



Klaipėdos
universitetas

Sveikatos
mokslų fakultetas



Klaipėdos
universitetas

Socialinių ir humanitarinių
mokslų fakultetas

Tarptautinė mokslinė konferencija

„VISUOMENĖS SVEIKATOS IR GYVENIMO ARCHITEKTONIKOS POKYČIAI IR IŠŠŪKIAI PANDEMIJOS METU“

Pranešimų tezės

**TARPTAUTINĖ MOKSLINĖ KONFERENCIJA
„VISUOMENĖS SVEIKATOS IR GYVENIMO ARCHITEKTONIKOS
POKYČIAI IR IŠŠŪKIAI PANDEMIJOS METU“**

Pranešimų tezės

2022 m. kovo 24 d.

Klaipėda
2022

Bibliografinė informacija pateikiama Lietuvos integralios bibliotekų informacinės sistemos (LIBIS) portale
ibiblioteka.lt

Mokslinis komitetas:

Pirmininkas: prof. dr. Birutė Strukčinskienė

Nariai:

prof. dr. Arvydas Martinkėnas
prof. dr. Rimantas Stukas
prof. dr. Neringa Strazdienė
doc. dr. Alona Rauckienė-Michaelsson
doc. dr. Marija Truš
doc. dr. Raimondas Buckus
doc. dr. Agnieszka Genowska
dr. Robert Bauer
prof. habil. (hp) dr. Dalia Marija Stančienė
prof. habil. (hp) dr. Tomas Sodeika
prof. dr. Tomas Kačerauskas
prof. dr. Lina Vidauskytė
doc. dr. Tomas Kavaliauskas
doc. dr. Rūta Marija Vabalaitė
prof. dr. Māra Kiope
prof. dr. Béla Mester
prof. dr. Jūratė Sučylaitė
dr. md. Sokolovskyi Serhii

Organizacinis komitetas:

Pirmininkė: doc. dr. Simona Grigaliūnienė

Nariai:

doc. dr. Alvyda Obrikienė
doc. dr. Asta Kiaunytė
lekt. Asta Budreikaitė
lekt. Viktorija Lukminaitė
lekt. Darius Steponkus
lekt. Ineta Pačiauskaitė
Juozas Ivanauskas
Tatjana Žuravlio
Dainius Aponkus
Rita Gikarienė
Aistė Jeriomenkaitė
Vilija Lazarevičiūtė
Tautvydas Benetis
Gabija Joknytė
Žygimantas Švanys

TURINYS

Prof. dr. Saulius Raugelė, Klaipėdos universiteto Sveikatos mokslų fakulteto dekanas.
Sveikinimo žodis konferencijos dalyviams.7

I SEKCIJA / SECTION.

VISUOMENĖS SVEIKATA IR MEDICINOS TECHNOLOGIJOS / PUBLIC HEALTH AND MEDICAL TECHNOLOGIES

Brigita Kreiviniene, Vaiva Vaišvilaitė, Aelita Skarbaliene.

Sergančiųjų depresija kompleksinis sveikatinimas delfinų terapijos centre.8

*Jurgita Grasilda Žvirzdinaitė. Kristina Motiejūnaitė. Pagalbos savirūpai organizavimas
ugdymo įstaigose Klaipėdos mieste.9*

*Aistė Jurkienė, Eglė Šerneckienė, Eglė Hidri. Darniojo sveikatingumo turizmo koncepcija.
Pietų Baltijos darniojo sveikatingumo maršrutų kūrimo atvejo studija.10*

*Irmantė Gimbutaitė, Daiva Mockevičienė, Sigita Derkintienė. Žirgų asistuojamos kineziterapijos
poveikis vaikų, turinčių cerebrinio paralyžiaus spastinę formą, pusiausvyrai.11*

Vaida Slušnienė, Vyresnio amžiaus žmonių kūno sudėjimo teoriniai aspektai.12

*Miglė Šimkutė, Rima Radžiuvienė. Stuburo stabilizavimo pratimų efektyvumas asmenims,
jaučiantiems apatinės nugaros dalies skausmą.13*

*Birutė Riterienė, Daiva Mockevičienė. Kineziterapijos skirtingų metodų poveikis esant
juosmeninės nugaros dalies skausmui.14*

Arvydas Martinkėnas. Prostatos vėžio radiologinis tyrimas.15

Aušrinė Šulskytė, Aurimas Župerka. Bendrosios praktikos slaugytojų darbe patiriama agresija ir smurtas.16

*Gabrielė Guogytė, Marija Truš. Pacientų, sergančių II tipo cukriniu diabetu,
informuotumas apie pėdų priežiūrą.17*

*Arnas Murauskas. Evelina Daugėlienė, Šarūnė Barsevičienė, Viktorija Venevičienė, Jurgita Andruškienė.
Mobilioji aplikacija Burnos priežiūroje.18*

Ligita Mielkaitienė. Daiva Mockevičienė. Kūno – proto praktikos poveikis žmogaus gyvenimo gerovei.19

II SEKCIJA / SECTION.
SLAUGA IR BURNOS SVEIKATA / NURSING AND ORAL HEALTH

Rožė Perminienė, Natalja Fatkulina. Žalos mažinimo programų poveikis asmeniui ir visuomenei.20

*Kamilė Rakauskaitė. Simona Paulikienė. Slaugytojų, dirbančių reanimacijos ir
intensyvios terapijos skyriuje, sveikatos pokyčiai COVID-19 pandemijos metu.21*

*Edgaras Klišys, Aldona Mikaliūkštienė. Slaugytojų patiriamas stresas ir perdegimo sindromas
slaugant COVID-19 infekcija sergančiuosius.22*

*Cordeiro, Raul. Challenges of hospital facility flexibility during a pandemic crisis:
the experience of a small hospital.23*

*Joanna Pietrzykowska, Katarzyna Witana-Hebda. Physical exercise capacity of patients
recovered from Covid-19 after subsequent rehabilitation.24*

Violeta Butkevič. Zita Gerasimovič, Lina Gedrimė. Slaugos poreikiai po stuburo operacijos.25

Daina Vaitkūnienė, Aelita Skarbaliene. Pacientų įgalinimo sąsajos su slaugytojų bendravimu.26

*Evelina Goldyn, Natalja Fatkulina. Išplėstinės praktikos slaugytojo vaidmuo ir kompetencijos
asmens sveikatos priežiūros sistemoje: literatūros sisteminė apžvalga.27*

*Gitana Rėderienė, Alina Purienė. Lietuvos burnos higienistų pasitenkinimas darbu
bei jų fizinės sveikatos bei psichologinės būklės įsivertinimas.28*

*Jurgita Andruškienė, Neringa Tarvydienė, Simona Kiliokė. Dental service accessibility and parents' attitudes
while managing childrens' dental problems during Covid-19 pandemic: scientific literature review.29*

*Olga Zujev, Zita Gerasimovič, Gedrimė. Komplikacijų, susijusių su centrinės venos kateteriu,
prevencija: mokslinė literatūros analizė.30*

*Rita Jankauskienė, Gražina Šniepienė. Prebiotikų ir probiotikų potencialas odos mikrobiomo
įvairovei palaikyti COVID-19 pandemijos kontekste.31*

*Rima Adomaitienė, Teresa Albuquerque, Jurgita Andruškienė. Lietuvos burnos higienistų įsitraukimas
į visuomenės burnos sveikatos ugdymą.32*

III SEKCIJA / SECTION.

REABILITACIJA IR MEDICINOS TECHNOLOGIJOS / REHABILITATION AND MEDICAL TECHNOLOGIES

<i>Kęstutis Gričius, Daiva Mockevičienė. Delfinų asistuojamos terapijos poveikis vaikams turintiems psichikos ir elgesio sutrikimų, psichomotorikai</i>	33
<i>Sahin Yildirim. Design of Neutral Predictors for Predicting and Analyzing COVID – 19 Cases in Different Regions.</i>	34
<i>Vilius Milašius, Loreta Stončienė. Onkologinių ligonių galvos ir kaklo minkštųjų audinių kompiuterinės tomografijos tyrimo protokolo optimizavimas.</i>	35
<i>Indrė Kleivinskaitė, Viktorija Lukminaitė. Pacientų žinių vertinimas apie radiacinę saugą, atliekant rentgeno diagnostinius tyrimus.</i>	36
<i>Šarūnas Sokolovas, Rima Radžiuvienė. Jogos ir Pilates metodų poveikis karate sportuojančių paauglių nugaros aparatinės dalies funkcinėi būklei.</i>	37
<i>Gintarė Zubaitė, Inga Šimkutė-Karalevičienė. Priešmokyklinio amžiaus vaikų pėdos skliauto kaita taikant kineziterapiją.</i>	38
<i>Egidijus Geryba, Eglė Radzevičienė. Vaikų, turinčių mišrų raidos sutrikimą liemens raumenų elektrinis aktyvumas.</i>	39
<i>Laimis Ruškys, Jūratė Samėnienė. Sergančiųjų išemine širdies liga reabilitacijos efektyvumas antrajame reabilitacijos etape.</i>	40
<i>Ligita Tamutytė, Inga Šimkutė-Karalevičienė. Profesionalių krepšininkų psichomotorinių reakcijų ir pusiausvyros kaita taikant reakcijas ir pusiausvyrą lavinančius pratimus.</i>	41
<i>Agnė Budrikaitė, Simona Grigaliūnienė. Neuralink brain – Machine interface needs analysis.</i>	42

IV SEKCIJA / SECTION.

VISUOMENĖS SVEIKATA / PUBLIC HEALTH

Arminas Zizas, Austėja Judickaitė, Olga Meščeriakova.

Sveikatos priežiūros priemonėmis išvengiama mirtingumo ir jo netolygumų sąsajos su žmogaus socialinės raidos indeksu Lietuvoje 1990 – 2019 m.	43
<i>Renata Kudukytė-Gasperė. Sveikatos ir socialinės priežiūros paslaugų organizavimo ir teikimo veiksniai, darantys įtaką integruotų priežiūros paslaugų vystymuisi Lietuvoje.</i>	44
<i>Lina Kiviliūtė, Jonas Jurgaitis. Organizacinės kultūros pokyčiai COVID-19 pandemijos metu, lemiantys sveikatos priežiūros darbuotojų įsitraukimą į darbą.</i>	46
<i>Natalja Fatkulina, Monika Makutienė, Daiva Šukytė, Jūratė Grubliauskienė. Psichikos sveikatos stiprinimo metodai pradinėje mokykloje: mokyklų specialistų nuomonė.</i>	47
<i>Žaneta Valiulienė, Zita Gerasimovič. Pagyvenusių žmonių miego kokybė COVID-19 pandemijos metu.</i>	48
<i>Karolina Drazdauskaitė, Zita Gerasimovič. Senėjimą lemiančių veiksnių poveikis odai: mokslinės literatūros analizė.</i>	49
<i>Inga Jokšaitė, Gražina Šniepienė. Rankų odos priežiūros principai COVID-19 pandemijos metu: literatūros analizė.</i>	50
<i>Rita Solovjova, Zyta Kuzborska, Laima Versekėnaitė. Sergančiųjų koronarine širdies liga žinios apie ligos kontrolę.</i>	51
<i>Jūratė Jankauskienė, Dalia Jarušaitienė, Laimis Ruškys. Sergančiųjų Greivso oftalmopatija akių pokyčiai, taikant seleną ir impulsinio magnetinio lauko terapiją.</i>	52
<i>Serra Orak, Yeliz Serin, Mustafa Yaman. Comparison of group B vitamin content in different bread types sold in Turkey.</i>	53
<i>Justina Linauskaitė-Kekė, Aelita Skarbalienė. Mokomoji paauglių nutukimo ir valgymo sutrikimų gydymo programa.</i>	54
<i>Karolina Vazgytė, Sigitas Griškoniš. Pacienčių nuomonė apie dalyvavimą krūties vėžio ankstyvosios diagnostikos programoje.</i>	55
<i>Agnieszka Genowska, Vaiva Strukcinskaite, Krystyna Piekut, Birute Strukcinskiene. How was the health of children under one year of age in the Baltic sea region during the last decade, 2010-2019?</i>	56
<i>Reda Gedmintienė, K. Skučas. Sveikatos stiprinimo programos poveikis priešmokyklinio amžiaus vaikų fizinei sveikatai.</i>	57

<i>Vaiva Strukčinskaitė. Kūdikių ir juos auginančių motinų fizinis aktyvumas bei kūdikių motorinės raidos lavinimas.</i>	58
<i>Rasa Narušienė, Zyta Kuzborska. Vilniaus kolegijos Sveikatos priežiūros fakulteto studentų fizinis aktyvumas COVID-19 pandemijos metu.</i>	59
<i>Augustė Urbelionytė, Rasa Zakarienė. Moterų informuotumas apie fizinio aktyvumo naudą nėštumo metu.</i>	60
<i>Justina Kozienė, Jonas Liudas Poderys. Ikimokyklinio amžiaus vaikų tėvų sveikatos raštingumo sąsajos su fizinio aktyvumo ir mitybos įpročiais šeimoje.</i>	61
<i>Lina Andrijauskienė, Kristina Motiejūnienė. Kelmės rajono 6-8 klasių mokinių požiūrio apie gyvenseną ir sveikatos raštingumą tyrimas.</i>	62
<i>Katarzyna Witana-Hebda. Physical exercise capacity of patients recovered from covid-19 after subsequent rehabilitation</i>	63
<i>Birutė Strukčinskienė, Raimondas Buckus, Aistė Jeriomenkaitė. Saugi bendruomenė: Naujos kryptys link saugos stiprinimo.</i>	64

V SEKCIJA / SECTION

FILOSOFIJOS / PHILOSOPHY

<i>Kiope Māra. Architectonics of existential migration during pandemic in Latvia.</i>	65
<i>Tomas Sodeika. Filosofinė praktika kaip terapijos forma ir kaip filosofijos rehabilitacija.</i>	66
<i>Tomas Kačerauskas. Mūsų ateitis – permanentinė krizė?</i>	67
<i>Indrė Dirgėlienė. Vydūniškosios žmoniškumo sampratos raiška supervizijoje.</i>	68
<i>Juozas Augutis, Vytautas Šiaudvytis. Vydūno idėjos šiandien.</i>	69
<i>Remigijus Jakulevičius. Vaižgantas ir Vydūnas apie sveikatą.</i>	70
<i>Jonas Tilvikas. Ligoninės darbuotojų individualizmo sąsajos su privalomo skiepavimo dėl COVID-19 rezultatais.</i>	71
<i>Rūta Marija Vabalaitė. Fizinės kultūros vertinimai Lietuvos pirmosios XX amžiaus pusės filosofijoje.</i>	72
<i>Lina Vidauskytė. Pertraukis kaip filosofijos performatyvumo forma pandemijos metu.</i>	73
<i>Edita Budrytė. Sąmoningumas ir gyvenimo prasmė M. de Montaigne`io filosofijoje.</i>	74
<i>Dalia Marija Stančienė. Gyvybės filosofija ir biopolitika.</i>	75
<i>Rūta Bagdanavičiūtė. Vartotojiškos egzistencijos kaita ir Vydūno žmoniškumo idealas ribinėse pandemijos bei karo situacijose.</i>	76
<i>Ieva Deviatnikovaitė. Teisėkūros iššūkiai pandemijos akivaizdoje.</i>	77
<i>Tomas Kavaliauskas. Aristoteliška Vydūno socializmo samprata.</i>	78

VI SEKCIJA / SECTION

DARNIOS ASMENYBĖS UGDYMAS: PEDAGOGINIAI – PSICHOLOGINIAI ASPEKTAI (I) / EDUCATION OF HARMONIOUS PERSONALITY: PEDAGOGICAL AND PSYCHOLOGICAL ASPECTS (I)

<i>Daiva Janavičienė. Biblioterapija: skaitymo rekomendacijos išgyvenantiems atskirtį COVID-19 pandemijos metu</i>	79
<i>Gabija Batavičiūtė, Marija Truš. Slaugytojų, dirbančių operacinėje, perdegimo sindromas.</i>	80
<i>Vidas Dusevičius. Pandemijos dovanos: kūryba karantino metu.</i>	81
<i>Ingrida Baranauskienė, Diana Saveikienė. Prasmingų tarpdisciplininių ryšių ieškojimas: tėvų, medikų pedagogų galimybės užtikrinant vaiko su negalia orų tapatumą.</i>	82
<i>Rolandas Jančiauskas, Ugnė Klumbytė. 16-19 m. amžiaus sunkiaatlečių specialusis fizinis pajėgumas</i>	83
<i>Diana Saveikienė, Ingrida Baranauskienė. Jaunuolių, patylėtų autizmo, sveikatos būklė reikšmingų karjerai veiksmų kontekste: tėvų požiūrio naratyvas.</i>	84
<i>Aušra Meškauskienė, Asta Kiaunytė. Socialinė pagalba šeimai Covid-19 pandemijos laikotarpiu preventuojant vaiko institucinę globą (rūpybą).</i>	85
<i>Agnė Jazbutytė, doc. dr. Asta Kiaunytė. Socialinių darbuotojų padėjėjų, tiekiančių pagalbą seniems ir pagyvenusiems žmonėms namuose, lūkesčiai profesinei paramai pandemijos laikotarpiu.</i>	86
<i>Arnoldas Jurevičius. Šviesos deprivacijos poveikio tyrimas: atvejo analizė.</i>	87
<i>Jurgita Tuitaitė, Simona Paulikienė, Evelina Kriauzaitė. Būsimų ergoterapeutų reflektavimas apie profesinę praktiką Covid-19 pandemijos metu.</i>	88
<i>Kęstutis Trakšėlys, Dalia Martišauskienė. Visuomenės sveikatos ir gyvenimo architektūros kontūrai Jurgio Ambraziejaus Pabrėžos veikloje.</i>	89

<i>Asta Šarkauskienė, Gabrielė Navardauskienė. Aukšto meistriškumo sportininkų karjeros ypatumai bei jos pereinamosios projektavimas.</i>	90
---	----

VII SEKCIJA / SECTION

DARNIOS ASMENYBĖS UGDYMAS: PEDAGOGINIAI – PSICHOLOGINIAI ASPEKTAI (II) / EDUCATION OF HARMONIOUS PERSONALITY: PEDAGOGICAL AND PSYCHOLOGICAL ASPECTS (II)

Rasa Braslauskienė, Neringa Strazdienė, Reda Jacynė, Sada Ramanauskienė; Aida Norvilienė.

Inkliuzinio ugdymo patirtys: pedagogų nuomonė apie aktyvumo ir dėmesio sutrikimą turinčių vaikų ugdymą ikimokyklinio ugdymo įstaigoje.	91
<i>Neringa Strazdienė, Birutė Strukčinskienė, Raimonda Mickienė, Vaiva Strukčinskaitė, Darius Steponkus.</i>	
Bendros tėvų ir vaikų veiklos šeimoje, padedančios stiprinti ir ugdyti vaikų sveikatą.	92
<i>Tatjana Rezgienė, Aida Norvilienė. Ikimokyklinio amžiaus vaikų emocinio intelekto ugdymas taikant pasakų terapijos metodą.</i>	93
<i>Greta Juškevičiūtė, Viktorija Kielė, Almeda Kučinskienė. Išplėstinės praktikos slaugytojų profesinių kompetencijų tobulinimo galimybės.</i>	94
<i>Dovilė Višinskienė, doc. dr. Asta Budreikaitė. Mokinių emocijų raiška fizinio ugdymo pamokose iki pandemijos ir jos laikotarpiu.</i>	95
<i>Evaldas Kržanavičius, Asta Budreikaitė. Sportuojančių ir nesportuojančių mokinių vertybės.</i>	96
<i>Erika Turauskienė, Rasa Braslauskienė. Ikimokyklinio amžiaus vaikų socialinės ir emocinės sveikatos stiprinimas: mokytojų požiūris.</i>	97
<i>Raminta Vičienė. Savitvardos kompetencija, integrali emocinio intelekto dalis specialiųjų poreikių vaikams ikimokykliniame amžiuje.</i>	98
<i>Vilma Gaidjurgienė, Rasa Braslauskienė. Konstruktyvi edukacinė aplinka kaip efektyvus lietuvių kalbos mokymo prielaida pradinėse klasėse.</i>	99
<i>Indrė Dirgėlaitė. Savasties paieškos balse.</i>	100
<i>Stanislav Sabaliauskas, Donatas Gražulis, Nelė Žilinskienė, Tomas Kaukėnas.</i>	
Savireguliacijos gebėjimų ugdymas COVID-19 pandemijos laikotarpiu	101
<i>Arnas Šapalas, Vytė Kontautienė. Vyresnių klasių mokinių raštingumas fizinio aktyvumo srityje.</i>	102



ĮVADINIS ŽODIS

Gerbiami konferencijos dalyviai ir svečiai,

Ši pavasarį Klaipėdos universiteto Sveikatos mokslų fakultetas surengė ir pakvietė visus į tarptautinę mokslinę konferenciją „Visuomenės sveikatos ir gyvenimo architektūros pokyčiai ir iššūkiai pandemijos metu“.

COVID-19 pandemija keitė mūsų gyvenimą, esmingai pasikeitė visi asmens ir miesto gyvenimo aspektai. Ši konferencija – vienas pirmųjų bandymų šalyje visapusiškai apžvelgti per pastaruosius dvejus metus susiformavusią naują realybę, kurią rodo pakitęs konferencijos pobūdis – didžioji dalis pranešėjų dalyvavo nuotoliniu būdu. Įvadinėje konferencijos dalyje girdėjome pranešimus ir paskaitas, parodančias, kad pandemija nesibaigė: nei susirgimų, nei mirčių skaičius neduoda pagrindo nusiraminiui, juolab, kad ir pandemijos valdymui reikalinga skirti daug dėmesio, norint išlaikyti gerėjančius Lietuvos sergamumo rodiklius. Taip pat matėme išvalgas, išpėjančias apie naujas galimas grėsmes. Situacija sunkėja esant įtemptai geopolitinei padėčiai regione tiek sveikatos, saugumo, tiek socialiniu aspektu. Privalome išmokti pandemijos pateiktas pamokas, susisteminti patirtis, kurios jei ir kartosis ateityje – žinosime raktą sėkmingiems sprendimams.

Mokslo raidai labai svarbu, kad gretimose srityse dirbantys tyrėjai tokiose konferencijose galėtų vieni kitiems pristatyti savo darbus, patikrinti pagal kolegas aktualų tyrimų lauko kontekstą. Ne ką svarbesnis ir mokslo tarptautinis bendradarbiavimas bei, kad pranešimus papildė tarptautiniai svečiai iš Latvijos, Lenkijos, Jungtinės Karalystės, Portugalijos, Turkijos bei dalyviai ir pranešėjai iš Lietuvos aukštųjų mokyklų.

Tikiuosi, ši konferencija suteiks naujų žinių, matymų, patirčių bei mokslinių idėjų, kuriomis dalinsimės ateinančiais susitikimais. Visos komandos vardu linkiu fizinio, dvasinio ir socialinio saugumo.

Prof. dr. Saulius Raugelė
Klaipėdos universiteto
Sveikatos mokslų fakulteto dekanas

I SEKCIJA / VISUOMENĖS SVEIKATA IR MEDICINOS TECHNOLOGIJOS I SECTION/ PUBLIC HEALTH AND MEDICAL TECHNOLOGIES

SERGANČIŲJŲ DEPRESIJA KOMPLEKSINIS SVEIKATINIMAS DELFINŲ TERAPIJOS CENTRE

Prof. dr. Brigita Kreivinienė^{1,2}, Vaida Vaišvilaitė², doc. dr. Aelita Skarbalienė¹
Klaipėdos universitetas¹, Lietuvos jūrų muziejaus Delfinų terapijos centras², Lietuva

Sveikata yra suvokiama kaip asmens fizinės, protinės bei socialinės gerovės būseną (Dooris, Farrier, Froggett, 2018). Depresija yra vienas dažniausių psichikos sveikatos sutrikimų (Šakalienė, Juodžbalienė, Lukošiuūtė, 2009). Depresija pasireiškia įvairiais simptomais, dažnai sutrikdoma žmogaus psichinė ir fizinė sveikata, ko pasekoje blogėja sergančiųjų socialinis funkcionavimas ir gyvenimo kokybė (Navickas, 2006; Tamušauskaitė, Vasyliūtė, Drungilienė, Mockienė, 2015). Dėl ligos sudėtingumo ir didelio paplitimo vis dažniau ieškoma alternatyvių depresijos gydymo būdų (Kvam, Kleppe, Nordhus, Hovland, 2016; Kohls, Coppens, Hug ir kt. 2017). Delfinų asistuojama terapija yra moksliskai pagrįsta terapija, skirta žmogaus sveikatinimui (Kreivinienė, Vaičekauskaitė, 2014; Kreivinienė, Vaitkienė, 2021).

Tikslas – išanalizuoti bei aptarti suaugusių sergančiųjų depresija kompleksinės delfinų asistuojamos programos poveikį sveikatos gerinimui.

Metodika. Tyrimo duomenys buvo rinkti naudojant kiekybinį ir kokybinį tyrimo metodus. Taikyti tyrimo instrumentai: atgalinio ryšio vertinimas, gyvenimo kokybei įvertinti - SF 36 klausimynas, depresijos simptomams įvertinti - nerimo ir depresijos skalė (HAD), delfinų asistuojama terapijai įvertinti - psichosocialinio vertinimo forma. Tyrimo imtis: tyrime dalyvavo 14 suaugusiųjų sergančiųjų depresija. Visiems tyrimo dalyviams buvo taikoma 10 individualių delfinų asistuojamos terapijos užsiėmimų ir 6 individualūs papildomi užsiėmimai.

Rezultatai. Tyrimas atskleidė, kad kompleksiniai užsiėmimai taikant delfinų asistuojamą terapiją sergantiems depresija, sumažina ligos simptomus, bei pagerina gyvenimo kokybę. Atgalinio ryšio vertinimas atskleidė, jog ir pasibaigus delfinų asistuojamai terapijai, individualūs pokyčiai išlieka – padidėja bendras laimingumas, noras kurti socialinius ryšius, žmonės siekia užsiimti mėgstama veikla, atsiranda pasitenkinimo jausmas, sumažėja jaučiamas bejėgiškumas, beprasmybė, verksmingumas, savęs gailėjimas, savigrauža. Kiekybinio tyrimo instrumentai atskleidė, jog jau terapinio proceso metu, suaugusiems sergantiems depresija itin kinta socialiniai parametrai – noriau įsitraukia į veiklas, siekia kolaboruoti, dirbti grupėje, fiziniai rodikliai - padidėja fizinis išvermingumas, aktyvumas, sumažėja skausmo jautimas, pagerėja pusiausvyra.

Išvados. Nustatyta, jog Delfinų terapijos centre kompleksiskai teikiamos delfinų asistuojamos terapijos paslaugos kartu su sensorinės integracijos, judesio lavinimo, dailės, socialinių įgūdžių atkūrimo paslaugomis užtikrina gyvenimo kokybės gerėjimą, tiek socialiniais, tiek fiziniais aspektais suaugusiems sergantiems depresija.

Reikšminiai žodžiai: depresija, delfinų terapija, gyvenimo kokybė.

PAGALBOS SAVIRŪPAI ORGANIZAVIMAS UGDYMO ĮSTAIGOSE KLAIPĖDOS MIESTE

Jurgita Grasilda Žvirzdinaitė, (Lietuvos sporto universitetas, Klaipėdos miesto savivaldybės visuomenės sveikatos biuras, Taikos pr. 76, Klaipėda, el. paštas visuomenessveikata@sveikatosbiuras.lt)
Dr. Kristina Motiejūnaitė (Lietuvos sporto universitetas, Sporto g. 6, Kaunas, Lithuania, kristina.motiejunaite@lsu.lt)

Labiausiai paplitusios LNL vaikų tarpe yra dermatitas, egzema, astma, navikai, epilepsija, cukrinis diabetas. Taip pat reikia pažymėti, kad LNL paplitimas tarp vaikų didėja.

Daugelyje šalių mokiniams, kurie serga LNL, skiriamas didesnis dėmesys ir akcentuojama, kad geriausių rezultatų galima pasiekti glaudžiai bendradarbiaujant šeimai, sveikatos specialistams ir ugdymo įstaigai. Tai svarbu mažinant tokių mokinių atskirtį ugdymo įstaigoje: leidžia jiems jaustis mokykloje saugiau yra patenkinami visi su liga susiję poreikiai.

Savirūpos planai Klaipėdos m. ugdymo įstaigose pradėti rengti nuo 2020 m. rugsėjo mėn.

Tikslas. Įvertinti požiūrį į savirūpos organizavimo ypatumus ir galimybes Klaipėdos miesto ugdymo įstaigose.

Metodai. 2022 m. Klaipėdos mieste buvo atliktas tyrimas, siekiant įvertinti visuomenės sveikatos specialistų, dirbančių ugdymo įstaigoje (toliau – VSS), ugdymo įstaigos darbuotojų ir tėvų, kurių vaikai serga LNL požiūrį į mokinių, sergančių lėtinėmis neinfekcinėmis ligomis (toliau - LNL) savirūpos (toliau – Savirūpos) organizavimą ugdymo įstaigoje. Tyrime dalyvavo trys tiriamųjų grupės: 50 ugdymo įstaigose dirbančių visuomenės sveikatos specialistų, 69 ugdymo įstaigų darbuotojai ir 82 tėvai, kurių vaikai serga LNL. Tyrimui atlikti buvo sudarytos trys atskiros anketos kiekvienai grupei apie Savirūpos organizavimą ugdymo įstaigoje: savirūpos planų rengimą, derinimą, jų įgyvendinimą.

Rezultatai. Tyrimo rezultatai parodė, kad didžioji dalis (54 %) VSS, (24,6 %) ugdymo įstaigų darbuotojų ir (39 %) tėvų yra išsamiai susipažinę su savirūpos samprata ir organizavimu ugdymo įstaigose. Tėvus su savirūpos samprata ir organizavimo procesu dažniausiai (63,5%) supažindina ugdymo įstaigoje dirbantis visuomenės sveikatos specialistas. Savirūpos planus ugdymo įstaigose pildo VSS (64%). Tėvai ir mokyklos administracija tik peržiūri ir teikia pastabas. VSS savirūpos plano rengimo ir įgyvendinimo procese dažniausiai susiduria su šiomis problemomis: ugdymo įstaigos administracijos nenorą bendradarbiauti (30%), tėvų atsisakymą pildyti savirūpos planą (8 %). Ugdymo įstaigos darbuotojai dažniausiai įvardijo šias problemas: pareigų pasiskirstymą tarp komandos narių ir padidėjusį darbo krūvį (17 %), tėvų abejingumą/bendradarbiavimo stoką (11%). Dauguma tėvų pažymėjo, kad nesusidūrė su problemomis, tačiau keletą tėvų pažymėjo, kad turėjo sunkumų bendraujant su ugdymo įstaigos administracija apie maitinimo specialiųjų poreikių užtikrinimą jų vaikams. Apibendrinant galima teigti, kad 96 % VSS, 87 % ugdymo įstaigos darbuotojų ir 84,5 % tėvų savirūpos plano naudingumą vaikams sergantiems LNL vertina gerai. **Išvados.** Mokinių, sergančių LNL savirūpos organizavimas ugdymo įstaigoje yra nauja veiklos sritis, todėl tiek VSS, tiek ugdymo įstaigos, tiek tėvai susiduria su sunkumais rengiant ir įgyvendinant Savirūpos planus. Dažniausiai įvardijamos problemos – bendradarbiavimo sunkumai dėl skirtingų lūkesčių ir atsakomybių pasiskirstymas. Nepaisant to, beveik visi respondentai teigiamai vertina savirūpos organizavimą ugdymo įstaigoje ir akcentuoja, kad pagerėjo vaikų sergančių LNL lankomumas ir psichologinė sveikatos būklė, o ugdymo įstaigos darbuotojams pažymėjo, kad jiems yra kur kas aiškiau, kaip dirbti su LNL sergančiais vaikais.

Reikšminiai žodžiai: savirūpa; lėtinės neinfekcinės ligos; mokiniai.

DARNIOJO SVEIKATINGUMO TURIZMO KONCEPCIJA.
PIETŲ BALTIJOS DARNIOJO SVEIKATINGUMO MARŠRUTŲ KŪRIMO ATVEJO STUDIJA
Aistė Jurkienė, EUCC Baltijos biuras, Eglė Hidri, Eglė Černeckienė,
Klaipėdos valstybinė kolegija, Projektų skyrius

Darnusis sveikatingumas – tai karšto smėlio glostymas, saldus tirpstančio šokolado skonis, kavos kvapas ryte, egzotiškos muzikos skambesio romantika, šiluma ant odos, ramus pasivaikščiojimas, mylimojo stebėjimas iš tolo, žmogaus juokas. Mokslinės studijos ir stalo tyrimai buvo pagrindas kuriant pagrindinę darniojo sveikatingumo koncepciją (L. Lindell ir kt., 2021). Darbas buvo tęsiamas per bendras kūrybines dirbtuves, kuriose dalyvavo mokslininkai ir turizmo veikėjai. Darniojo sveikatingumo turizmas kuri palaiko kūno, proto ir sielos harmoniją ir pusiausvyrą svečiams ir šeiminkams tvarioje sąveikoje su vietos bendruomene ir aplinka. Turizmo maršrutai apima tris aspektus: žinių aspektas, pabrėžiantis jų vaidmenį perduodant informaciją; kūrybinis aspektas, pabrėžiantis jų indėlį į vietos jausmą ir, ne mažiau svarbu, reputacijos aspektas, patvirtinantis „maršrutų vaidmenį stiprinant kelionės vietos statusą ir maksimaliai išnaudojant jos kultūrinės, pramoninės, istorinės ir intelektines tradicijas“.

Tikslas – Pateikti darniojo sveikatingumo koncepcijos metmenis Pietų Baltijos atvejo studijos pagrindu.

Metodika. Mokslinės studijos ir stalo tyrimai buvo pagrindas kuriant pagrindinę darniojo sveikatingumo turizmo koncepciją (L. Lindell ir kt., 2021). Darbas buvo tęsiamas per bendras kūrybines dirbtuves, kuriose dalyvavo mokslininkai ir turizmo veikėjai.

Rezultatai. Pagrįsta darniojo sveikatingumo turizmo koncepcija. Be aplinkosaugos, socialinio ir ekonominio tvarumo, darniojo sveikatingumo turizmas taip pat apima lankytojo ir paslaugas siūlančio šeiminko darnųjį sveikatingumą. Tai taip pat apie sveikatingumą fiziniu, psichiniu ir dvasiniu lygmenimis. Darniojo sveikatingumo turizmo maršruto apibrėžimas yra geografinė sveikatingumo laisvalaikio ir turizmo objektų sistema įvairaus masto teritorijoje arba turistinėje vietovėje. Šia prasme visi šeši darniojo sveikatingumo turizmo vertės grandinės elementai – planavimas, transportavimas, apgyvendinimas, gastronomija, produktai ir paslaugos ir, galiausiai, bendra gerovės kelionių patirtis – turėtų būti paaiškinti pagal išsamius gerovės kriterijus, sukurtus SB Well projekte. Tinkamai organizuotas įvairaus masto ir sudėtingumo gerovės teminis maršrutas turėtų padėti sukurti harmoniją ir pusiausvyrą pagrįstą sinergiją tiek žmogui – kūnui, protui, sielai.

Išvados. Darniojo sveikatingumo turizmas reiškia siekį daryti gera, daryti teigiamą poveikį... žmonėms, svečiams ir šeiminkams... aplinkai ir planetai... dabartyje ir ateityje Kai darai gera, jaučiatės gerai ir susikuriate darniojo sveikatingumo būseną. Tinkamai organizuotas įvairaus masto ir sudėtingumo gerovės teminis maršrutas turėtų padėti sukurti harmoniją ir pusiausvyrą pagrįstą sinergiją tiek žmogui – kūnui, protui, sielai. Galima daryti išvadą, kad Pietų Baltijos darniojo sveikatingumo maršrutų specifika remiasi mažiausiai trimis skirtingais lyginamaisiais pranašumais: Įvairūs, tradiciniai ir inovatyvūs pajūrio kurortai; Pakrantės saugomos teritorijos; Glaudžiai susietas pajūrio ir užmiesčio ryšys.

Reikšminiai žodžiai: darnusis sveikatingumas, turizmo maršrutai, Pietų Baltijos regionas.

ŽIRGŲ ASISTUOJAMOS KINEZITERAPIJOS POVEIKIS VAIKŲ, TURINČIŲ CEREBRINIO PARALYZIAUS SPASTINĘ FORMĄ, PUSIAUSVYRAI

Irmantė Gimbutaitė, doc. dr. D. Mockevičienė

Klaipėdos universitetas, Sveikatos mokslų fakultetas, Holistinės medicinos ir reabilitacijos katedra

Cerebrinis paralyžius yra viena iš žirgų asistuojamos terapijos indikacijų. Vaikai, turintys cerebrinį paralyžių, kuriam būdingi judesių ar padėties sutrikimai dėl neprogresuojančio ankstyvo galvos smegenų pažeidimo, yra vieni pagrindinių žirgų asistuojamos terapijos dalyvių, kuri jau keletą dešimtmečių taikoma visame pasaulyje. Moksliniais tyrimais įrodyta, kad jojant ant žirgo dubeniu ir liemeniu atkartojami trimačiai žirgo judesiai, koreguojamas raumenų tonusas ir jėga, kūno dalių sąveika, vyksta vestibulinės, sensorinės, propriocepinės stimuliacijos procesas, todėl inicijuojamos ir lavinamos pusiausvyros reakcijos. Šios terapijos taikymas Lietuvoje reglamentuotas teisės aktais nuo 2021 m., formuojasi praktika taikyti dešimties užsiėmimų kursą, kuomet kineziterapijų tikslų siekiama pacientui jojant ant žirgo.

Todėl tikslinga ištirti tokios apimties žirgų asistuojamos kineziterapijos poveikį vaikų, turinčių cerebrinį paralyžių, pusiausvyrai, naudojant objektyvius tyrimo instrumentus. **Tyrimo tikslas** – įvertinti žirgų asistuojamos kineziterapijos poveikį vaikų, turinčių cerebrinio paralyžiaus spastinę formą, pusiausvyrai.

Metodika. Tyrime taikyti anamnezės surinkimo, testavimo, eksperimento ir statistinės duomenų analizės metodai, panaudojant objektyvius instrumentus. Statinė ir dinaminė pusiausvyra įvertinta „Alfa“ stabilometrine platforma, išmatuojant slėgio centro pokyčius frontaliuje ir sagitalinėje plokštumose. Slėgio pasiskirstymas pėdose vertintas „Footscan 9“ pedografijos sistema. Intervencijoje dalyvavo penki vaikai, turintys cerebrinio paralyžiaus spastinę formą, nuo 5 iki 9 metų amžiaus, I–III funkcinio lygio pagal Stambiosios motorikos funkcijų klasifikavimo sistemą esant cerebriniam paralyžiui. Intervenciją sudarė 10 žirgų asistuojamos kineziterapijos užsiėmimų po 30 minučių du kartus per savaitę penkias savaites iš eilės. Dalyviai, jodami ant žirgo be balno ir papildomų atramų, atliko individualias kineziterapines programas, akcentuojant taisyklingos padėties išlaikymą, kvėpavimą diafragma, viršutinių bei apatinių galūnių judesių amplitudžių ir raumenų jėgos didinimą, liemens rotacijos, liemens raumenų jėgos didinimą, judesių koordinacijos lavinimą.

Testavimas atliktas prieš intervenciją ir po jos. Tyrimas atliktas 2021 m. birželio – spalio mėn. laikantis etikos principų.

Rezultatai. Po dešimties intervencijos užsiėmimų, įvertinus statinę pusiausvyrą, statistiškai reikšmingai padidėjo tiriamųjų slėgio centro svyravimo ploto vidurkis. Kiti statinės pusiausvyros parametrai pagerėjo stovint atsimerkus, o stovint užsimerkus rezultatai pablogėjo, tačiau statistiškai reikšmingo skirtumo nebuvo nustatyta. Po intervencijos tiriamųjų dinaminės pusiausvyros rodikliai kito, tačiau statistiškai reikšmingai nepasikeitė. Didesnis intervencijos poveikis nustatytas I ir II funkcinio lygio tiriamiesiems, nors statistiškai reikšmingo skirtumo nebuvo nustatyta.

Išvados. Žirgų asistuojama kineziterapija turi poveikį statinei ir dinaminei pusiausvyrai. Keičiantis svorio centrui naujoms padėtimis išlaikyti reikalingas visų dalyvaujančių sistemų – neuromotorinės, regos, vestibulinės, centrinės nervų sistemos – persiorientavimas, naujai įdarbinamų raumenų jėgos didinimas. Todėl vaikams, turintiems cerebrinio paralyžiaus diagnozę, dėl galvos smegenų pažeidimų ir susiformavusių kompensacinių mechanizmų, raumenų disbalanso rekomenduojama ilgalaikė intervencija, akcentuojant raumenų jėgos ir ištvermės didinimą bei naujų judesių bei padėčių įsisavinimą, pridedant antrinius motorikos judesius. Judėjimo laisvės pojūtis ant žirgo didina vaikų mobilumo suvokimą, motyvaciją, pasitikėjimą savimi ir kuria naują gyvenimo kokybę.

Raktažodžiai: cerebrinis paralyžius, pusiausvyra, žirgų asistuojama kineziterapija.

VYRESNIO AMŽIAUS ŽMONIŲ KŪNO SUDĖJIMO TEORINIAI ASPEKTAI

Vaida Slušnienė, lekt. dr. Sigita Derkintienė

Klaipėdos universitetas, Sveikatos mokslų fakultetas, Sporto, rekreacijos ir turizmo katedra

Vyresnio amžiaus žmogaus kūnas atspindi visus pokyčius, kurie vyksta jo gyvenimo eigoje. Ilgą laiką žodis senėjimas visuomenėje buvo siejamas su kažkuo pasenusiu, mažėjančiu ar pavargusiu. Tik neseniai į senėjimą pradėta žiūrėti kaip į normalų, teigiamą žmogaus gyvenimo etapą. Senėjimą, arba tapimą vyresnio amžiaus žmogumi, kiekvienas individas turi praeiti savo laiku ir tempu. Tačiau atkreiptinas dėmesys, kad žmonių senėjimo kontekste ypatingas dėmesys turi būti skiriamas kompleksinei vyresnio amžiaus žmonių kūno sudėjimo analizei. Pastebėta, kad kūno sudėjimo pakitimai gali būti suskirstyti į dvi pagrindines kategorijas: tie, kurių vyresnio amžiaus žmonės negali kontroliuoti, ir tie, kuriuos gali.

Tikslas. Išanalizuoti vyresnio amžiaus žmonių kūno sudėjimo teorinius aspektus.

Metodika. 2021 metų sausio-gegužės mėnesiais buvo atlikta mokslinės literatūros analizė, susijusi su vyresnio amžiaus žmonių sampratos, klasifikavimo bei kūno sudėjimo pokyčių temomis.

Išvados. Vyresnio amžiaus žmogaus samprata įgauna naują prasmę - jis nebelaikomas silpnu, nereikšmingu, pasyviu gyvenimo dalyviu. Senstant žmogaus kūnas susiduria su įvairiais biologiniais pokyčiais, todėl mažėja gebėjimas palaikyti vidaus fiziologinių sistemų pastovumą. Nustatyta, kad egzistuoja dviejų rūšių veiksniai, suponuojantys vyresnio amžiaus žmonių kūno sudėjimo pakitimus: kontroliuojami veiksniai (pvz., fizinė ir psichinė sveikata, gyvenimo kokybė, gyvenamoji aplinka ir pan.) bei nekontroliuojami veiksniai (pvz., genetinės prielaidos, lytis ir pan.).

Reikšminiai žodžiai: *vyresnio amžiaus žmonės, kūno sudėjimas, senėjimas*

STUBURO STABILIZAVIMO PRATIMŲ EFEKTYVUMAS ASMENIMS, JAUČIANTIEMS APATINĖS NUGAROS DALIES SKAUSMĄ

Miglė Šimkutė, doc. dr. Rima Radžiuvienė

Klaipėdos universitetas, Sveikatos mokslų fakultetas, Holistinės medicinos ir reabilitacijos katedra

Apatinės nugaros dalies skausmas (ANDS) apibūdinamas kaip skausmas nugaroje nuo apatinio šonkaulio iki sėdmenų raukšlės, pasitaikantis su skausmo plitimu į vieną ar abi kojas. Nugaros, ypač apatinės nugaros dalies, skausmas gali sukelti negalią, pabloginti gyvenimo kokybę ir sumažinti darbingumą. Tai sudaro didelę ekonominę ir socialinę našą pacientams ir visuomenei. Teigiama, jog žmonėms, sergantiems lėtiniais sutrikimais dėl nugaros skausmų, nugaros raumenys yra silpni, o tai trikdo stuburo veiklą ir padidina tolesnio jo pažeidimo riziką, skatina nestabilumo vystymąsi. Dėl šios priežasties, nugaros raumenų stabilizavimas atlieka svarbų vaidmenį stuburo pažeidimų prevencijoje ir reabilitacijoje. Stuburo stabilizavimo pratimų tikslas yra pagerinti giliųjų nugaros raumenų aktyvacijos modelį ir atkurti funkcinę laikyseną bei judesių kontrolę. O tai gali padėti sumažinti nugaros juosmeninės dalies skausmą ir nestabilumą. **Tikslas** - įvertinti stuburo stabilizavimo pratimų efektyvumą asmenims, jaučiantiems apatinės nugaros dalies skausmą.

