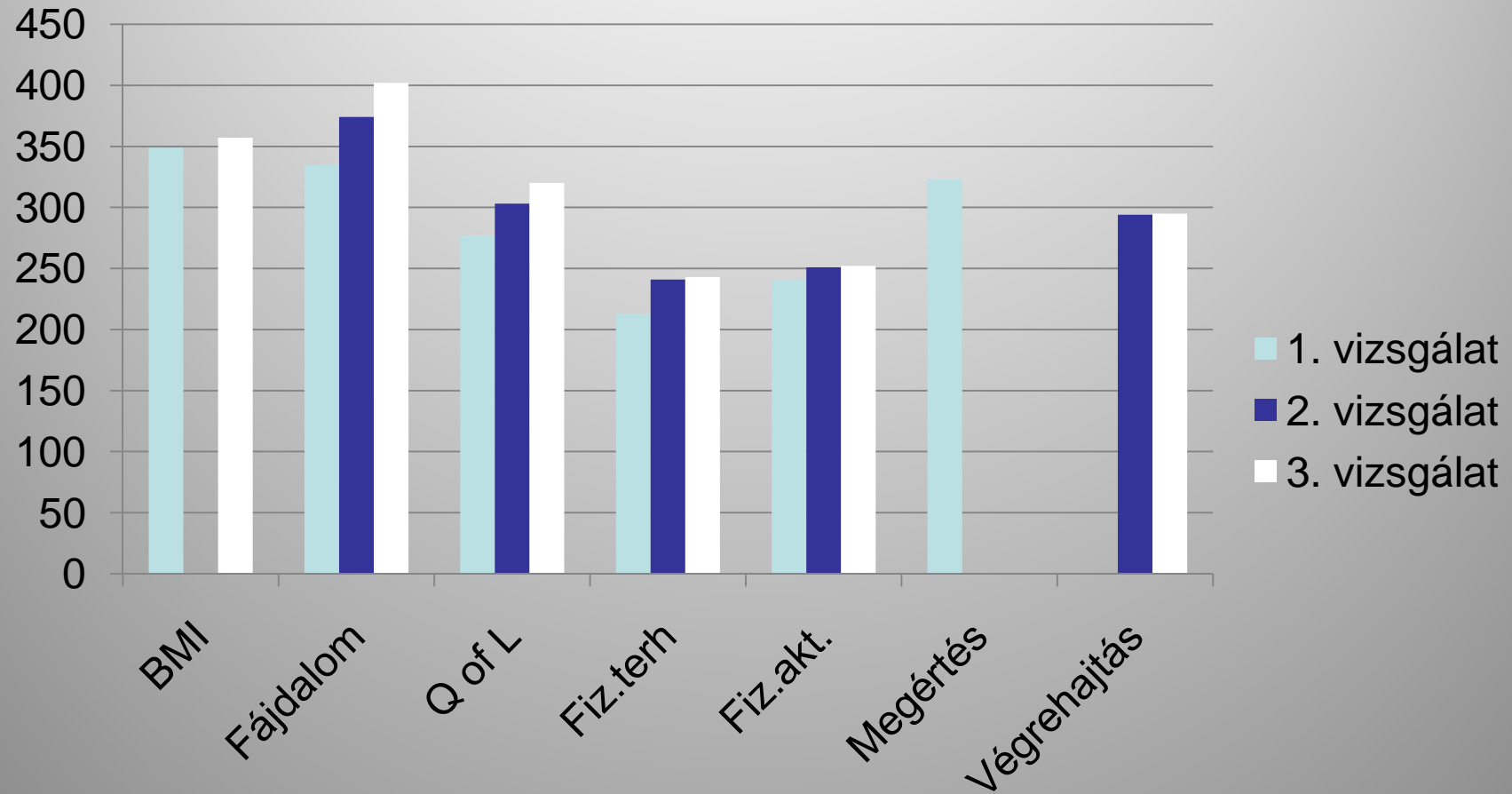
A fájdalom változása (VAS)

9-10 1 pont	7-8 2 pont	5-6 3 pont	3-4 4 pont	1-2 5 pont
2	26	29	36	10
0	15	24	48	16
0	11	15	50	<u>27</u>

Az életminőség változása (VAS)

9-10 1 pont	7-8 2 pont	5-6 3 pont	3-4 4 pont	1-2 5 pont
10	35	35	23	0
5	30	39	24	5
4	19	49	<u>24</u>	<u>7</u>

Az értékek változása



Az értékek megoszlása

<u>Pontok/betegszám</u>	1 vizsgálat	2 vizsgálat	3 vizsgálat
35-33	6	16	<u>28</u>
32-30	9	19	19
29-27	8	21	10
26-24	17	15	10
23-21	25	8	9
20-18	21	7	7
17-15	9	7	7
14-12	5	5	8
11-9	3	5	5

Összefoglalás

Az általános tapasztalatok alapján a jól együttműködő betegek gyógyulási esélyei jobbak.

A vizsgálatainkban – az előzetes várakozással ellentétben – nem láttunk lényegi változást az objektív tényezőkben (BMI, terhelés, aktivitás változás).

A lényeges fájdalom csökkenést és életminőség javulást azoknál láttunk akik megértették és elfogadták, hogy nekik is aktív szerepük van állapotuk változtatásában.

**„Mindenki a saját
sorsa kovácsa”**

Köszönöm