Metodika. Tyrimas buvo atliktas Klaipėdos universiteto Verslo inkubatorijoje, Kineziterapijos kabinete. Praktiniai užsiėmimai vyko 2021 m. spalio - lapkričio mėnesiais. Tyrime dalyvavo 10 tiriamųjų, kurie apatinės nugaros dalies skausmą jaučia 3-5 mėnesius. Kineziterapiniai užsiėmimai vyko 5 vyrams ir 5 moterims. Kiekvienam tiriamajam buvo matuojamas juosmeninės stuburo dalies paslankumas, naudojant Šobero mėgynį. Visi tiriamieji žodžiu įvertino jaučiamo skausmo lygį pagal VAS skausmo skalę. Naudojant "Back check by Dr. Wolff" įrenginį, buvo atliktas diagnostinis tyrimas, kurio metu buvo vertinti raumenys, atliekantys liemens lenkimą/tiesimą, liemens šoninį lenkimą, kaklo lenkimą/tiesimą, kaklo šoninį lenkimą, stūmimą/traukimą. Tiriamieji atsitiktiniu atrankos būdu buvo suskirstyti į dvi grupes: eksperimentinė grupė atliko stuburo stabilizavimo pratimus ir stuburo tempimo pratimus, o kontrolinė grupė - stuburo tempimo pratimus. Abiejų grupių tiriamiesiems buvo atlikta po 5 gydomuosius masažus. Matematinė statistinė duomenų analizė atlikta naudojant Microsoft Excel (naudojant formules: =AVERAGE, =STDEV, =TTEST). Tyrimas atliktas laikantis etikos principų.

Rezultatai. Išanalizavus tyrimo duomenis nustatyta, kad eksperimentinės grupės rezultatai, vertinant juosmeninės nugaros dalies skausmą, buvo geresni nei kontrolinės grupės. Duomenys buvo statistiškai reikšmingi. Vertinant juosmeninės stuburo dalies paslankumo pokyčius, eksperimentinės grupės rezultatai taip pat buvo geresni, tačiau tarp grupių statistinio reikšmingumo nebuvo pastebėta. Tyrimo metu buvo siekiama įvertinti tiriamųjų izometrinę raumenų jėgą, buvo testuojama 10 skirtingų raumenų grupių. Visose jose eksperimentinės grupės rezultatai buvo aukštesni, tačiau statistinio reikšmingumo pusėje vertinamų raumenų grupių nebuvo pastebėta. Tam įtakos galėjo turėti per maža tiriamųjų imtis.

Išvados. Stuburo stabilizavimo pratimai yra efektyvūs mažinant skausminį sindromą, norint pagerinti juosmeninės stuburo dalies paslankumą; stuburo stabilizavimo pratimus reikėtų taikyti kartu su stuburo tempimo pratimais; stuburo stabilizavimo pratimai yra efektyvūs didinant izometrinę raumenų jėgą.

Reikšminiai žodžiai: apatinės nugaros dalies skausmas, stuburo stabilizavimo pratimai.

KINEZITERAPIJOS SKIRTINGŲ METODŲ POVEIKIS ESANT JUOSMENINĖS NUGAROS DALIES SKAUSMUI

Birutė Riterienė, Daiva Mockevičienė.

Klaipėdos universitetas, Sveikatos mokslų fakultetas

Puikiai žinome, kad nugaros skausmas yra būklė, tam tikru gyvenimo etapu kamuojanti daugelį žmonių, o nemažai daliai pacientų jis sukelia negalią ir nuolatinės kančias. Nugaros skausmo paplitimas reikalauja didelių visuomenės sveikatos apsaugos kaštų, o nugaros skausmo atsiradimą iš dalies sąlygoja šiuolaikinė gyvensena. Nugaros skausmą sukelia daugelis dalykų: stresas, netaisyklinga laikysena stovint ir sėdint prie kompiuterio, sunkių lagaminų tampymas, sunkių daiktų kilnojimas, vairavimas, sunkių rankinių ir kuprinių nešiojimas, aukštakulnių avėjimas ir net sandalų avėjimas. O šiai problemai mažinti dažnai padeda ne tik kineziterapeuto sudaryta pratimų programa, bet ir nugaros masažas, nes jis padeda žmogui pailsėti, atsipalaiduoti ir suteikia palengvėjimą skaudančios nugaros raumenims.

Tikslas buvo – įvertinti kineziterapijos skirtingų metodų poveikį asmenų juosmeninės nugaros dalies skausmui.

Tyrimo metodai: testavimas ir matavimas, o vėliau remiantis gautais duomenimis atlikta matematinė duomenų analizė. Tyrimas buvo atliekamas Palangos mieste. Dalyvo moterys, kurios jautė nugaros skausmus. Pirmosios grupės tiriamosioms buvo taikoma kineziterapijos stabilizavimo pratimų programa, o antros grupės tiriamosioms stabilizavimo pratimų programa ir masažas nugarai.

Tyrimo rezultatai. Buvo nustatyta, kad didesnis pokytis buvo stebimas antroje tiriamųjų grupėje, kur moterims buvo taikoma kineziterapijos stabilizavimo pratimų program air masažas. Skausmas sumažėjo nuo 3,9 iki 1,8 balo. O tuo tarpu pirmoje grupėje skausmas sumažėjo nuo 3,9 balo iki 2,5 balo. Rezultatai parodė tiriamųjų statinės išvermės rodiklius pagal magil testą. Nustatyta, kad pirmoje grupėje prieš tyrimą nebuvo nei vienos tiriamosios, kurios nugaros raumenų statinė išvermė būtų įvertinta kaip normali, o po tyrimo rezultatai pagerėjo, nes 1 tiriamajai buvo nustatyta normali nugaros išvermė ir neliko nei vienos tiriamosios, kurios statinė išvermė pirmoje grupėje būtų vertinama kaip nežymi. Antroje tiriamųjų grupėje iš paveikslu matome, kad daugiausiai moterų buvo, kurioms buvo nustatyta pakankama nugaros raumenų statinė išvermė, o po tyrimo rodikliai pagerėjo – didžiąjai daliai tiriamųjų nugaros raumenų statinė išvermė buvo nustatyta kaip gera. Tiriamųjų pilvo raumenų statinė išvermė padidėjo abiejose grupėse.

Išvados. Atlikus tyrimą nustatyta, skausmas juosmeninės nugaros dalies sumažėjo po taikytų kineziterapijos metodikų abiejose grupėse. Didesnis skausmo pokytis stebimas tiriamiesiems, kuriems buvo taikoma stabilizavimo pratimų programa ir masažas, skausmas toje grupėje sumažėjo nuo 3,9 iki 1,8 balo. Įvertinus tiriamųjų, kurios jaučia nugaros skausmus juosmeninėje dalyje liemens raumenų statinę išvermę, nustatyta, kad abiejose grupėse vienodai pagerėjo nugaros raumenų statinė išvermė, o pilvo, kairės ir dešinės pusių šoninių liemens raumenų statinė jėga labiau padidėjo antroje tiriamųjų grupėje, kur buvo taikomi stabilizavimo pratimai ir masažas. Įvertinus tiriamųjų juosmens judesių amplitudes, nustatyta, kad liemens lenkimas labiau gerėjo antroje grupėje, o liemens tiesimas pirmoje grupėje. Liemens šoninis lenkimas į kairę pusę pagerėjo tik antros grupės tiriamųjų tarpe, o liemens lenkimas į dešinę pusę pagerėjo abiejose grupėse tolygiai, nes pradžioje norma siekė 70 proc. tiriamųjų, o po tyrimo 80 proc.

Reikšminiai žodžiai: kineziterapija, nugaros skausmai.

PROSTATOS VĖŽIO RADIOLOGINIS TYRIMAS

Marius Zagorskis, Doc. dr. Vytenis Punys,

lekt. Viktorija Lukminaitė, prof. dr. Arvydas Martinkėnas

Klaipėdos universitetas, Sveikatos mokslų fakultetas, Medicinos technologijų katedra

Labai svarbu informuoti visuomenę apie nemokamą priešinės liaukos vėžio ankstyvosios diagnostikos programą nuo 50 iki 75 metų vyrams, kad pavyktų kuo anksčiau nustatyti prostatos vėžį. Reikia suteikti žinių, jog be pirminių tyrimų yra ir patogesnis magnetinio rezonanso tyrimas, tik kiek yra ribotai prieinamas. Reikia ugdyti visuomenės sąmoningumą ir žinias ir akcentuoti gyventojų atsakomybę už savo sveikatą.

Tikslas - išsiaiškinti prostatos vėžio diagnostikos ypatumus, taikant radiologinius tyrimo metodus. **Metodika.** Atliktas tyrimas – kiekybinis / statistinis. Tyrimo kontingentą sergančiųjų prostatos vėžiu bylų analizė ir duomenų statistiniai skaičiavimai. Retrospektyviai buvo analizuota informacija apie 2021 metais atliktus magnetinio rezonanso tyrimus. Tyrimo imtį sudarė 62 prostatos magnetinio rezonanso tyrimai. Tyrimas atliktas Klaipėdos X sveikatos priežiūros įstaigoje ir laikantis etikos principų. Tyrimų duomenims analizuoti naudota „SPSS 27.0“, „Microsoft Office Excel 2016“ programiniai paketai.

Rezultatai. Didžiausia tiriamųjų dėl prostatos vėžio vyrų grupė buvo 65 - 74 metų amžiaus asmenys. Pirmoje grupėje - <65 metų amžiaus asmenų prostatos specifinio antigeno vidurkis buvo aukščiausias. Trečia vėžio stadija nustatyta dažniausiai. Trečios vėžio stadijos amžiaus vidurkis 64,5 metai. Trečios vėžio stadijos prostatos specifinio antigeno vidurkis aukščiausias.

Išvados: Apibendrinant galima teigti, kad jei prostatos specifinio antigeno lygis kraujyje pirma kartą nustatomas didesnis nei 10 ng/ml, didžiausia tikimybė, jog bus diagnozuotas trečios stadijos vėžys. Piktybiškesnių prostatos navikų atsiradimo dažniausios priežastys yra rūkymas, nutukimas ar paveldimumas.

Reikšminiai žodžiai: prostatos vėžys, atsiradimo priežastys, magnetinio rezonanso tyrimai

BENDROSIOS PRAKTIKOS SLAUGYTOJŲ DARBE PATIRIAMA AGRESIJA IR SMURTAS

Aušrinė Šulskytė, doc. dr. Aurimas Župerka

Klaipėdos universitetas, Sveikatos mokslų fakultetas, Visuomenės sveikatos katedra

Agresijos ir smurto apraiškos sveikatos priežiūros srityje yra glaudžiai susijusios su sveikatos priežiūros specialistais. Dėl ilgesnio tiesioginio kontakto su pacientu, prižiūrint jo sveikatos būklę, didesnę riziką patirti tiek fizinį, tiek psichologinį smurtą turi bendrosios praktikos slaugytojos. Todėl labai svarbu visus sveikatos priežiūros specialistus ir ypač bendrosios praktikos slaugytojas, mokyti agresijos ir smurto valdymo būdų, kad pritaikant teorines bei praktines žinias, slaugytojai gebėtų išlikti ramūs, net ir kritinėse situacijose.

Tikslas - Ištirti bendrosios praktikos slaugytojų, patiriamą agresiją ir smurtą.

Metodika. Atliktas kiekybinis tyrimas (anoniminė apklausa). Naudoti instrumentai: klausimynas. Taikytas statistinis duomenų apdorojimas. Imtį sudarė: 119 bendrosios praktikos slaugytojų. Tyrimas atliktas laikantis etikos principų.

Rezultatai. Išanalizavus 119 tyrime dalyvavusių bendrosios praktikos slaugytojų, tyrimo metu gauti duomenys leidžia teigti, kad pagal atvejų skaičių, dažniausia smurto rūšis yra patyčios 48 proc. (n=58), truputi mažesnė grupė apklaustųjų teigė, kad patyrė grasinimus 25 proc. (n=30) bendrosios praktikos slaugytojų, fizinį smurtą teigė patyrė 20 proc. (n=23) bendrosios praktikos slaugytojų, tuo tarpu mažiausia smurto atvejų rūšis yra seksualinis priekabiavimas. Seksualinį priekabiavimą patyrė 12 proc. (n=15) apklaustųjų.

Išvada. Dažniausia smurto rūšis yra psichologinis smurtas. Mažiausiai naudojama smurto rūšis yra seksualinis priekabiavimas, Smurtas sveikatos priežiūros sektoriuje sudaro net ketvirtadalį viso smurto darbe atvejų. Dažniausia fizinio smurto priežastis yra psichinė sveikatos būklė. Tuo tarpu psichologiniui smurtui didžiausią įtaką daro asmeniniai santykiai. Dažniausiai asmenys, kurie patyrė tiek fizinį, tiek psichologinį smurtą liepė smurtautojui liautis. Dėl patirto smurto, agresijos, ar didelės įtampos bendrosios praktikos slaugytojai nebegali tinkamai atlikti savo darbo, sumažėja noras dirbti, dėl ko gali būti sunku sutelkti dėmesį. Smurtas visada turi neigiamos įtakos tolimesniam slaugytojos darbui. Daugiausia respondentų, kurie patyrė fizinį smurtą ir grasinimus teigė, kad po smurtinio įvykio lydėjo nemalonūs prisiminimai apie įvykusį incidentą. Asmenys, kurie patyrė psichologinį smurtą, teigė, kad po įvykio jautė sumažėjusią motyvaciją dirbti.

Reikšminiai žodžiai: agresija, įtampa, patyčios, fizinis smurtas, psichologinis smurtas, užgauliojimai, seksualinis priekabiavimas, rasinis priekabiavimas, grasinimai.

PACIENTŲ, SERGANČIŲ II TIPO CUKRINIŲ DIABETU, INFORMUOTUMAS APIE PĖDŲ PRIEŽIŪRĄ

Gabrielė Guogytė, doc. dr. Marija Truš

Klaipėdos Universitetas, Sveikatos mokslų fakultetas, Slaugos katedra

Cukrinis diabetas yra vienas didžiausių iššūkių, su kuriuo susiduria šiuolaikinis pasaulis. Diabetinė pėda yra dažniausiai pasitaikanti cukrinio diabeto komplikacija, nes daugelio pacientų savarankiška pėdų priežiūra yra netinkama. Diabetinės pėdos komplikacijų galima išvengti tinkamai prižiūrint pėdas, todėl labai svarbu, kad pacientai, sergantys diabetu, ir jų artimieji turėtų pakankamai teisingos informacijos apie pėdų priežiūrą. Aktyvaus paciento vaidmuo užima labai svarbią vietą cukrinio diabeto valdyme, todėl tinkamos kojų priežiūros mokymas yra viena iš svarbiausių prieinamų prevencijos priemonių padidinti cukriniu diabetu sergančių žmonių sąmoningumą tinkamos pėdų priežiūros klausimu.

Tikslas – nustatyti pacientų, sergančių II tipo cukriniu diabetu, informuotumą apie pėdų priežiūrą.

Metodika. 2020 m. kovo mėn. – 2022 m. sausio mėn. buvo atlikta mokslinės literatūros analizė ir kiekybinis tyrimas. Mokslinės literatūros analizei atlikti buvo naudojamos EBSCO, eLaba, NCBI duomenų bazės. Buvo analizuojami 2017-2021 metų moksliniai literatūros šaltiniai lietuvių, anglų ir rusų kalbomis. Kiekybiniam tyrimui pasirinktas „On-line“ anketavimo būdas. Naudotas instrumentas: klausimynas sukurtas panaudojant validuotus klausimynus apie pėdų priežiūrą (*Diabetic Foot Care questionnaire* ir *Diabetic Foot disease and Foot care questionnaire*). Tyrime dalyvavo 109 pacientai, sergantys II tipo cukriniu diabetu. Taikytas statistinis duomenų apdorojimas ir turinio analizės metodai. Statistinei analizei naudota „SPSS 21.0.0 for Windows“. Tyrimas atliktas laikantis etikos principų.

Rezultatai. Nustatyta, kad beveik visi tyrimo dalyviai prevenciškai kasdien plauna pėdas, tačiau ne visi respondentai nurodė, jog žino, kad pėdas reikia apžiūrėti kasdien. Dauguma pacientų gerai suvokia pėdų priežiūros svarbą ir taiko tai praktiškai. Viena ryškiausių problemų atsiskleidusių šiame tyrime yra netinkama avalynė. Pacientai dažnai nežino, kaip reikia teisingai pasirinkti ar prižiūrėti savo jau turimą avalynę. Nustatytas statistiškai reikšmingas teigiamas ryšis tarp suminio žinių apie pėdų priežiūrą rodiklio ir suminio pėdų priežiūros įpročių rodiklio ($r_s=0,50$ $p<0,001$).

Išvados. Pacientai turintys daugiau žinių apie pėdų priežiūrą turėjo geresnius pėdų priežiūros įpročius. Didžioji dauguma respondentų gerai suvokia pėdų priežiūros svarbą ir galimų komplikacijų riziką. Gauti rezultatai parodė, kad tiriamieji, kuriems buvo pasireiškęs vienas simptomas (pėdos opa, pėdos deformacija ir kt.), turėjo žymiai prastesnius įpročius nei tiriamieji, kuriems nebuvo pasireiškę jokie simptomai ir nei tiriamieji, kuriems buvo pasireiškę keli simptomai.

Reikšminiai žodžiai: cukrinis diabetas (angl. *diabetes mellitus*), pėdų priežiūra (angl. *foot care*), diabetinės pėdos opos (angl. *diabetic foot ulcers*), neuropatija (angl. *neuropathy*), savarankiška priežiūra (angl. *self-care*).

MOBILIOJI APLIKACIJA BURNOS PRIEŽIŪROJE

*Evelina Daugėlienė, Šarūnė Barsevičienė, Viktorija Venevičienė,
Arnas Murauskas, Jurgita Andruškienė*

Klaipėdos Valstybinė Kolegija, Sveikatos Mokslų Fakultetas, Burnos priežiūros katedra

Įvadas. Virtualioji realybė (VR) ir mobiliosios aplikacijos vis dažniau naudojamos ateities medikų rengime ir įvairiose medicinos srityse, tokiose kaip chirurgija, reabilitacija, psichiatrija, psichologija ir kitos. Inovatyvūs VR instrumentai padeda valdyti lėtinį skausmą, koreguoti baimes, pagelbėti gimdymo ir skiepijimo metu. „Apple Store“ ir „Google Play“ programų parduotuvėje galima rasti daugiau nei 318 000 programų, skirtų sveikatos priežiūrai, ir kasdien jų sukuriama vis naujų. Elektroninių prietaisų naudojimą sveikatos priežiūrai, sveikatos duomenų kaupimui ir analizei, taip pat konsultacijų teikimą realiu laiku apima e-sveikatos ir m-sveikatos terminai.

Tikslas – remiantis mokslinės literatūros analize, apibrėžti mobiliųjų aplikacijų panaudojimo galimybes pacientų burnos (savi)priežiūrai.

Metodika – mokslinės literatūros paieška, sisteminimas ir analizė, naudojant mokslinių publikacijų duomenų bazę PubMed ir Medline. Naudojant šias duomenų bazes, buvo atlikta mokslinių publikacijų paieška, naudojant raktinius žodžius „mobilioji aplikacija“, „burnos priežiūra“, „teleodontologija“, „burnos priežiūra Covid-19 pandemijos metu“.

Rezultatai. Atlikus mokslinių šaltinių paiešką PubMed duomenų bazėje, rasti 24 moksliniai straipsniai, publikuoti 2020-2022 m. Išsami analizė atlikta atrinkus 5 tiksliausiai tyrimo tikslą atliepiančias publikacijas. Mokslinių publikacijų analizė parodė, kad mobiliųjų aplikacijų, padedančių pacientams savarankiškai stebėti savo periodonto būklę, o burnos priežiūros specialistams identifikuoti pacientų burnos būklės pokyčius tarp apsilankymų, nėra daug. Mokslinių tyrimų rezultatai parodė teigiamą pacientų požiūrį į teleodontologijos priemonių naudojimą burnos priežiūroje. Atsižvelgiant į COVID-19 pandemiją, sveikatos priežiūros paslaugų teikėjai turėtų atliepti paciento poreikius ir suteikti galimybę naudotis e-sveikatos priemonėmis kaip konsultavimo metodika, kuriant gydymo planus, taip pat mažinant viruso plitimą. Tikimasi, kad VR instrumentų ir mobiliųjų aplikacijų naudojimas lems didesnę pacientų motyvaciją ir efektyvesnę burnos priežiūrą.

Išvados - Technologinės naujovės gali pagerinti sveikatos elgseną ir burnos priežiūros kokybę vaikams ir suaugusiems pacientams. Ateities tyrimai turėtų ir toliau vertinti mobiliąsias aplikacijas kaip intervencines metodikas, kurių tikslas yra pagerinti burnos sveikatos elgseną visose bendruomenės grupėse.

Reikšminiai žodžiai: mobilioji aplikacija, burnos priežiūra, Covid-19.

KŪNO - PROTO PRAKTIKOS POVEIKIS ŽMOGAUS GYVENIMO GEROVEI

Ligita Mielkaičienė, prof. dr. Daiva Mockevičienė

Klaipėdos universitetas, Sveikatos mokslų fakultetas, Holistinės medicinos ir reabilitacijos katedra

Nefarmakologiniai metodai pritraukia vis daugiau dėmesio, žmonės užsiima saviugda, proto ir kūno terapija, pavyzdžiui atlieka jogą ir gilaus kvėpavimo pratimus, taiko akupunktūrą, t.y. keičia gyvenimo būdą. Kuksando yra tradicinė ir unikali korėjiečių kūno ir proto praktika, kuri derina fizinius statinius ir dinامينius pratimus su gilaus kvėpavimo meditacija, kai iš odos paviršiaus į kūną perduodama šiluma, kuri stimuliuoja raumenis, kraujagysles, meridianus ir akupunktūros taškus, ir galiausiai prasiskverbia į vidaus organus.

Tikslas. Atlikti mokslinių tyrimų analizę apie Kuksando poveikį žmogaus gyvenimo gerovei.

Metodika. Atrinkti duomenų bazėse ir išanalizuoti moksliniai straipsniai, susiję su Kuksando metodu.

Rezultatai. Išanalizavus tyrimų autorių rezultatus, nustatyta, kad kūno - proto praktika Kuksando turi teigiamą poveikį gyvenimo gerovei. Įvairaus amžiaus tiriamiesiems, tarp jų studentams ir geriatriniais tiriamiesiems, reikšmingai sumažėjo depresija, nerimas. Suvokiamo streso reikšmė tyrimo metu buvo žymiai mažesnė, taip pat sumažėjo streso simptomai pacientams su psichikos sutrikimais. Praktika palengvino tiriamųjų obsesijos - kompulsijos ir somatizacijos sukeltus simptomus. Reikšmingai sumažėjo skausmas raumenų, kaulų, kaklo, pečių ir juosmens srityse, taip pat chroniški nugaros skausmai. Pilną programą taikiusių grupėje žymiai pagerėjo gyvenimo kokybė. Dalyvių lankomumas programos sesijose ir nuoširdus atlikimas buvo proporcingas gyvenimo kokybės gerinimo laipsniui ir parodė aukštesnę gyvenimo kokybės rezultatą. Žymiai pagerėjo vėžiu sergančių žmonių gyvenimo kokybė. Palyginus su kontroline grupe, Kuksando praktikavusiųjų grupėje reikšmingai padidėjo energijos. Kuksando Tandžon kvėpavimo praktikos žymiai sumažino širdies ritmą, pulso dažnį, bei sistolinį ir diastolinį kraujospūdį, reikšmingai padidėjo DTL „gerojo“ cholesterolio, bei reikšmingai sumažino liemens ir klubų santykį. Buvo stebimas, kūno svorio, kūno ir pilvo riebalų sumažėjimas, pagerėjo bazinis metabolizmo greitis. Žymiai pagerėjo ištvėrmės ir fizinio pasirengimo rodikliai, viršutinės kūno dalies ir apatinių galūnių jėgos padidėjimas, bendra ištvėrmė ir lankstumas. Tarp pagyvenusių žmonių žymiai pagerėjo statinė, dinaminė pusiausvyra, griuvimo rizikos testai parodė reikšmingą aktyvumo padidėjimą. Reikšmingas teigiamas padidėjimo pokytis Imunoglobulino A lygiui, hormonams ACTH, antioksidantui SOD tiriamiesiems po Kuksando praktikos, bei reikšmingas sumažėjimo pokytis streso hormonui kortizoliui ir oksidantams ROS, NO, MDA. Reikšmingas skirtumas buvo tarp praktikuojančių ir nepraktikuojančių Kuksando socialinių vaidmenų atlikime ir pasitikėjimo savimi. Pagrindinės temos, kuriomis dalijosi tiriamieji po tyrimo buvo: „patogus kūnas“, „veržlumo jėga“, „išaugo pasitikėjimas savimi“, „proto lavinimas“, „tvarkos savyje nustatymas“, „Kuksando vertės supratimas“, „pripažinimas, kad svarbus susitaikymas“. Gebėjimas pasirūpinti savimi po tyrimo buvo žymiai didesnis nei prieš pradėdant taikyti terapiją. O tarp tirtų universiteto studentų padidėjo bendras mokymosi efektyvumas. Koreliacijos rezultatai parodė, kad lankstumas buvo teigiamai susijęs su gyvenimo kokybe. Aptiktas ryšys tarp verslo mokyklų studentų psichosocialinės sveikatos, saviektyvumo ir prisitaikymo ugdymo įstaigos gyvenime.

Išvados. Įvairiais būdais atlikti moksliniai tyrimai dėl Kuksando poveikio patvirtina, kad praktikuojant Kuksando daromas teigiamas poveikis įvairioms organizmo sistemoms ir tuo pačiu jaučiamos teigiamos įvairios komfortiškam žmogaus gyvenimui ir egzistavimui būtinos būsenos.

Reikšminiai žodžiai. Kvėpavimas, Kuksando, Tandžon, kūno-proto praktika, terapija.

II SEKCIJA / SLAUGA IR BURNOS SVEIKATA II SECTION/ NURSING AND ORAL HEALTH

ŽALOS MAŽINIMO PROGRAMŲ POVEIKIS ASMENIUI IR VISUOMENEI

Rožė Perminienė, prof. dr. Natalja Fatkulina
Vilniaus universitetas Sveikatos mokslų institutas

Užkrečiamosios ligos, tokios kaip ŽIV ir virusiniai hepatitai B, C yra glaudžiai susijusios su narkotikų vartojimu. Todėl su narkotikų vartojimu susijusios žalos prevencija ir jos mažinimas yra daugelio valstybių visuomenės sveikatos politikos ir kovos su narkotikais strategijų tikslas. Pasaulinė sveikatos organizacija, Jungtinės Tautos žalos mažinimo programos rekomenduoja kaip efektyviausią ŽIV prevenciją tarp švirkščiamų narkotikų vartotojų. Viena iš žalos mažinimo programos priemonių – žemo slenksčio paslaugų narkotikų vartotojams kabinetai – vykdoma ir Lietuvoje. Šie kabinetai ne tik aprūpina paslaugų gavėjus, nepasirengusius atsakyti psichotropinių medžiagų vartojimo, švaria švirkštimosi įranga, bet ir siekia įtakoti jų rizikingą elgseną, susijusią su infekcijų (ŽIV, hepatito B, C ir kt.) plitimu. Siekiant nustatyti kabinetų veiklos efektyvumą, atliekama klientų rizikingos elgsenos stebėseną, vertinami jos pokyčiai, o nuoseklus paslaugų teikimo proceso ir rezultatų vertinimas leidžia gerinti žemo slenksčio paslaugų prieinamumą, kokybę, taip pat įvertinti šių paslaugų poveikį ne tik asmeniui, bet ir visuomenei.

Tikslas – įvertinti žemo slenksčio paslaugų poveikį švirkščiamųjų narkotikų vartotojams, keičiant jų rizikingą elgseną, bei visuomenei.

Metodika. 2021 m. spalio-gruodžio mėn. atliktas kiekybinis tyrimas, naudojant adaptuotą Tarptautinės šeimos sveikatos organizacijos aukštos rizikos užsikrėsti ŽIV asmenų elgesio tyrimo klausimyną, žemo slenksčio kabinete. Atliktas gautų duomenų palyginimas su 2001 m. atlikto analogiško tyrimo rezultatais. Duomenų analizės metodas – statistinė ir aprašomoji duomenų analizė (SPSS 28 for Windows, MS Excel 2019). Hipotezės buvo tikrinamos naudojant χ^2 kriterijų. Rodiklių skirtumai laikyti statistiškai reikšmingais, kai $p < 0,05$. Tyrimo imtis – 120 respondentų. Tyrimas atliktas laikantis etinių principų.

Rezultatai. Tyrimo metu nustatyta, kad net 58% respondentų 2001 m. atiduodavo savo naudotus švirkštus kitiems, o 2021 m. po apsilankymų kabinete tai daro 15%. Dažnai respondentai iki apsilankymų kabinete imdavo naudotus švirkštus (2001 m. – to nedarė tik 25%), po apsilankymų kabinete 89% respondentų 2021 m. nesinaudojo kitų naudotais švirkštais. Tiriant klientų lytinę elgseną, nustatyta, kad klientai, besilankantys kabinete, dažniau pradėjo naudoti prezervatyvus su atsitiktiniais partneriais (2001 m. – 17%, 2021 m. – 88%). Tačiau išlieka aukštas rodiklis dėl neatsakingos lytinės elgsenos – 2021 m. 46% respondentų pažymėjo, kad per paskutines 30 parų turėjo atsitiktinių lytinių santykių. Rezultatai parodė, kad kuo dažniau respondentai lankosi kabinete, tuo didesnė jų dalis atlieka ŽIV tyrimus (2001 m. – 62%, 2021 m. – 95%). 2021 m. respondentai, paklausti, kokią įtaką kabinetas daro jų elgesio pokyčiams, pažymėjo, kad ėmė taikyti saugesnius švirkštimosi būdus (47%), pradėjo rinkti gatvėse besimėtančius švirkštus (33%), sumažino vartojamo narkotiko kiekį (15%) bei injekcijų skaičių (38%). Tyrimas nustatė, kad 2001 m. 58%, o 2021

m. 95% respondentų norėtų nustoti vartoti narkotikus. 2001 m. tyrimo metu net 70% respondentų atsakė, kad realiai įgyvendino šią galimybę, t.y. gydėsi nuo priklausomybės narkotikams, 2021 m. – 77%.

Analizuojant ŽIV plitimo tendencijas Klaipėdoje, matyti, kad Kabinetų veikla efektyviai prisideda prie ŽIV prevencijos: 1998-2009 m. naujų ŽIV atvejų per metus buvo vidutiniškai po 31, 2010-2021 m. – tik po 18. O įtakotas saugesnis elgesys asmeniui vienareikšmiškai turi ne tik teigiamą poveikį visuomenės sveikatai, bet ir ekonominį bei socialinį poveikį visai visuomenei.

Išvados. Viena iš žalos mažinimo programos priemonių – žemo slenksčio paslaugų narkotikų vartotojams kabinetų veikla – daro teigiamą poveikį švirkščiamųjų narkotikų vartotojui. Nustatytas ryškus poveikis jų rizikingai elgsenai: elgsena, švirkščiantis narkotikus, tapo saugesnė; elgsena lytinių santykių metu pakito teigiama linkme; nemaža dalis klientų nori nustoti vartoti narkotikus. Nuoseklus paslaugų teikimas turėjo ne tik teigiamą poveikį visuomenės sveikatai, bet ir ekonominį bei socialinį poveikį visuomenei.

Reikšminiai žodžiai: narkotikai, užkrečiamosios ligos, žalos mažinimas, poveikis.

SLAUGYTOJŲ, DIRBANČIŲ REANIMACIJOS IR INTENSYVIOSIOS TERAPIJOS SKYRIUJE, SVEIKATOS POKYČIAI COVID-19 PANDEMIJOS METU

Kamilė Rakauskaitė, doc. dr. Simona Paulikienė

Vilniaus kolegija, Sveikatos priežiūros fakultetas, Slaugos katedra

2019 metų gruodžio mėnesį pasaulis susidūrė su didžiule pasauline katastrofa – COVID-19 liga (koronaviruso infekcija), kuri pareikalavo daugybės gyvybių. Daugėjant COVID-19 liga užsikrėtusių pacientų, padidėjo darbo krūvis gydymo įstaigose dirbančiam personalui. Ligoninėse buvo vykdoma restruktūrizacija, steigiami nauji COVID-19 skyriai, todėl reikėjo perskirstyti personalą ir sukurti naujas slaugytojų komandas. Dėl slaugytojų trūkumo, COVID-19 reanimacijos ir intensyviosios terapijos skyriuose pradėjo dirbti slaugytojos, neturinčios praktinės darbo reanimacijos ir intensyviosios terapijos skyriuose patirties. Šie nuolatiniai ir staigūs pokyčiai pareikalavo skubaus prisitaikymo prie esamos situacijos bei lankstumo. Kaip rodo tyrimai, slaugytojai, kurie prieš pandemiją neturėjo patirties slaugyti infekcinėmis ligomis sergančius pacientus, susidūrė su dar daugiau sunkumų, turėdami prisitaikyti prie naujos darbo aplinkos bei specifikos.

Pastaruoju metu vis daugiau kalbama apie psichinę, fizinę bei socialinę sveikatą bei jos svarbą. Įvairių mokslininkų atliktų tyrimų rezultatuose stebimas ryškus skirtumas tarp COVID-19 intensyviosios terapijos skyriuje dirbančių slaugytojų gyvenimo kokybės ir prieš pandemiją, įprastame intensyviosios terapijos skyriuje dirbusių slaugytojų gyvenimo kokybės. Darbas COVID-19 reanimacijos ir intensyviosios terapijos skyriuje dirbantiems slaugytojams sukėlė precedento neturinčius profesinius, socialinius ir psichologinius iššūkius. Dar prieš prasidedant COVID-19 pandemijai, intensyviosios terapijos skyriuose dirbantys slaugytojai dažnai susidurdavo su dideliu darbo krūviu, stresinėmis ir sudėtingomis situacijomis, kurios yra pagrindinis perdegimo ir potrauminio streso sutrikimams. Sunki sergančių COVID-19 liga pacientų būklė bei rizika užsikrėsti galėjo turėti poveikį medicinos personalo psichikos sveikatai. V-o lygio asmens apsaugos priemonių dėvėjimas gali sukelti rimtų odos problemų dėl ilgalaikio sandarumo, trinties ir spaudimo, taip pat tai gali būti dehidratacijos priežastis. Kaip rodo tyrimai, slaugytojai patyrė didelį stresą bei nerimą bijodamos užkrėsti artimuosius, todėl daugelis jų izoliavosi, nedalyvavo šeimos susibūrimuose, pasikeitė bendravimas su artimaisiais bei draugais.

Nors pasaulyje atliekami tyrimai, nagrinėjantys slaugytojų sveikatos pokyčius, tačiau trūksta tyrimų, kaip pasikeitė slaugytojų, dirbančių COVID-19 reanimacijos ir intensyviosios terapijos skyriuje, sveikata.

Tikslas – ištirti COVID-19 reanimacijos ir intensyviosios terapijos skyriuje dirbančių slaugytojų sveikatos pokyčius COVID-19 pandemijos metu.

Metodika. 2021 m. atliktas kiekybinis tyrimas, naudojant anketinės apklausos metodą. Anketa buvo patalpinta Messenger platformoje, privačioje COVID-19 reanimacijos ir intensyviosios terapijos skyriuose dirbančių slaugytojų grupėje bei socialinio tinklapio Facebook Lietuvos medikų grupėje „Lietuvos medikai“. Tyrimo populiaciją sudarė 31 bendrosios praktikos slaugytoja, dirbanti COVID-19 reanimacijos ir intensyviosios terapijos skyriuje. Slaugytojų amžius svyravo nuo 22 iki 55 metų. Tyrimas atliktas laikantis etikos principų. Tyrimo rezultatai apdoroti „Microsoft Office 2016“ kompiuterinėmis programomis.

Rezultatai. Įvertinus slaugytojų psichologinės sveikatos pokyčius COVID-19 pandemijos metu nustatyta, kad daugiau nei pusė slaugytojų jautė didesnę nerimą, stresą, baimę, kurių išsivystymo priežastis – stiprus emocinis išgyvenimas dirbant COVID-19 reanimacijos ir intensyviosios terapijos skyriuje. Taip pat daugiau nei pusei respondentų pandemijos metu pasikeitusios darbo sąlygos turėjo daugiau sąsajų su neigiamu poveikiu jų psichikos sveikatai nei darbas įprastomis sąlygomis prieš pandemiją. Išryškėjo slaugytojų fizinės sveikatos blogėjimas – daugumai sustiprėjo galvos, nugaros skausmas, atsirado galvos svaigimas ir akių skausmas. Išanalizavus slaugytojų fizinės sveikatos pokyčius COVID-19 pandemijos metu nustatyta, kad daugiau nei trečdaliui slaugytojų fizinės sveikatos pokyčiai trukdė bendrauti su šeima. Socialinės sveikatos blogėjimas pasireiškė socialine atskirtimi dėl pandemijos sukeltų padarinių. Du trečdaliai tiriamųjų nurodė, kad pablogėjusi socialinė sveikata turėjo sąsajų su padidėjusiu darbo krūviu COVID-19 reanimacijos ir intensyviosios terapijos skyriuje.

Išvados. Slaugytojų, dirbančių COVID-19 reanimacijos ir intensyviosios terapijos skyriuje, psichinė, fizinė bei socialinė sveikata pablogėjo lyginant su jų sveikata prieš pandemiją. Daugiausia pokyčių įvyko psichikos sveikatoje.

Reikšminiai žodžiai: COVID-19, slaugytojai, sveikata

SLAUGYTOJŲ PATIRIAMAS STRESAS IR PERDEGIMO SINDROMAS SLAUGANT COVID-19 INFEKCIJA SERGANČIUOSIUS

Edgaras Klišys, Aldona Mikaliūkštienė

Vilniaus universiteto Medicinos fakulteto Sveikatos mokslų instituto Slaugos katedra, Vilnius, Lietuva

Įvadas. Perdegimo sindromas apibūdinamas kaip fizinių ar emocinių jėgų ar motyvacijos išsekimas, dažniausiai dėl ilgalaikio streso ar nusivylimo. Perdegimo sindromas gali pasireikšti bet kurios profesijos atstovui. Manoma, kad perdegimas dažniau pasireiškia būtent sveikatos priežiūros specialistams, dėl didelio streso, susijusio su šių darbu, jo rezultatais ir darbo aplinka. Slaugytojai dirba sunkiomis sąlygomis, artimai bendrauja su žmonėmis, kurie iš slaugytojų tikisi labai daug, nors kartais, slaugytojai gali neturėti galimybių ar kompetencijų išpildyti visus paciento lūkesčius. Visi šie veiksniai gali sukelti ne tik fizinių ir psichinių sutrikimų, bet ir profesinio perdegimo riziką, būtent kuriam, pastarajame amžiuje buvo skiriamas didelis dėmesys.

COVID-19 pandemija labai apsunkino viso pasaulio slaugytojų bei kitų sveikatos priežiūros specialistų darbą. Rizika užsikrėsti SARS-CoV-2 virusu, padidėjęs darbo krūvis, emocinės ir psichologinės paramos trūkumas, didelė darbuotojų kaita, didelė atsakomybė rūšiuojant pacientus ligoninės priėmimo, nuolatiniai organizaciniai pokyčiai yra tik keletas iš daugelio naujai atsiradusių stresinių faktorių slaugytojo darbe prasidėjus šiai pandemijai. COVID-19 pandemijos akivaizdoje prie šių veiksnių prisidėjo papildomi stresoriai, kurie taip pat turi įtaką slaugytojų perdegimo sindromo paplitimui. Atlikti naujausi tyrimai rodo, kad patiriamos stresinės situacijos prisidėjo prie slaugytojų patiriamųjų perdegimo sindromą skaičiaus didėjimo.

Tikslas: įvertinti slaugytojų patiriamą stresą ir perdegimo sindromą COVID-19 sąlygomis.

Metodika. Anketinė apklausa, kiekybinis tyrimas. Streso vertinimui naudota Reeder skalė; perdegimo sindromui – Christina Maslach ir Susan E. Jackson klausimynas (*Maslach Burnout Inventory MBI-Human Services Survey for Medical Personnel*). Apklausa vyko dvejose Vilniaus miesto ligoninėse bei virtualioje erdvėje. Tyrime dalyvavo 125 slaugytojai; dauguma jų moterys (n=106; 84,8 proc.); aukštojo neuniversitetinio išsilavinimo (n=99; 79,2 proc.); visi jie dirbo su COVID-19 infekcija sergančiais pacientais. Tyrimo metu buvo užtikrinami tyrimo etikos principai, tiriamieji buvo supažindinti su tyrimo tikslu, garantuotas jų duomenų anonimiškumas ir konfidencialumas.

Statistinė duomenų analizė atlikta naudojant Excel ir IBM SPSS Statistics programas. **Rezultatai.** Daugumai jų pasireiškė stresinė būseną (n=76; 60,8 proc.) ir nervinė įtampa (n=46; 36,8 proc.); nustatytas aukštas emocinio išsekimo (n=71; 56,8 proc.) ir depersonalizacijos (n=79; 63,2 proc.) laipsnis, bei žemas pasiekimų laipsnis (n=113; 90,4 proc.). 72,8 proc. (n=91) tiriamųjų dėl emocinio išsekimo norėjo keisti darbą. Dažniausi stresą ir perdegimo sindromą sukeltantys veiksniai: baimė Covid-19 infekciją užkrėsti artimuosius – 80,0 proc. (n=100); diskomfortas dėl nuolat darbe naudojamų asmens apsaugos priemonių – 72,0 proc. (n=90); chaotiška darbo aplinka Covid-19 pandemijos metu – 70,4 proc. (n=88); per daug veiksmų nesusijusių su slauga (pvz., dokumentacija) – 64,0 proc. (n=80); nėra galimybės išnaudoti sukauptas atostogas dėl Covid-19 pandemijos – 61,6 proc.; darbas su pacientais sergančiais Covid-19 infekcija 60,8 proc. (n=76); artimųjų atsiribojimas dėl atliekamo darbo Covid-19 pandemijos metu – 60,8 proc. (n=76).

Išvados. Gauti rezultatai parodė, kad COVID-19 pandemija turi didelę įtaką slaugytojų stresui ir perdegimo sindromo atsiradimui. Daugumai jų pasireiškė stresinė būseną ir nervinę įtampa, nustatytas aukštas emocinio išsekimo ir depersonalizacijos laipsnis, bei žemas pasiekimų laipsnis. Dažniausi stresą ir perdegimo sindromą sukeltantys veiksniai: baimė Covid-19 infekcija užkrėsti artimuosius; diskomfortas dėl nuolat darbe naudojamų asmens apsaugos priemonių; chaotiška darbo aplinka Covid-19 pandemijos metu; per daug veiksmų nesusijusių su slauga; nėra galimybės išnaudoti sukauptas atostogas dėl Covid-19 pandemijos; darbas su pacientais sergančiais Covid-19 infekcija; artimųjų atsiribojimas dėl atliekamo darbo Covid-19 pandemijos metu ir kt.

Reikšminiai žodžiai: slaugytojai, perdegimo sindromas, stresas, COVID-19.

CHALLENGES OF HOSPITAL FACILITY FLEXIBILITY DURING A PANDEMIC CRISIS: THE EXPERIENCE OF A SMALL HOSPITAL

Cordeiro, Raul

Local Health Unit of North Alentejo, Polytechnic Institute of Portalegre, Portugal

The aim of the study is healthcare facilities faced major challenges due to the COVID-19 outbreak. Across the world, health contingency plans attempt to mitigate the impact of COVID-19 on population health, with health facilities and critical care systems under extraordinary pressure.

COVID-19 has highlighted the weakness of reliable operational tools to assess the level of flexibility of a hospital building to support strategic and agile decision making. We speak in large part of hospitals as around 50 years old, little adapted to modern realities.

Conclusions. The purpose of this presentation is to highlight the strengths and weaknesses of the flexibility of hospital facilities, especially emergency and intensive care services, in response to the pandemic crisis.

Keywords: flexibility, healthcare facilities, hospitals, assessment instrument, COVID-19, assessment
Keywords: Hospital, pandemic, facilities

PHYSICAL EXERCISE CAPACITY OF PATIENTS RECOVERED FROM COVID-19 AFTER SUBSEQUENT REHABILITATION

Joanna Pietrzykowska, Katarzyna Witana-Hebda
Cracow School of Health Promotion, Cracow, Poland

Patients recovering from the coronavirus infection struggle with the consequences of the disease that require physiotherapeutic treatment. In this case, rehabilitation includes properly selected exercises for the respiratory muscles, respiratory rehabilitation, learning to relax and exercise. Patients' respiratory capacity is carefully assessed before and after rehabilitation treatment, which allows to indicate whether and to what extent an improvement in the patient's health has been achieved.

The aim of the study is to show the differences in the results of the assessment of the health condition and physical exercise capacity of patients before and after pulmonary rehabilitation after suffering the COVID-19 disease.

Methods. The study was performed on a group of 50 patients (15 women, 35 men; mean age 59.4 years) undergoing pulmonary rehabilitation in January 2022 in the rehabilitation department of a pulmonary hospital in southern Poland. Patients' respiratory capacity was assessed before and after rehabilitation using the walk test, mMRC test, Barthel's scale, CAT questionnaire and Borg's scale. To assess the selected values before and after rehabilitation, the pair test was used. To assess the relationship between the results of the walk test and the selected variables, the correlation coefficient was calculated. A significance level of $p < 0.05$ was adopted in all the tests performed.

Results. The results of the research clearly indicate the improvement of the physical exercise capacity of the respondents after undergoing rehabilitation. There was a statistically significant improvement in all patients and in each of the methods of assessing respiratory efficiency. The result of the walk test after rehabilitation increased by an average of 180.8 m ($p < 0,0001$). The result of the Borg scale measurement decreased significantly, and the average difference was 3.3 points ($p < 0,0001$). The result of the CAT test after rehabilitation decreased by an average of 5.5 points ($p < 0,0001$). The mMRC level of dyspnea also decreased by an average of 1.0 point ($p < 0,0001$). The result of the measurement using the Barthel scale increased significantly, and the mean difference was 4.3 points ($p=0,0001$). Age and the presence of comorbidities were significant factors influencing the outcome of post-covid rehabilitation in the walking test.

Conclusions. Rehabilitation following the COVID-19 disease brings a significant improvement in patient respiratory capacity and general fitness, assessed by the walk test. This improvement is visible in all patients, even in old age and with comorbidities. There is an urgent need for extensive rehabilitation aimed specifically at COVID-19 patients.

Keywords: COVID-19, rehabilitation, walk test, respiratory efficiency.

SLAUGOS POREIKIAI PO STUBURO OPERACIJOS NURSING NEEDS AFTER SPINAL SURGERY

Violeta Butkevič, Zita Gierasimovič, Lina Gedrimė

Vilniaus universiteto, Medicinos fakulteto Sveikatos mokslų institutas Slaugos katedra

Įvadas. Stuburo pažeidimai daro įtaką fizinei, psichologinei ir socialinei žmogaus savijautai, o sveikatos priežiūros sistemoms visame pasaulyje tenka didelė finansinė našta ir slaugos poreikis. Nugaros smegenų pažeidimas turi daug įvairių sunkių fiziologinių ir psichologinių pasekmių nukentėjusiems asmenims ir labai pakeičia įprastą žmogaus gyvenimo būdą. Esant stuburo pažeidimams pacientas jaučia ne tik didesnę ar mažesnę skausmą, bet ir diskomfortą atliekant nugaros judesius, rytais varginantį stuburo sustingimą, skausmą plintantį į sėdmenis, šlaunis, blauzdas ir pėdas. Stuburo susirgimai pablogina žmogaus gyvenimo kokybę ir tai yra viena iš dažniausių slaugos problemų. Dažniausiai stuburo pažeidimai įvyksta dėl stiprių ir greitų viso kūno judesių. Nugaros skausmas kamuoja nuo 51 proc. iki 90 proc. žmonių, ir tai yra viena iš labiausiai paplitusių priežasčių, kodėl žmonės kreipiasi medikų pagalbos.

Pagal Lietuvos statistinius duomenis, apie 80 proc. žmonių bent kartą gyvenime yra patyrę nugaros skausmą ar stuburo traumą. Europoje, 2019 m. statistiniais duomenimis, daugiau nei 15,5 proc. žmonių kentė nugaros skausmus. Daugiau nei 15 proc. Portugalijos ir Vokietijos gyventojų kreipiasi pagalbos dėl apatinės nugaros dalies skausmo. Pasaulyje, 2017 m. nustatyta, kad 7,5 proc. pasaulio gyventojų patyrė nugaros juosmeninės dalies skausmą. Remiantis statistiniais duomenimis, nuo 1990 iki 2019 m., su stuburo skausmu susijusi negalia išaugo visose amžiaus grupėse, o 2019 m. ji buvo didžiausia 50–54 metų amžiaus grupėje.

Tikslas – išanalizuoti slaugos poreikius po stuburo operacijos.

Metodika. Į tyrimą įtraukti vienos X ligoninės pacientai, kuriems 2020–2021 m. rugsėjo–sausio mėnesiais buvo atliekamos stuburo operacijos. Tyrime dalyvavo 121 pacientas. Tyrimui naudota anketinė apklausa. Anketą sudarė uždaro tipo klausimai, apimantys socialinius demografinius duomenis. Vertinta: savarankiškumas, skausmo stiprumas, skausmo lokalizacija, judėjimas po stuburo operacijos. Tyrimas atliktas laikantis etikos principų. Tyrimo duomenys apdoroti naudojant statistinės analizės „SPSS Windows 26.0“ ir Microsoft Office Excel 2013 programinius paketus.

Rezultatai. Analizuojant tyrimo duomenis, nustatyta, kad didžiąją tiriamųjų dalį sudarė vyrai (61,2 proc.), po stuburo operacijos. Nustatyta, kad dažniausiai, stuburo pažeidimai buvo patirti keliant sunkų daiktą ir staigus kūno judesio metu. Tyrimu nustatyta, kad pooperaciniu laikotarpiu 45,4 proc. pacientų dažnai patyrė skausmą sėdmenyse, dėl skausmo intensyvumo dažniau sutrikdavo judėjimas. Slaugos poreikiai nustatyti atliekant tam tikras kasdienes veiklas: atsikėlimas iš lovos, kūno padėties keitimas, atsigulimas. Dažnai, t. y. 76,9 proc. apklaustųjų, buvo teikiamos slaugos paslaugos padedant atsikelti nuo kėdės, lovos, įsitverti, pasilenkti, atlikti kūno higienos procedūras, sutvarstyti operacinę žaizdą. Nustatyta, kad 74,4 proc. tiriamųjų skausmo lokalizacijos vieta nurodė pooperacinį pjūvį, tiriamieji pooperacinio skausmo intensyvumą vertino 4–5 balais (pagal skaičių analogijos skalę (SAS „0-10“). Skausmo intensyvumą pridisponavo statinė kūno padėtis (ilgai stovint), 92,5 proc. apklaustųjų nurodė veiksmus: ilgesni laiką sėdint, atsikeliant. Dažniausia skausmo lokalizacija buvo sėdmenų sritis – 45,4 proc., nugaros sritis – 13,2 proc., vertinta 6–8 balais. Skausmo intensyvumą 5–7 balų 70,2 proc. apklaustųjų nurodė jaučiantys nakties metu, 31,4 proc. apklaustųjų pažymėjo dienos metu jaučiantys 3–5 balų intensyvumo skausmą atliekant kūno padėties keitimą.

Išvados: Slaugos poreikiai po stuburo operacijos reikalingi pacientam judėjimo veikloje, savarankiškumo palaikyme, pooperaciniame skausmo malšinime, žaizdos tvarstyme. Daugiau nei pusei pacientų skausmo intensyvumas sumažėja iki vidutinio 4–5 balų. Trečdaliui tiriamųjų po stuburo operacijos taikytas priverstinis judėjimo apribojimas, daugiau nei pusei apklaustųjų laikinai sumažėjo savarankiškumas.

Raktiniai žodžiai: stuburo skausmas, slaugos poreikiai, pooperacinė slauga.

PACIENTŲ ĮGALINIMO SĄSAJOS SU SLAUGYTOJŲ BENDRAVIMU

Daina Vaitkūnienė, doc. dr. Aelita Skarbalienė

Klaipėdos universitetas, Sveikatos mokslų fakultetas, Slaugos katedra

Įgalinimas gali turėti įtakos paciento gebėjimams suprasti savo sveikatos problemas ir su jomis susidoroti. Tai į pacientą centruotas sveikatos priežiūros procesas, paciento įtraukimo į sprendimų dėl savo sveikatos priėmimo ir atsakomybės už savo sveikatą rezultatas. Gydomo įstaigose pacientų priežiūra yra labai sudėtinga, tačiau labai svarbi. Slaugytojai šiame procese vaidina svarbų vaidmenį. Dėl to slaugytojų poreikis nuolat auga. Slaugytojas yra tas asmuo, kuris nuolat bendrauja su pacientu. Bendravimas slaugoje yra neatsiejama pacientų priežiūros proceso dalis. Padedanti efektyviai keistis informacija apie paciento sveikatą ir atlikti procedūras. Pastaraisiais metais ypatingai daug dėmesio skiriama siekiant skatinti pacientų įgalinimą daugelyje pasaulio šalių, nes kasmet daugėja sergančiųjų lėtinėmis ligomis.

Tikslas – įvertinti slaugytojų bendravimo sąsajas su pacientų įgalinimu.

Metodika. Mokslinės literatūros apžvalga.

Rezultatai. Tik kartu dirbdami slaugytojai ir pacientai, gali nustatyti, kokia reikalinga informacija ir kaip spręsti sveikatos problemas. Slaugytojai dažnai turi pacientams reikalingų žinių spręsti sveikatos problemas, kurias pacientai laiko svarbiomis (Pellino ir kt., 1998). Dažnai slaugytojai rūpinasi pacientais, kurie jaučiasi bejėgiais, nes nėra susipažinę su sveikatos priežiūros sistema ar ligoninės aplinka. Virtanen ir kt. (2007) teigia, kad to galima išvengti nustatant abipusius tenkinančius sveikatos tikslus ir įtraukiant pacientą į įgalinimo procesą. Faulkner (2001) siūlo, kad slaugytojai pirminio apsilankymo metu turėtų supažindinti pacientus su aplinka ir kasdienybe. Jis taip pat siūlo, kad slaugytojai priežiūros praktiką atliktų tik paaiškinusios, kodėl jos reikalingos, kad pacientai nepajustų galios disbalanso slaugytojo ir paciento santykiuose. McWilliam ir kt. (2001) pasisako už lankstų ir į klientą orientuotą požiūrį į slaugą slaugos namuose. Kokybinio tyrimo metu slaugytojai manė, kad namų aplinka labiau tinkama ir pritaikyta individualiam, pagal paciento poreikius mokymui nei ligoninės aplinka. Poskiparta ir kt. (2001) nustatė, kad slaugytojai taikydami reflekyvios apklausos metodiką leido pacientams geriau apdoroti informaciją, teikiamą pacientų mokymo įstaigose. Užtikrinant, kad šie veiksmai būtų slaugytojų profesinės praktikos dalis, prisidedama prie į pacientą orientuotos priežiūros ir atitinka Kanterio (1993) priegys prie informacijos, kaip esminio įgalinimo elemento, konstrukciją. Siekiant teigiamų rezultatų, svarbus dar vienas įgalinantis darbo su pacientais aspektas valdyti ir tinkamai susidoroti su sveikatos problemomis yra prieiga prie pagalbos suteikimo. Funnell ir Anderson (2004) teigia, kad įgalinimą galima pasiekti išklausančiam paciento baimes ir rūpesčius, išsiaiškinant paciento įsitikinimus, mintis ir jausmus. Slaugytojai turi nustatyti savo kaip trenerio ar partnerio vaidmenį priežiūros procese, remti pacientų teises ir pareigas priimančiam sprendimus dėl savęs priežiūros ir būti pagrindiniais sprendimų priėmėjais. Klinikinėje aplinkoje slaugytojai sukuria palankią atmosferą, palankią optimaliai gerovei ir paciento įgalinimui. Konkrečiai, slaugytojai dirba su pacientais, kad nustatytų socialinės paramos šaltinius jų asmeninėse ir šeimos situacijose. Slaugytojai gali padėti pacientams sukurti tvirtą paramos tinklą, kuris sustiprins jų gebėjimą vystyti ir palaikyti optimalią sveikatą (Leino-Kilpi ir kt., 1999). Slaugytojai taip pat gali sukurti palankią gydymo aplinką, palaikydamos ramią atmosferą, operatyviai sprendamos pacientų skundus, gerbdamos paciento pasirinkimą ir teikdamos padrąsinančių pastabų, kaip pasiekti konkrečius sveikatos tikslus (Faulkner 2001). Slaugytojų darbo aplinka yra struktūrizuota taip, kad suteiktų prieigą prie informacijos, paramos, išteklių ir galimybių mokytis bei augti, slaugytojai bus psichologiškai įgalinti ir vėliau įgalins kitus pacientus įgalinančiu elgesiu. Tai reiškia, kad įgalinti slaugytojai labiau linkę įgalinti savo pacientus ir kitus, o tai savo ruožtu lemia geresnius sistemos rezultatus ir visuomenės sveikatą. Išsamus slaugytojo/paciento įgalinimo modelis gali suteikti vieningą požiūrį, užtikrinantį, kad slaugytojai būtų įgalinti teikti aukštos kokybės, profesinius standartus atitinkančią priežiūrą, todėl pacientams būtų suteikta galimybė optimizuoti savo sveikatą ir gerovę. Aujoulat ir kt. (2007) primena, kad įgalinimas yra „sveikatos stiprinimo procesas“ (p.13). Tikslui įgyvendinti svarbus vieningas slaugytojo/paciento įgalinimo modelis, kuris gali būti naudingas vadovas kuriant slaugos praktikos aplinką, kuri skatintų slaugytojų ir pacientų sveikatą ir gerovę. Išanalizavus tyrimo duomenis, tikėtina, kad nustatysime, kad pacientai, jaunesnio amžiaus, aukštesnio išsilavinimo gydomi biologine terapija, geriau suvokia jiems pateiktą informaciją.

Reikšminiai žodžiai: slaugytojų komunikavimas, įgalinimas.

IŠPLĖSTINĖS PRAKTIKOS SLAUGYTOJO VAIZDUO IR KOMPETENCIJOS ASMENS SVEIKATOS PRIEŽIŪROS SISTEMOJE: LITERATŪROS SISTEMINĖ APŽVALGA

Evelina Goldyn,¹ Natalja Fatkulina²

¹*Vilniaus Universitetas, Medicinos fakultetas, Sveikatos mokslų institutas, Slaugos katedra*

Išplėstinės praktikos slauga yra pakankamai nauja slaugos sritis Lietuvoje, tačiau pasaulis jau seniai integravo šį specialistą į sveikatos priežiūros komandą. Šis naujas vaidmuo atsirado dėl nuolatinio gydytojų trūkumo, ilgėjančios gyvenimo trukmės, lėtinių ligų epidemijos. Išplėstinės praktikos slaugytojas sėkmingai užima svarbia pozicija pirminėje, antrinėje ir tretinėje liginės grandyje. Tyrimai atskleidžia, jog dėka išplėstinės praktikos slaugytojo (toliau – IPS) gerėja teikiamų paslaugų kokybę, jų prieinamumas, pacientų pasitenkinimas ir pastebima ekonominė nauda. Jų kompetenciją apima klinikinės priežiūros, lyderystės, tarpprofesinio bendravimo sritis. Tai savarankiškas slaugytojas, gebantis konsultuoti, diagnozuoti ir paskirti gydymą. Svarbu suprasti, kad IPS vaidmuo atsirado tam, kad papildytų sveikatos priežiūros specialistu gretas, o ne pakeistų gydytojus. Svarbiausias komponentas yra bendravimas su kitais specialistais, siekiant kuo geriau valdyti pacientų būklės. Tačiau tam, kad išplėstinės praktikos slaugytojo profesinių kompetencijų plėtroje atsirastų kuo mažiau kliūčių būtina užtikrinti slaugos politikos plėtrą, tinkamą vaidmens apibrėžimą, teisinį reglamentavimą, švietimo programą ir sveikatos specialistų informatyvumą.

Tikslas – išanalizuoti išplėstinės praktikos slaugytojo vaidmenis ir kompetencijas.

Metodika: 2021 m. lapkričio mėn. buvo atlikta struktūrinė sisteminė mokslinės literatūros apžvalga. Paieškos metu apžvalgai buvo atrinkti straipsniai, kuriuose analizuojama išplėstinės praktikos slaugytojų vaidmuo, kompetencijos, slaugos politiką ir plėtros galimybes. Paieška atlikta Cochrane, PubMed ir Web of Science duomenų bazėse pagal paieškos žodžius anglų kalba: advanced practice nurse, nurse practitioner, competence development, role. Straipsniams buvo keliami įtraukimo kriterijai: ne senesni negu 5 metai publikacijos, pilnas tekstas, nemokamas pilnas tekstas. Paieškos rezultatams taikytinas PRISMA FLOW diagrama ir sisteminė literatūros apžvalga.

Rezultatai: Išanalizuotos literatūros rezultatai parodė, kad IPS turi potencialą optimizuoti sveikatos priežiūros sistemą, prisidedant prie darbo krūvio pasiskirstymo, prieinamumo gerinimo, kokybiškų ir saugių paslaugų teikimo, tačiau jų kompetencijų plėtrai neigiamą įtaką daro jų vaidmens neapibrėžimas, per mažas dėmesys slaugos politikai ir reguliacinei sistemai. Savo ribų žinojimas, glaudus bendradarbiavimas su gydytojais tapo raktų į sėkmę teikiant saugias, įrodymais grįstas medicinos paslaugas, o slaugos politiką užtikrina slaugytojų ir pacientų saugumą savarankiškai teikiant paslaugas. Šalys, kurios įgyvendino IPS plėtrą, pastebi, kad šis specialistas išsiskiria savo gebėjimais taikyti platų paciento priežiūros spektrą. IPS kompetencijos apima ligų prevencijos vykdymą ir kontrolę, gebėjimą analizuoti laboratorinius diagnostinius tyrimus, juos diferencijuoti ir taikyti mokslų grįstą sveikatos priežiūrą, valdyti lėtinėmis ligomis sergančių asmenų sveikatos priežiūrą, o taip pat laiku pastebėti ir nukreipti kitų specialistų konsultacijai įvairių lėtinių ligų paūmėjimų atveju. Taip pat IPS išsiskiria geresniais vadovavimo ir konsultavimo, tarpprofesinių santykių palaikymo kompetencijomis. Taip pat tyrimai parodė, kad atsiradus IPS vaidmeniui pagerėjo paslaugų prieinamumas, pastebimi geresni rezultatai ligų valdyje ir sveikatos skatinime visose sveikatos priežiūros grandyse, pastebimas ekonominis naudingumas.

Išvados: Tinkamai formuojant slaugos politiką IPS gali optimizuoti sveikatos priežiūros sistemos darbo našumą, perimant dalį darbo iš gydytojų teikiant kokybiškas, saugias paslaugas savo kompetencijų ribose, tam būtina apibrėži IPS vaidmenį, kompetencijas ir ribas. Norint išvengti kliūčių IPS profesinių kompetencijų plėtrai būtinas yra valstybinis mechanizmas, kuris apima IPS švietimą, kontrolę, užtikrina profesijos prestižą ir karjeros galimybes, suteikia galimybę vesti mokslų grįstą slaugos praktiką. Įgalintas dirbti savarankiškai slaugytojas jaučia būtinybę į paciento priežiūrą žvelgti kompleksiskai, konsultuotis su kitais sveikatos priežiūros specialistais, nuolatos atnaujinti turimas žinias, todėl tinkamam vaidmens funkcionavimui būtina užtikrinti sąlygas.

Reikšminiai žodžiai: išplėstinės praktikos slauga, kompetencijų plėtra, slaugos politikos formavimas, įrodymais grįsta praktika, savarankiškas specialistas, sprendimu priėmimas.

LIETUVOS BURNOS HIGIENISTŲ PASITENKINIMAS DARBU BEI JŲ FIZINĖS SVEIKATOS BEI PSICHOLOGINĖS BŪKLĖS ĮSIVERTINIMAS

Gitana Rėderienė⁽¹⁾, Prof. habil. dr. Alina Pūrienė⁽²⁾

¹ Lietuvos burnos higienistų draugija, ²Vilniaus universiteto Medicinos fakulteto Odontologijos institutas

Tikslas. Įvertinti burnos higienistų fizinę sveikatą, psichinę būklę bei pasitenkinimą darbu ir palyginti šiuos kriterijus tarp skirtingą darbo pobūdį atliekančių burnos higienistų.

Metodika. Visiems (N=328) Lietuvos burnos higienistų draugijos nariams elektroniniu paštu du kartus buvo išsiųsti klausimai. Klausimų grupės buvo sudarytos remiantis Šiaurės raumenų-skeleto sistemos klausimynu ir Gydytojų odontologų pasitenkinimo anketa. Atsakymai vertinti naudojant 5 balų Likerto skalę.

Rezultatai. Atsakymų dažnis buvo 52,4% (N=172). Daugiau nei pusė visų respondentų dirbo ir burnos higienistu, ir gydytojo odontologo padėjėju (58,7%, n=101), daugiau nei trečdalis (36,6%, n=63) – vien burnos higienistu. Fizinės sveikatos būklė įvertinta vidutiniškai 3,76 ±0,65 balais penkiabalėje Likert'o skalėje. Dažniausiai fizinės sveikatos nusiskundimai pasireiškė viršutinėje nugaros dalyje (\bar{x} =3,17). Psichologinė būklė įvertinta vidutiniškai 3,84 ±0,64 balais, o dažniausias nusiskundimas buvo nervinė įtampa (\bar{x} =3,52). Pasitenkinimo darbu vidurkis buvo 3,87 ±0,62 balai, respondentai labiausiai patenkinti buvo santykiais su kolegomis burnos higienistais (\bar{x} =4,22), gydytojais odontologais (\bar{x} =4,02), darbo sąlygomis (įranga, patalpos) (\bar{x} =3,89). Mažiausiai burnos higienistus tenkino atlyginimas (\bar{x} =3,05), nuo darbo priklausanti fizinė sveikata ir psichologinė būklė (\bar{x} =3,2), socialinės garantijos (\bar{x} =3,33). Respondentai, kurie papildomai dirbo ir gydytojo odontologo padėjėjais, dažniau skundėsi alkūnių, klubų ir šlaunų, kulkšnių ir pėdų skausmu, nemiga, nervine įtampa, buvo mažiau patenkinti santykiais su pacientais, darbo įtaka šeimos santykiams, vadovavimu ir kontrole darbe nei respondentai, dirbantys tik burnos higienisto darbą (p<0,05).

Išvados. Tyrime dalyvavę Lietuvos burnos higienistai pasižymėjo geresne nei vidutinė fizine sveikata ir psichine savijauta, pasitenkinimu darbu. Daugiau nei pusė burnos higienistų papildomai dirbo ir gydytojo odontologo padėjėjais ir dažniau jautė fizinės, psichinės sveikatos nusiskundimus, buvo mažiau patenkinti savo santykiais su pacientais, darbo įtaka šeimos santykiams, vadovavimu ir kontrole darbe lyginant su burnos higienistais, dirbančiais tik pagal specialybę. Reikalingi tolimesni tyrimai siekiant išsiaiškinti higienistų darbo gydytojo odontologo padėjėjais priežastis.

Reikšminiai žodžiai: burnos higienistas, fizinė sveikata, psichologinė būklė, pasitenkinimas darbu, gydytojo

DENTAL SERVICE ACCESSIBILITY AND PARENTS' ATTITUDES WHILE MANAGING CHILDRENS' DENTAL PROBLEMS DURING COVID-19 PANDEMIC: SCIENTIFIC LITERATURE REVIEW

Assoc. Prof. Jurgita Andruskienė¹, Neringa Tarvydienė¹, Simona Kiliokė²

¹Klaipeda University, Faculty of Health Sciences, Department of Public Health, Lithuania

²Ark Dental Surgery Clinic, London, United Kingdom

Introduction. During the first phase of the Covid-19 pandemic, restricting dental interventions to urgent and emergency cases showed that dental care specialists have to re-assess the benefits of treatment and the risks for the complications when the treatment was considered as not urgent. The parents have played the significant role in managing childrens' dental problems at home.

The aim of the study was to analyze the scientific literature regarding the accessibility of dental services, its effect of childrens' health and the parents' attitudes and practices while managing childrens' dental problems during Covid-19 pandemic.

Methods. Search for the scientific publications using the keywords *Covid-19, dental service accessibility, self-medication, parents' attitudes*, was performed in PubMed database in January 2022.

Results. During the lockdown period, all scheduled appointments, except for treatments under general anesthesia and deep sedation, were canceled according to the government's restrictions in many countries (1-4). During the lockdown period more children were diagnosed with dentoalveolar abscess (32.3%), compared with 14% and 21% at the preceding and following periods, respectively ($p < 0.001$). Caries was the most prevalent finding at the periods prior to and following lockdown (47% and 36%, respectively, $p < 0.001$). During the lockdown, 37.9% of the children required at least one extraction, compared to 17.6% at the pre and 22.1% at post lockdown periods ($p < 0.001$) (5). Simpson et al. also reported that irreversible pulpitis and dental trauma were the most common reasons children accessed the service, largely (49%) resulting in extractions (6). The restrictions on dental treatment that could be provided during lockdown and uncertainty about the duration of the restrictions, may have led the dentists to more radical treatments such as extractions. When their children had the dental problems during the Covid-19 pandemic, a high percentage (70%) of parents self-medicated (SM) their children. Major part (62.2%) of the parents were using previous prescriptions, while 4.2% of the parents practiced any medications from advertising or the internet. Some parents practiced SM using analgetics (98%), antibiotics (38.1%), mouthwashes (13.1%) and herbal medicines (8.8%). Almost half of the parents (42.7%) had the limited knowledge of side effects of the medications. The main reason (78%) for self-medication was difficulty obtaining a dental consultation (7).

The prevalence of SM practices for children was previously found to be 70% in the Romanian population (8), 58% in Pakistan (9), 56.6% in Brazil (10), 53.8% in Turkey (11), 45% in Denmark (12), and 25.2% in Germany (13).

The prevalence of SM depends on several factors, such as education level of the parents, socioeconomic status, and accessibility to the health system (14). During Covid-19 pandemic, the access to healthcare services has become very difficult for the patients, it might increase the practice of SM, which is known as an important health issue worldwide (15). A recent study of Google interest trends for self-medication during the Covid-19 pandemic showed an increase in the number of self-medication searches worldwide (15).

Conclusions. The findings of literature analysis showed that Covid-19 pandemic increased the necessity to keep the contact with the patients in remote way, to avoid the self-medication which was prevalent during the lockdown. Teletechnology, as a fast, simple and reliable way of reaching out the patients in the dental service restriction situation, has attracted more attention in both medicine and dentistry.

Keywords: Covid-19, dental service accessibility, self-medication, parents' attitudes.

KOMPLIKACIJŲ, SUSIJUSIŲ SU CENTRINĖS VENOS KATETERIU, PREVENCIJA: MOKSLINĖS LITERATŪROS ANALIZĖ

Olga Zujeva, Zita Gierasimovič, Lina Giedrimė

Vilniaus universiteto Medicinos fakulteto Sveikatos mokslų institutas Slaugos katedra

Santrauka: Centrinės venos kateterizacija (toliau – CVK) – yra invazinė medicininė procedūra, kuri plačiai paplytusi intensyvios terapijos skyriuose, ir siejama su didele komplikacijų rizika. Šios komplikacijos gali sukelti pavojų paciento gyvybei ir sveikatai. Klinikinėje praktikoje centrinės venos kateteris įvedamas terapiniais tikslais: intensyvi skysčių terapija, hemodinamikos atstatymas, vaistų dirginančių periferinę kraujagyslę lašinimas, neužtikrinamas priėjimas prie periferinių kraujagyslių, chemoterapija, parenterinio maitinimo skyrimas, hemodializė, ir kai reikia prievado kitam prietaisui, pavyzdžiui, širdies stimuliatoriui ar plaučių arterijos kateteriui įstatyti. Komplikacijų buvimas gali pailginti paciento hospitalizacijos laiką, didina sergamumą ir mirštamumą, o tai reikalauja ligoninės papildomų gydymo lėšų skirimo, išlaidų. Siekiant sumažinti CVK komplikacijų dažnį, svarbus yra išplėstinės praktikos slaugytojo vaidmuo, kuris turi žinoti ir paruošti procedūrai CVK tipus, numatyti galimus rizikos veiksnius ir komplikacijų prevencijos taktiką. Pagrindinis komplikacijų prevencijos tikslas yra išvengti infekcijos visuose procedūros atlikimo etapuose: pasiruošimo procedūrai, įvedimo metu, CVK priežiūros eigoje. CVK įvedimo metu svarbus mechaninių komplikacijų prevencijos aspektas – instrumentinių metodų taikymas. Norint išvengti susijusių su CVK komplikacijų, svarbus yra slaugos specialisto nuolatinis apmokymas valdyti centrinės venos kateterį visais atlikimo bei priežiūros etapuose. Priklausomai nuo šalies politikos ir reglamentuojančių teisės aktų, išplėstinės praktikos slaugytojų kompetencijos gali skirtis. Vadovaujantis pateiktomis centrinės venos punkcijos procedūros atlikimo ir priežiūros gairėmis galima ženkliai sumažinti komplikacijų susijusių su centrinės venos kateteriu skaičių.

Tyrimo medžiaga ir metodai. Išanalizuota 17, ne senesnių nei penkių metų senumo, mokslinių publikacijų aptariama tema. Straipsniai nuo 2016 m. iki 2021 m. publikuoti PubMed, UpToDate ir Google medicininių duomenų bazėse. Visos publikacijos pateikiamos anglų kalba, tekstas yra pilnas ir laisvai prieinamas. Atrinktose publikacijose aprašomos komplikacijos, susijusios su CVK įvedimo procedūra, kateterizacijos vietos pasirinkimu, o taip pat atliekant centrinės venos kateterio priežiūrą ir galimas komplikacijas kateterio šalinimo etape. Be to, slaugos personalui pateikiamos rekomendacijos skirtos CVK komplikacijų profilaktikos veiksams pasiruošimo, intervencijos, patvirtinimo, priežiūros ir šalinimo etapuose. Taip pat apžvelgiamos slaugytojų kompetencijos centrinės venos kateterizacijoje ir nuolatinio mokymo svarbą ruošiant išplėstinės praktikos slaugytojus atlikti CVK punkciją.

Rezultatai. Mirtingumas nuo kraujotakos infekcijos susijusios su CVK siekia apie 12 – 25 proc. Dėl padidėjusio infekcijos pavojaus, rekomenduojama vengti šlaunies venos prieigos. Poraktikaulinės venos prieiga siejama su pneumotorakso ir arterijos pažeidimo komplikacijomis. Atsižvelgiant į klinikinius paciento poreikius, būtina svarstyti centrinės venos kateterizacijos naudą ir rizikos veiksnius. Netyčinis arterijos punktavimas, oro embolija, kraujavimas, trombozė yra dažni komplikacijų atvejai. Mechaninio pobūdžio komplikacijų mažinimui, diagnostiniais tikslais, centrinės venos kateterio įvedimo metu naudojamas ultragaras. Centrinės venos kateterio intervencinė procedūra laikoma specifine išplėstinės praktikos anestezijos ir intensyviosios terapijos slaugytojo kompetencija. Ultragarso valdymo įgūdis reikalingas išplėstinės praktikos slaugytojui, kuris padės sumažinti ar išvengti mechaninių komplikacijų susijusių su centrinės venos kateterizacija. Tarpprofesinėje komandoje atliekant CVK įvedimo procedūrą, yra svarbus slaugytojo vaidmuo. Slaugytojo žinios, klinikiniai įgūdžiai laikomi viena iš prevencijos priemonių, kuri reikšminga ir svarbi kontroliuojant vėlyvą infekcijos pasireiškimą bei CVK aseptinę priežiūrą.

Išvados. Slaugytojo klinikinės praktinės veiklos paremtos reglamentuojančiais teisiniais aktais. Priklausomai nuo šalies politikos ir reglamentuojančių teisės aktų išplėstinės praktikos slaugytojo kompetencijos apibrėžiamos skirtingai. Nuolatinis ir tęstinis išplėstinės praktikos slaugytojo apmokymas leidžia valdyti intervencinę centrinės venos kateterio įvedimo procedūrą ir mažinti komplikacijų dažnį. Vykdamas infekcijų prevenciją, labai svarbu griežtai laikytis aseptinės technikos centrinės venos kateterizacijos metu ir atliekant CVK priežiūrą. Mechaninių komplikacijų rizikos mažinimui taikoma diagnostinė kontrolė.

Raktiniai žodžiai: slauga, centrinės venos kateteris, komplikacijos, profilaktika.

PREBIOTIKŲ IR PROBIOTIKŲ POTENCIALAS ODOS MIKROBIOMO ĮVAIROVEI PALAIKYTI COVID-19 PANDEMIJOS KONTEKSTE

doc. dr. Rita Jankauskienė¹, doc. dr. Gražina Šniepienė²

¹Klaipėdos universitetas, Medicinos technologijų katedra,

Klaipėdos valstybinė kolegija, Kineziterapijos ir grožio terapijos katedra, Lietuva

²Klaipėdos universitetas, Slaugos katedra, Klaipėdos valstybinė kolegija,

Kineziterapijos ir grožio terapijos katedra, Lietuva

Įvadas. Covid-19 pandemijos metu apsauginių veido kaukių dėvėjimas tapo viena iš PSO rekomendacijų, mažinant SARS-CoV-2 viruso plitimą oro lašeliniu būdu. Kaukės spuogai (angl. *maskne*), atsiradę per COVID-19 pandemiją, yra mechaninė aknės forma dėl kaukės tekstilės ir odos sąveikos (slėgio, okliuzijos, trinties) ir odos mikrobiomo disbiozės (dėl šilumos, pH, drėgmės). Šie veiksniai prisideda prie odos barjero suardymo, sukeldami odos mikrobiomo disbalansą. Kaukės sukeltas mechaninis odos stresas gali sukelti plauko folikulų uždegimines reakcijas ir tiems pacientams, kurie neturi su akne susijusių odos problemų.

Sinbiotinių (prebiotinės medžiagos ir probiotiniai mikroorganizmai) farmacijos ir maisto produktų naudojimas yra svarbi infekcinių ir neinfekcinių odos ligų kontrolės ir gydymo strategija. Jie pagerina probiotinių bakterijų implantaciją odos epidermyje, stimuliuoja sveikos odos mikroorganizmų augimą ir/ar metabolinį aktyvumą, taip prisideddami prie epitelio barjerinės funkcijos stiprinimo, odos imunomoduliacijos bei patogenų slopinimo. Probiotikai, naudojami sinbiotinėse kompozicijose, apima padermes, priklausančias *Lactobacillus*, *Bifidobacterium*, *Enterococcus* ir *Streptococcus* gentims. Pagrindiniai šių preparatų prebiotikai yra inulinas, skirtingų šaltinių fruktooligosacharidai, galaktooligosacharidai, ksilozės oligosacharidas, transgalaktooligosacharidai, laktulozė, laktilolis ir laktosacharozė.

Darbo tikslas - apibendrinti naujausią mokslinę literatūrą apie sinbiotikų veiksmingumą odos mikrobiomo įvairovei palaikyti ar atstatyti kaukės spuogų atveju.

Metodika. Apžvalgoje naudoti straipsniai, paskelbti tarptautinėse duomenų bazėse: PubMed, ScienceDirect, Web of Science, Scopus, EBSCO ir SpringerLink. Paieška vykdyta pagal raktinius žodžius „sinbiotics“ AND „human skin microbiome“ AND „acne“ AND „Covid-19“. Iš viso į apžvalgą buvo įtraukti 53 straipsniai.

Rezultatai. Sveikos odos mikrobiomo disbiozė, susijusi su kaukės dėvėjimu, sudaro palankias sąlygas patogenų (*Cutibacterium acnes*, *Staphylococcus aureus*, *Corynebacterium minutissimum*, *Pseudomonas aeruginosa*, *Malassezia furfur* ir kt.) vystymuisi ir kolonizacijai. Odos dehidratacija, transepiderminis vandens netekimas ir sebumo išskyrimo sutrikimas yra komedogeniniai veiksniai, skatinantys spuogų uždegimo vystymąsi. Sinbiotiniai produktai gali efektyviai prisidėti palaikant sveikos odos mikrobiomo įvairovę ir užkertant kelią patogeninių bakterijų dauginimuisi.

Dažnai vietiniam, ar sisteminiam kaukės spuogų gydymui pirmenybė teikiama antibiotikams arba produktams, pasižymintiems antimikrobinu ir priešuždegiminiu poveikiu. Tyrimai parodė, kad probiotikai mažina šalutinį antibiotikų poveikį, kartu padidindami jų terapinį veikimą. Tačiau vis aktualesne tampa mikroorganizmų atsparumo antimikrobinams vaistams problema. Ekonominio bendradarbiavimo ir plėtros organizacija pažymi, kad probiotikai yra perspektyvi alternatyva antibiotikų terapijai.

Išvados. Ilgalaikis apsauginių veido kaukių dėvėjimas keičia odos epidermio mikroaplinką, sukelia odos mikrobiomo disbiozę ir sudaro sąlygas kaukės spuogams vystytis. Sinbiotiniai produktai yra perspektyvi alternatyva antibiotikų terapijai.

Reikšminiai žodžiai: sinbiotikai, prebiotikai, probiotikai, odos mikrobiomas, kaukės spuogai, COVID-19.

LIETUVOS BURNOS HIGIENISTŲ ĮSITRAUKIMAS Į VISUOMENĖS BURNOS SVEIKATOS UGDYMĄ: KIEKYBINIS INTERVIU TYRIMAS

Rima Adomaitienė^{a,b}, Prof. Dr. Teresa Albuquerque^b, Doc. Dr. Jurgita Andruškienė^c

^a Panevėžio kolegija, Biomedicinos mokslų fakultetas, Lietuva

^b Lisabonos Universitetas, Odontologijos fakultetas, Portugalija

^c Klaipėdos Universitetas, Sveikatos mokslų fakultetas, Lietuva

Burnos higienistai yra svarbūs odontologinės komandos nariai, užtikrinantys ir palaikantys pacientų burnos sveikatą. Jie vykdo švietėjišką, gydomąją, prevencinę veiklą.

Pastebima, kad Lietuvos burnos higienistai mažai dalyvauja visuomenės burnos sveikatos ugdymo veikloje. Jie daugiausiai dirba privačiose ir valstybinėse klinikose ir atlieka profesionalią burnos higieną bei dantų balinimo procedūras pacientams, besilankantiems odontologijos klinikose. Vaikų ugdymo įstaigose nėra įsteigtos burnos higienisto pareigybės. Be to, pagal šiuo metu Lietuvoje galiojančius teisės aktus, burnos higienistas gali vykdyti veiklą tik sveikatos priežiūros įstaigoje, turinčioje licenciją teikti burnos higienisto paslaugas. Todėl net jei burnos higienistas norėtų dirbti vaikų ugdymo įstaigoje, jo veikla nebūtų legali, nes jokia vaikų priežiūros įstaiga neturi papildomos licencijos vykdyti kitą veiklą, pavyzdžiui, asmens sveikatos priežiūrą. Pastebimas apribojimas – nors Lietuvoje yra pakankamai specialistų, jie nevykdo jiems pavestos veiklos, nes teisiškai negali to daryti.

Tikslas – išanalizuoti Lietuvos burnos higienistų įsitraukimą į visuomenės burnos sveikatos ugdymą.

Metodika. Taikant kokybinį tyrimo metodą (interviu), buvo renkama informacija apie burnos higienistų patirtį, susijusią su visuomenės burnos sveikatos ugdymu. Leidimas vykdyti tyrimą buvo gautas iš Lisabonos universiteto Odontologijos fakulteto Etikos komiteto Nr: CE-FMDUL202143, July 5, 2021.

Burnos higienistai buvo pakviesti dalyvauti kokybiniame tyrime, apimančiame individualius pusiau struktūruotus interviu. Gavus dalyvių sutikimus, pokalbiai buvo įrašyti (garso ir vaizdo įrašai), o vėliau perrašomi į MS Word tekstą. Buvo apklausti septyni burnos higienistai. Atlikta teminė pokalbio duomenų analizė koduojant, lyginant ir derinant teiginius.

Rezultatai. Iš turinio buvo išskirtos penkios temos. Šiame pranešime nagrinėjamos dvi temos: dalyvavimas visuomenės burnos sveikatos ugdyme ir būtini pokyčiai burnos ligų profilaktikoje.

Tyrimas atskleidė, kad burnos higienistai dalyvauja burnos sveikatos edukacinėje veikloje, dažnai savo asmenine ar odontologijos klinikos iniciatyva. Visi apklausos dalyviai yra vedę burnos priežiūros mokymus asmenų grupei. Jei būtų paprašyta, jie galėtų tai daryti toliau, tam yra pasirengę. Mokymo informaciją dažniausiai rengia patys, naudodami asmeninį laiką ir negaudami už tai jokio atlygio. Priemonių pavyzdžių gauna ir iš klinikų ar socialinių partnerių.

Tyrimo dalyviai mano, kad burnos ligų prevencija Lietuvoje nėra gerai organizuota, trūksta strategijos, finansavimo ir nuoseklumo. O įsitraukti į šią veiklą burnos higienistus skatintų atlyginimai ir klinikų vadovų bei odontologų palaikymas.

Išvados. Burnos higienistai lanko vaikų ugdymo įstaigas ir kitas bendruomenės visuomenės burnos sveikatos ugdymo tikslais, jie dalyvauja edukacinėje veikloje, dažniausiai savo iniciatyva, už šį darbą negaudami atlygio. Reikalingi pokyčiai: valdžios įsitraukimas plečiant veiklos sritis, kad švietėjiška prevencinė veikla vyktų ne tik odontologijos įstaigose, bet ir kitose institucijose (vaikų ugdymo, palaikomojo gydymo ir slaugos ligoninėse ir kt.), siekiant užtikrinti holistinį požiūrį, gerinant asmens sveikatą ir didinant burnos priežiūros paslaugų prieinamumą atokiai gyvenantiems ir mažas pajamas gaunantiems gyventojams.

Reikšminiai žodžiai: burnos higienistas, visuomenės burnos sveikatos ugdymas, dantų ligų profilaktika.

III SEKCIJA / REABILITACIJA IR MEDICINOS TECHNOLOGIJOS III SECTION/REHABILITATION AND MEDICAL TECHNOLOGIES

DELFINŲ ASISTUOJAMOS TERAPIJOS POVEIKIS VAIKAMS TURINTIEMS PSICHIKOS IR ELGESIO SUTRIKIMŲ, PSICHOMOTORIKAI.

Kęstutis Gricius, prof. dr. Daiva Mockevičienė

Klaipėdos universitetas, Sveikatos mokslų fakultetas, Slaugos katedra

Pastaraisiais metais vis labiau į mediciną yra integruojami netradiciniai rehabilitacijos metodai su gyvūnais, kurie turi teigiamą poveikį žmogui. Arkliai, delfinai, katės, šunys ir kiti gyvūnai yra labai didelė pagalba žmonėms kovoje su jų negalavimais. Kiekvienas gyvūnas atlieka savo funkciją ir už tai nusipelno atitinkamo dėmesio. Medicinoje vis labiau pripažįstama šių metodų nauda ir vertė, todėl nieko keisto, kad terapija pasitelkiant gyvūnus kuo toliau, tuo labiau įsitvirtina mokslo pasaulyje. Nors yra gana nemažai mokslinės literatūros šia tema, vis dėlto tyrimų, kur būtų tiriama žmogaus ir gyvūno tarpusavio sąveika bei aiškinami šios sąveikos mechanizmai, dar trūksta.

Tikslas – Ištirti delfinų asistuojamos terapijos poveikį vaikams su psichikos ir elgesio sutrikimais, psichomotorikai.

Metodika. 2021m. sausio – lapkričio mėn. atliktas kiekybinis tyrimas, naudojant plantografą ir autorinį diagnostinį prof. dr. Daivos Mockevičienės ir doc. dr. Brigitos Kreiviniienės instrumentą skirtą įvertinti vaikų neurosensomotorines reakcijas. Tyrimas buvo vykdomas Lietuvos jūrų muziejaus delfinų terapijos centre. Tyrimo grupę sudarė ir buvo ištirti 18 vaikų turintys psichikos ir elgesio sutrikimų, bei lankantys delfinų asistuojamą terapiją. Tyrimo dalyviai buvo vertinti du kartus, prieš ir po delfinų asistuojamos terapijos programos. Tyrimo duomenys apdoroti SPSS 26 programa. Tyrimas atliktas laikantis etikos principų.

Rezultatai. Išanalizavus tyrimo duomenis, nustatyta, jog psichikos ir elgesio sutrikimą turintiems vaikams daugiausia nustatoma epilepsija bei regos sutrikimai. Delfinų terapija darė didžiausią įtaką vaikų refleksų integracijai, tačiau, tiek statinei, tiek dinaminei pėdos atramos būklei progresas neįvyko.

Išvados. Vaikai turintys psichikos ir elgesio sutrikimus turi gerą klausą, tačiau yra linkę į regos sutrikimus ir epilepsijos priepuolius. Delfinų asistuojama terapija gali daryti teigiamą įtaką, vaikų su psichikos ir elgesio sutrikimais, refleksų integracijai, įskaitant fizinių galimybių pagerėjimą ir ypatingą poveikį emocinei ir psichologinei vaiko būklei. Visgi tikėtina, kad tyrimo metu dėl parinktų per sudėtingų užduočių bei matavimo instrumentų, kurių tiriamieji negalėjo pilnai suvokti, delfinų asistuojama terapija neturėjo statistiškai reikšmingos įtakos statinei pėdos atramos būklei, o dinaminė pėdos atramos būklė pablogėjo, vaikams su psichikos ir elgesio sutrikimais.

Reikšminiai žodžiai: Delfinų asistuojama terapija, psichikos ir elgesio sutrikimai

DESIGN OF NEURAL PREDICTORS FOR PREDICTING AND ANALYZING COVID-19 CASES IN DIFFERENT REGIONS

Sahin Yildirim

Department of Mechatronics Engineering, Engineering Faculty, Erciyes University, Kayseri, Turkey

Introduction. COVID-19 virus is spreading in the World very rapidly. However, it seems that it is not easy to predict cases and death fatalities. Artificial neural networks are employed to many areas for predicting the systems parameters in simulation or real time approaches. Three countries were selected because of ability to predict the cases. The RMSE results improved that three types of neural network have good performance to predict and analyse of three region cases of countries.

The aim of the study is to present the design of neural predictors for analysing the cases of COVID-19 in three countries.

Methods. The cases have been analysed to use three types of neural network predictors. These are ANFIS, NAR-NN and ARIMA. The reason to choose these network was prediction high level fast learning networks. In real-time application; fast prediction of cases and viruses are very important to give results to patients or clients. The graphed results of simulation studies have been improved and showed that these kinds of approaches will be employed in such cases in real-time in hospitals for helping nurses and doctors. As can be outlined in many reference books; the neural network is a kind of black box for analysing many cases in simulations and real-time applications. When an adaptive and robust neural network analyser programmed to predicting real-time applications of virus cases, there will be very effective applications in health science and research.

Results. The RMSE results improved that three types of neural network have good performance to predict and analyse of three region cases of countries. The paper has presented three types of artificial neural networks with different types of learning algorithms. On the other hand, the cases of COVID-19 were selected from three different regions with obeying rules or without obeying rules. The simulation results improved and showed that three types of neural predictors can be used in real-time applications such as these virus cases predicting.

Conclusions. The neural networks have superior performance to predict some virus cases with assuming all rules and obeying some base specifications. Moreover, the age of people is also very important without and illness. On the other hand, the main structure and affection of viruses should be researched and simulated by medical scientists.

Keywords: Covid-19; NAR-NN; ANFIS; ARIMA; prediction; modelling of the pandemic

ONKOLOGINIŲ LIGONIŲ GALVOS IR KAKLO MINKŠTŲJŲ AUDINIŲ KOMPIUTERINĖS TOMOGRAFIJOS TYRIMO PROTOKOLO OPTIMIZAVIMAS

Vilius Milašius, lekt. Loreta Stončienė, prof. dr. Arvydas Martinkėnas

Klaipėdos universitetas, Sveikatos mokslų fakultetas, Medicinos technologijų katedra

Galvos ir kaklo piktybiniai navikai yra nereti vėžio atvejai, sukeltantys 6 proc. visų piktybinių navikų. Kadangi ankstyva diagnozė lemia geresnę prognozę dėl ankstyvos gydymo pradžios, todėl būtina nuolat atnaujinti žinias ir taikyti naujausius diagnostinius metodus. Protokolo peržiūros būtinos, norint užtikrinti tinkamus radiacijos dozės lygius, nuskaitymo aspektus ir patikrinti ar atitinka geriausios praktikos standartus.

Tikslas - įvertinti galvos ir kaklo minkštųjų audinių KT tyrimo protokolą ir pateikti tobulinimo rekomendacijas.

Metodika. Kiekybinis retrospektyvinis tyrimas, atliktas analizuojant nuo 2019 iki 2021 metų į X ligoninę atvykusių pacientų, sergančių galvos ir kaklo minkštųjų audinių onkologine liga medicininę dokumentaciją ir radiologinių tyrimų protokolo duomenis. Tyrimo duomenys apdoroti Microsoft Office Excel 2016 ir SPSS 28.0 kompiuterinėmis programomis. Tyrimas atliktas laikantis etikos principų.

Rezultatai. Atlikus duomenų analizę, nustatyta, jog didžiausias DLP buvo pirmosios amžiaus grupės 972,7 mSv*cm, o mažiausias trečiosios 823,4 mSv*cm, rezultatai statistiškai reikšmingi. Tarpusavyje koreliuoja svoris, srovės stipris ir DLP. Ašinės rekonstrukcijos atliktos 78,1 proc., o neatliktos sagitalinės 80,1 proc. ir vainikinės 53,7 proc. populiacijos. Galvos ir kaklo minkštųjų audinių KT tyrimo metu gauta jonizuojančiosios spinduliuotės efektinė dozė kito nuo 0,7 iki 5,5 mSv.

Išvados. Vyrai galvos ir kaklo minkštųjų audinių onkologine liga serga dažniau apie 3 kartus, lyginant su moterimis, o pirmosios amžiaus grupės vyriškos lyties pacientai dažniausiai. Paciento gaunamos apšvitos vidurkis KT tyrimų metu buvo 2,9 mSv, o literatūros duomenimis yra 3,0 mSv, todėl galima teigti, jog didelio skirtumo neaptikta, tačiau buvo užfiksuota didžiausia gauta apšvita, kuri už rekomenduojamą viršijo apie 1,8 karto.

Reikšminiai žodžiai: Kompiuterinės tomografijos protokolas, apšvitos dozė.

PACIENTŲ ŽINIŲ VERTINIMAS APIE RADIACINĘ SAUGĄ, ATLIEKANT RENTGENO DIAGNOSTINIUS TYRIMUS

Indrė Klevinskaitė, lekt. Viktorija Lukminaitė

Klaipėdos universitetas, Sveikatos mokslų fakultetas, Medicinos technologijų katedra

Jonizuojančiosios spinduliuotės panaudojimas medicinoje yra labai reikšmingas, tačiau būtina nepamiršti spinduliuotės daromos žalos pacientui. Visiškai saugios jonizuojančiosios spinduliuotės dozės nėra, todėl ją siekiama kuo įmanoma labiau sumažinti, laikantis radiacinės saugos rekomendacijų ir nustatytų įstatymų. Vis daugiau yra kalbama, kad pacientus yra privaloma informuoti apie radiacinę saugą, tačiau nėra aišku, ar jie yra pakankamai informuoti ir ar užtenka turimų žinių apie tai.

Tikslas – įvertinti pacientų žinias apie radiacinę saugą, atliekant rentgeno diagnostinius tyrimus.

Metodika. 2021 m. spalio – lapkričio mėnesiais, X ligoninėje, atliktas kiekybinis tyrimas. Tyrimo metu buvo pasirinkti atsitiktiniai pacientai, kuriems buvo atliekamas rentgeno diagnostinis tyrimas. Tyrime dalyvavo 207 respondentai. Buvo naudotas originalus, autoriaus sudarytas klausimynas iš 19 klausimų. Duomenų analizei ir rezultatų pateikimui naudota kompiuterinė programa „SPSS 27.0“ versija ir kompiuterinė programa Microsoft Office Excel Worksheet 2019. Apklausa buvo atlikta laikantis tyrimų etikos principų.

Rezultatai. Siekiant įgyvendinti darbe išsikeltus uždavinius buvo išanalizuotos pacientų žinios apie jonizuojančiąją spinduliuotę ir rentgeno diagnostinius tyrimus, medicinos darbuotojų vaidmuo vykdant radiacinę saugą bei pacientų žinių lygis apie radiacinę saugą rentgeno diagnostikoje. Išanalizavus pacientų informatyvumą apie jonizuojančiąją spinduliuotę ir rentgeno diagnostikos tyrimus, 60,4 proc. teigia kad jonizuojančioji spinduliuotė yra kenksminga žmogaus sveikatai. Daugiau nei pusė respondentų neturi jokių žinių apie rentgeno diagnostikos tyrimus. 44,4 proc. teigia, kad nėra pakankamai informacijos apie jonizuojančiąją spinduliuotę ir rentgeno diagnostikos tyrimus. Išanalizavus medicinos personalo atliekamus veiksmus vykdant radiacinę saugą, 46,4 proc. teigė, kad jiems nebuvo suteikta informacija apie jonizuojančiosios spinduliuotės poveikį, daugiau nei pusė pacientų nebuvo informuoti apie tyrimo atlikimą, naudą ir žalą organizmui. Išanalizavus pacientų informatyvumą apie radiacinę saugą rentgeno diagnostikoje, daugiau nei pusė respondentų žino kam yra naudojamos apsaugos priemonės ir 72,5 proc. respondentų teigia, kad naudojant apsaugos priemones įmanoma sumažinti radiacinę dozę.

Išvados. Tyrimo metu išsiaiškinta, kad pacientams trūksta informacijos apie jonizuojančiąją spinduliuotę ir rentgeno diagnostikos tyrimus. Atskleidžiant medicinos personalo vaidmenį radiacinėje saugoje, galime teigti, kad pacientams buvo suteikiama per mažai informacijos apie jonizuojančiąją spinduliuotę, rentgeno diagnostikos tyrimo atlikimą, jo naudą ir žalą organizmui. Apie pacientų informuotumą, galima teigti, kad dauguma pacientų žino kam yra naudojamos apsaugos priemonės. Daugiau nei pusė tyrime dalyvavusių respondentų žino, kad naudojant apsaugos priemones, yra įmanoma sumažinti radiacinę dozę.

Reikšminiai žodžiai: radiacinė sauga, rentgeno diagnostika.

JOGOS IR PILATES METODŲ POVEIKIS KARATE SPORTUOJANČIŲ PAAUGLIŲ NUGAROS APATINĖS DALIES FUNKCINEI BŪKLEI

Šarūnas Sokolovas, doc. dr. Rima Radžiuvienė

Klaipėdos universitetas, Sveikatos mokslų fakultetas, Holistinės medicinos ir reabilitacijos katedra

„Vaiko sveikata yra aukščiausia vertybė formuojant sveiką visuomenę“ (Strukčinskienė, Raistenskis, Radžiuvienė ir Strukčinskaitė, 2018). Apatinės nugaros dalies (AND) skausmas yra globali problema būdinga ne tik fiziškai neaktyvų gyvenimo būdą vedantiems paaugliams, bet ir sportuojantiems. Kyokushin karate yra aukšto fizinio pajėgumo reikalaujantis kontaktinis sportas, neišvengiamai susijęs su juosmeninės stuburo dalies traumomis. Skausmas tiesiogiai veikia judėjimą bet kuriuo motorinės sistemos lygiu labiausiai sutrikdydamas juosmens bei kryžmens srities propriocepciją, paveikdamas sensomotoriką, sukeldamas struktūrinius ir funkcinius sąnarių pokyčius. Tačiau gydant paauglių AND skausmą, dėl didelio rezistentiškumo medikamentams, dažnai susiduriama su skausmo pasikartojimu. Todėl tampa aktualus nemedikamentinis gydymas bei AND skausmo prevencinės priemonės per įvairias fizinio ugdymo formas tokias kaip joga ir pilates sistemos. Jų pratimų kompleksai, ar atskiri elementai, remiasi stuburo, liemens ir dubens dugno giliųjų raumenų stabilizavimo, stiprinimo, ištvėmės, paslankumo didinimo koncepcija, todėl yra plačiai taikomi AND ligų ir skausmo valdymui.

Tikslas – įvertinti jogos ir pilates metodų poveikis karate sportuojančių paauglių nugaros apatinės dalies funkcinei būklei.

Metodika. Tyrimas atliktas 2021 m. spalio – gruodžio mėnesiais. Jo metu taikyti kineziterapijos funkciniai testai prieš ir po užsiėmimų: statinės liemens raumenų ištvėmės McGill testas; stuburo juosmeninės – kryžmeninės dalies paslankumui nustatyti taikomas modifikuotas Šobero testas (angl. Schober's test); skausmo intensyvumui įvertinti naudojama vizualinė analogų skausmo skalė (VAS). Poveikio metodai: joga ir pilates. Statistinei duomenų analizei atlikti naudota SPSS 20.0 ir MS Excel programos. Tyrime dalyvavo 32 kyokushin karate praktikuojantys paaugliai (12 – 13 metų), kurie atsitiktine tvarka, išlaikant lyties santykį 1:1, suskirstyti į dvi vienodo dydžio grupes: 16 pilates ir 16 jogos. Dėl pademinės COVID-19 situacijos šalyje, tyrimą baigė 20 tiriamųjų: iš kurių 10 praktikavo pilates ir 10 – jogą. Atliekant tyrimą buvo laikomasi mokslinės etikos principų.

Rezultatai. Įvertinus ir palyginus jogos ir pilates metodų poveikių rezultatus prieš ir po tyrimo, nustatyta, kad joga ir pilates daro statistiškai reikšmingą poveikį ($p < 0,05$) didindamas tiriamųjų juosmeninės stuburo dalies mobilumą, sumažindamas statinės raumenų ištvėmės santykį tarp dešinės ir kairės liemens pusės bei skausmo intensyvumą.

Išvados. Atlikus tyrimą gauti reikšmingi fizinės ir funkcinės būklės rodiklių pokyčiai: po pilateso metodo taikymo reikšmingai padidėjo juosmeninės stuburo dalies mobilumas, santykis tarp dešinės ir kairės liemens pusės raumenų statinės ištvėmės statistiškai reikšmingai sumažėjo; po jogos metodo taikymo reikšmingai padidėjo tik juosmeninės stuburo dalies mobilumas. Palyginus šiuos metodus tarpusavyje nustatyta, kad AND skausmo intensyvumas reikšmingai sumažėjo taikant abu metodus. Pilvo ir nugaros raumenų statinės ištvėmės didinimui pilates metodas yra veiksmingesnis nei jogos, kitiems rodikliai reikšmingai nesiskiria. Remiantis gautais rezultatais, teigiame, kad siekiant sportuojančių paauglių AND skausmo prevencijos bei fizinės ir funkcinės būklės gerinimo, yra tikslinga į kyokushin karate treniruotes įtraukti pilates ir jogos pratimus.

Reikšminiai žodžiai: paauglių nugaros skausmas, joga, pilates.

PRIEŠMOKYKLINIO AMŽIAUS VAIKŲ PĖDOS SKLIAUTO KAITA TAIKANT KINEZITERAPIJĄ

Gintarė Zubaitė, lekt. Inga Šimkutė-Karalevičienė

Klaipėdos universitetas, Sveikatos mokslų fakultetas, Holistinės medicinos ir reabilitacijos katedra

Plokščiapėdystė – tai tokia pėdos padėtis, kuriai būdinga nusileidęs vidinis išilginis pėdos skliautas. Tai yra dažniausiai pastebimas sutrikimas jaunesnio amžiaus vaikams, keliantis tėvų susirūpinimą. Apie šeštuosius vaiko gyvenimo metus jau turi išryškėti pėdos skliautas, tačiau jis gali nesusiformuoti dėl nepakankamo fizinio aktyvumo, paveldimumo arba dėl netinkamos avalynės pasirinkimo. Šiai problemai spręsti būtina imtis priemonių, kad ateityje būtų galima išvengti diskomforto, pėdų skausmo bei nuovargio, pėdos raumenų, raiščių silpnumo ar laikysenos pakitimų. Be to, pėdai tenka labai didelės apkrovos, ypač judėjimo metu. Nustatyta, kad eisenos ciklo metu plokščiapėdystę turintiems vaikams didžiausios apkrovos pasiskirsto kulno pakėlimo metu, pirmajame padikaulyje ir vidurinėje pėdos dalyje. Plokščiapėdystės gydymui yra taikomos įvairios konservatyvios priemonės, įskaitant kineziterapiją, tačiau vis dar nėra tikslių įrodymų, kiek kineziterapija turi įtakos plokščiapėdystės sukeltiems simptomams ir pėdos struktūros kitimui.

Tikslas – nustatyti priešmokyklinio amžiaus vaikų pėdos vidinio išilginio skliauto kaitą taikant kineziterapiją.

Metodika. Tyrimas buvo atliekamas 2021 m. rugsėjo-lapkričio mėnesiais. Tyrime dalyvavo 16 priešmokyklinio amžiaus vaikų, turinčių pagal medicininių pažymų duomenis diagnozuotą plokščiapėdystę. Tiriamieji atsitiktine tvarka padalinti į dvi grupes: I tiriamoji grupė (n=8), II tiriamoji grupė (n=8). Pirmajai tiriamajai grupei buvo taikyta kineziterapijos pratimų programa. Antroji tiriamoji grupė kineziterapijos užsiėmimuose nedalyvavo. Pėdos formai, statinių ir dinaminių apkrovų pasiskirstymui pėdose įvertinti buvo panaudota Footscan 9 pedografijos sistema. Duomenys palyginti ir apdoroti Microsoft Excel 2016 bei SPSS analizės programa. Tyrimas atliktas laikantis visų etikos principų.

Rezultatai. Nustatyta, kad pėdos forma abiejose tiriamosiose grupėse beveik nepakito. Atsižvelgiant į statines apkrovas, abiejų grupių tiriamiesiems jos padidėjo kairėje pėdoje ir sumažėjo dešinėje, tačiau pirmoje grupėje jos pasiskirstė tolygiau. Taip pat abiejų grupių tiriamiesiems statinės apkrovos sumažėjo priekinėje pėdų dalyje. Užpakalinėje pėdų dalyje pirmos grupės tiriamiesiems apkrovos taip pat sumažėjo, tačiau antros grupės tiriamiesiems priešingai = jos padidėjo. Dinaminės apkrovos pirmos grupės tiriamiesiems padidėjo priekinėje bei užpakalinėje pėdų dalyje, tačiau sumažėjo vidurinėje. Antros grupės tiriamiesiems dinaminės apkrovos padidėjo priekinėje bei vidurinėje pėdų dalyje, bet sumažėjo užpakalinėje. Statistiškai reikšmingas skirtumas tarp grupių nenustatytas.

Išvados. Gauti tyrimo rezultatai rodo, kad abiejose tiriamosiose grupėse pėdos forma tyrimo pabaigoje beveik nepakito ir daugiausiai išliko plokščia arba viena plokščia ir viena suplokštėjusi. Taip pat nustatyta, kad kineziterapija turėjo teigiamą, tačiau statistiškai nereikšmingą poveikį statinių apkrovų tolygesniam pasiskirstymui pėdose, priekinėje ir užpakalinėje jų dalyje bei dinaminių apkrovų pasiskirstymo vidurinėje pėdos dalyje sumažėjimui.

Reikšminiai žodžiai: priešmokyklinio amžiaus vaikai, pėdos skliautas, plokščiapėdystė, kineziterapija.

VAIKŲ, TURINČIŲ MIŠRŲ RAIDOS SUTRIKIMĄ, LIEMENS RAUMENŲ ELEKTRINIS AKTYVUMAS

Egidijus Geryba, lekt. Eglė Radzevičienė

Klaipėdos universitetas, Sveikatos mokslų fakultetas, Holistinės medicinos ir reabilitacijos katedra

Elektromiografija (EMG) yra prieinama, neinvazinė priemonė, kurią naudojant galima išmatuoti raumenų aktyvumą, elektrinio aktyvumo signalai fiksuojami su neinvaziniais ar invaziniais elektrodais, šie signalai parodo raumenų fiziologines ir anatomines ypatybes. Nemaža dalis autorių teigia, kad EMG yra plačiai naudojama tyrimuose, tačiau mažai naudojama kaip klinikinė priemonė reabilitacinėje medicinoje. Veiksminga liemens laikysenos kontrolė leidžia asmeniui atlikti įvairias užduotis vertikaloje padėtyje, neprarandant pusiausvyros ir atlieka svarbų vaidmenį motorinėje raidoje. Vaikų, turinčių mišrų raidos sutrikimą, liemens raumenų elektrinis aktyvumas elektromiografu nėra plačiai ištirtas, nėra pakankamai mokslinių darbų.

Tikslas - įvertinti vaikų, turinčių mišrų raidos sutrikimą, liemens raumenų aktyvumą.

Metodika. Darbui atlikti buvo naudojamas kiekybinis tyrimo metodas – matavimas elektromiografu Biometris Ltd, statistinė duomenų analizė. Tiriamąjį kontingentą sudarė 84 vaikai, turintys mišrų raidos sutrikimą. Tolimesniam tyrimui buvo atrenkami vaikai pagal šiuos atrankos kriterijus: vaikas turi G arba F diagnozę pagal TLK kodą; vaikas sugeba atlikti tyrime reikalingus nurodymus; tiriamųjų amžius nuo 3 iki 15 metų. Tiriamieji suskirstyti į tris grupes: pirmą grupę sudarė vaikai su F sutrikimais (psichikos ir elgesio), antrą grupę su G sutrikimais (nervų sistemos ligos, cerebrinis paralyžius), trečia grupė suskirstyta pagal judėjimo galimybes (vaikšto savarankiškai, vaikšto su pagalba, nevaikšto). Atliekant tyrimą buvo testuojami liemens raumenys ir elektrodų dėjimo vieta buvo pasirenkama pagal aprašytas studijas ir rekomendacijas bei naudojantis Biometrics Ltd (2020) vadovu: tiesusis pilvo raumuo (RA) – elektrodas klijuojamas dešiniau virš bambos ir 2 cm į šoną lygiagrečiai vidurio linijos; vidinis įstrižinis pilvo raumuo (OI) – 3 cm virš priekinio klubakaulio dyglio; tiesiamasis nugaros raumuo (ES) – dešiniau 3 cm nuo L4/L5 slankstelių; dauginis raumuo (ML) - 2 cm dešiniau nuo lumbosakralinės jungties virš kryžkaulio. Atliekant elektromiografijos duomenų analizę duomenys buvo filtruojami. Elektromiogramos buvo apdorojamos be išorinio triukšmo ar diagramos iškraipymo. Atlikto pratimo padėtyje keturpėščia elektromiogramos duomenys buvo įrašomos tuo metu, kai buvo išgaunamas raumens didžiausias izometrinis raumens susitraukimas (trečią – penktą pratimo atlikimo sekundę), suteikiant pasipriešinimą. Gautos reikšmės elektromiogramoje išreikštos mikrovoltais (mV). Gauti rezultatai galiausiai išreiškiami procentine reikšme nuo maksimalaus izometrino raumens susitraukimo.

Rezultatai. Nustatyta, jog liemenį stabilizuojančių raumenų elektrinio aktyvumo rezultatai padėtyje keturpėščia statistiškai reikšmingi pirmoje grupėje (psichikos ir elgesio sutrikimai), RA, ES ir ML raumenyse. Rezultatai pagal vaikų judėjimo galimybės parodė, kad statistiškai reikšmingas liemens raumenų elektrinis aktyvumas yra vaikų, kurie nevaikšto.

Išvados. Gauti tyrimo rezultatai rodo, kad vaikams su mišriu raidos sutrikimu, būtinas didesnis liemens raumenų aktyvavimas. Tikslinga atlikti pratimus atremtyje klūpint ir ropojant. Nepaisant šio tyrimo ribotumo, rekomenduotina tęsti platesnius įvairių raumenų grupių elektrinio aktyvumo tyrinėjimus.

Raktažodžiai: vaikai su mišriu raidos sutrikimu, liemens raumenų elektrinis aktyvumas, elektromiografija.

SERGANČIŲ IŠEMINE ŠIRDIES LIGA REABILITACIJOS EFEKTYVUMAS ANTRAJAME REABILITACIJOS ETAPE

Laimis Ruškys, doc. Jūratė Samėnienė,

Lietuvos sveikatos mokslų universitetas, Medicinos fakultetas, Fizinės medicinos ir rehabilitacijos klinika.

Širdies ir kraujagyslių ligos yra dažniausia pasaulyje mirties priežastis. 2016 m. pasaulyje nuo širdies ir kraujagyslių ligų mirė apie 17 milijonų žmonių – 32% visų mirčių. Iš jų 8 mln. – dėl išeminės širdies ligos. Pagrindinis išeminės širdies ligos patogenezės mechanizmas – širdies vainikinių kraujagyslių spindžio susiaurėjimas, ir to pasėkoje prastėjantis širdies raumens ap- rūpinimas krauju ir deguonimi. Išeminė širdies liga pasireiškia stabilia ar nestabilia krūtinės angina, miokardo infarktu bei staigia širdine mirtimi. Ūminis koronarinis sindromas yra viena dažniausių hospitalizacijos dėl išeminės širdies ligos bei revaskuliarizacijos intervencijų prie- žasčių. Šis sindromas pasireiškia ūmiu krūtinės spaudimu ar skausmu, ir jam priskiriami tokie sutrikimai kaip miokardo infarktas bei nestabili krūtinės angina. Išeminės širdies ligos rizikos veiksniams priklauso asmens genetiniai ypatumai, mityba, fizinis aktyvumas, žalingi įpročiai, stresas bei gretutinės ligos, kaip arterinė hipertenzija, cukrinis diabetas, nutukimas ar psichikos sutrikimai.

Medicininė rehabilitacija yra naudinga ne tik siekiant pagerinti pooperacinį išgyvenamumą, bet ir išvengti naujų ūminio koronarinio sindromo atvejų bei išeminės širdies ligos progresavimo. Rehabilitacijos programomis siekiama apimti daugelį veiksnių, tokių kaip psichologinė būseną, širdies ir kraujagyslių funkcijas, fizinis pajėgumas ir ištvermė, savarankiškumas kasdieninėje veikloje; visa tai veda prie aukštesnės gyvenimo kokybės. Rehabilitacija yra rekomenduotina pacientams po kardiologinių operacijų: širdies vožtuvų implantacijos, vainikinių arterijų jung- čių suformavimo operacijos, perkutaninės transluminalinės vainikinių arterijų angioplastikos, širdies transplantacijos. Ji taip pat skiriama ligoniams, sergantiems ar persirgusiems miokardo infarktu, stabilia ir nestabilia krūtinės angina, lėtiniu širdies nepakankamumu

Tikslas. Įvertinti ir palyginti antrojo rehabilitacijos etapo efektyvumą sergantiems išemine širdies liga po skirtingų revaskuliarizacijos procedūrų: vainikinių arterijų jungčių suformavimo ope- racijos (VAJO) ir perkutaninės transluminalinės vainikinių arterijų angioplastikos (PTVAA). **Uždaviniai:**

1. Įvertinti pacientų, sergančių IŠL, rehabilitacijos efektyvumą po PTVAA.
2. Įvertinti pacientų, sergančių IŠL, rehabilitacijos efektyvumą po VAJO.
3. Palyginti pacientų, sergančių IŠL, rehabilitacijos efektyvumą po skirtingų širdies operacijų. **Metodai.** Paieška buvo atlikta duomenų bazėse MEDLINE/PubMed. Buvo įtraukti iki 10 metų senumo straipsniai, kuriuose įvertintas taikytos rehabilitacijos programos efektyvumas paci- entams po širdies operacijos (PTVAA arba VAJO). Įvertintas nueitas atstumas taikant šešių minučių ėjimo testą ir pasiektas pikinis deguonies suvartojimas (VO₂peak). Atlikta statistinė duomenų analizė naudojant programą *Review Manager 5.4.1*.

Rezultatai. Į analizę įtraukta 10 tyrimų (201 VAJO ir 212 PTVAA pacientai), atrinktų iš 67 rastų straipsnių. Meta-analizė parodė, kad II rehabilitacijos etapas po VAJO yra efektyvesnis nei po PTVAA, vertinant ir 6MĖT, ir VO₂peak rodmenis: po VAJO 6MĖT testo metu nueitas ats- tumas padidėjo 100,08 m (P<0,01; 95% CI 92.42-107.75), po PTVAA – 44,6 m (P<0,01; 95% CI 29,30-59,92). Po VAJO VO₂peak padidėjo 4,05 ml/kg/min (P<0,01; 95% CI 3,60-4,51), po PTVAA – 2,85 ml/kg/min (P<0,01; 95% CI 1.67-4.04)

Išvada. Pacientams po PTVAA ir VAJO intervencijų taikytas II rehabilitacijos etapas pagerino funkcinį pajėgumą ir toleranciją fiziniam krūviui. Didesnis rehabilitacijos efektyvumas stebimas pacientų grupėje po VAJO negu po PTVAA.

Reikšminiai žodžiai. Rehabilitacija, išeminė širdies liga, revaskuliarizacija

PROFESIONALIŲ KREPŠININKIŲ PSICHOMOTORINIŲ REAKCIJŲ IR PUSIAUSVYROS KAITA TAIKANT REAKCIJAS IR PUSIAUSVYRĄ LAVINANČIUS PRATIMUS

Ligita Tamutytė, lektorė Inga Šimkutė-Karalevičienė

Klaipėdos universitetas, Sveikatos mokslų fakultetas, Holistinės medicinos ir reabilitacijos katedra

Krepšinio žaidimas susideda iš sudėtingų veiksmų, kurie reikalauja judesių derinimo, greitos reakcijos, geros pusiausvyros išlaikymo ir intelekto. Taip pat šis sportas pasižymi psichomotorių ir fiziologinių rodiklių realizavimu, nes nuo jų priklauso žaidėjų asmeniniai ir komandiniai rezultatai. Pažymėtina, kad psichomotorinės reakcijos yra ypatingai reikšmingos tokiose komandinėse sporto šakose, kaip krepšinis. Reakcijos ir pusiausvyros išlaikymas realizuojamas įvairiose atletų atliekamose situacijose: greitai kūno padėties keitimai, varžovo pamatymas, kamuolio išmetimas, įvairūs šuoliai. Todėl tinkamai išplėtotos žaidėjų psichomotorinės reakcijos ir sugebėjimas išlaikyti pusiausvyrą besikeičiančiose situacijose, yra vieni iš pagrindinių veiksnių, kurie gerina sportininkų žaidimą. Geras pusiausvyros išlaikymas, liemens stabilumas yra ne tik rodiklis, kuris turi įtakos atleto meistriškumui, bet yra išskiriamas kaip pagrindinis prevencinis aspektas, padedantis išvengti traumų bei prisideda prie motorinių veiksmų optimizavimo.

Tikslas – įvertinti kineziterapijos pratimų programos efektyvumą profesionalių krepšininčių psichomotorinėms reakcijoms ir pusiausvyrai.

Metodika. Tyrimas buvo atliktas Klaipėdos miesto sporto rūmuose (Dariaus ir Girėno g. 10) nuo 2021 metų spalio 14 dienos iki 2021 metų lapkričio 18 dienos. Šiame tyrime dalyvavo „Huawei“ moterų krepšinio lygoje profesionaliai žaidžiančios sportininkės, kurių amžius buvo nuo 18 iki 30 metų. Tiriamosios buvo suskirstytos į dvi grupes: I grupė (n=6)- taikyta kineziterapijos pratimų programa (pusiausvyros ir psichomotorinių reakcijų lavinimo) ir II grupė- pratimų programa netaikyta (n=6). Visos krepšininčės buvo testuojamos du kartus. Testavimui buvo taikomas modifikuotas žvaigždės nuokrypio testas (Y Balance Test) ir reakciometras. Pirmą kartą – prieš pradėdant taikyti psichomotorinių reakcijų ir pusiausvyros lavinimo programą, antrą kartą – po penkių savaičių. Užsiėmimai I tiriamajai grupei buvo atliekami keturis kartus per savaitę derinant su krepšinio treniruotėmis. Iš viso buvo atlikta 20 kineziterapinių užsiėmimų. Tyrimo duomenys ir rezultatai buvo apdorojami „Microsoft Office Excel 2016“ programa. Tyrimo metu buvo skaičiuojami gautų rezultatų aritmetiniai vidurkiai ir standartiniai nuokrypiai. Tyrimas atliktas laikantis etikos principų.

Rezultatai. Įvertinus profesionalių krepšininčių viršutinių galūnių į šviesą ir į garsą greičio kaitą galime teigti, kad I tiriamosios grupės rezultatai po kineziterapinės pusiausvyros ir psichomotorių pratimų lavinimo programos buvo geresni, o tuo tarpu II tiriamoji grupė neparodė jokio reikšmingo pokyčio. Taip pat įvertinus atlečių pusiausvyros kaitą buvo pastebėta, kad reikšmingus ir geresnius rezultatus pademonstravo I tiriamoji grupė, kuri atliko psichomotorinių reakcijų ir pusiausvyros lavinimo treniruotes, o II tiriamoji grupė per 5 savaites neparodė jokio statistiškai reikšmingo rezultato.

Išvados. Psichomotorinių reakcijų ir pusiausvyros lavinimo program buvo efektyvi abejoms tiriamųjų grupėms siekiant gerinti psichomotorinių reakcijų greitį bei pusiausvyrą.

Reikšminiai žodžiai: krepšinis, psichomotorinės reakcijos, pusiausvyra.

NEURALINK BRAIN - MASCHINE INTERFACE NEEDS ANALYSIS

Agnė Budrikaitė, *Lithuania Business University of applied sciences*

Assoc. prof. Dr. Simona Grigaliūnienė, *Klaipėda University*

Introduction. We live in a time of rapidly improving technology. Perhaps we are watching the vision of Francis Bacon's New Atlantis or George Orwell become a reality. The speed of technological change and its global impact is so marked that the third industrial revolution, which has just gained momentum, has already been replaced by the fourth. Novel technologies, among which artificial intelligence plays an important role, have already affected and fundamentally changed most of the business and industry. The role of technology in society is also changing rapidly: new technologies are no longer just a tool to improve people's quality of life. It is already a necessity and an inevitability that changes the social behavior and human relationships of man and society (Amilevičius, 2017). Artificial intelligence is currently used in various fields of science, such as medicine, economics, and management. In July 2019, Elon Musk, an entrepreneur, founder and CEO of SpaceX and Tesla, revealed the goals of his new project Neuralink: to create a brain implant that will help a person control various technological device such as computer by using the electrical activity of neurons.

The aim of the article - to find out the need for a neural implant in society and its desired purpose.

Research methods: analysis of scientific literature, questionnaire survey, generalization.

Study results: More than half of the respondents chose the purpose of the implant in case of health disorders. 11% of the respondents would attribute the purpose of the implant to health disorders and professional activities, 33% - to all who wish. When the groups were observed separately, the choice of health disorder dominated in the group of women, and in the group of men the ratio between the condition of the health disorder and occupational activity was 42% and 44%, respectively. The results of the study confirm the insights created by Neuralink and the primer goal to create a brain-computer interface that would allow people with permanent spinal cord injuries to communicate and move, which is the chosen purpose of the implant in health conditions. Taking into account the above conclusions about the need for an implant in society, the distribution of respondents belonging to the respective group among the desired purpose of the implant was determined. 42% would like the implant to be used in health conditions, 18% in health disorders and in professional activities, 40% - in professional activities. The study found that individuals with higher IT skills were more likely to believe that a Neuralink implant was needed and would agree to implant it themselves. A regression analysis was performed to investigate the relationship between IT capability and neural implant need. A r_s value of 0.27 was obtained, indicating a weak relationship between these two variables. The relationship between IT capabilities and consent to install neural implant is also observed. The value of r_s obtained - 0.79 indicates a strong relationship, under the condition that one variable increase and the other decreases. The data were rearranged by systematizing the study data and performing correlation analysis. When the respondent has agreed to implant a neuronal implant, a lower value is assigned than for a negative response. This means that the higher the rank of the IT rating, the lower the rank of the ranked opinion. A strong link is observed between IT capabilities and consent to install neural implant.

Conclusions. In the research part, the need for a neuronal implant in the society and its desired purpose are clarified. A low need for an implant was found among the study population. The predominant intended use of a neuronal implant in the presence of a health disorder is observed, confirming the insights and the original goal set by the researchers who developed *Neuralink*. Regression analyzes were performed to investigate the relationship between the selected segment and IT capabilities. A strong link is observed between IT capabilities and consent to implant.

Keywords: Neuralink, neural implant, brain-computer interface, artificial intelligence.

IV SEKCIJA / VISUOMENĖS SVEIKATA IV SECTION/ PUBLIC HEALTH

SVEIKATOS PRIEŽIŪROS PREMONĖMIS IŠVENGIAMO MIRTINGUMO IR JO NETOLYGUMŲ SAŠAJOS SU ŽMOGAUS SOCIALINĖS RAIDOS INDEKSU LIETUVOJE 1990 – 2019 M.

Arminas Zizas¹, Austėja Judickaitė¹, Olga Meščeriakova²,

¹Lietuvos sveikatos mokslų universitetas, Medicinos akademija, Medicinos fakultetas, ²Lietuvos sveikatos mokslų universitetas, Medicinos akademija, Visuomenės sveikatos fakultetas, Sveikatos vadybos katedra

Žmogaus socialinės raidos indeksas naudojamas norint įvertinti valstybių socialinį išsivystymą. Šis indeksas nustatomas pagal bendrą rodiklį, kuriuo remiantis vertinama visų pasaulio šalių gyventojų vidutinė tikėtina gyvenimo trukmė, raštingumo ir pragyvenimo lygis. Kaip teigiama Jungtinių Tautų plėtros programos žmogaus socialinės raidos ataskaitoje, Lietuvos žmogaus socialinės raidos indeksas yra labai aukštas, tačiau jis yra žemesnis nei kitų Europos Sąjungos šalių. Žemesnį nei kitų Europos Sąjungos šalių žmogaus socialinės raidos indeksas Lietuvoje nulėmė trumpesnė vidutinė tikėtina gyvenimo trukmė, kuri 2019 m. buvo 76,5 m., t. y. 4,8 m. trumpesnė nei Europos Sąjungos šalių vidurkis. Trumpesnę vidutinę tikėtiną gyvenimo trukmę nulėmė didelis mirtingumas Lietuvoje. Europos Komisija nurodo, kad Lietuvoje sveikatos priežiūros priemonėmis išvengiamas mirtingumas yra vienas iš didžiausių Europos Sąjungoje, kas parodo, kad sveikatos apsaugos sistema nėra pakankamai efektyvi.

Tikslas – įvertinti sveikatos priežiūros priemonėmis išvengiamo mirtingumo ir jo netolygumų pagal gyvenamąją vietą sąsajas su žmogaus socialinės raidos indeksu Lietuvoje 1990 – 2019 m.

Metodika. Duomenys apie Lietuvos gyventojų mirusiųosius pagal gyvenamąją vietą gauti iš Mirties atvejų ir jų priežasčių valstybės registro. Skaičiuojant sveikatos priežiūros priemonėmis išvengiamo mirtingumo rodiklį remtasi E. Nolte ir M. McKee sudarytu mirčių, kurių galima išvengti taikant sveikatos priežiūros priemones, sąrašą. Lietuvoje 1990 – 2019 m. laikotarpiu išvengiamų mirčių skaičius siekė 286 885 atvejus (172 093 atvejai mieste, 114 792 – kaime). Mirtingumas standartizuotas pagal amžių tiesioginės standartizacijos metodu. Mirtingumo netolygumai pagal gyvenamąją vietą vertinti skaičiuojant rodiklių santykį (kaimas/miestas). 1990 – 2019 m. žmogaus socialinės raidos indeksas ir jo kintamieji (vidutinė tikėtina gyvenimo trukmė, išsilavinimo ir pajamų indeksai) gauti iš Jungtinių Tautų plėtros programos žmogaus socialinės raidos ataskaitos. Ryšiai tarp standartizuoto mirtingumo, netolygumų ir socialinės raidos indekso ir jo kintamųjų nustatyti taikyta Spirmeno koreliacija. Analizuojamų rodiklių pokyčiai įvertinti jungiamųjų taškų regresinės analizės metodu. Vidutinis kasmetinis procentinis pokytis laikytas statistiškai reikšmingu, kai paklaidos tikimybė $p < 0,05$.

Rezultatai. 1990 – 2019 m. standartizuotas pagal amžių sveikatos priežiūros priemonėmis išvengiamas mirtingumas kaime buvo didesnis nei mieste ($p < 0,05$). Analizuojamu laikotarpiu mirtingumas mieste didėjo (vidutiniškai po 1,42 proc. per metus), o kaime – mažėjo (vidutiniškai po 0,95 proc. per metus) ($p < 0,05$). Nors buvo stebimos skirtingos miesto ir kaimo gyventojų mirtingumo tendencijos, tačiau mirtingumo netolygumai tarp kaimo ir miesto mažėjo (vidutiniškai po 4,65 proc. per metus, $p < 0,05$). 1990 – 2019 m. žmogaus socialinės raidos indeksas ir jo kintamieji (vidutinė tikėtina gyvenimo trukmė, išsilavinimo ir pajamų indeksai) didėjo ($p < 0,05$). Greičiausiai didėjo išsilavinimo indeksas (vidutiniškai po 1,28 proc. per metus), o lėčiausiai – vidutinės tikėtinos gyvenimo trukmės indeksas (vidutiniškai po 0,4 proc. per metus). Nustatyta, kad didėjant žmogaus socialinės raidos indeksui ir jo kintamiesiems sveikatos priežiūros priemonėmis išvengiamas mirtingumas mieste didėjo, tačiau kaime – mažėjo ($p < 0,05$). Žmogaus socialinės raidos indeksui ir jo kintamiesiems didėjant mažėjo sveikatos priežiūros priemonėmis išvengiamo mirtingumo netolygumai ($p < 0,05$).

Išvada. Nustatytos statistiškai reikšmingos sąsajos tarp sveikatos priežiūros priemonėmis išvengiamo mirtingumo ir jo netolygumų bei žmogaus socialinės raidos indekso.

Reikšminiai žodžiai: mirtingumas, žmogaus socialinės raidos indeksas, miestas ir kaimas, netolygumai, Lietuva.

**SVEIKATOS IR SOCIALINĖS PRIEŽIŪROS PASLAUGŲ
ORGANIZAVIMO IR TEIKIMO VEIKSNIAI, DARANTYS ĮTAKĄ
INTEGRUOTŲ PRIEŽIŪROS PASLAUGŲ VYSTYMUISI LIETUVOJE**

Renata Kudukytė-Gasperė
Mykolo Romerio universitetas

Lietuvoje vyrauja institucinis, valstybei brangiai kainuojantis ir ne visada paciento poreikius tenkinantis sveikatos priežiūros ir socialinių paslaugų organizavimo modelis, o integruotų priežiūros tinklo poreikį bendruomenėje įteisinančių teisės aktų projektai, reglamentuojantys ilgalaikės priežiūros paslaugų teikimą, yra tik derinimo stadijoje. Europos komisijos strateginiuose dokumentuose pabrėžiama, kad stacionarinė priežiūra vis dar per daug išnaudojama išvengiamos hospitalizacijos atvejais (EBPO duomenimis, 2017 m. išlaidos stacionarinei priežiūrai buvo pagrindinė išlaidų kategorija, kuriai teko 30 proc. viso sveikatos priežiūros biudžeto, o išlaidos ilgalaikiai priežiūrai sudarė tik 8 proc.). Todėl svarbu pasiūlyti integruotų priežiūros paslaugų organizavimo sprendimus ambulatorinėje priežiūros grandyje, kurie skatintų sektorių bendradarbiavimą, užtikrintų kokybiškų, koordinuotų, savalaikių, poreikius atitinkančio priežiūros paslaugų tinklo plėtojimą.

Tikslas – nustatyti Lietuvos sveikatos priežiūros ir socialinių paslaugų, teikiamų pacientams namuose, organizavimo prieštaravimus bei pasiūlyti galimus integruotų sveikatos priežiūros ir socialinių paslaugų organizavimo sprendimus prieštaravimams spręsti.

Metodika. Tikslinė ekspertų diskusija vyko Mykolo Romerio universiteto konferencijos „Sveikatos sistemos vystymo perspektyvos“ (2020 m. rugsėjo 28 d.) metu, kuri dėl COVID-19 pandemijos, buvo organizuota nuotoliniu būdu. Prieš diskusiją (2020 m. rugsėjo 22 d.), visiems užsiregistravusiems dalyviams, buvo išsiųsta išankstinė elektroninė apklausa parengta Google Drive aplinkoje. Išankstinės elektroninės apklausos instrumentas sudarytas, adaptavus „Scirocco“ integruotos priežiūros vertinimo instrumento klausimus, siekiant nustatyti sveikatos ir socialinės priežiūros sistemų integracijos brandą Lietuvoje. Į išankstinio elektroninio klausimyną atsakė 23 respondentai (40 proc. iš visų užsiregistravusiųjų į konferenciją dalyvių). Įvertinus išankstinės apklausos rezultatus, buvo suformuluoti 4 klausimai diskusijai, kuriais siekta išsiaiškinti, kas atskiruose paslaugų organizavimo ir teikimo lygmenyse vykdoma, integruojant sveikatos priežiūros ir socialinės priežiūros paslaugas, su kokiais iššūkiais susiduriama bei kaip siūloma spręsti kylančias problemas. Į diskusiją buvo įtraukti paslaugų teikėjai, savivaldybių administracijų skyrių atstovai bei paslaugų politiką formuojančių įstaigų atstovai – atrinkta 14 ekspertų. Išankstinės apklausos metu surinkti kiekybiniai duomenys buvo apdorojami, naudojantis SPSS v.19 programiniu paketu. Tikslinės ekspertų diskusijos metu gauti kokybiniai duomenys analizuojami kokybinės analizės informacine sistema „Nvivo“, kuri padidino teksto kodavimo tikslumą.

Rezultatai. 52,2 proc. respondentų mano, kad Lietuvoje pripažįstamas poreikis keisti priežiūros sistemą, tačiau nėra aiškios vizijos ir strateginio plano, kaip tai bus daroma. 60,9 proc. respondentų nurodo, kad yra identifikuoti veiksniai, darantys neigiamą poveikį integruotai priežiūrai, tačiau nėra sisteminio požiūrio į jų valdymą. 43,5 proc. respondentų nurodė, kad nėra numatyto finansavimo mechanizmo, kuris padėtų pereiti prie integruotos priežiūros. 60,9 proc. apklausos dalyvių nurodė, kad pripažįstama būtinybė įdiegti IT ir E. sveikatos sprendimus, tačiau nėra plano, kaip tai bus daroma. 73,9 proc. dalyvių, nurodė, kad visuomenės įgalinimas pripažįstamas svarbia integruotos priežiūros dalimi, tačiau veiksminga politika, įgalinanti piliečius, vis dar vystoma.

Diskusijos dalyviai atskleidė pagrindines sritis, kurios daro didžiausią įtaką šių paslaugų organizavimui ir teikimui: neaiškus bendradarbiavimo mechanizmas tarp sveikatos priežiūros ir socialinių paslaugų teikėjų (17 pasisakymų); skirtumai tarp savivaldybių, kurie trukdo tiesiogiai pritaikyti priimamus teisės aktus (13 pasisakymų); LR Sveikatos apsaugos ministerijos ir LR Socialinės apsaugos ir darbo ministerijos bendradarbiavimo trūkumas (7 pasisakymai); biurokratizmas teikiant socialines paslaugas (7 pasisakymai); paslaugų finansavimo problemos ir skirtumai (5 pasisakymai); komunikacinių instrumentų tarp paslaugų organizatorių ir teikėjų trūkumas (4 pasisakymai). Dauguma respondentų nurodė, kad turi būti aiški paslaugų vystymo strategija, mechanizmas kaip ir kokios paslaugos turėtų būti vystomos. Savivaldybių administracijų atstovai nurodė, kad norėtų aiškaus integruotų sveikatos priežiūros ir socialinių paslaugų bendros sistemos ir bendro finansavimo mechanizmo. Savivaldybių administracijos atstovų nuomone, efektyviam lėšų persikirstymui integruotų paslaugų vystymui, būtina peržiūrėti tikslinių kompensacijų išmokamas paslaugas gaunantiems asmenims, mokant ne tiesiogiai pačiam paslaugos gavėjui, bet paslaugų teikėjams už suteiktas paslaugas.

Išvados. 1. Pripažįstama, kad Lietuvoje sveikatos ir socialinės priežiūros sistemoms reikia pokyčių, tačiau nėra politinio susitarimo, aiškios strategijos ir veiksmų plano, kaip bus pasiekta šių sistemų integracija

(parengtumas integracijai vertinamas 1 balu). 2. Pagrindinėmis sritimis, darančiomis neigiamą įtaką priežiūros paslaugų integracijai, įvardijamas neaiškus bendradarbiavimo mechanizmas tarp paslaugų teikėjų ir komunikacinių instrumentų nebuvimas, žmogiškieji, finansiniai skirtumai tarp savivaldybių bei kurujančių ministerijų „nesusikalbėjimas“, didelis biurokratizmas organizuojant ir teikiant socialines paslaugas bei paslaugų finansavimo problemos. 3. Siūloma integruotas priežiūros paslaugas finansuoti įkurto atskiro koordinuojamo fondo lėšomis arba paslaugų gavėjo „krepšelio“ principu. 4. Siekiant vystyti integruotą priežiūrą, būtinas sritis kurujančių ministerijų bendras darbas, aiškus integruotų paslaugų vystymo ir finansavimo mechanizmo sukūrimas, bendradarbiavimo mechanizmo išgryninimas ir biurokratinio mechanizmo mažinimas.

Raktažodžiai: priežiūros paslaugų integracija, ilgalaikė priežiūra.

ORGANIZACINĖS KULTŪROS POKYČIAI COVID-19 PANDEMIJOS METU, LEMIANTYS SVEIKATOS PRIEŽIŪROS DARBUOTOJŲ ĮSITRAUKIMĄ Į DARBĄ

Lina Kiviliūtė, doc. dr. Jonas Jurgaitis

Klaipėdos universitetas, Sveikatos mokslų fakultetas, Visuomenės sveikatos katedra

COVID–19 ligą PSO paskelbtė pasauline pandemija jau po pirmojo mėnesio. Pandemija paveikė visų tautų, rasių ir socialinių sluoksnių gyventojus. Tačiau didžiausias iššūkis dėl COVID–19 pandemijos plitimo teko sveikatos priežiūros įstaigoms ir jose dirbantiems sveikatos priežiūros specialistams. Vienas svarbių šiuolaikinio organizacijų valdymo pamatų – organizacinė kultūra. Sveikatos priežiūros institucijose, kurioms būdinga subalansuota kultūra, stebimas gerokai didesnis veiklos efektyvumas ir darbuotojų įsitraukimas į darbą. Tačiau dėl COVID–19 pandemijos sveikatos priežiūros įstaigos susidūrė su organizacinės kultūros pokyčiais, kurie reikšmingai susiję su organizacijos veiklos sėkme, darbuotojų lojalumu ir įsitraukimu į darbą. **Tikslas** – atskleisti organizacinės kultūros pokyčius COVID–19 pandemijos metu, lemiančius sveikatos priežiūros darbuotojų įsitraukimą į darbą.

Metodika. 2022 m. vasario – kovo mėnesiais buvo atliktas kiekybinis tyrimas, naudojant anketinės apklausos metodą. Anketa buvo patalpinta ir platinta internetinėje erdvėje. Tyrimas atliktas VŠĮ Respublikinėje Šiaulių ligoninėje. Tyrimo populiaciją sudarė sveikatos priežiūros specialistai (gydytojai ir slaugytojai) pandemijos metu dirbę bent pusę metų COVID–19 skyriuose. Gautų rezultatų analizė atlikta naudojant SPSS programą. Tyrimas atliktas laikantis etikos principų.

Rezultatai. Išanalizavus tyrimo duomenis, nustatyta, kad sveikatos priežiūros įstaigoje COVID–19 liga lėmė svarbius organizacinės kultūros pokyčius. Sveikatos priežiūros specialistams teko prisitaikyti prie organizacinės kultūros pokyčių, kurie reikšmingai susiję su sveikatos priežiūros darbuotojų įsitraukimu į darbą.

Išvados. Duomenų analizės rezultatai parodė, kad svarbiausiomis organizacinės kultūros vertybėmis respondentai laikė atsakomybę, profesionalumą, sąžiningumą, tarpu prasčiausiai vertintos vertybės buvo kūrybiškumas, lojalumas organizacijai, gailestingas. Nustatyta, kad vertindami organizacinės kultūros elementus COVID–19 pandemijos metu respondentai išskyrė: „organizacija vadovaujasi vertybėmis, kurios pandemijos metu nepasikeitė“, „organizacija turi savo tradicijas, ritualus, kuriuos tęsė ir puoselėjo pandemijos metu“, ir „organizacija turi aiškią viziją ir misiją, kurių siekė ir pandemija nepadarė tam įtakos“ .

Reikšminiai žodžiai: organizacinė kultūra, COVID–19 pandemija, įsitraukimas į darbą.

PSICHIKOS SVEIKATOS STIPRINIMO METODAI PRADINĖJE MOKYKLOJE: MOKYKLŲ SPECIALISTŲ NUOMONĖ

Prof. dr. Natalja Fatkulina, Monika Makutienė, dr. Daiva Šukytė, dr. Jūratė Grubliauskienė
Vilniaus universiteto Medicinos fakulteto Sveikatos mokslų institutas (Lietuva)

Įvadas. Mokyklinio amžiaus vaikų psichikos sveikata kelia vis didesnę susirūpinimą pasaulyje ir Lietuvoje. Mokyklų bendruomenės nariams: mokytojams, švietimo pagalbos specialistams, visuomenės sveikatos specialistams, vadovams reikia tinkamos kompetencijos ir veiksmingų taikomų metodų pradžios mokyklos mokinių psichikos sveikatai stiprinti.

Tikslas - ištirti mokyklų specialistų nuomonę apie jų kompetenciją ir veiksmingų metodų taikymą, stiprinant psichikos sveikatą pradinėse mokyklose.

Metodika. 2021 m. Lietuvoje buvo atlikti tikslinių grupių 3 interviu. Į fokusuotų interviu grupes buvo pakviesti įvairių sričių specialistai: mokytojai, visuomenės sveikatos specialistai, psichologai, socialinių pedagogai, mokyklų vadovai (n=24). Duomenys buvo analizuojami taikant kokybinę turinio analizę.

Rezultatai. Psichikos sveikatos stiprinimui pradinėse mokyklose reikalingos kompetencijos buvo asocijuojamos su: žiniomis apie vaiko raidą ir psichikos sveikatą mokykliniame amžiuje, žinių pritaikomumo įgūdžiais ir pedagogų suvokimu, kaip sveikatos stiprintųjų. Susitikimas su vaikais ir šeimomis, saugi mokyklos aplinka, struktūruoti pagalbos modeliai ir ankstyvoji intervencija buvo suvokiami kaip veiksmingi psichikos sveikatos stiprinimo metodai. Skaitmeninės priemonės, internetinė medžiaga ir internetinė parama buvo aptariami kaip veiksmingi skaitmeniniai metodai, stiprinant mokinių psichikos sveikatą.

Išvados. Mokyklų specialistai suvokia, kad pagrindiniame ugdyme specialistams yra reikalingos įvairios kompetencijos stiprinti mokinių psichikos sveikatą. Jie mano, kad kompleksiniai metodai yra veiksmingi psichikos sveikatos stiprinimui mokyklose.

Reikšminiai žodžiai: psichikos sveikatos stiprinimas, mokykla, mokyklos specialistas, kompetencijos

PAGYVENUSIŲ ŽMONIŲ MIEGO KOKYBĖ COVID-19 PANDEMIJOS METU

Žaneta Valiulienė¹, Zita Gierasimovič²

¹VšĮ Šv. Klaros palaikomojo gydymo ir slaugos ligoninė, Utenos kolegija, Lietuva

² VU MF Sveikatos mokslų institutas Slaugos katedra, Vilnius, Lietuva

Įvadas

Pandemija, sukėlė nežinomybę ir baimę tarp didžiausios rizikos grupės, vyresnio ir pagyvenusio amžiaus asmenų, kuriems Covid - 19, kelia didžiausią pavojų ir mirtinumą. Pandemijos laikotarpiu, dėl išaugusios nemigos, sukeltos streso, kilę miego kokybės sutrikimai. Miegas svarbus atminčiai, svarbi miego trukmė ir tęstinumas. Iki šiol atlikti tyrimai, koncentruojasi į pandemijos sukeltus psichinės sveikatos pokyčius tarp vyresnio ir pagyvenusio amžiaus asmenų, tačiau neišsamiai išnagrinėti šių asmenų miego kokybės pokyčiai. Šio tyrimo metu yra siekiama užpildyti minėtas spragas ir įvertinti vyresnio amžiaus asmenų miego kokybę Covid – 19 pandemijos metu.

Tikslas -nustatyti pagyvenusių žmonių miego kokybę Covid - 19 pandemijos metu.

Metodika. Tyrimo duomenų surinkimui parengta internetinė anketinė apklausa, kuri paskelbta internetinėje svetainėje www.apklausa.lt, 2021 metais (lapkričio – gruodžio mėnesiais). Apklausti 150 respondentai. Klausimai sudaryti laikantis etikos reikalavimų, užtikrinamas respondentų konfidencialumas ir anonimiškumas.

Rezultatai. Nustatyta, kad vieną ar du kartus per savaitę 47,8 proc. (n=72) vyresnio amžiaus apklaustųjų turėjo miego problemą. Trečdalis pagyvenusiujų respondentų tris ir daugiau kartų per savaitę patyrė miego sutrikimus, (n=45). Lyginant pagyvenusiujų žmonių miego pokyčius iki COVID-19 pandemijos ir dabar, nustatyta, kad miego kokybė pakito. Dauguma, (78 proc., n=117) pagyvenusiujų respondentų pažymėjo, kad per pastarąjį mėnesį patyrė miego pokyčius (ilgai negalėjo užmigti, miegojo trumpiau). Penktadalis, tyrime dalyvavusių respondentų pažymėjo, kad pandemija neturėjo įtakos jų miego kokybei, (20 proc., n=30). Nesureikšmino miego kokybės pokyčius 2 proc., (n=3) apklaustųjų. Lyginant dviejų mėnesių miego kokybės pokyčius, nustatyta, kad dažniau miego problemos turėjo 12,7 proc., (n=19) apklaustųjų gruodžio mėnesį. Vertinti miego įpročių pokyčiai, bei miego trukmė. Penkios valandos ir trumpiau miegojo 13,3 proc. (n=20) apklaustųjų, 4-6 valandų miego trukmę pažymėjo 25,3 proc. (n=37) respondentų, 40 proc. (n=60) apklaustiesiems miego trukmė yra 6–8 valandos ir jie dažniausiai miegoti eina nuo 20 iki 23 valandos bei pabunda 5–6 val. ryto. Tyrimu nustatyta, kad 34,7 proc., (n=52) apklaustųjų per pastaruosius mėnesius vieną ar du kartus per savaitę vartojo receptinius ir nereceptinius vaistus, kurie jiems padėdavo užmigti, o 21,3 proc. (n=32) tyrime dalyvavusių respondentų pažymėjo, kad rečiau nei kartą per savaitę miegui vartojo vaistus. Per pastarąjį mėnesį 8,7 proc. (n=13) apklaustųjų vartojo receptinius ir nereceptinius vaistus tris ir daugiau kartų per savaitę. 35,3 proc. (n=53) respondentų pažymėjo, kad nevartojo vaistų nei karto per pastaruosius mėnesius, nors turėjo miego problemas, kurias provokavo priežastys (nerimas, blogos naujienos, patiriamas stresas), dėl kurių apklaustieji negalėjo kokybiškai miegoti.

Apibendrinant miego kokybės pokyčius pandemijos metu tarp vyresnio ir pagyvenusių amžiaus respondentų, galima teigti, kad dauguma tyrime dalyvavusių pagyvenusio amžiaus respondentų savo miego kokybę vertina labiau kaip blogą nei kaip gerą. Dauguma, 80 proc. tyrime dalyvavusių respondentų, daugiau nei pusę per savaitę savo miego laiko sunkiai galėjo užmigti ir nekokybiškai miegojo, dėl dienos metu patirtų neigiamų pojūčių, stresorių (įtampos, streso, susierzinimo), o jų miego įpročiai pandemijos metu pakito, užmigdavo vėliausiai ir pabudavo 5-6 valanda ryto.

Išvados. Pusė tyrime dalyvavusių respondentų savo miego kokybę vertina labiau kaip blogą. Pandemijos metu, daugumai apklaustųjų kokybiškam miegui turėjo įtakos dienos metu patirti stresoriai. Trečdaliui respondentams miegui vartojo receptinius ir nereceptinius vaistus, aštuntadaliui sutrumpėjo miegojimo laikas. Trečdalis respondentų turėjo miego problemas bet nevartojo vaistus.

Reikšminiai žodžiai: pagyvenusių žmonių miego kokybė, Covid–19, pandemija.

SENĖJIMĄ LEMIANČIŲ VEIKSNIŲ POVEIKIS ODAI: MOKSLINĖS LITERATŪROS ANALIZĖ

Karolina Drazdauskaitė¹, dr. Zita Gierasimovič²

¹Socialinių mokslų kolegija, Estetinė kosmetologija, Vilnius, Lietuva

²VU MF Sveikatos mokslų institutas Slaugos katedra, Vilnius, Lietuva

Įvadas. Odos senėjimas yra neišvengiamas procesas, kuris progresuoja kartu su amžiumi silpnėjant ląstelių funkcijai (vidinis senėjimas) arba dėl žalingų išorės veiksnių (išorinis senėjimas). Vidiniai ir išoriniai veiksniai daro didelę įtaką įvairiems odos pokyčiams – odos išsausėjimui, pleiskanojimui, atrofijai, pigmentacijos sutrikimams, raukšlių atsiradimui arba galiausiai odos vėžiui. Veido odos būklei ir išvaizdai koreguoti plačiai naudojamos kosmetikos priemonės.

Tikslas – išanalizuoti mokslinę literatūrą apie senėjimą lemiančių veiksnių poveikį ir odos koregavimą kosmetinėmis priemonėmis.

Metodika. Išanalizuota 15, ne senesnių nei penkių metų senumo, publikacijų aptariama tema. Straipsniai nuo 2016 m. iki 2021 m. publikuoti Skin Research and Technology, Anticancer research, NCBI (Pubmed), Dermatology, EDP Sciences duomenų bazėse. Visos publikacijos pateikiamos anglų kalba, tekstas yra pilnas ir laisvai prieinamas. Atrinkose publikacijose aprašomos senėjimo priežastys, rizikos veiksnių poveikis odai, prevencija.

Rezultatai. Daugybiniai odos senėjimo požymiai atsiranda dėl vidinių veiksnių (genų mutacijos, ląstelių metabolizmo ir hormonų faktoriaus, streso). Ląstelių senėjimui įtaką daro sumažėjęs kontaktinio paviršiaus plotas tarp dermos ir epidermio, kuris trukdo maistingų medžiagų patekimui, susilpnėja naujų bazinių ląstelių gamyba (Zhang, Duan, 2018). Išoriniai aplinkos veiksniai (ultravioletiniai spinduliai, oro tarša, gyvensenos ypatumai, netinkama odos priežiūra) sukelia dermatologinius senėjimo požymius. Apie 80 proc. atvejų pagrindinis išorinio odos senėjimo veiksnys yra ultravioletinių spindulių (UV) poveikis. Ultravioletiniai spinduliai sukelia odos nudegimus, padidėjusią pigmentaciją, odos struktūros ir funkcijos pokyčius, jų poveikis odai skatina laisvųjų radikalų gamybą, kurie gali pažeisti ne tik ląsteles, bet ir ląstelių struktūras, atsakingas už genetinį kodą (DNR). Odos senėjimui įtakos taip pat turi lytis ir amžius. Vyrų odoje skirtingai nei moterų išsidėstę fibrilės ir kolageno tankis dermoje. Moterų odoje yra žymiai mažiau riebalinių liaukų, o tai lemia spartesnį odos senėjimo procesą. Senėjimo procesą spartina kortizolio (streso hormono) kiekis, kuris sumažina odos elastingumą, gali sukelti uždegimą ir pabloginti organizmo atsistatymą (Chimento, 2021). Pirmieji, labiau matomi senėjimo požymiai – mimikos raukšlės, prasideda nuo 35 metų amžiaus (Lane, 2021). Oda jautriai reaguoja į estrogenų trūkumą menopauzės metu, kai pažeidžiamos epidermio ląstelės ir riebalinės liaukos, kas lemia atrofinius odos pokyčius ir pagreitina odos senėjimą. Sumažėja kolageno kiekis, oda tampa plonesnė, mažiau elastinga, atsiranda raukšlės, odos sausumas.

Veido odos senėjimas priklauso nuo morfotipo. Vyresniems nei 45 metų amžiaus žmonėms pradeda keistis ne tik odos struktūra, bet ir veido forma. Dėl fiziologinių pokyčių sutrinka apsauginio barjero veikla, ląstelių atsinaujinimas, kas gali sukelti įvairių odos ligų riziką. Keičiasi odos struktūra, ryškėja kapiliarai, stebima veido formų deformacija. Labiausiai matomi odos deformaciniai pokyčiai sulaukus 70 metų amžiaus, kuomet oda pasižymi storu raginiu sluoksniu, plona derma bei persišvietusiu riebaliniu audiniu, kuris odai suteikia geltoną atspalvį. Atsiranda „dvigubas“ smakras, klosčių ir raukšlių kaklo srityje, maišeliai po akimis bei užkrite viršutiniai vokai, būdinga rožinė ir kraujagyslių išsiplėtimas. Raukšlės gilios, atsiranda klosčių (Shetty, 2019). Senstančiai odai koreguoti plačiai naudojamos kosmetikos priemonės su antioksidantais ir ląstelių reguliatoriais, kurie palaiko drėgmę odos raginiame sluoksnyje, skatina sparčiau gamintis kolageno ir elastino skaiduloms, ląstelių metabolizmą ir regeneraciją bei yra atsakingi už odos senėjimo proceso stabdymą (Suzuki YJ., Shults NV, 2019).

Išvados. Vidiniai ir išoriniai veiksniai daro įtaką fiziologiniams pokyčiams: sutrinka apsauginio barjero veikla, ląstelių atsinaujinimas, skatinamas odos ligų atsiradimas. Kosmetikos priemonės praturtintos antioksidantais bei ląsteles reguliuojančiomis medžiagomis, kurios svarbios kasdieniui veido odos priežiūrai, yra prevencija nuo priešlaikinio odos senėjimo.

Raktiniai žodžiai: odos senėjimas, rizikos veiksniai, kosmetinės priemonės.

RANKŲ ODOS PRIEŽIŪROS PRINCIPAI COVID – 19 PADNEMIJOS METU: LIERATŪROS ANALIZĖ

Inga Jokšaitė, Doc. Dr. Gražina Šniepienė

Klaipėdos valstybinė kolegija, Sveikatos mokslų fakultetas, Kineziterapijos ir grožio terapijos katedra

Tinkama rankų higiena yra viena iš pagrindinių infekcijų kontrolės strategijų ir gali sumažinti tiesioginio ar netiesioginio mikroorganizmų perdavimo tikimybę (Jing ir kt., 2020). COVID – 19 pandemijos metu padažnėjo dezinfekcijos ir papildomų higienos priemonių naudojimas. Taip pat padidėjo poreikis naudoti vienkartinės pirštines kasdieninėje aplinkoje (Jedruchniewicz ir kt., 2021). Tai paveikia rankų odos hidrolipidinį barjerą, gali sukelti odos sausumą, eritemą, sudirginimą, dermatitus bei estetiškas problemas (Saraogi ir kt., 2021). Tyrimo problema grindžiama probleminiu klausimu kokie yra rankų odos priežiūros principai COVID – 19 pandemijos metu.

Tyrimo objektas. mokslinėse duomenų bazėse paskelbtos publikacijos nagrinėjama tema.

Tikslas. Remiantis naujausiais moksliniais šaltiniais išanalizuoti rankų odos priežiūros principus COVID – 19 pandemijos metu.

Metodika. Publikacijų paieška buvo atliekama 2021 m. gruozdžio mėn. – 2022 m. kovo mėn. 4 mokslinėse duomenų bazėse ScienceDirect, PubMed, EBSCO ir SpringerLink.

Rezultatai ir išvados. Atlikus mokslinės literatūros analizę, pateikti tinkami rankų odos priežiūros principai išlaikant odos barjero vientisumą ir funkciją, įskaitant patarimus ir metodus kaip tinkamai plauti, dezinfekuoti ir sausinti rankas bei prižiūrėti rankų odą drėkinamaisiais ir kitais kosmetikos produktais, siekiant išvengti odos dirginimo ir kontaktinio dermatito.

Aptarti moksliniai duomenys gali būti panaudoti kuriant naujas rankų odos priežiūros strategijas.

Reikšminiai žodžiai: rankų oda, priežiūra, COVID – 19 pandemija

SERGANČIŪJŲ KORONARINĖ ŠIRDIES LIGA ŽINIOS APIE LIGOS KONTROLĖ

Rita Solovjova, doc. dr. Zyta Kuzborska, Laima Versekėnaitė

Vilniaus kolegija, Sveikatos priežiūros fakultetas, Slaugos katedra, Lietuva

Koronarinė širdies liga (KŠL) yra pagrindinė mirties priežastis ne tik Lietuvoje, bet ir visame pasaulyje. Apskaičiuota, kad 2019 metais nuo širdies ir kraujagyslių ligų (ŠKL) mirė 17,9 milijono žmonių, tai sudaro 32 % visų pasaulio mirčių. KŠL yra tapusi viena iš sveikatos problemų, kuri kartu sukelia didelę našta ne tik Lietuvai, bet ir visai Europos Sąjungai (ES). Jos priežiūra ES kasmet kainuoja apie 192 milijardus eurų. Vienintelis būdas sumažinti šios ligos pasireiškimą ir komplikacijų dažnumą – kontroliuoti rizikos veiksnius. Daugumos ŠKL galima išvengti atkreipiant dėmesį į rizikos veiksnius, tokius kaip rūkymas, nesveika mityba, nutukimas, fizinis neveiklumas ir žalingas alkoholio vartojimas. Taikant ankstyvo aptikimo strategijas, pažangų medicininį gydymą, keičiant gyvenimo būdą ir mažinant rizikos veiksnius, galima išvengti ŠKL. Akivaizdu, kad, norint gerinti sergamumo statistiką ir KŠL sergančiųjų ligos eigą, svarbu plėsti sergančiųjų žinias išskiriant rizikos veiksnius ir skatinti keisti gyvenimo būdą. Tad tikimasi šiuo tyrimu nustatyti ir palyginti moterų ir vyrų, sergančių koronarine širdies liga, žinias apie ligos kontrolę.

Tyrimo tikslas. Išanalizuoti ir palyginti vyrų ir moterų, sergančių koronarine širdies liga, žinias apie ligos kontrolę.

Metodika. Tyrimui atlikti pasirinktas kiekybinis anketinės apklausos metodas. Tyrime dalyvavo 72 asmenys, sergantys koronarine širdies liga. Respondentų amžiaus vidurkis 55,17±10,16 metai. Amžiaus moda – 54 metai. Tyrimas atliktas laikantis etikos principų. Apklausos atlikimo periodas vyko 2021 metų spalio – lapkričio mėnesiais socialiniuose tinkluose.

Rezultatai. Tyrimo metu buvo norima išsiaiškinti, ar respondentai, sužinoję apie KŠL diagnozę, buvo linkę stebėti ir koreguoti arterinį kraujo spaudimą (AKS), pulsą, cholesterolio kiekį. Tyrimo rezultatai parodė, kad mažiau nei du penktadaliai vyrų, ir daugiau nei ketvirtadalis moterų matuoja AKS kartą per dieną. AKS pokytis priklauso nuo įvairių išorinių veiksnių (kavos, alkoholio vartojimo, rūkymo, fizinis krūvis, triukšmo). Gauti tyrimo duomenys parodė, kad dauguma vyrų pažymėjo fizinį krūvį, o daugiau nei trys penktadaliai moterų pasirinko kavos vartojimą. Abi tiriamųjų grupės teigia žinantys AKS normą: beveik trys trečdaliai vyrų ir daugiau nei keturi penktadaliai moterų pasirinko tinkamą atsakymą. Respondentai teigia žinantys pulso normą: didžioji dauguma moterų ir daugiau nei trys ketvirtadaliai vyrų pažymėjo teisingą atsakymą. Trys trečdaliai vyrų ir keturi penktadaliai moterų atsakė, kad moka skaičiuoti pulsą. Rezultatai atskleidžia, kad daugiau nei trys penktadaliai moterų ir daugiau nei du penktadaliai vyrų skaičiuoja pulsą, kai pajunta savijautos pablogėjimą.

Siekiant išsiaiškinti respondentų žinias apie ligos valdymą, buvo užduotas klausimas apie cholesterolio kiekį kraujyje skatinančius veiksnius. Daugiausia tiriamieji kaip produktus, skatinančius cholesterolio didėjimą, rinkosi cukrų, sviestą ir sūrį. Cukrų pasirinko trys trečdaliai vyrų ir mažiau nei keturi penktadaliai moterų. Mažiau nei trys ketvirtadaliai moterų, rinkosi sviestą. Daugiau nei pusė vyrų rinkosi sūrį. Keturi penktadaliai vyrų ir trys ketvirtadaliai moterų stebi savo cholesterolio kiekį kraujyje, o beveik penktadalis vyrų nestebi savo cholesterolio rodiklių.

KŠL pasireiškimui mažinimui daugiau nei keturi penktadaliai sergančiųjų vyrų renkasi vaistų vartojimą, o mažiau nei trys ketvirtadaliai vyrų stengiasi laikytis sveikos mitybos principų. Daugiau nei du trečdaliai moterų labiau linkusios laikytis sveikos mitybos principų. O vartoti vaistus renkasi daugiau nei trys penktadaliai moterų.

Išvada. Nustatyta, kad vyrų, sergančių koronarine širdies liga, žinios apie ligos kontrolę yra geresnės nei moterų: mažiau nei du penktadaliai vyrų matuoja arterinį kraujo spaudimą bent kartą per dieną; daugiau nei keturi penktadaliai vyrų žino, kokie veiksniai lemia AKS rodiklius prieš matavimą; beveik visi vyrai žino normalaus arterinio kraujo spaudimo rodiklius; trys trečdaliai žino, kaip skaičiuojamas pulsas ir jį skaičiuoja bent kartą per dieną; keturi penktadaliai žino savo cholesterolio kiekį kraujyje; daugiau nei du penktadaliai žino, kokio tipo cholesterolį svarbu stebėti; beveik visi žino, kas skatina cholesterolio didėjimą; apie trys ketvirtadaliai žino, kaip tinkamai mažinti koronarines širdies ligos pasireiškimą.

Reikšminiai žodžiai: koronarinė širdies liga, žinios, ligos kontrolė

SERGANČIŲJŲ GREIVSO OFTALMOPATIJA AKIŲ POKYČIAI, TAIKANT SELENĄ IR IMPULSINIO MAGNETINIO LAUKO TERAPIJĄ

Prof. dr. Jūratė Janušauskienė, dr. Dalia Jarušaitienė, Laimis Ruškys

Lietuvos sveikatos mokslų universitetas, Medicinos fakultetas, Akių ligų klinika

Įvadas. Skyd liaukės ligų metu gali būti pažeidžiamos akys. Greivso oftalmopatija – tai lėtai progresuojanti savita autoimuninė liga, pažeidžianti už akies obuolio esančius audinius ir judinamuosius tiesiuosius akies raumenis. Gali būti vienos ar abiejų akių pokyčiai. Būdingi požymiai: minkštųjų audinių pakitimai (vokų, junginių paburkimas, paraudimas); išverstakumas (vienpusis ar abipusis); ragenos pokyčiai (šviesos baimė, ašarojimas, akių graužimas); regos pablogėjimas (dėl regos nervo suspaudimo tiesiaisiais akį judinančiais raumenimis); judinamųjų akies raumenų pažeidimas (judesių sutrikimas, dvejinimasis, žvairumas).

Nustatyta, kad selenas padeda palaikyti normalią imuninės sistemos, normalią skyd liaukės veiklą, apsaugoti ląsteles nuo oksidacinės pažeidimos. Pagrindinė seleno funkcija yra dalyvavimas antioksidacinėje sistemoje ir skyd liaukės hormonų metabolizme. Kintamojo magnetinio lauko terapija mažina akiduobės raumenų ir minkštųjų audinių paburkimą, gerina kraujotaką.

Tikslas - ištirti regos aštrumą, refrakcijos būklę, akių išverstakumą, sergantiems Greivso oftalmopatija, taikant seleną ir impulsinio magnetinio lauko terapiją, prieš ir po gydymo kurso.

Metodika. LSMU Akių ligų klinikoje buvo atlikti regėjimo aštrumo, refrakcijos ir akių išverstakumo tyrimai 44 sergantiems Greivso oftalmopatija (nuo 18 iki 64 metų amžiaus). Amžiaus vidurkis – 42,53m.

23 ligonių vartojo seleną (po 1 tabletę (100 µg) per dieną 30 dienų), taip pat jiems buvo taikyta žemo dažnio impulsinio magnetinio lauko terapija (trukmė - 10-15 min., kursas – 10 procedūrų).

21 ligoniui taikyta tik žemo dažnio impulsinio magnetinio lauko terapija. Duomenys buvo statistiškai ("SPSS 21.0") analizuojami prieš gydymą ir po 30 dienų gydymo kurso.

Rezultatai. Nustatėme pagerėjusį regėjimo aštrumą nuo $0,74 \pm 0,21$ iki $0,83 \pm 0,18$ ($p=0,05$) ir išverstakumo sumažėjimą nuo $18,22 \pm 1,76$ mm iki $17,49 \pm 1,61$ mm ($p=0,04$) sergantiems Greivso oftalmopatija, kurie vartojo seleno tabletes ir kuriems buvo atlikta impulsinio magnetinio lauko terapija palyginti su tais, kurie buvo gydomi tik magnetoterapija. Tuo tarpu abiejų grupių ligoniams refrakcijos būklė nebuvo reikšmingai pakitusi.

Išvados. Duomenys parodė padidėjusį regėjimo aštrumą ir sumažėjusį išverstakumą Greivso oftalmopatija sergantiems, vartojusiems seleno tabletes ir kuriems atlikta impulsinio magnetinio lauko terapija. Tai sietina su pagerėjusia akies mikrocirkuliacija, oksidaciniais procesais ir medžiagų apykaita. Nustatyta, kad sergant Greivso oftalmopatija, seleno vartojimas ir kintamo magneto terapija turi įtakos regos aštrumo pagerėjimui bei išverstakumo sumažėjimui.

Reikšminiai žodžiai: Greivso oftalmopatija, selenas, impulsinio magneto terapija

COMPARISON OF GROUP B VITAMIN CONTENT IN DIFFERENT BREAD TYPES SOLD IN TURKEY

Serra ORAK¹ Yeliz SERİN² Mustafa YAMAN¹

¹Istanbul Sabahattin Zaim University, Faculty of Health Sciences,
Department of Nutrition and Dietetic, Istanbul, Turkey

²Çukurova University, Faculty of Health Sciences,
Department of Nutrition and Dietetic, Adana, Turkey

Introduction. Bread, the main cereal product, is one of the most important foodstuffs consumed in the World (1). Although bread consumption varies according to years, it is reported that it is 70 kg per person per year in European countries (2). Cereals and cereal products; It is rich in B group vitamins, especially good source of vitamin B₁ (thiamine). These vitamins are mostly found in the crust and seed of cereal grains (3). However; in many countries, mainly used in refined forms of bread (4).

The aim of this study is to compare the B group vitamin contents of different bread types sold in Turkey.

Methods. Five different types of bread, which are widely sold in markets in Turkey, were included in the study. vitamin B₁ and B₂ and B₃ contents of breads were analyzed by HPLC fluorescence detector.

Results. The vitamins B₁, B₂, and B₃ content of bread types have been found to vary between 32±1-227±10 mcg/100g, 42±2 -524±24, and 664±30-973±44 mcg/100g, respectively.

Conclusions. B group vitamins may vary due to factors such as the raw material of the bread, the heat treatments applied to the bread, and the shelf life. For this reason, vitamin loss may occur in some products.

Keywords: Bread, B₁, B₂, B₃, vitamins, Turkey

MOKOMOJI PAAUGLIŲ NUTUKIMO IR VALGYMO SUTRIKIMŲ GYDYMO PROGRAMA

*Justina Linauskaitė-Kekė, Klaipėdos Jūrininkų ligoninė,
doc. dr. Aelita Skarbalienė, Klaipėdos universitetas, Sveikatos mokslų fakultetas*

Įvadas: pastaraisiais dešimtmečiais stebimas itin spartus globalinis nutukimo augimas, reiškiasi įvairaus pobūdžio stigmatos, sietinos su kūno mase, formuojasi tarp patyčių. Didelis vaidmuo tenka socialinėms medijoms, juose publikuojamam turiniui, darančiam įtaką įvairaus amžiaus žmonėms, jų požiūriui į kūną, jo proporcijas, gyvenimo būdą. Nuo nutukimo, iškreipto savęs ir savo kūno vaizdo, iškreipto kūno vaizdo pateikimo socialinėse medijose itin nukentčia jauni, bręstantys žmonės, atsiranda didelis socialinės paramos, edukacijos, teisingo požiūrio kūrimo trūkumas. Besivystanti iškreipto požiūrio, patyčių kultūra sukuria užburta ratą, kai, trūkstant tiek emocinės, tiek socialinės, tiek medicininės pagalbos, paaugliai, sergantys nutukimu, valgymą ima naudoti kaip emocinį ginklą, atsipalaidavimo, atsitraukimo būdą, kas savo ruožtu vėl prisideda prie kūno masės augimo. Nutukimas siejamas su socialine izoliacija, žema saviverte, negatyviu kūno paveikslo kūrimu, depresija, prasta gyvenimo kokybe. Kūno paveikslo suvokimas sietinas ir su kita, opia paauglių problema – valgymo sutrikimais. Tokie paaugliai taip pat patiria socialinę izoliaciją, jaučia nepasitenkinimą savo kūnu, bet nėra linkę ieškoti profesionalios pagalbos. Tiek nutukimas, tiek valgymo sutrikimai yra kompleksinės sveikatos problemos, pasireiškiančios vienu didžiausiu medicininio ir socialiniu neįgalumo laipsniu. Moksliniai tyrimai iliustruoja itin didelį edukacinį nutukimu ir valgymo sutrikimais sergančių paauglių ugdymo poreikį, specialistų švietimo bei naujo, modernaus požiūrio ir konsultavimo būdo trūkumą.

Tikslas: specializuotos grupės (apimančios medicinos specialistus, gydytojus pediatrus, psichiatrus, endokrinologus, dietologus/dietistus, psichoterapeutus, komunikacijos specialistus, medicinos profilio studentus) teikiančios edukacinę programą kitiems sveikatos priežiūros specialistams, konsultuojantiems nutukimu ir valgymo sutrikimais sergančius paauglius, sukūrimas. Edukacinės programos tikslas – sukurti standartizuotą, multidisciplininę edukacinę programą, išmokinti specialistus bendrauti ir teikti paramą paaugliams, sergantiems valgymo sutrikimais ir nutukimu, kurti naują ir modernų požiūrį į šias problemas.

Metodika: vadovėlio išleidimas, apimant skirtingų projekte dalyvaujančių Europos tautų (Lietuva, Čekija, Ispanija, Italija, Portugalija, Serbija) nutukimo ir valgymo sutrikimų istoriją, vyraujančias stigmatas, socialinės medijos transliuojamą požiūrį, nuomonės formuotojų daromą įtaką; multidisciplininės komandos sukūrimas (bendradarbiaujant Europos aukštojo mokslo įstaigų profesionalams iš Klaipėdos universiteto, Palackeho v Olomouci universiteto Čekijoje, Autonoma de Madrid universiteto Ispanijoje, Pixel-Associazione Culturale universiteto Italijoje, Instituto Politecnico de Braganca Portugalijoje, Univerzitet u Beogradu Serbijoje). Šių universitetų skirtingų specialybių profesionalų multidisciplininė komanda bendradarbiaudama sukuria mokslo įrodymais grįsta edukacinę programą, skirtą mokyti kitus medicinos ir ne medicinos specialistus, teikiančius pagalbą nutukimu ir valgymo sutrikimais sergantiems paaugliams; sukurtą edukacinę programą įtraukti į aukštesniųjų ir aukštųjų mokyklų specialistų rengimo programas, ši standartizuota programa būtų dėstoma gyvai/ nuotoliniu būdu ar kaip papildomas kursas, skirtas profesiniam tobulėjimui; sukurta edukacinė programa ir jos mokymosi rezultatai leistų šviesti visuomenę ir keisti vyraujančias nutukimo ir valgymo sutrikimų stigmatas bei požiūrį į pagalbos teikimą ir prieinamumą.

Išvados: nutukimo ir valgymo sutrikimų stigmatos, žalos išaiškinimas, istorinių faktų apibūdinimas bei naujo, konstruktyvaus požiūrio sukūrimas, aprašant skirtingų Europos tautų (Lietuvos, Čekijos, Ispanijos, Italijos, Portugalijos, Serbijos) patirtis vadovėlyje, skirtame medicinos profesionalams ir visuomenei; multidisciplininės edukacinės 7 savaičių programos, skirtos specialistų, teikiančių pagalbą nutukimu ir valgymo sutrikimais sergantiems paaugliams, sukūrimas ir pritaikymas praktikoje; programos panaudojimo monitoravimas, reikiamų korekcijų, pastabų teikimas; visuomenės edukacija ir naujo požiūrio į nutukimo ir valgymo sutrikimais sergančių žmonių problemą kūrimas bei propagavimas, pagalbos būdų išaiškinimas ir populiarinimas.

Raktiniai žodžiai: paaugliai, valgymo sutrikimai, nutukimas, edukacija.

PACIENČIŲ NUOMONĖ APIE DALYVAVIMĄ KRŪTIES VĖŽIO ANKSTYVOSIOS DIAGNOSTIKOS PROGRAMOJE

Karolina Vazgytė, lekt. Sigitas Griškonis

Klaipėdos universitetas, Sveikatos mokslų fakultetas, Visuomenės sveikatos katedra

Krūties vėžys yra viena iš labiausiai paplitusių onkologinių ligų tarp moterų, todėl labai svarbu sumažinti sergamumą ir mirtingumą nuo šios klastingos ligos. Vienas iš efektyviausių būdų – tai prevencinės programos. Lietuvoje yra vykdoma krūties vėžio ankstyvosios diagnostikos programa. Norint užtikrinti jos efektyvumą, reikia, jog dalyvautų reikiamas pacienčių skaičius. Deja dėl krūties vėžio, kas dvejus metus, pasitikrina tik kas antra moteris. Todėl labai svarbu nustatyti pacienčių nuomonę apie Lietuvoje vykdomą prevencinę programą ir išsiaiškinti kas paskatintu aktyviau dalyvauti joje.

Tikslas – Įvertinti pacienčių nuomonę apie dalyvavimą krūties vėžio ankstyvosios diagnostikos programoje.

Metodika. Tyrimas atliktas 2021 m. spalio-lapkričio mėn. LSMUL KK filialo Onkologijos ligoninėje. Atliktas kiekybinis tyrimas – apklausa raštu, kurioje dalyvavo 400 ligoninėje besilankančios 50 – 69 metų amžiaus moterų. Imtis buvo sisteminė. Statistinė duomenų analizė buvo atlikta naudojant „IBM SPSS statistics 26“ ir „Microsoft Office Excel“ programinius paketus.

Rezultatai. Tyrime dalyvavusios respondentės buvo nuo 50 iki 69 metų amžiaus moterų, kurios pagal išsilavinimą reikšmingai nesiskyrė, išskyrus nedidelę proporciją su pagrindiniu išsilavinimu (2proc.). Tiriamieji buvo dažniau buvo miesto gyventojai (35,8proc.). Kaimo gyvenvietėje gyvenantys 9,8 proc. tiriamųjų programoje dalyvavo, o 7,8 proc. – nedalyvavo. Didžioji dalis (89,8proc.) žinojo, kad Lietuvoje yra vykdoma krūties vėžio ankstyvosios diagnostikos programa, iš šeimos gydytojos, slaugytojos. Tyrimo metu nustatyta, jog prevencinėje programoje nedalyvavo reikiamas respondenčių skaičius, nes negavo pakvietimo dalyvauti krūties vėžio atrankinėje programoje arba bijojo ligos diagnozės bei atliekamos procedūros. Apklausoje dalyvavusios moterų pažymėjo, jog nemato tikslo dalyvauti, nes jaučiasi gerai. Tačiau respondentės sutinka, jog krūties vėžio patikra nėra laiko švaistymas, nes po atlikto mamografijos tyrimo mažiau nerimauja dėl krūties vėžio bei gali padėti anksčiau jo išvengti.

Išvados: Dalyvavimas programoje priklauso nuo išsilavinimo bei reguliaraus lankymosi pas šeimos gydytoją, taip pat pastebėta, jog pacientės kurių šeimoje artimieji sirgo onkologine liga, ypač krūties vėžiu yra dažniau motyvuotos dalyvauti patikroje. Apklausoje dalyvavusios moterų sutinka, jog atliktas mamografijos tyrimas gali padėti anksčiau išvengti krūties vėžio. Pacienčių nuomone, per mažai yra suteikiama informacijos apie krūties vėžį bei vykdomą prevencinę programą. Labai svarbu trumpesnės eilės pas šeimos gydytoją ir prieinamumo netolygumų sprendimas, siekiant aktyvesnio moterų dalyvavimo profilaktinėje patikroje.

Reikšminiai žodžiai: krūties vėžys, mamografija, krūties vėžio profilaktinė programa, dalyvavimas.

HOW WAS THE HEALTH OF CHILDREN UNDER ONE YEAR OF AGE IN THE BALTIC SEA REGION DURING THE LAST DECADE, 2010-2019?

Agnieszka Genowska¹, Vaiva Strukcinskaite², Krystyna Piekut³, Birute Strukcinskiene⁴

¹Medical University of Bialystok, Department of Public Health, Bialystok, Poland

²Vilnius University of Applied Sciences, Faculty of Health Care, Vilnius, Lithuania

³Medical University of Bialystok, Department of Obstetrics,
Gynaecology and Maternity Care, Bialystok, Poland

⁴Klaipeda University, Faculty of Health Sciences, Klaipeda, Lithuania

Introduction

Mortality rates under one year of age are important indicators of population health and the human welfare. Despite significant decrease of child mortality during recent decades, adverse birth outcomes remain an important public health challenge. Information about trends in infant mortality is scarce, especially in the Baltic Sea Region.

The aim of the study was to analyse how mortalities under one year of age have been changing in the eight countries of the Baltic Sea Region over the last decade, in 2010-2019.

Methods

Data on neonatal, postneonatal, infant mortality, and the main causes of death in the countries of the Baltic Sea Region obtained from Eurostat were used. In order to examine the changes associated with child mortality during the last decade, the Joinpoint regression analysis was performed. A summary measure of the trend over time - an Average Annual Percent Change (AAPC) with a 95% confidence interval was applied. All statistical tests were considered significant if p value was below 0.05.

Results

During the last decade, in the countries of the Baltic Sea Region the total mortality in the under one year of age group decreased from 3.8 to 2.8 per 1000 live births (by -3.4% per year). A dynamic reduction of mortality was mainly observed in Estonia, Latvia, Lithuania, and Poland. Neonatal mortality was decreasing slower compared to postneonatal mortality (in total by -2.6% per year and -5.0% per year, respectively). Main causes of death under one year of age were perinatal conditions (average 49.2%), congenital malformations (28.1%) and sudden infant death syndrome (6.0%). In all countries of the Baltic Sea Region over the years 2010 to 2019, the fastest decrease was observed in mortality due to sudden infant death syndrome (by -4.1% per year). Mortality rates from congenital malformations and perinatal conditions were declining by -3.5% per year and -2.6% per year, respectively. In Latvia, there was a sharp reduction in mortality in relation to all main causes of death in children aged under one year. In Poland, mortality due to perinatal conditions and congenital malformations decreased significantly. However, in the case of congenital malformations, the fastest changes in mortality were in Estonia (by -11.4% per year).

Conclusions

Countries of the Baltic Sea Region experienced beneficial changes regarding neonatal and infant health over the last decade. However, still observed health inequalities indicate a need of implementation the effective interventions aimed to reduce risks in prenatal and early life, mainly in Latvia, Lithuania, and Poland. Regular medical care before and during pregnancy can promote early detection of high risk of possible adverse birth outcomes.

Keywords

Trends, infant mortality, perinatal conditions, congenital malformations, Baltic Sea Region.

SVEIKATOS STIPRINIMO PROGRAMOS POVEIKIS PRIEŠMOKYKLINIO AMŽIAUS VAIKŲ FIZINEI SVEIKATAI

Reda Gedmintienė, doc. K. Skučas.

Lietuvos sporto universitetas. Fizinio aktyvumo ir visuomenės sveikatos studijų programa

Pasaulinės sveikatos organizacijos duomenimis mažas fizinis aktyvumas yra pagrindinis priešlaikinės mirties nuo neužkrečiamųjų ligų rizikos veiksnys. Atvirkščiai, reguliarus fizinis aktyvumas susijęs su mažesne širdies ligų, insulto, diabeto ir krūties bei storosios žarnos vėžio rizika bei pagerėjusia psichine sveikata ir gyvenimo kokybe. Visame pasaulyje 23% suaugusiųjų ir 81% paauglių (11–17 metų) neatitinka visuotinių fizinio aktyvumo rekomendacijų. 2020 metais buvo atliktas „Mokyklinio amžiaus vaikų gyvenimo tyrimas“. Tyrimo rezultatai atskleidė, kad fiziškai aktyvūs po pamokų (ne mažiau 60 minučių kasdien) yra tik apie 13,6 proc. Lietuvos vaikų, o net 25 proc. mokinių kasdien praleidžia 4 val. ir daugiau prie ekranų.

Tikslas – įvertinti priešmokyklinio amžiaus vaikų fizinių sveikatos rodiklių kaitą, taikant sveikatos stiprinimo fizinių pratimų programą

Metodai: Tyrimas vyko 2022 m. sausio 24 dienos iki vasario 25 dienos. Tyrimas buvo atliktas Klaipėdos miesto lopšelio/darželio „Liepaitė“ dvejose grupėse (Žvaigždučių ir kiškučių). Tyrime dalyvavo 30 priešmokyklinio amžiaus vaikų. Tyrimas sudarytas iš tėvų anketinės apklausos ir sveikatos stiprinimo fizinių pratimų programos taikymo priešmokyklinio amžiaus vaikams, eksperimentinis tyrimas. Tyrimo duomenys apdoroti Microsoft Word 2010 ir Excel 2010 kompiuterinėmis programomis. Tyrimas atliktas laikantis etikos principų.

Rezultatai. Apibendrinant gautos apklausos rezultatus galima teigti, kad didžioji dalis tėvų vaiko sveikatą įvertino labai gerai arba gerai. Kalbant apie fizinį aktyvumą, didžioji dalis tėvų su vaiku eina pasivaikščioti kasdien, kas antrą ar kas trečią dieną, o namuose dažniausiai juda nuo vienos iki keturių valandų. Lyginant pirmosios ir antrosios grupių fizinio pajėgumo rezultatus tarpusavyje prieš atliktą tyrimą jie beveik nesiskyrė, o palyginus grupių rezultatus po sveikatos stiprinimo programos nustatyta, kad pirmosios grupės pagerėjimas buvo geresnis lyginant su antrąja.

Išvados. Fizinis pajėgumas yra bendras organizmo gebėjimas prisitaikyti prie fizinio krūvio, o jos komponentai yra koordinacija, ištvermė, lankstumas, vikrumas, greitis ir pusiausvyra. Įvertintus priešmokyklinio amžiaus vaikų fizinio pajėgumo kaitą, taikant sveikatos stiprinimo fizinių pratimų programą, nustatyta, kad pirmosios ir antrosios grupių fizinio pajėgumo rezultatus lyginant tarpusavyje prieš atliktą tyrimą jie beveik nesiskyrė, o palyginus grupių rezultatus po sveikatos stiprinimo programos nustatyta, kad pirmosios grupės pagerėjimas buvo geresnis lyginant su antrąja.

Reikšminiai žodžiai: Ikimokyklinis ugdymas, fizinis aktyvumas, fizinis lavinimas.

KŪDIKIŲ IR JUOS AUGINANČIŲ MOTINŲ FIZINIS AKTYVUMAS BEI KŪDIKIŲ MOTORINĖS RAIDOS LAVINIMAS

Vaiva Strukčinskaitė,

Vilniaus kolegija, Sveikatos priežiūros fakultetas, Vilnius, Lietuva

Įvadas. Kūdikių ir vaikų sveikata yra aukščiausia vertybė formuojant sveiką visuomenę. Kūdikių ir vaikų fizinis išsivystymas, jo branda, fizinės ir psichinės sveikatos stiprinimas, tinkamos gyvenimo kokybės užtikrinimas ženkliai priklauso nuo vieno iš svarbiausių kūdikių ir vaikų sveikatos ir gyvenimo komponentų – fizinio aktyvumo. Naujausi moksliniai tyrimai teigia, kad mamų fizinis aktyvumas turi įtakos jų emocinei, fizinei ir psichinei sveikatai bei jų vaikų fiziniam aktyvumui.

Tikslas - kūdikių ir juos auginančių motinų fizinis aktyvumas bei kūdikių motorinės raidos lavinimas.

Metodika. Tyrime dalyvavo 1188 mamos, auginančios kūdikius ar mažus vaikus. Taikyta apklausa raštu socialiniuose tinkluose. Duomenys atspindi mamų nuo 20 iki 39 m. amžiaus subjektyvią nuomonę apie savo ir kūdikio/vaiko fizinį aktyvumą, savo psichinę sveikatą, žinias apie vaikų raidą. Tiriamųjų populiaciją sudarė: 2 proc. motinų iki 20 m. amžiaus, 1 proc. - virš 40 m. amžiaus, 49 proc. - nuo 20 iki 29, 48 proc. - nuo 30 iki 38 m. amžiaus. 5 proc. respondencijų augina vaikus iki 3 mėn. amžiaus, 11 proc. - nuo 3 iki 6 mėn., daugiausiai - 45 proc. augina kūdikius nuo 6 iki 12 mėn. ir 39 proc. - virš 12 mėn. amžiaus.

Rezultatai. Nagrinėjant subjektyvų tiriamųjų fizinio aktyvumo lygį paaiškėjo, jog 65 proc. motinų manė, kad jų fizinis aktyvumas yra per mažas, 31 proc. manė, kad - pakankamas ir tik 4 proc. mamų manė, kad jų fizinis aktyvumas yra didelis. Tik 3 proc. tiriamųjų kasdien atlieka bent 30 min. mankštą. 17 proc. motinų sportuoja 2 - 4 kartus per savaitę, 15 proc. - 1 kartą per savaitę. Net 65 proc. motinų teigė, kad jos niekada nesimankština. Analizuojant mamų nuomonę apie kūdikių fizinį aktyvumą buvo nustatyta, jog mažuma motinų (13 proc.) manė, kad jų kūdikių fizinis aktyvumas yra per mažas, 55 proc. mamų manė, kad - pakankamas ir trečdalis (32 proc.) manė, kad jos kūdikis yra labai aktyvus. Kūdikių fizinį aktyvumą atspindi laikas praleistas gulint ant pilvo. Pasaulio sveikatos organizacijos (PSO) duomenimis siektina, kad 3 mėn. kūdikis aktyviai gulėdamas ant pilvo praleistų 60 min. per dieną. Taigi tyrimo metu buvo pateiktas klausimas, kiek 3 mėn. kūdikis vidutiniškai praleisdavo laiko būdamas ant pilvo. 45 proc. mamų teigė, kad jos kūdikis gulėdavo ant pilvo iki 20 min. per dieną, 44 proc. - nuo 20 iki 60 min. ir tik 11 proc. mamų teigė, kad jų kūdikiai atitiko PSO rekomenduojamą 60 min. per dieną gulėjimo ant pilvelio laiką.

Tyrimo metu taip pat buvo analizuota, ar subjektyvia mamų nuomone jos yra patyrusios pogimdyvinės depresijos požymių: 61 proc. mamų teigė, kad - taip, o 39 proc., teigė, kad - ne. 88 proc. respondencijų nuomone jos buvo patyrusios padidėjusį nerimą. Be to, buvo analizuota, ar subjektyvia mamų nuomone jos turi pakankamai žinių apie kūdikių raidą. Rezultatai atskleidė, kad 55 proc. mamų mano turinčios nepakankamai žinių apie kūdikių raidą. 83 proc. motinų teigė, kad jų nuomone joms trūksta kokybiškos susistemintos informacijos apie kūdikių vystymąsi, svarbius raidos etapus, judėjimą ir jo lavinimą.

Išvados. Išanalizavus duomenis paaiškėjo, kad tiek mamos, tiek jų kūdikiai ir vaikai turėtų būti labiau fiziškai aktyvūs. Pagal gautus rezultatus galime spręsti, kad mamoms trūksta žinių apie kūdikių raidą, kūdikių fizinį aktyvumą, judėjimo įgūdžių lavinimą, fizinio aktyvumo ugdymą. Taip pat, svarbu skatinti motinų fizinį aktyvumą, skatinti jas kasdien skirti laiko fizinei veiklai, kad būtų gerinama jų fizinė ir psichoemocinė būklė bei stiprinama jų sveikata.

Reikšminiai žodžiai: Kūdikiai ir vaikai, fizinis aktyvumas, motinų fizinis aktyvumas, psichoemocinė būklė, sveikatos stiprinimas.

VILNIAUS KOLEGIJOS SVEIKATOS PRIEŽIŪROS FAKULTETO STUDENTŲ FIZINIS AKTYVUMAS COVID-19 PANDEMIJOS METU

Rasa Narušienė, doc. dr. Zyta Kuzborska

Vilniaus kolegija, Sveikatos priežiūros fakultetas, Slaugos katedra, Lietuva

Šiuolaikiniame pasaulyje fizinis aktyvumas yra vienas iš svarbiausių sveikatą gerinančių faktorių. Žmogaus kūnas yra sukurtas judėti, todėl norint, jog gyvybinės funkcijos veiktų tinkamai ir žmogus būtų sveikas, jam reikalinga nuolatinė bei reguliari fizinė veikla. Gebėjimas judėti bei palaikyti fizinį aktyvumą neribojant savęs yra itin svarbu žmogui kaip asmenybei. 2019 metais prasidėjęs Covid-19 viruso paplitimas visame pasaulyje labai stipriai paveikė žmonių fizinį gyvenimą. Pasak PSO duomenis nepakankamas fizinis aktyvumas yra ketvirtasis pagrindinis mirtingumo rizikos veiksnys, taip pat susijęs su didesne koronarinės širdies ligos rizika, apskaičiuota, kad 7% fiziškai neaktyvių žmonių serga antro tipo cukriniu diabetu, 10% krūties ir gaubtinės žarnos vėžiu. Tinkamas judėjimo gyvybinės veiklos palaikymas bei fizinio aktyvumo stoka ir jos sukeltos sveikatos problemos ypač aktualios bendrosios praktikos slaugos studijų programos studentams (taip pat ir kitoms Vilniaus kolegijos Sveikatos priežiūros fakulteto studijų kryptims), kadangi sveikatai pagerinti reikalingi slaugytojų bei kitų sveikatos priežiūros specialistų sudaryti slaugos planai ir pagalba.

Pasak Tarptautinės darbo organizacijos Europos Parlamento rezoliucijos dėl Covid-19 poveikio jaunimui ir sportui, jaunimas yra labiausiai veikiamas Covid-19 pandemijos bei karantino prarasdamas kokybišką prieigą prie savanoriavimo, mokslų bei užimtumo, todėl tikėtina, kad jie stipriausiai jaučia neigiamą poveikį savo sveikatos būklei. Lietuvos Respublikos Sveikatos apsaugos ministerijos teigimu: „įvairūs fizinio aktyvumo tyrimai rodo vis blogėjančią fizinio aktyvumo situaciją pasaulyje“.

Kadangi Covid-19 pandemijos metu ženkliai daugiau sėdima prie kompiuterių, darbai bei mokslai vyksta nuotoliniu būdu, dėl to žmonės jaučia stiprius neigiamus pokyčius fiziniam aktyvumui bei sveikatai, daugėja miego sutrikimų. Pandemijos metu Vilniaus kolegijos Sveikatos priežiūros fakulteto studijos vyko nuotoliniu būdu, todėl studentai nevykdami į fakultetą daugiau laiko praleido sėdėdami prie kompiuterių paskaitų metu. Iš to išskyla darbo problema: Vilniaus kolegijos Sveikatos priežiūros fakulteto studentų fizinio aktyvumo pakitimai Covid-19 pandemijos metu, skirtingų studijų krypčių studentų fizinio aktyvumo pokyčiai.

Tyrimo tikslas – išanalizuoti Vilniaus kolegijos Sveikatos priežiūros fakulteto II–IV kursų studentų fizinį aktyvumą Covid-19 pandemijos karantino metu.

Metodika. Tyrimui atlikti pasirinktas kiekybinio tyrimo metodas – anketavimas. Tyrime dalyvavo 192 II–IV kursų VIKO SPF studentų bendrosios praktikos slaugos studijų krypties bei kitų studijų krypčių (dietetikos, ergoterapijos, kineziterapijos, radiologų, kosmetologijos). Tyriamųjų amžiaus vidurkis $24 \pm 7,5$, amžiaus moda $Mo=21$. Tyrimas atliktas laikantis etikos principų. Atlikta duomenų statistinė analizė panaudojant Microsoft Excel Pivot Tables 2019 metų programa.

Tyrimo rezultatai: beveik dviem trečdaliams (59%, $n=114$) respondentų fizinis aktyvumas karantino metu sumažėjo, daugiau negu dešimtadaliui (14%, $n=26$) – padidėjo, o beveik trečdaliui (27%, $n=52$) – pokyčių nepastebėjo. Fizinis aktyvumas sumažėjo pusei (52%, $n=52$) bendrosios praktikos slaugos studentų, o likusių studijų krypčių – daugiau negu dviem trečdaliams (67%, $n=62$) studentų. Fizinis aktyvumas padidėjo mažiau negu penktadaliui (16%, $n=16$) bendrosios praktikos slaugos studentų, o kitų studijų krypčių – daugiau nei dešimtadaliui (11%, $n=10$) studentų. Fizinis aktyvumas nepakito daugiau nei trečdaliui (32%, $n=32$) bendrosios praktikos slaugos studentų bei daugiau nei penktadaliui (22%, $n=20$) kitų studijų krypčių.

Išvada. Bendrosios praktikos slaugos studijų programos studentų fizinis aktyvumas yra geresnis palyginus su visomis kitomis Vilniaus kolegijos Sveikatos priežiūros fakulteto studijų programomis, nes fizinio aktyvumo sumažėjimas šioje programoje buvo beveik penktadaliu mažesnis nei likusiose studijų programose.

Raktažodžiai: Covid-19 pandemija, fizinis aktyvumas, studentai

MOTERŲ INFORMUOTUMAS APIE FIZINIO AKTYVUMO NAUDĄ NĖŠTUMO METU

Augustė Urbelionytė, lekt. Rasa Zakarienė

Klaipėdos universitetas, Sveikatos mokslų fakultetas, Slaugos katedra

Moterų informuotumas apie fizinio aktyvumo naudą nėštumo metu didina besilaukiančiųjų sąmoningumą, gebėjimą įveikti baimę ir nerimą pakenkti vaisiui bei padeda valdyti nėštumo metu varginantį skausmą. Labai svarbu mokytis būsimas motinas apie patikimų informacijos šaltinių naudojimą lengvesnio nėštumo siekimui.

Tikslas - išanalizuoti moterų informuotumą apie fizinio aktyvumo naudą nėštumo metu.

Metodika. 2021m. vasario – kovo mėnesiais atliktas kiekybinis tyrimas. Naudotas instrumentas – online anketinė apklausa, kurią sudarė 23 klausimai. Anketa buvo patalpinta įvairiose socialinio tinklo „Facebook“ grupėse. Tyrimo imtį sudarė 164 moterys, kurių amžiaus vidurkis buvo 30,43±4,52 metų. Tyrimas atliktas laikantis etikos principų. Duomenų analizei naudotas statistinių programų paketas „SPSS 21.0.0.0 for Windows“.

Rezultatai. Atlikus apklausą, rezultatai parodė, kad nėštumo metu žymiai sumažėjo moterų užsiimančių fizine veikla lyginant su laikotarpiu iki nėštumo. Vertinant fizinio aktyvumo pokyčius nustatyta, kad iš sportuojančių iki nėštumo daugiau nei ketvirtadalis moterų nėštumo metu nutraukė fizinę veiklą. Analizuojant skausmo varginamas kūno dalis ir lyginant negalavimų vertinimus nėštumo metu, priklausomai nuo fizinio aktyvumo nėštumo metu, nustatyta, jog užpakalinės dubens dalies skausmas ir nuovargis statistiškai reikšmingai daugiau vargino fiziškai neaktyvias dalyves nei aktyvias. Pagal gautų rezultatų duomenis apie informacinių šaltinių naudojimą, ieškant informacijos apie fizinio aktyvumo naudą nėštumo metu, nustatyta, kad internetas, moksliniai straipsniai, nėščiujų mokymai ir gydytojų konsultacija buvo pagrindiniai respondenčių informaciniai šaltiniai ieškant duomenų apie fizinio aktyvumo naudą nėštumo metu.

Išvada. Daugelis moterų nėštumo metu yra nepakankamai fiziškai aktyvios, o dažniausia to priežastis - jog jos yra nepakankamai informuotos apie fizinio aktyvumo naudą nėštumo metu.

Reikšminiai žodžiai: nėštumas, fizinis aktyvumas, informuotumas.

IKIMOKYKLINIO AMŽIAUS VAIKŲ TĖVŲ SVEIKATOS RAŠTINGUMO SĄSAJOS SU FIZINIO AKTYVUMO IR MITYBOS ĮPROČIAIS ŠEIMOJE

Justina Kozienė, prof. Jonas (Liudas) Poderys
Lietuvos sporto universitetas

Šeima yra pagrindinė visų jos narių ir ypač vaikų, augimo ir gerovės aplinka. Tėvai tai pirmieji vaiko sveikatos ugdytojai, jiems tenka pagrindinė atsakomybė už vaiko vystymąsi ir auklėjimą. Nuo to, kokį pamatą jie sukuria sveikatai išsaugoti ir stiprinti ankstyvame vaiko amžiuje, nemažai priklauso ir mūsų ateities visuomenės sveikata. Tam, kad tėvai išugdytų savo vaikams tinkamus gyvenamosios įpročius, jie turi suprasti teikiamą informaciją apie sveikatos išsaugojimą ir mokėti ją pritaikyti, o tyrimai parodo, kad tėvų sveikatos raštingumas yra tiesiogiai susijęs su gyvenamosios įpročiais šeimoje (Buhr ir Tannen, 2020; Guo et al., 2018; Rapolienė ir kt., 2017). Augant vaikui, tėvai gali tiesiogiai veikti vaikų gyvenamosios įpročius, tokius kaip mityba ir fizinis aktyvumas, skatinant, siūlant ir kontroliuojant, bei apribojant tam tikrą elgesį, o netiesiogiai gali veikti perduodant savo gyvenamosios ypatumus ir nuostatas, rodydami pavyzdį. Todėl tikėtina, kad tėvai turintys aukštesnį sveikatos raštingumo lygį, gali efektyviau gerinti ir puoselėti tiek savo, tiek vaikų sveikatai palankios mitybos ir fizinio aktyvumo kasdienes įpročius.

Tikslas- įvertinti ikimokyklinio amžiaus vaikų tėvų sveikatos raštingumo sąsajas su fizinio aktyvumo ir mitybos įpročiais šeimoje.

Metodika. 2022 m. vasario mėnesį atliktas kiekybinis tyrimas, naudojant anketinės apklausos metodą, elektroniniu būdu apklausti Klaipėdos rajono ikimokyklinio amžiaus vaikus turintys tėvai, kurių vaikai lanko Klaipėdos rajono ikimokyklinio ir priešmokyklinio ugdymo programas organizuojančias ugdymo įstaigas. Viso apklausti 329 ikimokyklinio amžiaus vaikų tėvai. Duomenys apskaičiuoti naudojantis SPSS programinę įrangą (SPSS 20 versijos paketu) ir MS Excel programa. Duomenų analizei buvo naudoti aprašomosios statistikos metodai (duomenims apskaičiuoti dažniai (vnt. ir proc.). Tyrimo rezultatų palyginimui pagal socialines-demografines charakteristikas ir sveikatos raštingumo lygius buvo apskaičiuoti „Chi kvadrato“ testai. Ryšių tarp atskirų kintamųjų reikšmingumo nustatymui buvo naudojami *Spirmano* koreliacijos koeficientas. Visais atvejais statistiškai reikšmingu laikomas skirtumas, kai $p < 0,05$.

Rezultatai. Atlikus tyrimą, nustatyta, kad beveik pusė respondentų (46,5 proc.) priskiriami pakankamo raštingumo grupei, o 16,7 proc. – puikaus raštingumo grupei, tuo tarpu neadekvatų raštingumą turėjo 7 proc., o probleminių 29,8 proc. ikimokyklinio amžiaus vaikų tėvai. Aukštesnio sveikatos raštingumo asmenys reikšmingai dažniau nurodė, kad tiek jų, tiek vaikų mitybos racione dažniausiai vyrauja vaisiai, daržovės, grūdiniai ir pieno produktai. Renkantis maisto produktus parduotuvėse į kainą reikšmingai dažniau atsižvelgia neadekvataus ir probleminio sveikatos raštingumo lygio asmenys, o puikaus sveikatos raštingumo asmenys reikšmingai dažniau atsižvelgia būtent į naudą sveikatai. Kalbant apie fizinį aktyvumą, puikų sveikatos raštingumo lygį turintys asmenys, reikšmingai dažniau savo šeimas laiko aktyviomis ir dažniau renkasi laisvalaikį praleisti aktyviai, o patys tėvai bent 60 min. per dieną būna fiziškai aktyviais 4-5 dienas ir daugiau per savaitę. Neadekvataus sveikatos raštingumo lygio asmenys reikšmingai rečiau, lyginant su kitų raštingumo grupių atstovais, leidžia laisvalaikį su vaikais kartu vaikščiodami.

Išvados. Atlikus tyrimo duomenų analizę, nustatyta, kad aukštesnio sveikatos raštingumo asmenų šeimose, auginančiose ikimokyklinio amžiaus vaikus, būdingi sveikatai palankios mitybos ir fizinio aktyvumo įpročiai. Todėl galima teigti, kad būtina kelti gyventojų sveikatos raštingumo lygį, siekiant ugdyti sveikatai palankesnius gyvenamosios įpročius.

Reikšminiai žodžiai: ikimokyklinio amžiaus vaikai, sveikatos raštingumas, šeima, mityba, fizinis aktyvumas.

KELMĖS RAJONO 6-8 KLASIŲ MOKINIŲ POŽIŪRIO APIE GYVENSENĄ IR SVEIKATOS RAŠTINGUMĄ TYRIMAS

Lina Andrijauskienė, dr. Kristina Motiejūnaitė

Lietuvos sporto universitetas, Sveikatos mokslų fakultetas, Visuomenės sveikata ir fizinis aktyvumas

Moksleivių sveikatos raštingumas yra viena iš mokyklų bei visuomenės sveikatos biurų veiklos sričių. Todėl svarbu paanalizuoti, kokios yra teorijos ir praktikos sąsajos, t. y. moksleivių įgytų sveikatos žinių ir požiūrio apie gyvenimą sąsajos. Sveikatos raštingumo ir gyvenimo (bei elgesio keitimo modelių) sąsajos šiuo metu svarbios analizuojant tiek suaugusiųjų, tiek vaikų fizinės ir psichikos sveikatos sutrikimų priežastis ir galimas poveikio bei intervencijų formas. Dabartinėmis gyvenimo sąlygomis visuomenė patiria daug pokyčių, todėl tyrimai, nagrinėjantys su tuo susijusius gyvenimo būdo pokyčius, yra reikalingi geriau svarbūs, kad būtų galima objektyviai įvertinti sveikatos raštingumo intervencijų (mokymų) poveikį moksleivių sveikos gyvenimo formavimo lygiui, neigiamų padarinių mastą ir padėti politikos formuotojams, švietimo įstaigoms, mokinių tėvams (globėjams) ieškant sprendimų, kaip padidinti mokinių fizinio aktyvumo lygį ir išvengti su sėsliu gal geriau fiziškai neaktyviu gyvenimo būdu susijusių sveikatos sutrikimų.

Tikslas: Įvertinti Kelmės raj. 6-8 kl. mokinių požiūrio apie gyvenimą ir sveikatos raštingumą sąsajas.

Metodika: Atliktas kiekybinis Kelmės rajono 6-8-tų klasių moksleivių (n=205) tyrimas. Moksleiviai pildė anoniminį klausimyną, kurį sudarė klausimai apie mokinių požiūrį į gyvenimą ir sveikatos raštingumo žinių lygį. Statistinė aprašomoji analizė atlikta naudojant SPSS programą.

Rezultatai: 92,8 proc. šeštokų savo sveikatą įvertino kaip labai gerą ar gerą, kai tuo tarpu tokių septintokų buvo 86,9 proc., o aštuntokų - tik 79,5 proc. Šis savo sveikatos vertinimo skirtumas tarp moksleivių pagal klases statistiškai reikšmingas: $\chi^2(6) = 20,152^a$; $p > 0,05$ ($p = 0,003$). Nustatytas reikšmingas skirtumas pagal sveikatos vertinimo ir miegamų valandų skaičių per parą tarp moksleivių: $\chi^2(9) = 95,721^a$; $p < 0,05$ ($p = 0,000$). 95,5 proc. moksleivių, kurie miegojo daugiau kaip 8 val. per parą įvertino savo sveikatą, kaip labai gera ar gera.

Išvados: Mokinių požiūris į sveiką gyvenimą labai priklauso nuo turimų žinių, suvokimo apie sveikatą ir sveikatos raštingumo. Atliktas tyrimas, kurio metu įvertintas ryšys tarp jau turimų sveikatos raštingumo žinių ir gyvenimo įpročių. Gauti rezultatai yra ganėtinai prieštaringi. Tyrimo duomenimis mokiniai yra įgiję žinių apie sveikos gyvenimo įpročius ir jos naudą, yra labiau linkę laikytis sveikos gyvenimo principų nei tie, kurie neturi tokių žinių. Taip pat atliktas tyrimas parodė, jog žmogus, kuris turi žinių apie sveikatos raštingumą, ne visuomet tas turimas žinias pritaiko gyvenime. Vis dėlto galima teigti, jog įgytos žinios yra itin svarbus veiksnys, kuris gali turėti daug įtakos žmogaus gyvenimui.

Reikšminiai žodžiai: gyvenimas, sveikatos raštingumas, mokinių požiūris.

PHYSICAL EXERCISE CAPACITY OF PATIENTS RECOVERED FROM COVID-19 AFTER SUBSEQUENT REHABILITATION

Joanna Pietrzykowska, Katarzyna Witana-Hebda
Cracow School of Health Promotion, Cracow, Poland

Patients recovering from the coronavirus infection struggle with the consequences of the disease that require physiotherapeutic treatment. In this case, rehabilitation includes properly selected exercises for the respiratory muscles, respiratory rehabilitation, learning to relax and exercise. Patients' respiratory capacity is carefully assessed before and after rehabilitation treatment, which allows to indicate whether and to what extent an improvement in the patient's health has been achieved.

The aim of the study is to show the differences in the results of the assessment of the health condition and physical exercise capacity of patients before and after pulmonary rehabilitation after suffering the COVID-19 disease.

Methods. The study was performed on a group of 50 patients (15 women, 35 men; mean age 59.4 years) undergoing pulmonary rehabilitation in January 2022 in the rehabilitation department of a pulmonary hospital in southern Poland. Patients' respiratory capacity was assessed before and after rehabilitation using the walk test, mMRC test, Barthel's scale, CAT questionnaire and Borg's scale. To assess the selected values before and after rehabilitation, the pair test was used. To assess the relationship between the results of the walk test and the selected variables, the correlation coefficient was calculated. A significance level of $p < 0.05$ was adopted in all the tests performed.

Results. The results of the research clearly indicate the improvement of the physical exercise capacity of the respondents after undergoing rehabilitation. There was a statistically significant improvement in all patients and in each of the methods of assessing respiratory efficiency. The result of the walk test after rehabilitation increased by an average of 180.8 m ($p < 0,0001$). The result of the Borg scale measurement decreased significantly, and the average difference was 3.3 points ($p < 0,0001$). The result of the CAT test after rehabilitation decreased by an average of 5.5 points ($p < 0,0001$). The mMRC level of dyspnea also decreased by an average of 1.0 point ($p < 0,0001$). The result of the measurement using the Barthel scale increased significantly, and the mean difference was 4.3 points ($p = 0,0001$). Age and the presence of comorbidities were significant factors influencing the outcome of post-covid rehabilitation in the walking test.

Conclusions. Rehabilitation following the COVID-19 disease brings a significant improvement in patient respiratory capacity and general fitness, assessed by the walk test. This improvement is visible in all patients, even in old age and with comorbidities. There is an urgent need for extensive rehabilitation aimed specifically at COVID-19 patients.

Keywords: COVID-19, rehabilitation, walk test, respiratory efficiency.

SAUGI BENDRUOMENĖ: NAUJOS KRYPTYS LINK SAUGOS STIPRINIMO

Prof. dr. Birutė Strukčinskienė¹, doc. dr. Raimondas Buckus², Aistė Jeriomenkaitė¹,

¹Klaipėdos universitetas, Sveikatos mokslų fakultetas, Visuomenės sveikatos katedra, Klaipėda, Lietuva

²Vilniaus universitetas, Medicinos fakultetas, Sveikatos mokslų institutas,
Visuomenės sveikatos katedra, Vilnius, Lietuva

Įvadas. Saugos stiprinimo klausimai pastaruoju metu yra ypač aktualūs. Pastaraisiais dešimtmečiais saugios aplinkos kūrimo, sužalojimų prevencijos ir saugos stiprinimo, saugos bendruomenėje, saugos vietiniu, nacionaliniu ir tarptautiniu lygmenimis klausimai yra prioritetingos visuomenės sveikatos, sveikatos politikos formavimo bei sveikatinimo sritys. Tyčinių ir netyčinių sužalojimų, smurto preventavimo ir taikos stiprinimo tematika reikalauja padidinto dėmesio.

Tikslas. Pristatyti tarptautinę Saugios bendruomenės programą, jos kontekste vykdomus projektus ir kryptis saugai bendruomenėje stiprinti.

Metodika. Taikyta mokslinės literatūros apžvalga, aprašomoji analizė, dokumentų ir dokumentinių šaltinių analizė. Buvo naudotos ataskaitos, nutarimai, rezoliucijos, tarptautinių mokslo renginių – konferencijų, seminarų medžiaga. Darbe naudoti dokumentai ir dokumentiniai šaltiniai yra pirminiai, reguliatyviniai/direktyviniai, komunikatyviniai ir informaciniai.

Rezultatai. Saugios bendruomenės programa buvo sukurta Švedijoje, o vėliau išplito Europos šalyse ir visame pasaulyje. Įvairūs tarptautiniai mokslo šaltiniai atskleidžia, kad Saugios bendruomenės programa yra efektyvi ir naudinga vietos bendruomenei, o kartu ir pasaulio bendruomenei. Be to, tai yra tinkamas ilgalaikės prevencinės sveikatos ir saugos stiprinimo programos pavyzdys, gerosios patirties pavyzdys. Ilgalaikės saugos stiprinimo programos yra vertingesnės, kadangi jos formuoja nuostatas, keičia požiūrį į esamą visuomenės sveikatos problemą, deda pamatus pozityviam gyvenimo normų suvokimui.

Saugios bendruomenės koncepcija remiasi septyniais Pasaulio sveikatos organizacijos patvirtintais kriterijais. Tarptautinė Pasaulio sveikatos organizacijos palaikoma Saugios bendruomenės programa yra kompleksinė, koordinuojama programa, paremta tarpsektoriniu, horizontaliu ir vertikaliu bendradarbiavimu. Bendradarbiavimas vietiniu, nacionaliniu, tarptautiniu ir regioniniu lygmenimis, dalyvavimas Saugių bendruomenių tinklų veikloje užtikrina visuomenės sveikatos, sveikatos politikos, saugos stiprinimo specialistų ir ekspertų galimybę keisti patirtimi, plėtoti ir tobulinti sveikatos bei saugos stiprinimo, prevencines veiklas, vykdyti saugių bendruomenių veiklos plėtrą ir sklaidą.

Tai yra ilgalaikė, nuosekliai stabiliai vykdoma programa. Jos projektai apima visas amžiaus grupes, įvairias aplinkas, tikslines saugos bei sveikatos sritis. Joje atskiras dėmesys skiriamas jautresnėms amžiaus grupėms (vaikams, paaugliams, pagyvenusiems žmonėms) ir padidintos rizikos aplinkai (pvz. eismo saugai, vaiko saugai, smurto prevencijai ir kt.). Programos įgyvendinimo metu vykdoma stebėseną, priežasčių analizė, programos vertinimas. Programos veikloje aktyviai dalyvauja vietos bendruomenė.

Pasaulio sveikatos organizacija rekomenduoja taikyti Saugios bendruomenės modelį, kuris tinka vaikų ir suaugusiųjų sužalojimams mažinti, kelių smurtiniams sužalojimams užkirsti bei saugai mieste, rajone, vietovėje, regione, apskrityje, kurioje yra susikūrusi Saugi bendruomenė, stiprinti.

Išvados. Tarptautinė Saugios bendruomenės programa skirta tyčiniams/smurtiniams ir netyčiniams sužalojimams preventuoti ir saugai stiprinti. Saugios bendruomenės programos taikymas įgalina trečdaliu sumažinti mirtingumą nuo sužalojimų ir nemirtinų sužalojimų skaičių. Taip pat, šios programos priemonės padeda mažinti traumatizmo riziką, kurti saugią bei sveiką aplinką ir stiprinti saugą bendruomenėje.

Reikšminiai žodžiai: Sauga, saugos stiprinimas, saugi bendruomenė, saugios aplinkos kūrimas, sužalojimų ir smurto prevencija.

V SEKCIJA / FILOSOFIJOS
V SECTION/ PHILOSOPHY

ARCHITECTONICS OF EXISTENTIAL MIGRATION DURING PANDEMIC IN LATVIA

Kiope Māra,

Institute of Philosophy and Sociology, Latvia University, Latvia

In the modern academic world Human geography has become an interdisciplinary science with a deeper study of migration and demographic processes. This new turn is reflected in the State Research Program implemented by the Faculty of Geography and Earth Sciences of the University of Latvia in the project *DemoMigPro* ('New research solutions on demographic and migration processes for the development of the Latvian and European knowledge society'. VPP-Letonika-2021/3-0002). For the first time in the study of human geography together with lawyers, sociologists, demographers, and migration specialists also religious science and philosophy researchers are involved. Namely, the project explores for instance how religious communities can help migrants such as Vietnamese and Pakistani Catholics if to mention few to integrate into Latvian society. For its part, philosophy can offer a deeper insight into the factors based on the human person that influence migration processes and could explain them from the perspective of human experience. Thus, in the context of the project study, an analysis of existential migration is offered.

Home is not only connected with the territory, but is the result of human interactions, which are able to arise home feeling in every time and place. Here the use of concept of *existential migration*, invented by phenomenologist and psychotherapist G. Madison allows us to provide the understanding of Home experience. In opposite to the "Home experience" Madison describes an *existential migration*. He stresses, that existential migration seems to sustain enhanced possibilities for self-awareness; authenticity arising from confrontation with the alien and the non-ordinary, though this possibility must be chosen. 'Authentic homelessness' may offer the potential for human dwelling in awareness of the *unheimlich* dimension of existence. In this way, the concept of existential migration clarifies the possibility that 'home' in its conventional sense constitutes true exile from values such as authenticity, awareness, pursuing self-potential, freedom, and valuing the ineffability of existence. In terms of existential migration, the suggestion is that we are not-at-home not because we have been exiled from home, but rather because we have been exiled by home from ourselves. Consequently it is possible to speak about the Home experience in connection with authenticity of human being. Therefore applying this research tool to the analysis of the new global pandemic situation, it is possible to discover the most basic structures of the human experience, which lies in the basis of migration phenomenon.

The Aim of this research is to describe architectonics of existential migration in the context of the pandemics.

Methodology presupposes the analysis of the architectonics' problem in the history of philosophy. One could refer to Aristotle's ontology of human engagement with the world or refer to Immanuel Kant's architectonic principle in the transcendental doctrine of method by which he means "the unity of the manifold of cognitions under one idea". The phenomenological description of the existential migration architectonics provides the theoretical evidence of this specific human experience. Following hermeneutical approach it's possible to explain the specific epistemological state of human mind, when it must process an immense amount of other human mind's production, namely images, speeches and writings, dealing with the reality in a specific form of expression, which builds up the mirror of culture.

Results of this sub research promotes methodology of the project research.

Conclusions serve for the project research aim to understand better the phenomenon of the migration.

Keywords: Existential migration, architectonics (philosophical), human experience, authentic being, epistemology.

FILOSOFINĖ PRAKTIKA KAIP TERAPIJOS FORMA IR KAIP FILOSOFIJOS REABILITACIJA

Tomas Sodeika,

Humanistinės ir egzistencinės psichoterapijos institutas

Filosofinė praktika – tai tokia darbo su klientu forma, kai, išnaudojant klasikinėse bei moderniose filosofinėse koncepcijose glūdintį „terapinį“ potencialą, siekiama padėti konkrečiam žmogui atrasti jį kankinančių vidinių konfliktų priežastis, aiškiau įsisąmoninti savo egzistencinę būklę ir tuo būdu įveikti vidinį diskomfortą. Filosofinė praktika remiasi tokia filosofijos samprata, kurią puikiai nusako ši IV-III a.pr.Kr. gyvenusio graikų filosofo Epikūro ištara: „Filosofų kalbos, kurios negali pagelbėti kenčiančiam žmogui, tėra tušti plepalai. Niekam nereikalingas toks gydymo menas, kuris nepajėgia pagydyti kūno, lygiai taip pat niekam nereikia ir tokios filosofijos, kuri nemalšina sielos kančių.“

Filosofinė praktika filosofiją traktuoja ne tiek kaip teoriją, abstrakčiomis sąvokomis bandančią paaiškinti tikrovės prigimtį, o kaip konkretaus žmogaus savižinos gilinimo veiklą. Šiuo požiūriu filosofinę praktiką galima traktuoti kaip galima išeitį iš gilios krizės, kurioje atsidūrė šiuolaikinė filosofija.

Tikslas – apibrėžti filosofinės praktikos santykį, iš vienos pusės, su psichoterapija, o iš kitos – su teorine filosofija.

Metodika. Filosofinė praktika ir egzistencinės psichoterapijos praktika analizuojamos taikant fenomenologinį metodą.

Rezultatai. Gretinant filosofinę praktiką su humanistine psichoterapija išryškėjo esminė šių praktikų giminystė ir sykiu galimybė sugrįžti prie filosofijos autentiškos, pirmapradės formos.

Išvados. Filosofinėje praktikoje taikomą pagrindinę darbo su klientu formą galima apibūdinti kaip pratybas, kurių tikslas – pasitelkiant fenomenologijos, egzistencijos filosofijos, filosofinės hermeneutikos ir dialogo filosofijos sąvokinį aparatą bei mąstymo formas, padėti konkrečiam žmogui išsiugdyti sugebėjimą aiškiau suvokti ir intensyviau bei prasmingiau išgyventi savo buvimą pasaulyje.

Reikšminiai žodžiai: filosofinė praktika, egzistencinė psichoterapija, filosofijos terapinis potencialas

AR MŪSŲ ATEITIS – PERMANENTINĖ KRIZĖ?

Prof. dr. Tomas Kačerauskas

Vilniaus Gedimino technikos universitetas, Filosofijos ir kultūros studijų katedra
tomas.kacerauskas@vilniustech.lt / csbproject.lithuania@gmail.com

Įvadas. Pirmiausia, kas krenta į akis kalbant apie krizes, yra jų netikėtumas. Pandemija, kaip ir karo krizė, užklupo visiškai nelauktai, nes nieko panašaus neatsimename. Ar tikėjimas technologiniu progresu ir užtikrinta ateitimi nėra didžiausia kliūtis įveikti krizes, kurios savaip naikina mūsų ateities planus? Ar nuostata, kad ateitis „išskaičiuojama“, nėra didžiausia kliūtis bandant perprasti ją? Ar forsuojamas ateities progresas ir nėra tai, kas sukelia didžiausias krizes, kurios galiausiai palaidoja mūsų ateities planus? Galbūt ateičiai labiau pasitarnaus negalvojimas apie ją, kaip suplanuotą ir išskaičiuotą?

Tikslas – filosofiniu požiūriu panagrinėti krizes, įskaitant pandeminę, situacijas technologinės pažangos aplinkoje.

Metodika. Hermeneutinė ir fenomenologinė prieigos, filosofinės poetikos priemonės, kultūrinės regionalistikos bei komparatyvistikos nuostatos.

Rezultatai. Pandemija ir karo krizė parodė, kad atvirumas gali būti pražūtingas, o atviri gali būti tiek, kiek išliekame saugūs. Kita vertus, atvirumas būtinas demonstruojant paramą nukentėjusiai pusei. Šios dialektikos aspektai – saugumo ir drąsumo, tolumos ir artumos sąveikos.

Išvados. Pandemija parodė namų su namiškiais svarbą. Namų metafora iliustruoja atvirumo ir uždarumo dialektiką. Viena, namai saugotini nuo bet kokio įsibrovimo. Kita, namai atvertini pasaulio patirtims.

Reikšminiai žodžiai: krizė, pandemija, namai, atvirumas, uždarumas.

VYDŪNIŠKOSIOS ŽMONIŠKUMO SAMPRATOS RAIŠKA SUPERVIZIJOJE

Doc. dr. Indrė Dirgėlienė

Klaipėdos universitetas, Sveikatos mokslų fakultetas, Socialinio darbo katedra

Vydūniškojoje žmoniškumo sampratoje vyrauja sisteminis požiūris, aktualinamas būties klausimas, žmogus kviečiamas atsakomybei su jį supančia aplinka, dominuoja nuolatinis skatinimas pažinti ir tobulinti save – judėti link nušvitimo.

Ši Vydūno filosofijos kontekstą atliepia socialinio darbo - pagalbos žmogui profesijos misija ir tikslas. Socialiniai darbuotojai artimai prisiliečia prie žmogaus gyvenimo, skatindami jį pozityviems pokyčiams, ieškodami būdų sėkmingam į(si)galinimo procesui. Socialinio darbuotojo asmenybė ir jo žmogiškosios savybės šiame procese įgyja ypatingą reikšmę. Supervizija kaip profesinių santykių konsultavimo paslauga pirmiausia pradėta naudoti socialinio darbo lauke. Tad kokie vidiniai virsmai vyksta supervizijoje? Ar ji gali padėti „auginti“ žmoniškumą?

Tikslas: atskleisti Vydūniškosios žmoniškumo sampratos raiškos aspektus socialinio darbo supervizijoje.

Metodika: mokslinės literatūros analizė, patirties refleksija (remiamasi straipsnio autorės supervizijos praktika). Metodologinės nuostatos – diskurso bei egzistencinė – humanistinė teorijos.

Rezultatai. Socialinį darbuotoją labai artimai palietė Covid 19 situacija, o šiuo metu ir karas Ukrainoje, darbas su karo pabėgėliais tampa nauju iššūkiu. Egzistencinio nerimo situacijos veikia darbuotojo vidinį pasaulį, skatina ieškoti prasmės, kurti ir tobulinti savo gyvenimo filosofiją, dažnai reikalauja ir specialių kompetencijų. Supervizija gali padėti išgyventi sisteminių pokyčių ir kitas situacijas, priimti jas kaip iššūkį veikti; šioje situacijoje labai ryškus Vydūniškosios žmoniškumo sampratos atspindys – tampama žmogumi sau, tautai ir pasauliui. **Išvada.** Vydūniškoji žmoniškumo samprata yra labai artima tiek socialinio darbo, tiek supervizijos procesui, „žadinti žmoniškumą“ – neatsiejama šių profesinių sričių misijos dalis.

Reikšminiai žodžiai: Vydūno filosofija, žmoniškumas, supervizija, socialinis darbas

VYDŪNO IDĖJOS ŠIANDIEN

Juozas Augutis¹, Vytautas Šiaudytis²

¹Vytauto Didžiojo universitetas, akademikas

²Lietuvos menų ir mokslo asociacija „Vydūno šviesa“, doc., dr.

Įvadas. Vydūno 150 metų jubiliejų mums pavyko įamžinti, parašant ir išleidžiant keturlogiją apie jį „Vydūno dvasia amžinai gyva...“. Pirmoji keturlogijos knyga „Vydūno idėjų gyvastis“ buvo išleista pasitinkant jo 150 metų jubiliejų. Antroji keturlogijos knyga „Vydūno 150 metų jubiliejinis minėjimas“ buvo skirta pačiam jo 150 metų jubiliejui. Trečioji keturlogijos knyga „Vydūnas – mūsų epochos šviesulys“ buvo įkvėpta jubiliejiniame minėjime kilusių idėjų bei užsimezgusių bendradarbiavimo vydūnistikos srityje ryšių ir išleista po jo 150 metų jubiliejaus. Trečiojoje keturlogijos knygoje pasaulinis mokslininkas, SSRS Medicinos Mokslų Akademijos akademikas, Rusijos Mokslų Akademijos akademikas, Lietuvos Mokslų Akademijos akademikas Jurgis Brėdikis rašė: „Reikia dėkoti tiems atsidavusiems jo sekėjams ir džiaugtis, kad Lietuvoje paskelbti Vydūno metai, kad plačiai vyksta jo paminėjimai, kad iš naujo originaliai išleistos jo knygos, taip pat monografija apie jį, paminklais įamžinama atmintis. Tai rodo, kad Vydūnas yra vertinamas, tačiau baiminuosi, ar praėjus 2018 metams jis nebus primirštas. Tikslinga būtų Vydūnui daugiau laiko skirti mokyklų mokymo programose, atgaivinti jo pjeses, analizuoti jo mintis ir pažiūras žiniasklaidoje.“ Čia išsakytos akademiško mintys mus įkvėpia ir įpareigoja toliau gilintis į Vydūno kūrybinį palikimą bei jį propaguoti. To rezultate buvo išleista ketvirtoji keturlogijos knyga „Vydūno idėjos – patikrintos laiko“. Ši keturlogija įkvėpė mūsų koleges prof. J. Jankauskienę ir V. Ruškienę parašyti ir išleisti ypač aktualią šiandienai knygą apie Vydūną „Vydūnas. Pasirinkęs tautinės dvasios žadintojo kelią“. Klaipėdos universitete jau daugelį metų vyksta Vydūnui skirtos konferencijos ir ypač Sveikatos mokslų fakultetas grindžia savo veiklą Vydūno sveikos gyvensenos idėjomis. Sėkmingai veikia trys Vydūnistikos tyrimo centrai: Klaipėdos universitete, Lietuvos menų ir mokslo asociacija „Vydūno šviesa“, Vytauto Didžiojo universitete. Visa tai aktualu ir šiandien.

Tikslas. Atkreipti dėmesį į vydūnistikos tyrimų aktualumą ir išreikšti vydūnistikos tyrėjų nusivylimą, kad ši konferencija yra tik buvusi Vydūno vardo. Vydūnas buvo turbūt žymiausias Lietuvos kovotojas prieš fašizmą, buvo suimtas ir kalėjo kalėjime. Taip pat jis buvo pristatytas Nobelio premijai, bet fašistai sutrukdė ją gauti. Lietuva turi didžiulį turėdama tokį kovotoją prieš fašizmą. Visi antifašistai džiaugtųsi, jei Klaipėdos universitetas ir ateityje organizuotų Vydūno vardo konferencijas. Nidoje galėtų būti Vydūno namelis, kuris kartu būtų ir muziejumi, nušviečiančiu šią antifašistinę kovą.

Metodika. Išvystytas bendradarbiavimas tarp daugelio vydūnistikos tyrėjų Lietuvoje.

Rezultatai. Išleista keturlogija apie Vydūną, įkvėpianti naujiems vydūnistikos tyrimams.

Išvados. Tikslinga Klaipėdos universitete ir ateityje organizuoti Vydūno vardo konferencijas.

Reikšminiai žodžiai: sveika gyvensena, vydūnistika, Vydūno vardo konferencijos.

VAIŽGANTAS IR VYDŪNAS APIE SVEIKATĄ

Remigijus Jakulevičius,

VDU lietuvių literatūros mokslų magistras, J. Tumo-Vaižganto buto-muziejaus darbuotojas

Juozas Tumas-Vaižgantas (1869 - 1933) – vienas žymiausių 19 – 20 a. Lietuvos rašytojų, prozininkas klasikas, publicistas, nepriklausomos Lietuvos kūrėjas, dvasininkas, humanitarinių mokslų daktaras (1929). Vilhelmas Storosta-Vydūnas (1868 - 1953) – vienas žymiausių Lietuvos filosofų, rašytojas, publicistas, kultūros ir visuomenės veikėjas, humanitarinių mokslų daktaras (1927). Vaižgantas ir Vydūnas vienas kitą pažinojo, buvo ne kartą susitikę, domėjosi vienas kito kūryba. Nors J. Tumas rėmėsi Vakarų (katalikų), o V. Storosta Rytų (dažniausiai induistų) tikėjimu, fundamentalius būties dėsnius jie dažnai suprato labai panašiai. Išsami šių garsių Lietuvos mąstytojų raštų analizė leidžia atrasti daug konstruktyvių paralelių mokslo, visuomenės, politikos, etikos, filosofijos, religijos ir kitose srityse. Tokie tyrinėjimai turi didelę mokslinę ir visuomeninę prasmę ir vertingą perspektyvą.

Temos aktualumas. Šiuo atveju glaustai aptarsime, kaip Vaižgantas ir Vydūnas suprato žmogaus sveikatą, kaip siūlė sveikatą saugoti, stiprinti ir susigrąžinti. Apie Vydūno požiūrį į žmogaus sveikatą jau yra tikrai ne kartą ir gana išsamiai kalbėta. Tačiau į Vaižganto raštų palikimą šiuo aspektu dar nebuvo pažvelgta. Šių rašytojų išvalgų sugretinimas padeda kur kas geriau suprasti ir išsigrūninti jų abiejų mintis. Vaižganto lengvas ir universalus vizualumas padeda geriau suprasti gilių Vydūno filosofinių išvalgų prasmę. Ir Vydūno filosofija paryškina ir atskleidžia grakščių Vaižganto vizijų gelmę. Pagaliau, dabar ši tema yra tikrai aktuali visame pasaulyje. Ji padeda suprasti, kad su pandemija tvarkėmės labai vienpusiškai. Ši studija dar kartą primena, kad kalbant apie sveikatą yra labai svarbu žmogų suprasti kaip visumą – fizinę ir dvasinę vienovę.

Darbo tikslas – palyginti J. Tumo-Vaižganto ir V. Storostos-Vydūno požiūrį į sveikatą, atrasti ir paryškinti panašumus. **Tyrimų metodas** – komparatyvistinis. Taikoma lyginimų metodika, pagrįsta istoriniu priešastingumo principu, mąstymo konvencijų bendrumo suvokimu ir filosofinių vertybių gradacija.

Rezultatai. Nors Vaižganto mintys apie sveikatą paprastai yra labai fragmentiškos, lengvos ir vaizdingos, suartinę jas su Vydūno mintimis gauname fenomenalią sinergiją. Abiejų mąstytojų mintys viena kitą puikiai papildo ir padeda dar geriau suprasti, kaip žmogaus fizinio kūno sveikata priklauso nuo jo dvasinio pasaulio tvarkos.

Išvados. Abu Lietuvos mąstytojais, Juozas Tumas-Vaižgantas ir Vilhelmas Storosta-Vydūnas, teigė, kad žmogus yra ne tik fizinė, bet, visų pirma, dvasinė būtybė. Žmogus Žemėje gyvena tam, kad šis pasaulis visiems būtų geresne ir gražesne vieta gyventi. Visi sunkumai ir ligos yra tik tam, kad tobulėtų žmogaus siela, tautos ir viso pasaulio dvasia. Dėl to gyvendamas Žemėje žmogus patiria labai sparčią dvasinę evoliuciją. Kas atranda, pakankamai gerai pažįsta, atskleidžia ir tobulina savo dvasią ir pasaulį, gali įveikti didžiausius gyvenimo sunkumus ir ligas.

Reikšminiai žodžiai: Vaižgantas, Vydūnas, sveikata.

LIGONINĖS DARBUOTOJŲ INDIVIDUALIZMO SĄSAJOS SU PRIVALOMO SKIEPIJIMO DĖL COVID-19 REZULTATAIS

lekt. dr. Jonas Tilvikas

Klaipėdos universitetas, Sveikatos mokslų fakultetas,
Holistinės medicinos ir reabilitacijos katedra

Kovoje su COVID-19 pandemija PSO remia populiacijos („bandos“) imuniteto susidarymą skiepijant ir neleidžiant virusui nekontroliuojamai plisti tarp gyventojų. Šiam tikslui vykdytos ir tebevykdomos vakcinacijos programos, kurių vienas iš sėkmės garantų galėtų būti tarpasmeninis bendruomenės narių sutarimas, neatsiejamas nuo bendruomenės narių individualizmo. Remiantis skirtingais tyrimais individualizmas, viena vertus didina rezistentiškumą vakcinacijai, kita vertus gali prisidėti prie vakcinacijos skatinimo. Taip pat pastebėta, kad bendruomenės ar grupės žmonių individualūs siekiai gali būti nenuoseklūs ar net prieštaringi.

Tikslas – išryškinti vienos ligoninės darbuotojų individualizmo reikšmes kaip asmeninius siekius ir atskleisti jų sąsajas su privalomos vakcinacijos rezultatais.

Metodika. Etnografinis lauko tyrimas pradėtas 2021-05-10 vienoje ligoninėje ir šiuo metu tebetęsiamas. Taikomi metodai – stebėjimas dalyvaujant ir pusiau struktūruotas interviu. Tyrimo populiaciją sudaro ligoninės personalas nuo pagalbinių darbuotojų iki ligoninės administracijos. Lauko tyrimo rezultatai gretinami su ligonės darbuotojų vakcinacijos rezultatais. Tyrimas atliekamas laikantis etikos principų ir duomenų apsaugos reikalavimų.

Rezultatai. Tyrimo metu tarp ligoninės darbuotojų individualizmas išryškėjo kaip asmeninės naudos, atsakomybės ir laisvės rinktis siekis. Tarp darbuotojų, skirtingai išreiškiančių savo individualizmą, paskiepytų ir neskiepytų asmenų skaičius panašus. Vis dėlto skirtingos individualizmo reikšmės keičia darbuotojų požiūrį į skiepijimą, jei jis taikomas privalomai. Darbuotojai, kurių individualizmas pagrįstas asmeninės naudos siekimu, skiepijosi net ir nepritardami skiepijimui apskritai, nes bijojo prarasti darbo vietą ar darbo poziciją. Padidino nepasitenkinimą privalomu skiepijimu ar net paskatino nesiskiepyti darbuotojus, siekiančius asmeninės atsakomybės ir laisvės.

Išvados. Individualizmas savaime nėra skiepijimą skatinančiu arba slopinančiu veiksniu, tačiau su individualizmu susiję skirtingi darbuotojų siekiai keičia darbuotojų požiūrį į skiepijimą ir privalomo skiepijimo rezultatus.

Reikšminiai žodžiai: individualizmas, ligoninės darbuotojai, privalomas skiepijimas, bendruomenė, COVID-19.

FIZINĖS KULTŪROS VERTINIMAI LIETUVOS PIRMOSIOS XX AMŽIAUS PUSĖS FILOSOFIJOS

Rūta Marija Vabalaitė

Mykolo Romerio universitetas, Žmogaus ir visuomenės studijų fakultetas,
Humanitarinių mokslų institutas, Humanistikos tyrimų laboratorija

Vydūnas yra žinomiausias lietuvių filosofas, ypatingai propagavęs ir fizinės, ir dvasinės sveikatos stiprinimo prasmę. Klaipėdos universiteto Sveikatos mokslų fakulteto mokslininkai yra pateikę vertingų šios aktualios temos analizių. Išskirtini naujausi Algimanto Kirkučio, Dalios Marijos Stančienės, Jūratės Jankauskienės, Dalios Jarušaitienės, Brigitos Kreiviniienės, Irmos Spiriajevienės tyrimai. Siekdami juos papildyti ir pratęsti, norime įvertinti filosofinio Vydūno minčių apie fizinę ir dvasinę sveikatą aspekto originalumą, todėl stengiamės išsiaiškinti filosofinį Vydūno sveikatos koncepcijos gimimo kontekstą to laiko Lietuvoje.

Temos aktualumas ir tyrimo tikslas. Tyrimų, kuriuose specialiai būtų analizuojamos ir lyginamos pirmosios XX amžiaus pusės Lietuvos filosofų mintys apie kūno ir dvasios sveikatą, fizinės kultūros prasmę nepavyko rasti. Tad šiuo pranešimu siekiama apžvelgti ir įvertinti Vydūno fizinės kultūros teoriją jo laiko lietuvių filosofijos kontekste, nustatyti jo ir kitų žymių Lietuvos filosofų požiūrių panašumus ir skirtumus, išryškinti originalius Vydūno minčių elementus.

Metodika. Atliktas lyginamasis Stasio Šalkauskio studijos „Fizinis lavinimas ir jo tikslai“, Antano Maceinos darbų „Pedagoginio vitalizmo problema“ ir „Prof. St. Šalkauskio pedagogika“, Vosylius Sezemano studijos „Laikas, kultūra ir kūnas“ ir Vydūno kūrinio „Sveikata, jaunumas, grožė“ mūsų problemai reikantiškų skyrių tyrimas.

Rezultatai. Antrojo ir trečiojo XX a. dešimtmečių sandūroje Lietuvos filosofai publikavo darbus, kuriuose buvo liečiamos fizinės kultūros problemos. Įdomus sutapimas, kad Šalkauskio mintys apie fizinį lavinimą buvo publikuotos tais pačiais 1928 m., kaip ir Vydūno knyga apie sveikatą. Dar daugiau, kaip objektyvius fizinio lavinimo tikslus ir Šalkauskis nurodo sveikatą, stiprumą ir gražumą (2: 26-27). Tuo pačiu metu reikšminga tai, jog Maceina savo mokytojo fizinio lavinimo teoriją vertina kaip originaliausiajį visoje joje pedagogikoje. Visi keturi autoriai siekia apmąstyti būties plotmę, kuri yra anksčiau kūno ir dvasios perskyros, tad ir fizinę žmogaus kultūrą mąsto kaip neatsiejamą nuo jo dvasinės kultūros. Jie teigia, jog fizinis lavinimas neturi būti nei ignoruojamas, nei atskiriamas nuo sąmonės ugdymo. Vydūnas konstatuoja „kultūros“ žmogaus kūno sudarkymą (4: 91), kiti autoriai išvelgia ir priešingas, profesionalaus sporto keliamas grėsmes. Šalkauskis nepitaria kraštutiniams fizinio lavinimo gerbėjams, fizinės galios laikantiems savarankiška materialine vertybe. Pasak Sezemano, ten kur sportas „pavirsta tik stiprių raumenų kultu, neišvengiamai niekinamos dvasinės ir intelektualinės vertybės. Ir sportininkas įgauna pavidalą bukapročio rekordų gaudytojo“ (1: 609). Maceina apgailestauja, kad fizinis lavinimas virsta žmogaus kūno dresiravimu, teigia, kad „mūsų sportavimo būdas yra nelygstamas gyvastingumo teigimas, kaip ženklas pavargusios *dvasios* ir prarasto *Dievo*. Sportinis mūsų dienų sąjūdis artina dabartinį ugdymą į *kūno kulto laikus*“ (3: 427).

Išvados. Kaip ir Vydūnas analizuoti autoriai fizinę kultūrą vertina kaip sąlygą organizuoti savo kūną, įvaldyti savo valią ir gyvybines galias, sugebėti atkurti gyvos asmenybės vienybę, pasiekti kūno ir sielos harmoniją, leisiančią visiškai išskleisti savo dvasines potencijas. Tik jei Vydūnas kūrinyje „Sveikata, jaunumas, grožė“ akcentuoja „kultūros“ žmogaus fizinės kultūros stoką, kiti autoriai pabrėžia ir dabar vis aktualėjančias kūno kulto problemas.

Reikšminiai žodžiai: kūno kultūra, dvasia, gyvybinės galios, kūno kultas

PERTRŪKIS KAIP FILOSOFINIO PERFORMATYVUMO FORMA PANDEMIJOS METU

Dr. Lina VIDAUSKYTĖ,
Lietuvos Karo akademija

Remiantis įvairių sričių mokslų (psichologija, psichoterapija, medicina, sociologija) atstovų pateikiama apibendrinta tyrimų medžiaga, galima teigti, kad visos visuomenės socialinės grupės (tiek individualiame, tiek kolektyviniame lygmenyje) patyrė stresą, nerimą ir neužtikrintumą dėl ateities. Tokia neigiama būseną reikalauja filosofinio įvertinimo, kuris galėtų padėti išsiaiškinti ir teigiamų aspektų.

Tikslas – interpretuoti pandemines įtampos ir nuovargio poveikį pasitelkus *pertrūkio*, kaip filosofinio performatyvumo kategoriją.

Metodika. Vienas iš filosofinio performatyvumo būdų yra gausus ar net išsivysčiusių atskirų citatų naudojimas (puikiausias pavyzdys – filosofo Walterio Benjamino darbai): filosofo interpretacija, mintis yra pertraukiama citatos. Performatyvumas sykiu nurodo ir į teatro sferą, kur ryškiausias pavyzdys būtų B. Brechto “epinis teatras” (kitaip, *gestų* ar *kinų* teatras). Įvykus *pertrūkiui* matome visą eilę gestų, kurie reikalauja atidesnio žvilgsnio – mat jie atveria šalutinę gyvenimo liniją, kuri paprastai kasdienybėje lieka nepastebima. Apjungiant filosofinius ir teatrinis *pertrūkio* kategorijos aspektus perskaityti “pandeminę savimonę”.

Rezultatai. Pritaikius tokio tipo interpretacinę schemą pandemine situacija atsiveria kitoje perspektyvoje. Tai nėra visuminis vaizdas, kurį neretai mums siūlo statistika, sociologinių tyrimų rezultatai, streso rodiklių išmatavimai (kortizolio kiekio momentinis matavimas ir pan.), bet turime vaizdą, kurį galime vadinti gretutiniu. Pandemija pasirodo kaip gretutinė gyvenimo linija, einanti šalia įprasto, tradicinio gyvenimo.

Išvados. *Petrūkio* kaip filosofinio performatyvumo kategorijos pritaikymas leidžia pamatyti detales bei sąlygas, kurias atveria nauja situacija. Tai nėra nei priežastinis aiškinimas, nei siekis siūlyti rezultatą (pavyzdžiui, sukelti empatijos jausmą). Gretutinių gyvenimo linijų išryškėjimas leidžia ne tiek pamatyti visumos vaizdą, kiek sustabdyti vyksmą ir tuo pačiu atverti filosofinio pažinimo galimybę.

Reikšminiai žodžiai: performatyvumas, gestai, *pertrūkis*.

SAŪMONINGUMAS IR GYVENIMO PRASMĖ M. DE MONTAIGNE`IO FILOSOFIJOJE

Doc. dr. Edita Budrytė,

Utenos kolegija, Medicinos fakultetas, Socialinės gerovės katedra

Pandemija privertė mus susimąstyti apie pamatines gyvenimo vertybes, išklė mums daug klausimų apie gyvybės ir gyvenimo vertę bei prasmę. M. de Montaigne`io filosofinis veikalas „Esė“, pirmą kartą išleistas 1580 metais, stebina savo aktualumu ir terapiniu poveikiu. Jį skaitydamas, šiuolaikinis žmogus gali atrasti atramą ir pasimokyti gyventi sąmoningai bet kokiomis aplinkybėmis.

Tikslas – atskleisti sąmoningo ir prasmingo gyvenimo principus M. de Montaigne`io filosofijoje.

Metodika. Tyrimo metodai: analitinis, hermeneutinis.

Išvados. M. de Montaigne`io filosofijoje galime išskirti šiuos sąmoningo ir prasmingo gyvenimo principus: savęs pažinimas, gebėjimas gyventi dabartyje, gebėjimas tyrinėti kasdienį gyvenimą, mėgautis maloniais potyriais, nesusitapatinti su savo tiesomis, įsitikinimais, nuostatomis. Visi šie principai glaudžiai siejasi su šiuolaikine dėmesingo įsisąmoninimo (mindfulness) psichologija. Joje taip pat labai svarbus smalsumas (savo patirties tyrinėjimas): savo minčių, emocijų, impulsų veikti, kūno pojūčių (tiek malonių, tiek ir nemalonių). Tai padeda mokytis išbūti su diskomfortu, vadoti stresą. Pandemijos laikotarpiu žmogui ypač svarbu pažinti save, atsakyti neefektyvių emocinės pagalbos sau būdų, mokytis atrasti prasmingų ir malonių akimirkų ten, kur esi (namuose, savo artimiausioje aplinkoje, netgi ligoninėje). M. de Montaigne`is kviečia mėgautis gyvenimo malonumais ir juos pastebėti, įsisąmoninant, kad malonių potyrių suteikia įprasti dalykai – kasdienis valgymas, pasivaikščiojimas (kai gyvenimo menas ir džiaugsmas suvokiamas kaip dėmesingas, sąmoningas įsitraukimas į tai, ką darai šiuo momentu bei pastabumas, atidumas).

Eseistinis rašymo stilius, kurio pradininkas buvo M. de Montaigne`is – puikus būdas sutelkti dėmesį į savo mintis, į tai, kas yra aktualu dabartyje.

Filosofas labai vertino gebėjimą stabtelėti kasdienybėje – sutelkti dėmesį į tai, kas vyksta šiuo momentu ir įsisąmoninti savo patirtį. Gebėjimas vertinti galimybę tiesiog gyventi, persijungti iš „darymo“ režimo į „buvimo“ režimą gali padėti suvokti gyvenimo vertę. Filosofinė nuostaba atveria paprastus, kasdieniškus pasaulio daiktus (esinius) ir tuomet mes galime iš naujo juos patirti bei kontempuoti jų egzistavimo grožį ir prasmę.

Pasaulio pokyčių ir netikrumo dėl ateities laikotarpiu ypač svarbus tampa suvokimas, į kokias vertybes galime susitelkti. Savo pamatinių įsitikinimų ir nuostatų įsisąmoninimas ir keitimas suteikia labai daug galimybių suprasti gyvenimo ir gyvybės vertę, įprasminti savo gyvenimą. M. de Montaigne`is, kaip ir dėmesingas įsisąmoninimas, moko neprisirišti prie savo tiesų, įsitikinimų, nuostatų, nes mes nuolat galime jomis suabejoti, jos yra tik interpretacijos, o ne nepajudinama tiesa.

Filosofinė išmintis gali padėti ugdytis psichologinį atsparumą, bet vien tik psichologinis atsparumas pats savaime nėra vertybė, jei pametama gyvenimo prasmė ir pasiklystama tarp gėrio ir blogio.

Reikšminiai žodžiai: M. de Montaigne, sąmoningumas, gyvenimo prasmė.

GYVYBĖS FILOSOFIJA IR BIOPOLITIKA: GILLES DELEUZE'AS, MICHEL'IS FOUCAULT

Prof. habil (hp) dr. Dalia Marija Stančienė¹

Klaipėdos universitetas, Sveikatos mokslų fakultetas,
Sveikatos tyrimų ir inovacijų mokslo centras, Slaugos katedra

COVID-19 pandemijos metu aktualizavosi gyvybės politikos samprata ir diskusija apie biopolitinį reguliavimą bei kontrolės formas. Mokslininkai atkreipė dėmesį į destruktivią žmogaus veiklą, dėl kurios kyla epidemijos, aptarė biotechnologines intervencijas į žmogaus kūną, kvestionuojančias pradžios ir pabaigos klausimus. Amerikiečių filosofas Eugene'as Thacker'is, išanalizavęs gyvybės sampratą nuo Aristotelio iki šių dienų, teigia, kad gyvybė nebuvo svarstoma per ją pačią, bet buvo apeliuojama į kitas disciplinas, kaip biologija, teologija, ontologija ir kt. Jis rašo, kad „gyvybė nėra viena iš filosofijos problemų, bet yra problema, kuri kvestionuoja pačią filosofiją“ (Thacker, 2010: X). Tokiu būdu, pasak Thacker'io, norint suvokti gyvybės esmę, turime rasti metodologiškai naują prieigą, kurią jis pavadino biofilosofija. Naujoji metodologija būtis arba Heidegger'io *Dasein* filosofinę problemą keičia į „pačios gyvybės“ problemą. Thacker'is pabrėžia, kad „Biofilosofija yra požiūris, kuris apima nežmogišką gyvybę, neorganinę gyvybę, anoniminę gyvybę – tai, ką Deleuze'as vadino tiesiog gyvybe“ (Thacker, 2005). Gilles Deleuze'as gyvybę apibūdina kaip beasmę, neorganinę galią, kaip absoliučią imanenciją. Kaip pastebi Audronė Žukauskaitė, „imantistiška gyvybės samprata Deleuze'o filosofijoje tampa etiniu principu. Deleuze'as teigia, kad gyvybė kaip grynoji imanencija yra anapus gėrio ir blogio...Šiuo požiūriu etika, kurią nusako imanentiniai egzistavimo būdai, pakeičia moralę, kuri nurodo į transcendentines vertybes“ (Žukauskaitė, 2016: 251). Deleuze'o gyvybės samprata tapo biofilosofijos pagrindu.

Michel'is Foucault, analizuodamas gyvybės sampratą, atkreipė dėmesį į gyvybės ir galios santykį, kurį apibūdino kaip pagrindinį biopolitikos mechanizmą. Istoriskai jau nuo XVII a., Foucault teigimu, pastebimas galios struktūrų ir valstybės institucijų bandymas kontroliuoti gyvų būtybių egzistenciją. XIX a. priimama teisė „priversti gyventi“ ir „leisti numirti“, kadangi tokia biogalia, pasak Foucault, „buvo būtinas kapitalizmo plėtojimo elementas; o plėtojamasi galėjo laiduoti tik kontroliuojamas kūnų įtraukimas į gamybą ir gyventojų fenomeno taikymas ekonominiams procesams“ (Foucault, 1999: 107). Taip randasi nauja galios forma, nukreipta į kūną ir individą. Vėliau randasi galios forma, nukreipta ne į individą, bet į žmogų kaip rūšį. Šią galios formą Foucault pavadino žmogiškosios rasės biopolitika. Taigi biologinė egzistencija buvo apmąstyta per politinę egzistenciją.

Tikslas – atskleisti biofilosofijos ir biopolitikos susidarymo sąlygas ir jų vaidmenį sprendžiant gyvybės klausimą.

Metodika. Atliktas interpretacinis, lyginamasis ir fenomenologinis filosofinių tekstų tyrimas.

Rezultatai. Biopolitikos ir gyvybės filosofijos sampratos yra naujai interpretuojamos, atsižvelgiant į medicinos, biologijos ir kitų mokslų pasiekimus. Biotechnologiniai eksperimentai su gyvybe, pasak Deleuze'o, atskleidė, jog biopolitinė galia domisi ne individu, bet beveide mase, kuri sudaryta iš dresuojamų kūnų. Deleuze'as ir Foucault bendrame pokalbyje konstatavo, kad galia siekia unifikuoti, totalizuoti ir pajungti subjektą, tačiau pati gyvybė ima kurti pasipriešinimo strategijas prieš ją kontroliuojančią sistemą. Pasipriešinimas tampa vitališka jėga. Toks gyvybės, kaip imanentinio egzistavimo būdo aiškinimas, yra vadinamas biofilosofija.

Išvados. Disciplininė galia ir biogalia veikia skirtingais lygmenimis. Disciplininė galia yra nukreipta į individualų kūną, kurį siekia kontroliuoti, o biogalia – į gyvybės bendrą biologinį procesą, t. y. į abstrahuotą gyvybę populiacijos lygmeniu.

Abi galios formos: disciplina ir biopolitika, Deleuze'o teigimu, transformuojas į kontrolės visuomenę.

Reikšminiai žodžiai: gyvybės filosofija, biopolitika, galia, Gilles Deleuze'as, Michel'is Foucault

¹ Paskelbė monografijas: „Gėrio ženklai būtyje“, „Ankstyvoji scholastika: ugdymo filosofijos metmenys“ (su bendraautoriumi), virš 120 mokslinių straipsnių. „Logos“ žurnalo vyr. redaktorė. Moksliniai interesai: metafizika, fenomenologija, medicinos filosofija, bioetika, fotografijos terapija. El. p.: dalia.marija.stanciene@ku.lt

VARTOTOJIŠKOS EGZISTENCIJOS KAITA IR VYDŪNO ŽMONIŠKUMO IDEALAS RIBINĖSE PANDEMIJOS BEI KARO SITUACIJOSE

Rūta Bagdanavičiūtė,

Vytauto Didžiojo universitetas, Filosofijos katedra

Dar visai neseniai žmogaus egzistencija vartotojiškame simuliuotame pasaulyje, G. Debordo „spektaklio visuomenėje“, regis, buvo savaime suprantama. Nors buvo jaučiama sinoptinė, netiesioginė galia, dažnai būdavo neįsisąmoninama, kad veikiama manipuliatyviai, intravertiškai, svaiginamasi įvaizdžių regimybėmis, vaikomasi vartotojiškų malonumų, nesuteikiančių pilnatvės, tik atveriančių vis gilesnę tuštumą, toks judėjimas inerciškai buvo priimamas kaip socialinė lemtis, nesant jai pasipriešinti galinčio individualaus branduolio. Tačiau šiandien vartotojiška žmogaus egzistencija drastiškai sutrikdoma ribinėmis Covid-19 pandemijos ir Ukrainos–Rusijos karo situacijomis. Tai reikšmingai pakeičia egzistencijos pobūdį ir naujai suaktualina vydūnišką žmogiškumo idealą.

Tikslas – parodyti, kaip keičiasi vartotojiška egzistencija ribinėse Covid-19 pandemijos ir Ukrainos–Rusijos karo kontekste ir atskleisti vydūniško žmoniškumo reikšmę.

Metodika. Tyrimas atliktas, remiantis informacijos rinkimo, filosofinės analizės, interpretacijos bei lyginamuoju metodais.

Išvados. Covid-19 pandemija priverstė sustoti, sumažinti vartotojiškumo tempą. Žmonės buvo priversti keisti įpročius, gyvenimo būdą. Griežtuoju karantino laikotarpiu buvo uždaryti didieji prekybos centrai, kavinės, restoranai, apribota galimybė žmonėms bendrauti susitikus. Žmonės staiga pasijuto izoliuoti savo namuose, taip pat tarp šalių vėl iškilo sienos: užverta Šengeno erdvė. Regis, „pasaulis užsidarė, gyvenimas sustojo“ (Roberta Tracevičiūtė). Šioje ribinėje situacijoje, išmušusioje žmogų iš kasdienybės vėžių, suiro rutininės gyvenimo formos, nukrito įvaizdžiai, kūrę viskuo patenkinto gyvenimo iliuzijas. Tai atskleidė vartotojiško gyvenimo, grįsto įvaizdžiais, trapumą ir kartu atgręžė žmogų į save patį, paskatino susimąstyti, kas aš esu anapus įvaizdžių, įsiklausyti į save, į savo žmogiškąją prigimtį.

Per pandemiją susidurta akis į akį su mirtimi. Kai kuriose šalyse, pvz., Italijoje, Bergame, ligoninės buvo perpildytos, nespėta laidoti mirusiųjų, nežinota kur dėti karstus, kartais pritrūkdavo net karstų, Brazilijos miestuose mirusieji gulėdavo tiesiog gatvėse, jie buvo laidojami masinėse kapavietėse. Neturėta galimybių net atsisveikinti su Giltinės pakirstaisiais, surengti laidotuvių ceremonijų. Tokioje ribinėje situacijoje jau nebeįmanoma toliau inerciškai mėgautis vartotojiškais malonumais – aštriai išskyla žmogiškumo, egzistencijos prasmės, esminių vertybių klausimai.

Šiuo metu patiriame karo Ukrainoje ribinę situaciją, kurioje akistata su mirtimi dar žiauresnė: kasdien žūsta tūkstančiai žmonių (karių ir civilių), nespėjama rinkti mirusiųjų, kariai sukraunami į sunkvežimius ir išvežami į bendras kapavietes, rusų karių kūnai neretai tiesiog sudeginami mobiliuosiuose krematoriumuose, tarsi nė nebūtų egzistavę. Čia jau nebe egzistuojama link mirties – mirtis alsuoja į nugarą kiekvieną akimirką, nepalikdama laiko mėgautis egzistencija.

Tokiose situacijose ciniškai pažeidžiamas žmoniškumas: žūsta ne tik kariai, bet ir niekuo dėti civiliai, sprogdinamos vaikų ligoninės, gimdymo namai, apšaudomi humanitariniai koridoriai, daugybė žmonių verčiami bėgti iš savo namų, kad išgyventų, bombarduojamos atominės elektrinės, rizikuojant sukelti grėsmę žmonijai... Žmogus staiga pasijunta išsviestas iš vartotojiškai patogaus gyvenimo į karo siaubą, kur nebėra ne tik vartotojiškų malonumų, bet kartais nebeįmanoma patenkinti elementarių poreikių. Tokia išlaisvinta destruktivi jėga pakerta pačius Vydūno puoselėto žmoniškumo pamatus.

Pati karo egzistencija pažeidžia žmoniškumo principą: laikantis vydūniškųjų žmogaus sau, žmogaus tėvynei ir žmogaus pasauliui vertybių ir pasaulinį gėrį laikant sąmoningo žmogaus siekiamybe, karas iš principo negalėtų kilti. Jis išplieskia tik pažeidus šiuos principus, nusižengiant giliausiam žmoniškumui. Tokiame nežmoniškame kontekste Vydūno idėja apie visuminį žmogų, paremtą sąžine, dora, moralinėmis vertybėmis, gali skambėti kaip utopija, idealistinė svajonė, kita vertus, būtent tokiame žiauriame kontekste, nebūties akivaizdoje, geriausiai atsiskleidžia žmogiškumo vertė. Visas civilizotas Vakarų pasaulis vieningai solidarčiai tiesia pagalbos ranką Ukrainos valstybei, užpultai Rusijos, suvokdamas, kad ukrainiečiai gina pačius demokratijos, žmogiškumo pamatus.

Reikšminiai žodžiai: vartotojiška egzistencija, žmoniškumas, Vydūnas, Covid-19 pandemija, Ukrainos–Rusijos karas, ribinės situacijos, mirtis.

TEISĖKŪROS IŠŠŪKIAI PANDEMIJOS AKIVAIZDOJE

Prof. dr. Ieva Deviatnikovaitė,

Mykolo Romerio universitetas, Teisės mokykla, Viešosios teisės institutas

Įvadas. Teisėkūra yra procesas, apimantis tam tikrų veiksmų seką, išskirstytą į teisėkūros iniciatyvos pareiškimo stadiją, teisės akto projekto rengimo stadiją, teisės akto priėmimo stadiją, jo pasirašymo ir skelbimo stadijas. Tačiau pranešime atskleidžiamas ne šių stadijų procesas, o teisėkūros principai, jų reikšmė žmogaus teisių užtikrinimui. 2020 m. pavasarį, prasidėjus pandemijai, Lietuvos Respublikos Vyriausybei teko priimti staigius ir susijusius su kiekvienu Lietuvos gyventoju nutarimus ir sprendimus. Pranešime trumpai aptariami šie teisės aktai. Taip pat koncentruojamas dėmesys į teisėkūros pagrindus, taisykles bei principus. Svarbiausias akcentas skiriamas dar senovės Romoje suformuluotiems teisėkūros principams – „Teisė turi būti aiški visiems“, „Sugadinta valstybė ta, kuri vadovaujasi pernelyg didele gausa įstatymų“ (Tacitas), „Teisėje labiausiai vertiname paprastumą, o ne komplikuotumą“ (Justinianas), „Reikia kuo rečiau keisti tai, kas visada yra pastovios reikšmės“ (Paulus).

Pranešime bus kreipiamas dėmesys ir į oficialią konstitucinę bei administracinę doktriną, susijusią su teisėkūros principais, pavyzdžiui, „teisėkūros subjektai teisės aktus gali leisti tik neviršydami įgaliojimus“, „teisiskai reguliuojant visuomeninius santykius privalu paisyti prigimtinio teisingumo reikalavimų, apimančių būtinumą užtikrinti asmenų lygybę įstatymui, teismui, valstybės institucijoms ar pareigūnams“, „teisės aktais negalima reikalauti neįmanomų dalykų“, nustatant teisinius apribojimus bei atsakomybę už teisės pažeidimus, privalu paisyti protingumo reikalavimo, proporcingumo principo“, „turi būti paisoma teisės aktų hierarchijos“ ir pan.

Taip pat apžvelgiamos šiuolaikinėje teisės mokslo doktrinoje formuluojamos teisėkūros taisyklės, pavyzdžiui, „teisėkūros subjektas pirmiausia turi įsitikinti, apsvarstyti, ar tam tikras teisinis reguliavimas yra tikslingas, reikalingas“, „norminis teisės aktas turi būti bendrojo pobūdžio, t. y. juo negalima reguliuoti vienintelį įvykį ar situaciją“, „teisės akto aiškumas ir adresatų galimybė nuspėti, prognozuoti teisinės pasekmes“, „vartojamų terminų tikslumas“, „rengiant teisės aktus būtina įvertinti jų atitiktį aukštesnės galios teisės aktams“, „teisės akto trumpumas yra jo privalumas, bet apimtis neturi pakenkti jo aiškumui“ ir t. t.

Tikslas – ištirti teisėkūros principų reikšmę, susiklosčius neįprastoms aplinkybėms ir paskelbus specialius administracinius teisinius režimus.

Metodika - atliekant tyrimą, naudotasi deskriptyviniu, dokumentų analizės, lingvistiniu teisės aiškinimo, lyginamosios analizės, lyginamojo istorinio, apibendrinimo metodais.

Išvados – išanalizavus teisinę doktriną, oficialią konstitucinę ir administracinę doktriną, konstatuotina, kad teisėkūros principai būtini net ir netikėtai susiklosčiusiose situacijose, net ir tada, kai skelbiamas specialus administracinis teisinis režimas. Tai garantuoja didesnę žmogaus teisių apsaugą.

Reikšminiai žodžiai: teisėkūra, teisėkūros principai, oficiali teisės doktrina.

ARISTOTELIŠKA VYDŪNO SOCIALIZMO SAMPRATA

Tomas Kavaliauskas,

Vytauto Didžiojo universitetas, Filosofijos katedra

Skaitydami Vydūno raštus, matome, kad jis kryptingai siekia žmogiškumo idealo. Dvasinis augimas pagrįstas socialumu, kuris suvokiamas kaip altruizmas bendruomenėje. Tai – visiškai kitoks socializmo supratimas nei Karlo Marxo. Vydūnas kritikuoja Markso ir Engelso „Komunizmo manifestą“, kuriame raginama pasiekti žmonijos gerovę per proletariato revoliuciją. Taip pat kritiškai žiūri į Marxo sampratą, kad žmonių persekioja nelygybė dėl nelygaus turto padalijimo, susiskirstymo į luomus. Vydūno socializmo supratimas yra ganėtinai aristoteliškas, nes būtent Aristotelis rašė, kad žmogus save realizuoja mieste / valstybėje, puoselėdamas etines vertybes, dorybingai elgdamasis.

Tikslas – išanalizuoti Vydūno socializmo sampratą, kritikuojant marksizmą, ir atskleisti vydūniško žmoniškumo reikšmę sociume.

Metodika. Filosofinė interpretacija, lyginamoji analizė.

Rezultatai. „Ne duonos šaukia žmonės vargšai, bet žmoniškumo. Kur to yra, čia visuomet yra ir gana duonos. Kur jo nėra, čia ir duona nieko nereikia“ (Vydūnas 1992: 219). Ši citata parodo, kad Vydūnas socializmą supranta visai kitaip negu Marxas. Vydūno supratimu, sociumas remiasi pamatine žmoniškumo vertybe. Esant žmoniškumui, žmonių tarpusavio santykiai humaniški. Tokioje humaniškoje bendruomenėje žmonės ras būdų tarpusavyje pasidalyti duona, maistu ir kitokiais ištekliais. Vydūnas, kritikuodamas Marxą, rašo, kad pastarojo „nepaaiškinta, kodėl žmonės, turta visuomenei padavę, gyvenimą santaikoj. Ar kad geri iš prigimties? Tai kodėl gyvena taip ilgai tokiais negerais?“ (Vydūnas 1992: 215). Vydūnas, suprasdamas, kad žmogui būtina tobulėti visuomenėje, dvasiškai augti, mano, kad, sulyginus visų turta, nebūtinai įsivyras Marxo išsvajota komunistinė santaika, proletarų brolybė. Tad Vydūnas, priekaištaudamas marksizmui, rašo, kad marksizmui visa žmonija sudėta iš luomų. „Nereikia jam nieko giminės, tautos, rasės. Ir nesvarbi jam todėl šeima.“ Be to, Vydūnas, būdamas tautiškas, pabrėžia, kad „žmonių santykiai, išaugę ant kraujo ir kalbos pagrindo, įgauna kitą reikšmę“ (Vydūnas 1992: 215).

Kalbėdamas apie socializmą, Vydūnas nesiremia Aristotelio *Politika* (Aristotelis 1997). Tačiau jis pateikia aristotelišką savojo socializmo versiją. Vydūnas, priešindamas individualizmą socializmui, pristato šį kaip altruizmą visuomenėje, o individualizmą – kaip egoizmą. Aristotelis, traktuodamas žmogų kaip politinį gyvūną (*zoon politikon*), rašė, kad jis puoselėja dorybes visuomenėje. Kitaip žmogus, gyvenantis mieste / valstybėje (*polis*), negalėtų savęs realizuoti. Žmogui būtinas visuomeninis gyvenimas. Aristotelis teigė, kad tik Dievas arba gyvulys gali gyventi pats sau, be kitų, – žmogus to negali. Tokia žmogaus rūšis. Vydūnas, nors ir nepabrėžia žmogaus politiškumo, akcentuoja socialumą. Tai Aristoteliui buvo nepakankama, nes ir kiti gyvūnai socialūs, vis dėlto Vydūnui socializmas reiškia dvasinį gyvenimo tikslą. Gyvendamas socialiai, visuomeniškai, žmogus „kinta savo esmėje, svarbėja arba niekėja“ (Vydūnas 1992: 210). Čia svarbu atkreipti dėmesį į žodį „kinta“. Vydūnas supranta, kad žmogaus gyvenimas kinta: žmogus arba tobulėja, lavina savo dvasingumą santykiyje su tauta, gimine, šeima, kalba, tradicija, arba „niekėja“, nerealizuoja savęs, tampa individualiu egoistu, neįgyja dorybių, reikalingų visuomenėje. Vydūnas sieja žmogaus gyvenimo tikslą su sociumu. Jo socializmas yra aristoteliškas ne tik todėl, kad Aristotelis suprato, kad žmogus vystosi, įgydamas dorybes, bet ir dėl *teloso* – tikslo save realizuoti. Tiek Vydūnas, tiek Aristotelis mano, kad būnant sociume įgyvendinamas kilnus tikslas – tobulėti miesto / valstybės gyvenime.

Anot Vydūno, socializmas „kilęs iš lotynų žodžio socius, tai esti talkininkas, draugas, jis turėtų reikšti žmonių manymą apie draugijinį žmonių gyvenimą, apie jų santykius su viens kitu“ (Vydūnas 1992: 210). Toks *draugijinis* žmonių gyvenimas susisieja su Aristotelio *Nikomacho etika*, kurios vienas iš skyrių paskirtas draugystei ir jos formoms. Anot Aristotelio, miesto / valstybės piliečiai save realizuoja, turėdami draugiškus (kokybiškus) santykius, lenktyniaudami, kas vienas kitam padarys daugiau gero (Aristotelis 1990).

Tačiau Aristotelis ir Vydūnas iš esmės skirtingai supranta sociumo negeroves. Aristotelio supratimu, jos atsiranda dėl netinkamos santvarkos bei politinės tvarkos, dėl to, kad piliečiai negeba būti dorybingi ir tarpusavyje draugauti, t. y. turėti kokybiškus (*ergon*) santykius, dalytis gėrybėmis (*koinonia*), būti bendruomeniški. O Vydūnas buvo labiau linkęs tai aiškinti metafiziškai. Anot Vacio Bagdonavičiaus, Vydūnas kalbėjo apie keturias raiškos sferas: „Esančios keturios tų galių raiškos sferos: negyvosios gamtos (mineralų pasaulis), gyvybės (augmeniškoji gamtos dalis), aktyviosios psichikos (gyvūnijos pasaulis), mąstančioji gamta. Žmogus – mikrokosmosas, kuriame visos tos sferos aktyviai reiškiasi, tik virš jų jame esanti iškilusi bei joms vadovaujanti dieviškos kilmės jo dvasinė esmė. Įtampa ir netgi kova tarp dvasinio ir gamtiškojo prado sukelianti tiek individualios žmogaus raiškos, tiek žmonių tarpusavio santykių, viso sociumo, dramatiškumą bei problemas. Kitaip tariant, esminės socialiniuose santykiuose besireiškiančių prieštaravimų priežastys didžiąja dalimi slypinčios metafizinėje plotmėje“ (Bagdonavičius 2009).

Reikšminiai žodžiai: socializmas, žmoniškumas, etika, Aristotelis, Karlas Marxas, Vydūnas.

**VI SEKCIJA / DARNIOS ASMENYBĖS UGDYMAS:
PEDAGOGINIAI – PSICHOLOGINIAI ASPEKTAI (I)
VI/SECTION/ EDUCATION OF HARMONIOUS PERSONALITY:
PEDAGOGICAL AND PSYCHOLOGICAL ASPECTS (I)**

**BIBLIOTERAPIJA: SKAITYMO REKOMENDACIJOS
IŠGYVENTIEMS ATSKIRTŲ COVID-19 PANDEMIJOS METU**

Doc. dr. Daiva Janavičienė

Lietuvos nacionalinė Martyno Mažvydo biblioteka, Informacijos ir komunikacijos mokslų departamento
Informacijos procesų skyriaus vyriausia metodininkė – tyrėja.

2020 metų kovo mėnesį Pasaulio sveikatos organizacija paskelbė COVID-19 pandemiją. Daugiau nei du metus žmonės gyvena padidintos rizikos dėl savo ir artimųjų sveikatos sąlygomis. Bent porą kartų didžiumai Lietuvos žmonių, o nemažai šalies gyventojų daliai ir daugiau kartų teko išgyventi karantino įtakotą atskirtį: tai yra dirbti nuotoliniu būdu, apriboti socialinius kontaktus net su artimaisiais. Tai dažnu atveju yra streso, nerimo ar depresyvių nuotaikų priežastimi. Ilgai trunkanti įtempta psichologinė situacija be aiškios pabaigos reikalauja jėgų mobilizacijos, ir dėl to ne vienam tenka ieškoti pagalbos priemonių. Gana paprastai pasiekama pagalbos priemonė gali tapti literatūros skaitymas ir juo paremta biblioterapija. Tyrimo *aktualumas* remiasi tarpdisciplininio požiūriu į skaitymą, ieškant galimybių pagelbėti atskirtį ir psichologinę įtampą pandemijos metu patiriantiems asmenims.

Tyrimo tikslas – išsiaiškinti biblioterapijos taikymo COVID-19 pandemijos metu galimybes, pasiūlyti patiriantiems izoliaciją asmenims literatūros rekomendacinį sąrašą.

Tyrimo metodika. Tyrime taikyta ekspertų pusiau atviro pobūdžio anketinė apklausa iš 8 klausimų, trys iš jų – atviro tipo, juose patys respondentai įvardino skaitytas ir jiems pagelbėjusias ir/ar kitiems rekomenduojamas skaityti knygas. Surinkti duomenys teminės analizės metodu (kokybinis tyrimas) susisteminti ir apibendrinti pagal tyrimo autorės sudarytą klasifikaciją.

Duomenys nuo 2021 metų sausio 18 iki vasario 5 surinkti uždaroje sistemoje internete (manoapklausa.lt) ir yra neprieinami tretiesiems asmenims. Tuo būdu laikomasi tyrimo etikos, išlaikomas surinktų duomenų anonimiškumas. Anketą užpildė 17 informantų.

Tyrimo rezultatai: sudarytas rekomenduojamų literatūros kūrinių sąrašas (viso 81 knyga). Sąrašas gali būti skirtas visiems, atskirtį karantino metu išgyvenusiems asmenims. Visi tyrimo dalyviai nurodė, kad įvardintas knygas rekomenduoja skaityti ir pasibaigus pandemijai. Daugiausiai rekomenduojamų kūrinių priskirta potemei Humanistines vertybes apmąstyti skatinanti grožinė literatūra (viso 34). Atskira poteme išskirtos knygos paaugliams, kurias mėgsta (ar prie jų grįžta) nemažai suaugusiųjų. Nemažai informantų patys atgaivos gauna ir todėl ir kitiems rekomenduoja skaityti poeziją. Mėgstamą poetą reiktų atrasti pačiam, tačiau kitų nuorodos į terapiškai veikiančią autorių poeziją, gali padėti į poezijos skaitymą įsitraukti ir kitiems. Keturios rekomenduojamos knygos sudaro humoristinio stiliaus išmintingos literatūros potemę.

Atskira kategorija išskirta tema, skirta grožinei literatūrai apie gydytojus ir infekcijas (viso 11 pozicijų). Ši literatūros rūšis gali pasitarnauti profesinės informacijos konteksto plėtrai. Gydytojai joje gali paskaityti ne tik apie kitų gydytojų emocijas, jausmus, galbūt – tam tikrų problemų sprendimo būdus, kurie gali būti naudingi ir jiems patiems.

Išvados: Teminis grožinės literatūros sąrašas apie medikus ir epidemijas rekomenduojamas, kaip priemonė medicinos darbuotojų profesinio pažinimo plėtrai. Įsigilinę į kūrinyje aprašomas situacijas, medikai ne tik gali atsitraukti nuo sunkios kasdienybės, bet ir giliau patirti kitų išgyvenamas emocijas, jausmus, ieškomus ir atrandamus problemų sprendimo būdus. Tai gali pagelbėti skaitantiems geriau suvokti save ir aplinkinius.

Rekomenduojamas literatūros sąrašas sudaro sąlygas skaitytojams atrasti dominančią temą, apsispręsti dėl skaitymo ir sužinoti, ar galima norimą kūrinių skaityti nuotoliniu būdu. Sąrašo išskirtos dvi temos ir šešios potemės; viso 81 knyga 43 % jų yra prieiga skaitymui nuotoliniu būdu per biblioteka.lt portalą. Rekomenduojamų biblioterapinės literatūros sąrašų gali pasinaudoti medikai, socialinę veiklą organizuojantys specialistai, tame tarpe – socialiniai darbuotojai, taip pat vietovės bendruomeninę veiklą organizuojantys asmenys, bibliotekininkai.

Reikšminiai žodžiai: pagalba skaitymu, giluminis skaitymas, psichologinė savipagalba

SLAUGYTOJŲ, DIRBANČIŲ OPERACINĖJE, PERDEGIMO SINDROMAS

Gabija Batavičiūtė, doc. dr. Marija Truš

Klaipėdos universitetas, Sveikatos mokslų fakultetas, Slaugos katedra

Perdegimo sindromas tarp slaugytojų yra labai dažnas. Jis vystosi labai dinamiškai ir daugiausiai yra susijęs su reakcija į ilgalaikį emocinį stresą. Slaugytojai patiria didesnę spaudimą nei gydytojai, visuomenės sveikatos specialistai ar kiti sveikatos priežiūros darbuotojai ir pabrėžia, kad operacinė yra vieta, kurioje yra didelė rizika patirti perdegimą, o operacinėje dirbantys slaugytojai turi atlikti sudėtingas užduotis ir prisiimti krūvį bei atsakomybę, reikalaujančius daug jėgų ir patirties. Atlikti naujausi tyrimai rodo, kad padidėjo slaugytojų, patiriančių perdegimo sindromą, skaičius. Todėl perdegimo sindromas ir jo prevencija tapo dar aktualesni šių dienų kontekste.

Tikslas – išanalizuoti slaugytojų, dirbančių operacinėje, perdegimo sindromą.

Metodika. 2020 m. kovo mėn. – 2022 m. sausio mėn. buvo atlikta mokslinės literatūros analizė ir kiekybinis tyrimas. Mokslinės literatūros šaltiniams ieškoti naudojamos EBSCO, PubMed, eLABa duomenų bazės. Literatūros paieškai atlikti, buvo naudojami raktažodžiai (perdegimo sindromas, operacinėje dirbantis slaugytojas, profesinis stresas) įvairiose kombinacijose su loginiais operatoriais. Analizuojami šaltiniai buvo anglų ir lietuvių kalba. Kiekybiniam tyrimui pasirinktas anketinės *Online* apklausos būdas. Anketoje naudotas Kopenhagos perdegimo darbe klausimynas (ang. *Copenhagen Burnout Inventory*). Tyrimo imtį sudarė slaugytojai, dirbantys operacinėje (104 respondentai). Gavus duomenis buvo atlikta statistinė duomenų analizė, naudojant *SPSS 21.0.0 for Windows*. Tyrimas atliktas laikantis etikos principų.

Rezultatai. Gauti rezultatai parodė, jog asmeninį perdegimą patyrė šiek tiek mažiau nei pusė tiriamųjų, dažniausiai jis pasireiškėdavo patiriantiems fizinį nuovargį. Didžioji dalis respondentų teigė, kad dirbti su pacientais jiems nėra sunku ir toks darbas jų nevargina. Analizuojant perdegimo skalių vertinimus priklausomai nuo tiriamųjų darbo dienos trukmės nustatyta, kad tiriamųjų, kurių darbo dienos trukmė mažesnė nei 8 valandos, asmeninio perdegimo vertinimai buvo statistiškai reikšmingai aukštesni nei tiriamųjų, kurių darbo dienos trukmė didesnė nei 12 valandų.

Išvados. Nustatyta, kad polinkis į perdegimą daugiau pasireiškė anestezijos ir intensyviosios terapijos slaugytojams, kurie dirba 1 etatą arba mažiau ir jų darbo diena trunka iki 12 val. Ryškiausias perdegimo simptomas tarp slaugytojų, dirbančių operacinėje – fizinis nuovargis. Jis pasireiškė šiek tiek dažniau nei emocinis išsekimas. Analizuojant perdegimo sindromo skalių apibendrintus vertinimus nustatyta, kad aukščiausius balus turėjo asmeninio perdegimo skalė.

Reikšminiai žodžiai: perdegimo sindromas (angl. *burnout syndrome*), operacinėje dirbantis slaugytojas (angl. *operating room nurse, surgical nurse*), profesinis stresas (angl. *occupational stress*), operacinės komanda (angl. *operating room team*).

PANDEMIJOS DOVANOS: KŪRYBA KARANTINO METU

Vidas Dusevičius,

Vilniaus Šv. Kristoforo gimnazija, filosofijos mokytojas

Vinco Mykolaičio-Putino memorialinis butas-muziejus, 2021 m. kovo mėnesį paskelbė atvirą kvietimą, į kurį atsiliepė per 40 kūrėjų, sutikusių pasidalinti savo pandemijos metu sukurtais tektais ir vaizdais. Išleista kolektyvinė kūrybos rinktinė „Karantino kronikos“. Leidinyje publikuoti įvairūs autoriai – ir vidurinės mokyklos moksleiviai, ir žinomi menininkai, ir garbaus amžiaus senjorai. Kūryba muziejų pasiekė iš visos Lietuvos – nuo Švėkšnos iki Didžiasalio. Neįprastu pandemijos ir karantino laikotarpiu, manytume, ypač svarbu – dokumentuoti žmogaus išgyvenimus.

Tikslas – pristatyti pandemijos metu sukurtus kūrinius ir tai, kaip juose skleidžiasi asmeninės, o kartu ir visuomeninės aktualijos, patirtys, jausmai ar buities epizodai. Eilėraščiai analizuojami ir interpretuojami, akcentuojant ir atsižvelgiant į šiuos klausimus:

1. Kaip įvardijama pandemijos ir karantino situacija?
2. Kokių būdu vaizduojamas virusas?
3. Kaip reiškiasi kūnas?
4. Kokiais įvaizdžiais perteikiami pojūčiai?
5. Koks kūno ir technologijų santykis?
6. Santykio su kitu asmeniu (asmenimis) vaidmuo?
7. Koks vaidmuo tenka rašymui ir kūrybiniam procesui?

Rezultatai. „Karantino kronikos“, kaip kolektyvinės kūrybos rinktinė atskleidžia netikėtas pandemijos, karantino, kūno, santykio su kitu asmeniu, ar technologijomis, taip pat ir kūrybinio proceso kaip terapijos, patirtis. Pav. karantino, kaip „sapno“, „sustojusio laikrodžio“, „atšalusios kavos“ įvaizdžiai, arba kūno kaip „lango“, „sofos“, „medžio ir katino“ vaizdiniais ir t.t.

Išvados. Reikšminga tai, kad galime šias karantino bei pandemijos patirtis fiksuoti ir apmąstyti praėjus kuriam laikui. Taip pat išryškėja neįtikėtina kūrybos galia, kuri, priešingai nei žiniasklaidos ar kitos viešojoje erdvėje sklandžiusios klišės – itin patrauklus būdas perteikti šį, mus visus ištikusį, laikotarpį.

Reikšmingi žodžiai: pandemija, kūryba, kūnas, poezija, karantinas.

**PRASMINGŲ TARPDISCIPLININIŲ RYŠIŲ IEŠKOJIMAS:
TĖVŲ, MEDIKŲ, PEDAGOGŲ GALIMYBĖS
UŽTIKRINANT VAIKO SU NEGALIA ORŲ TAPATUMĄ**

Prof.dr. Ingrida Baranauskienė, Diana Saveikienė

Klaipėdos universitetas, Sveikatos mokslų fakultetas,
Socialinio darbo katedra, Sveikatos tyrimų ir inovacijų mokslo centras

Eleanora Roosevelt, JAV prezidento, kuris turėjo negalią, žmona, dar 1958 metais kreipdamasi į Jungtines Tautas klausė: „Kur vis dėlto prasideda visuotinės žmogaus teisės? Prie namų, taip arti ir tokiose nedidelėse vietovėse, kad jų neįmanoma surasti jokiuose pasaulio žemėlapiuose. Tos vietos yra pavienių žmonių pasaulis, kaimynystė, kur žmogus gyvena, mokykla ar kolegija, kurią jis lanko, teatras, ūkis ar biuras, kuriame dirba. Tai yra vietos, kur kiekvienas vyras, moteris ir vaikas siekia teisingumo, lygių galimybių, išsaugoti savo orumą, išvengti diskriminacijos“ (Lash, 1972, p. 255). Aštuntojo dešimtmečio pradžioje išsakytos mintys skamba šiuolaikiškai: teisingumas, lygios galimybės, orumas – tai vertybės, dėl kurių ir šiandien kovojama.

Tikslas- analizuojant etnografinius tėvų, medikų bei pedagogų pokalbius, suprasti, kas daro įtaką vaiko teisei į sveikatos priežiūrą ir kokybišką gyvenimą, nepažeidžiantį žmogaus teisių.

Metodika. Siekiant tyrimo tikslo, buvo atliktas atliktas kokybinis tyrimas. Siekiant atsakyti į tyrimo klausimus, buvo surinkti tėvų ir specialistų interviu, analizuoti pagal interaktyviosios etnografijos požiūrio principus. Tyrimo imtis – 15 tėvų ir 30 specialistų., kaip duomenų apdorojimo ir interpretavimo metodas buvo pasirinkta teminė analizė, dėl šio metodo lankstumo, galimybė tyrėjams mąstyti savaip, nedogmatiškai atskleidžiant radinius ir paliekant vietos skaitytojo suvokimo ir kritinės nuostatos raiškai.

Rezultatai. Domintis žmonių, turinčių negalią, teisių raiška sveikatos priežiūros aspektu LR Sveikatos įstatyme išryškėja kokybės sampratos suvokimo nepakankamumas. Atlikta įstatymų analizė leidžia teigti, kad Pasaulio sveikatos organizacijos teisinių dokumentų architektonika turi aiškų jurisprudencijos pagrindą, tuo tarpu Lietuvos sveikatos įstatymas sudaro prielaidas įvairioms išlygoms, dėl to žmonės, turintys negalią, Lietuvos sveikatos priežiūros sistemoje patiria diskriminacijos apraiškų. Tėvų ir specialistų patirties analizė atskleidė, kad vaiko su negalia tapatybė glaudžiai susijusi su šeimos tapatybe. Pažeidžiamas žmogaus, turinčio negalią, prigimtinis vertingumas, susidūrus su abejingumu, humaniškumo ir dvasingumo trūkumu.

Išvados. Šeima, auginanti vaiką, turintį negalią, jaučia „kitokį“ požiūrį: vaiko negalia lemia medikų požiūrį į tėvus. Ypač tai ryšku, asmeniui turint psichikos negalią. Prigimtine žmogaus, turinčio negalią, vertę neva „kilsteli“ socialinis statusas, pavyzdžiui, prestižinė darbo vieta ar materialinė padėtis, leidžianti naudotis privačia medicina. Sinergija tarp specialistų profesionalų (medikų ir pedagogų) ir tėvų yra būtina sąlyga vaiko tapatybės orumui užtikrinti. Tik komandinis, sistemingas ir koordinuotas medikų, pedagogų ir tėvų darbas leis pasiekti Neįgaliųjų teisių konvencijoje užsibrėžtą tikslą – orumą ir pagarbą vaiko su negalia tapatybei.

Reikšminiai žodžiai: tarpdisciplininis požiūris, vaikas su negalia, sinergija, neįgaliųjų teisės.

16-19 M. AMŽIAUS SUNKIAATLEČIŲ SPECIALUSIS FIZINIS PAJĖGUMAS

Ugnė Klumbytė, doc. dr. Rolandas Jančiauskas

Klaipėdos universitetas, Sveikatos mokslų fakultetas, Sporto, rekreacijos ir turizmo katedra

Sunkioji atletika - dinamiška jėgos sporto šaka, kurioje varžybose atliekami du, naudojantis visu kūnu, kėlimai rovimas ir stūmimas. Rovimo ir stūmimo veiksmai dažniausiai yra atliekami vidutiniu ir dideliu intensyvumu su minimaliomis lėtųjų judesių fazėmis (Morris et al., 2020). Tačiau galutinis sunkiaatlečių rezultatas priklauso nuo daugelio kitų pasiruošimo varžyboms komponentų: tinkamos atrankos, kryptingos pradinio fizinio rengimo metodikos, tinkamo bendrojo ir specialiojo fizinio rengimo, fizinio ir techninio, fizinio ir taktinio rengimo santykio ir kt. (Girdauskas, Girdauskienė, Kazakevičius, 2007).

Tikslas – nustatyti ir įvertinti 16-19 metų amžiaus sunkiaatlečių bendrąjį ir specialųjį fizinį pajėgumą.

Metodika. Tyrimo metu buvo naudoti mokslinės literatūros šaltinių analizės, testavimo ir matematinės statistikos metodai. Tyrime dalyvavo 20 Klaipėdos miesto sunkiosios atletikos federacijos sporto salėje sportuojančių jaunuolių, kurių amžiaus buvo 16-19 metų. Sportininkai buvo testuojami šiais testais: statinė rankos jėgos (dinamometro testas), šuolio iš vietos į tolį testas, bei vieno didžiausio pakartojimo atkėlimo ir pritūpimo testas (1RM). Sportininkų testavimas buvo vykdomas du kartus: 2021 m. ir 2022 m.

Rezultatai. Statinės rankų jėgos rezultatai merginų tarpe 2021 m. atitiko vertinimą „labai gerai“, o vaikinių rezultatai buvo vertinami „labai gerai“ arba „puikiai“. Dinaminės jėgos sportininkų rezultatai atitiko vertinimą „labai gerai“ arba „puikiai“. 2022 m., sportininkų dešinės rankos jėga sustiprėjo trimis kg, o kairė dviem. Vaikinių dešinės rankos jėga sustiprėjo penkiais kg, o kairė vienu. Šuolio iš vietos į tolį testo rezultatai 2022 m. pagerėjo: merginų tarpe trimis cm, o vaikinių tarpe net septyniais cm. Atlikus specialiojo fizinio pajėgumo jėgos testus (1RM) pritūpimo su štanga ant pečių ir atkėlimo tyrimus paaiškėjo, kad 2021 m. merginų pritūpimo su štanga ant pečių rezultatai vidutiniškai buvo 74 kg, o vaikinių 149 kg. 2022 m. merginų vidutinis įveiktas svoris buvo 84 kg, o vaikinių 155 kg.

Išvados: Išanalizavus bendrojo ir specialiojo fizinio pajėgumo tarpusavio priklausomybę paaiškėjo, kad šuolio iš vietos į tolį testas tarpusavyje glaudžiai koreliuoja su vieno didžiausio pakartojimo pritūpimo bei atkėlimo testais. Sunkiaatlečių vaikinių tarpe buvo pastebėta daugiausia glaudžių koreliacinių ryšių tarp bendrojo ir specialiojo fizinio pajėgumo testų. Tačiau sunkiaatlečių merginų tarpe buvo pastebėtas tik vienas labai stiprus ir patikimas koreliacinis ryšys tarp vieno pakartojimo pritūpimo (2022 m.) ir atkėlimo (2021 m.) testų ($p=0,002$, $r=0,933$).

Reikšmingi žodžiai: sunkioji atletika, statinė ir dinaminė jėga, 1RM

JAUNUOLIŲ, PALYTĖTŲ AUTIZMO, SVEIKATOS BŪKLĖ REIKŠMINGŲ KARJERAI VEIKSNIŲ KONTEKSTE: TĖVŲ POŽIŪRIO NARATYVAS

Diana Saveikienė, prof.dr. Ingrida Baranauskienė

Klaipėdos universitetas, Sveikatos mokslų fakultetas,
Sveikatos tyrimų ir inovacijų mokslo centras, Socialinio darbo katedra

Pasaulio sveikatos organizacijos 2011 m. pranešime „Apie neįgalumą“ akcentuojant švietimą ir įsidarbinimą, kaip vienas sudėtingiausių kliūčių, su kuriomis susiduriama, teigiama, kad neįgaliųjų įtraukimas į prasmingą veiklą, adekvačią jų būklei, teigiamai veikia jų sveikatą, jie tobulėja, integruojasi visuomenėje (WHO, World report on Disability, 2011). Nepaisant atliekamų mokslinių tyrimų, politiškai priimamų integraciją ir žmogaus teisių įgyvendinimą garantuojančių sprendimų, sklaidos socialiniuose tinkluose, visuomenėje išlieka negalia, ypatingai susijusių su intelekto sutrikimais, stigmatizuojantys reiškiniai. Moksliniame diskurse tai taip pat aktualu.

Tikslas- ištirti jaunuolių, palytėtų autizmo, tėvų požiūrį į jaunuolių karjeros galimybes bendros jo (jos) sveikatos būklės kontekste, įvertinant pirminę bei lydinčias diagnozes.

Metodika. 2021m. atliktas kokybinis tyrimas, surinkti naratyviniai interviu. Iš tyrėjoms prieinamos populiacijos pagal nustatytus kriterijus atrinkti šeši dalyviai: iš santuokoje gyvenančių šeimų (t. y. vaikas auga/ jaunuolis gyvena su abiem tėvais), jaunuoliui nustatyta vidutinė arba sunki negalia, lengvas intelekto sutrikimas, amžius iki 29 metų, paminėta, kad interviu kviečiamas dalyvauti būtent tas pokalbio dalyvis, nes šiame tyrimo etape renkama informacija apie tėvų, auginančių autizmo palytėtus jaunuolius, išgyvenimus, patirtis, pabrėžta, kad būtent jų išgyvenimai ir sukaupta gyvenimiška patirtis yra labai reikšmingi, kaip ir kita suteikta informacija.

Rezultatai. Atliekant tyrimą, interviu metu surinkta medžiaga pirmiausiai natūraliai skilo į laiko tarpų kategorijas: praeities ir dabartinės situacijos. Ši tyrėjų patirtis formuoja prielaidą, kad tėvai, augindami vaikus su negalia, stengiasi atskleisti pokalbių metu daug metų kauptą patirtį. Taigi analizuojant tėvų pasakojimus, labai svarbią vietą užima ir praeities refleksijos apie medicinines paslaugas ir indikacijas.

Išvados. Išanalizuoti naratyviniai interviu atskleidžia asmenų, turinčių autizmo spektro sutrikimą, gyvenimo istorijas, atsižvelgiant į realybėje egzistuojančias sociokultūrinės ir medicinos paslaugų teikimo sąlygas. Medicininių paslaugų tiekimas, gavimas, buvimas aktyviu šios sistemos dalyviu, atveria įdomias, turiningas tėvų patirtis. Apibendrinant atskleidžia galimos tendencijos: lyginant praeitį ir esamą situaciją, tėvai tiesiogiai pajunta savo vaiko (šiuo metu jau jaunuolio) santykių su medicinos darbuotojais virsmą, pagrindinės ir lydinčių diagnozių pokytį, gali palyginti, įvertinti progresą, numatyti komplikacijas ir tai įvertinti galimos karjeros projekcijose.

Reikšminiai žodžiai: autizmas, karjera, asmeninė sveikata.

SOCIALINĖ PAGALBA ŠEIMAI COVID - 19 PANDEMIJOS LAIKOTARPIU PREVENTUOJANT VAIKO INSTITUCINĘ GLOBĄ (RŪPYBĄ)

Aušra Meškauskienė, doc. dr. Asta Kiaunytė

Klaipėdos universitetas, Sveikatos mokslų fakultetas, Socialinio darbo katedra

Per pastaruosius du metus pastebima vaikų patekimo į globos institucijas dviguba mažėjimo tendencija, kai tuo tarpu vaikų patekimas į kitų rūšių globos (rūpybos) formas skaičius sumažėjo neženkliai. Pastebimas mažėjantis apgyvendinamų globos institucijose vaikų skaičius yra susijęs su sisteminės globos pertvarka. Svarbu, kad vaikų patekimas į globos institucijas ir ateityje mažėtų, o visi vaikai galėtų augti šeimose, jiems saugioje aplinkoje. Tebesitęsianti Covid-19 pandemija Lietuvoje, kaip ir visame pasaulyje, kelia daug iššūkių visoms šeimoms ir ypačiai toms šeimoms, kurios susiduria su socialinės rizikos veiksniais. Todėl tikslinga tyrinėti socialinę pagalbą šeimai Covid-19 pandemijos laikotarpiu, preventuojant vaiko institucinę globą (rūpybą).

Tikslas – išanalizuoti socialinę pagalbą šeimai Covid-19 pandemijos laikotarpiu, preventuojant vaiko institucinę globą (rūpybą).

Metodika. Mokslinės literatūros analizė, dokumentų analizė.

Rezultatai. Naujausi moksliniai tyrimai rodo, kad pasaulinė Covid-19 pandemijos situacija pakeitė daugumos žmonių asmeninį ir socialinį gyvenimą: šeimos susidūrė su naujais iššūkiais ir turėjo skubiai ieškoti būdų prisitaikyti prie situacijos, pakoreguoti įprastus tėvystės vaidmenis ir veiklas (Kairienė, Pivorienė, Katkonienė, 2021).

Lietuvoje 2020-2021 m. atlikti pandemijos poveikio tyrimai, kurie atskleidė ir pakitusios pagalbos tėvams poreikius ir pagalbos būtinybę. Katiševskaja, Naujanienė (2021) pastebėjo, kad pastaraisiais metais vaikų nepriežiūros, kuri įvardijama, kaip tėvų, globėjų negebėjimas patenkinti pagrindinių emocinių, medicininių, švietimo ir fizinių poreikių, paplitimas yra gana didelis. Tyrimo duomenys atskleidė šeimų patiriamų problemų kompleksškumą, kada vienu metu patiriamos priklausomybių, emocinių sunkumų ir socialinės problemos.

Probleminė Covid-19 situacija komplikuoja socialinės pagalbos šeimai teikimo procesą. Nors tarptautiniuose ir nacionaliniuose teisės aktuose įtvirtinta, kad vaikui institucinė globa (rūpyba) gali būti nustatoma tik tam tikrais atvejais, statistiniai duomenys rodo, kad daugeliu atvejų dėl neišvystytos vaiko globos (rūpybos) šeimoje sistemos ir alternatyvių bendruomeninio pobūdžio formų trūkumo vaiko apgyvendinimas institucijoje yra pirma ir vienintelė priemonė. Siekiant užtikrinti vaiko teisę augti savo įstatyminių atstovų (fizinių asmenų) globoje (rūpyboje), reikalinga daugiau dėmesio skirti šeimos krizės rizikų atskleidimui, socialinės pagalbos šeimai, kaip šeimos krizės prevencijos Covid-19 pandemijos laikotarpiu analizei. Tai padėtų suprasti, kaip teikti socialinę pagalbą šeimai Covid-19 pandemijos laikotarpiu, preventuojant vaiko institucinę globą (rūpybą).

Išvada. Tyrimas rodo, kad reikalinga sustiprinta ir sisteminė socialinė pagalba, teikiant socialines paslaugas tiek socialinę riziką patiriančioms biologinėms šeimoms, tiek budinčių globotojų, tiek globėjų šeimoms, siekiant vaikų nepatekimo į institucinę globą (rūpybą).

Reikšminiai žodžiai: socialinė pagalba šeimai, Covid-19 pandemijos laikotarpis, prevencija, vaiko institucinė globa (rūpyba).

SOCIALINIŲ DARBUOTOJŲ PADĖJĖJŲ, TEIKIANČIŲ PAGALBĄ SENIEMS IR PAGYVENUSIEMS ŽMONĖMS NAMUOSE, LŪKESČIAI PROFESINEI PARAMAI PANDEMIJOS LAIKOTARPIU

Agnė Jazbutytė, doc. dr Asta Kiaunytė

Klaipėdos universitetas, Sveikatos mokslų fakultetas, Socialinio darbo katedra

2020 metų pradžioje pasaulyje sparčiai išplitusi COVID-19 pandemija iš esmės pakeitė žmonių gyvenimą. Seni ir pagyvenę žmonės susidūrė ne tik su padidinta užkrečiamumo ir mirtingumo grėsme, bet ir su daugybe šalutinių grėsmių, sukeltų pandemijos ir bandymų ją suvaldyti. Pagal Lietuvos statistikos departamento duomenimis pagalbos į namus poreikis kasmet didėja. Socialinio darbuotojo padėjėjai, dirbdami tokio pobūdžio darbą, turi gebėti pakelti didelį bendravimo ir bendradarbiavimo psichologinį krūvį, atkakliai siekti tikslo, būti empatiški ir ištvermingi, energingi ir iniciatyvūs, tikėti savo darbo sėkme ir reikšmingumu, atiduoti visas savo jėgas darbui. Tai palaiapsniui formuoja plintantį psichosocialinį reiškinių – socialinių darbuotojų profesinio perdegimo sindromą (Vaicekauskienė, 2014).

Tikslas – išsiaiškinti socialinių darbuotojų padėjėjų lūkesčius profesinei paramai gauti teikiant socialinę pagalbą seniems ir pagyvenusiems žmonėms namuose pandemijos laikotarpiu.

Metodika. Moksliniam tyrimui atlikti naudotas mokslinės literatūros analizės metodas.

Rezultatai. Socialinių darbuotojų padėjėjų darbo pobūdis yra daugiafunkcis. Dirbant su senu ir pagyvenusiu žmogumi, labai svarbu gebėti įsijausti į kito padėtį, emociją būseną, tiesiogiai suprasti kito jausmus, skatinti dalyvavimą bendruomeninėje veikloje didinant užimtumą, siekiant pagerinti jų gyvenimo kokybę (Jasevičienė, Biliuvienė, 2015).

Pandemijos laikotarpiu socialinių darbuotojų padėjėjams išryškėjo sustiprėjusios neigiamos emocijos: baimė ir nerimas dėl pavojaus sveikatai, sielvartas ir liūdesys dėl žmonių netekčių ir prastų gyvenimo sąlygų, kaltė ir nusivylimas dėl nesugebėjimo ar negalėjimo padėti daugiau. Socialinio darbuotojo padėjėjai dėl savo įtempto ir sudėtingo darbo pandemijos metu patyrė nuovargį, nerimą, baimę, nuolatinę akistatą su sudėtingomis žmonių gyvenimo egzistencinėmis situacijomis, o visa tai socialiniame darbe sukėlė nemažai profesinio perdegimo atvejų, todėl socialinio darbuotojo padėjėjams svarbu gauti profesinę paramą. Analizuojant socialinių darbuotojų padėjėjų profesinės paramos gavimo lūkesčius, galima išskirti asmeninius, organizacinius, profesionalios pagalbos šaltinius. Taigi, socialinių darbuotojų padėjėjams svarbūs visi žmogiškieji paramos ištekliai: vadovo, kolegų parama, suprėvizorių profesionali pagalba, artimųjų palaikymas.

Išvados. Pandemijos laikotarpiu socialinių darbuotojų padėjėjų darbe išaiškėjo svarbus jų poreikis visokeriopai profesinei paramai tiek iš kolegų, tiek iš organizacijos, tiek gauti profesionalią paramą suprėviziją, kad socialinių darbuotojų padėjėjai jaustų savyje vidinę ramybę ir galėtų teikti profesionalią pagalbą seniems ir pagyvenusiems žmonėms namuose.

Reikšminiai žodžiai: socialinio darbuotojo padėjėjas, profesinis perdegimas, profesinė parama, pandemija.

ŠVIESOS DEPRIVACIJOS POVEIKIO TYRIMAS: ATVEJO ANALIZĖ

Arnoldas Jurevičius, studentas

Klaipėdos universitetas, Socialinių ir humanitarinių mokslų fakultetas, Psichologijos katedra

Remiantis M.Chia tyrimais (M.Chia Darkness technology) visiška tamsa iš esmės pakeičia kūno / smegenų jutimo organų jautrumą. Regos organai visiškai atsijungia, todėl garsų suvokimas pradeda nykti, stiprėja vidiniai pojūčiai, prarandame ryšį su išoriniu pasauliu. Tamsos poveikis išjungia pagrindinius smegenų žievės centrus, slopina psichines ir pažinimo funkcijas aukštesniuose smegenų centruose. Sustiprėja emocinės ir jausminės būsenos, ypač uoslė. Per parą žmogaus kankorėžinė liauka išskiria nuo 20 iki 30 tūkst. nanogramų melatonino, o jo sintezės pikas būna maždaug 2 val. nakties. Maždaug 70 proc. melatonino išsiskiria visiškoje tamsoje. Pagrindinė miego funkcija yra pailsėti ir atkurti ne tik kūną, bet ir protą. Atimant iš žmogaus gilų, be sapnų miegą (delta stadija), haliucinaciniai reiškiniai prasiskverbia į budrumo būseną. Miego trūkumas sukelia rimtus psichikos sutrikimus, dėmesio trūkumą, regėjimo sutrikimus, haliucinacijas ir iškraipo laiko suvokimą, o po kelių dienų žmogus gali išprotėti. Teoriškai yra žinoma, kad melatonino trūkumas susijęs su padidėjusiu kortizolio kiekiu.

Tikslas – išsiaiškinti, ar ilgas, sąmoningas buvimas visiškoje tamsoje stiprina jausmines būsenas ir kaip tai keičia santykį su savimi ir pasauliu, kokį poveikį tai daro streso reakcijų suvaldymui.

Metodika. Tyrimas apėmė žmogaus, sąmoningai pasirinkusio trijų parų gyvenimą šviesos deprivacijos sąlygomis psichinės emocinės būsenos stebėjimą, visi emociniai išgyvenimai buvo dokumentuoti: įrašyti į diktofoną ir užrašyti kaip tekstas. Tekstas analizuotas temų analizės metodu. Prieš eksperimentą ir po jo vertintas rytinis streso hormono kortizolio bei serotonino kiekis.

Rezultatai. Šviesos deprivacijos sąlygomis yra patiriami šie emociniai išgyvenimai: pirmąją dieną žmogui tenka adaptuotis prie pakitusių gyvenimo sąlygų, tad stiprėja nerimas dėl ateities, pasireiškia mieguistumas, prislėgtumas; antrąją dieną jaučiama pakilumo būsena, daug entuziazmo, spontaniškai kuriami galimi ateities vaizdiniai, jie daro įtaką mąstymo procesams ir nuostatoms. Baigiantis eksperimento laikui atsiranda nekantravimas grįžti į veiklą gyvenimą. Išvėlgėme, kad ateities vaizdinių kūrimas yra stipriai įtakojamas nuotaikos ir emocinės būsenos. Darome prielaidą, kad šviesos deprivacija suteikia galimybę pailsinti regos organus nuo patiriamų informacinių apkrovų ir daro poveikį hormonų pusiausvyrai. Tyrimo metu pastebėta kortizolio ir serotonino mažėjimo tendencija. Yra žinoma, kad hormono kortizolio daugiau išsiskiria streso metu, kai žmogus mažai miega, šio hormono perteklius yra viena iš aukšto kraujospūdžio ir nutukimo priežasčių, o seratoninas svarbus gerai nuotakai ir žvalumui dienos metu palaikyti. Su serotonino mažėjimu galima sieti mieguistumą, prislėgtumą pirmosios eksperimento dienos metu, o kortizolio mažėjimą su spontaniškai atsirandančiu kūrybiškumu ir gerėjančia adaptacija. Gilesniems apibendrinimams reikalingi išsamesni tyrimai.

Išvados. Šviesos deprivacijos sąlygomis emocinė būsena svyruoja nuo prislėgtos-nerimastingos (pirmoji diena) iki pakylėtos-kūrybiškos (antroji diena) ir nekantravimo (baigiantis deprivacijos laikui); pastebima kortizolio bei serotonino mažėjimo tendencija.

Reikšminiai žodžiai: šviesos deprivacija, emocijos, hormonai

BŪSIMŲ ERGOTERAPEUTŲ REFLEKTAVIMAS APIE PROFESINĘ PRAKTIKĄ COVID-19 PANDEMIJOS METU

Dr.S.Paulikienė, E.Kriauzaitė, dr. J.Tuitaitė

Vilniaus kolegija, Slaugos katedra, Vilniaus kolegija, Reabilitacijos katedra,
Vilniaus kolegija, Reabilitacijos katedra,

Būsimieji ergoterapeutai profesinės praktikos metu reflektuoja apie save, praktikos vietą tokiu būdu formuojami ne tik darbui atlikti reikalingi įgūdžiai, bet ir įsitikinimai, profesinis saviveiksmingumas. Profesinis saviveiksmingumas siejamas su būsimo ergoterapeuto veikla ir išreiškia asmens tikėjimą savo gebėjimais atlikti užduotis praktikos metu, įveikti profesinius sunkumus, sėkmingai veikti įvairiose situacijose (Bonsaken ir Carstensen, 2017). Būsimieji ergoterapeutai teorinius ir praktinius dalykus studijavo nuotoliniu būdu ir tik profesinių praktikų metu studentams leista dalyvauti kontaktiniu būdu. Remiantis Pasaulinės ergoterapeutų federacijos (2021) duomenimis Covid-19 pandemijos metu keitėsi ir pačios ergoterapijos procedūros praktikos vietose ne tik dėl institucinės aplinkos apribojimų, bet ir dėl naujų, kompiuterizuotų, ergoterapinių priemonių skubos tvarka įtraukimo į reabilitacijos procesus. Taip pat buvo stebimas ir individualių ergoterapeutų gebėjimų planuoti laiką, lanksčiai reaguoti į susiklosčiusią situaciją bei gebėjimo dirbti su komunikacijos priemonėmis poreikis (PETW, 2021). Moksliniai tyrimai analizuoja būsimų ergoterapeutų profesinį saviveiksmingumą ir pabrėžia jo svarbą dirbant sveikatos priežiūros sistemoje, tačiau nerandama tyrimų analizuojančių būsimų specialistų saviveiksmingumą. Atlikta nemažai tyrimų apie būsimų ergoterapeutų iššūkius profesinės praktikos metu, reflektavimo gebėjimus, įgūdžius, tačiau trūksta tyrimų apie Covid-19 pandemijos metu vykusią studijų proceso pokyčių pasekmes profesijos įgijimui.

Tikslas – atskleisti ergoterapijos studijų programos studentų profesinės praktikos metu patirtis apie profesinį saviveiksmingumą pandemijos metu.

Metodika. 2021 m. lapkričio mėn – 2022 m. sausio mėn. atliktas kokybinis tyrimas. Tyrimui pasirinkta kokybinio aprašomojo tyrimo strategija. Tyrimas atliktas naudojant MS Teams programą. Tyrimo populiaciją sudarė Vilniaus kolegijos III kurso Ergoterapijos studijų programos 23 studentai. Taikytas pusiau struktūruotas interviu metodas. Tyrimo duomenų analizė atlikta taikant turinio analizę.

Rezultatai. Studentų įvardijami sunkumai praktikos metu yra universalūs: mažesnis pasitikėjimas, susijęs su patirties ir teorinių žinių taikymo trūkumu, pačių studentų asmeniniai prisitaikymo prie iššūkių keliančios aplinkos ir reikalavimų faktoriai (pvz., sunkumai su „nemotyvuotais“ pacientais, komunikavimas su pacientais ir mentoriais, socialinis nerimas ir kitos asmeninės ypatybės), „higieniniai“, arba „komforto“ faktoriai (pvz., susisiekiama su praktikos vieta ir parkavimo). Studentai pažymėjo, kad Covid-19 pandemija iš esmės neribojė jų veiklos praktikos metu, kiti minėjo, kad sunkiau buvo pasiekti ergoterapinių tikslų, nes dėl pandeminės situacijos buvo draudžiama taikyti grupinės ergoterapijos metodus ir priemones. Būsimieji ergoterapeutai pastebėjo, kad kaukės apsunkino bendravimą su pacientais, nes negalėjo vertinti išraiškos, taip pat buvo sunkiau suprasti ir pacientams ergoterapines užduotis. Studentai pastebi, kad kontaktinių praktinių užsiėmimų metu ne tik įgyjo daugiau žinių nei nuotoliniu būdu, bet ir ugdė pasitikėjimą savo kaip ergoterapeuto jėgomis, tačiau būsimieji ergoterapeutai pažymi valios veikti svarbą. Motyvacija būti ergoterapeutu skatina studentus įveikti profesinius sunkumus ir sėkmingai veikti praktikos metu.

Išvada. Pripažindami objektyvius pandeminės situacijos sąlygotus apribojimus būsimų ergoterapeutų profesinių įgūdžių formavimui, studentai mato tai kaip iššūkį didesniai asmeniniam aktyvumui ir pastangoms tapti profesionaliais ergoterapeutais. Covid-19 pandemija iš esmės nepakeitė apklaustų studentų lūkesčių ir požiūrio į pasirinktos profesijos perspektyvas: kas stodami turėjo pozityvius lūkesčius, pažymėjo sustiprėjusią motyvaciją, ambicijas, išsigrynino sritis, kuriose norės dirbti ir išlaikė pozityvų požiūrį į įsidarbinimo perspektyvas; nedidelė dalis, kuri turėjo abejonių dėl profesinio pasirinkimo, aplinkinių požiūrio į ergoterapeuto profesiją, pritaikomumą, liko su abejonėmis ir nuogaistavimais dėl įsidarbinimo sunkumų, sprendimu keisti profesiją.

Reikšmingi žodžiai: būsimi ergoterapeutai, saviveiksmingumas, Covid-19 pandemija

VISUOMENĖS SVEIKATOS IR GYVENIMO ARCHITEKTONIKOS KONTŪRAI JURGIO AMBRAZIEJAUS PABRĖŽOS VEIKLOJE

*Vyr. mokslo darbuotojas, dr. Kęstutis Trakšėlys, Klaipėdos universitetas, Botanikos sodas
Doc. dr. Dalia Martišauskienė, Sveikatos mokslų fakultetas, Visuomenės sveikatos katedra*

Jurgis Ambraziejus Pabrėža dažnai Lietuvoje žinomas kaip botanikas, geografijos vadovėlių autorius, geradarys, kuris pagelbėdavo žmonėms tiek gydydamas įvairias ligas, tiek kaip nuodėmklausys bei atsidavęs savo pašaukimui kunigas vienuolis. Tačiau būtina ir reikalinga išryškinti dar vieną jo ypač svarią savybę - aktyvią socialinę veiklą. Ši veikla reiškėsi pamokslų sakymu, namų lankymu, sveikos gyvensenos propagavimu, higieninių įgūdžių ugdymu, ligonių gydymu ir įvairia prevencine veikla.

Tikslas- atskleisti Jurgio Ambraziejaus Pabrėžos visuomenės sveikatos ir gyvenimo architektūros veiklos aspektus.

Metodika- pirminių ir antrinių rašytinių šaltinių analizė ir sintezė.

Rezultatai. Išanalizavus Jurgio Ambraziejaus Pabrėžos visuomeninę veiklą, nustatytas šios veiklos platus spektras. Daugelis šių sričių aktualios ir nūdienos visuomenei tai:

- fitoterapija- J. A. Pabrėžos veikloje gydymas vaistiniais augalais ir preparatais iš jų užėmė didžiąją gyvenimo dalį. Kita vertus tai ne tik augalų auginimas ir preparatų gaminimas atliepia jo fitoterapinę veiklą, bet ir jų aprašymas, sisteminimas, cheminių ir biologinių savybių ištyrimas. Visa tai atsipinti - J. A. Pabrėžos veikale „Taislius Augyminis“ (Augalų sistema).
- sveikos gyvensenos propagavimas - J. A. Pabrėža tiek savo gyvenimo pavyzdžiu, tiek pamoksluose bei pokalbiuose akcentuoja nuolat sveiką gyvenseną, kuri anot jo reiškiasi: pasninku, judėjimu, pozityviomis mintimis, švaria aplinka, higieniniais įgūdžiais, pozityviu mąstymu. Ypač buvo pabrėžiama sveika ir pilnavertė mityba, miego svarba, darbo ir poilsio režimas. Reikia pabrėžti, kad J. A. Pabrėža gydydamas žmones bei diagnozuodamas ligas, kūno ligas siedavo ir su psichologinėmis problemomis. Todėl kaip dvasininkas suteikdavo ne tik medicininę pagalbą, bet ir psichologinę bei dvasinę.
- edukacinė (pastoracinė) veikla apsiribojo ne tik teologiniais samprotavimais ir įžvalgomis, bet J. A. Pabrėža užsiėmė vaikų ir suaugusiųjų edukacijomis. T.y. edukacinėse veiklose apimdamos socialinio ir buitinio gyvenimo temas, vaikų auklėjimą, jų švietimą, mokymą bei darbštumo ir pareiškimo svarbą.

Išvados. Jurgio Amabraziejaus Pabrėžos veikla savo universalumo to laikmečio žmonių gyvenime darė didelę įtaką, nes ji reiškėsi pagrindinėse visuomenės gyvenimo srityse: medicinoje, sveikoje gyvensenoje ir švietime. Įvairūs jo sukurti gydomieji preparatai, vaistažolių auginimas ir pažinimas, natūralios medicinos propagavimas bei mokslinės įžvalgos prisidėjo prie ligų gydymo ir diagnozavimo.

Reikšminiai žodžiai: Pabrėža, fitoterapija, sveika gyvensena, edukacinės veiklos

AUKŠTO MEISTRISKUMO SPORTININKŲ KARJEROS YPATUMAI BEI JOS PEREIGOS PROJEKTAVIMAS

Prof. dr. Asta Šarkauskienė, Gabrielė Navardauskienė
Klaipėdos universitetas

Daugelio sportininkų karjera prasideda ankstyvoje vaikystėje ir tęsiasi, priklausomai nuo sporto šakos specifikos, 10–20 metų, retais atvejais ilgiau (Allen, & Hopkins, 2015; Balyi et al., 2013; Skernevičius et al., 2011). Mokslinėje literatūroje apibrėžiami galimi sportinės karjeros kritiniai periodai, iš kurių labai reikšmingi yra sportinės karjeros pabaiga bei adaptacinis laokotarpis baigus sportinę karjerą (Condello et al., 2019; Mateu et al., 2020). Remiantis Holistinio ugdymo kryptimi, akcentuojančia įvairiapusį asmenybės ugdymą, t.y. žmogaus intelekto, fizinio tobulumo, emocionalumo, socialumo, kūrybiškumo, estetinio ir dvasinio klestėjimo vienybę (Komenskis, 1986; Šalkauskis, 1928) žmogus yra interpretuojamas kaip sistema. Aukšto meistriškumo sportininkai turi teisę derinti savo sportinę ir aukštojo mokslo karjerą (dvikryptė karjera), kurios yra svarbios siekiant suteikti jiems galimybę pasibaigus sportinei karjerai sėkmingai integruotis į visuomenę (Condello et al., 2019; Storm et al., 2021). Tai, kad jauni žmonės galėtų nuosekliai planuoti savo ateitį, reikia juo motyvuoti dvikryptei karjerai - suteikti informacijos, moralinę ir finansinę paramą, kurią jie turėtų gauti iš konsultantų, psichologų, trenerių bei sporto organizacijų (Åbeļkalns, Kravalis, 2020).

Tyrimo tikslas - ištirti aukšto meistriškumo sportininkų karjeros ypatumus bei jos pereigos projektavimą.

Tyrimo organizavimas ir metodai. Šiame darbe buvo taikyti pusiau struktūruoto interviu metodas. Empirinis tyrimas buvo vykdomas dviem etapais: I etapas: 2019 m. vasario – kovo mėn.; II etapas: 2020 m. kovo - birželio mėn. Tyrime dalyvavo dvi sportininkų grupės - Lietuvos Olimpinės rinktinės kandidatai (LT sportininkai) (n=9) ir Prancūzijos “NIPPO Delko One Provance” profesionalų komandos dviratininkai (Delko komanda) (n=9).

I tyrimo etape (LT sportininkai) dalyvavo penkių sporto šakų atstovai: orientavimosi sportas, kalnų dviračiais, lengvoji atletika, šiuolaikinė penkiakovė, baidarių ir kanojų irklavimas. Tyrimo dalyviai buvo atrinkti patogiosios atrankos būdu. Informantų amžius buvo tarp 20 ir 38 metų (M=30.9, SD=5.16), 44.4 proc. moterų. Sportavimo trukmė – 19.6±3.84 metai.

Profesionalią Prancūzijos dviračių komandą “NIPPO Delko One Provance” atstovauja 24 didelio dviratininkai, iš kurių šiame tyrime sutiko dalyvauti 9 sportininkai. Dviratininkų amžius buvo tarp 24 ir 35 metų (M=27.9, SD=5.01), sportavimo trukmė –13.3±2.96 metai.

Tyrimo rezultatai. Veiksnių, lėmusių Lietuvos Olimpinės rinktinės kandidatų sportinės karjeros pasirinkimą, kategorijoje buvo išskirtos keturios, Delko team – trys subkategorijos. LT sportininkams labai svarbus sportinės karjeros pasirinkimui buvo aplinkinių paskatinimas, tuo tarpu šis veiksnys nei vieno Delko komandos dviratininkų sportinės karjeros pasirinkimui įtakos neturėjo.

Veiksnių, reikšmingų aukšto meistriškumo sportininkų dvikryptei karjerai, grupėje buvo išskirtos 5 subkategorijos: asmeninė motyvacija; sudarytos palankios ugdymo institucijos sąlygos; socialinės aplinkos palaikymas; aplinkinių demotyvacija; finansinės galimybės

Sportinės karjeros pereigos projektavimo kategorijoje buvo išskirtos trys subkategorijos: esu psichologiškai nusiteikęs tokiai dienai; jaučiuosi nepasiruošęs, tai mane neramina; jaučiuosi pasiruošęs, žinau ką veiksiu.

Išvados. Abiejų grupių (Lietuvos olimpinės rinktinės kandidatai bei Prancūzijos NIPPO Delko One Provance komandos dviratininkai) aukšto meistriškumo sportininkai siekia išsilavinimo – dauguma jų yra įvairių universitetų studentai arba absolventai. Asmeninė motyvacija, sudarytos palankios ugdymo institucijos sąlygos bei socialinės aplinkos palaikymas yra reikšmingi veiksniai teigiamai įtakojantys dvikryptės karjeros pasirinkimą bei jos tęsimą. Motyvaciją tęsti dvikryptę karjerą mažina aplinkinių demotyvacija bei finansinės galimybės. Kai kuriems intesvyviai sortuojantiems bei treniruočių stovyklose ir varžybose įvairiose šalyse dalyvaujantiems sportininkams nepavyksta suderinti sporto ir studijų ir pastarąsias tenka pristabdyti ar nutraukti.

Covid 19 pandemija, kai daugelis varžybų neįvyko ir sportininkai atsidūrė nežinioje, patvirtino, kaip svarbu aukšto meistriškumo sportininkams ne tik sportuoti, bet ir projektuoti savo ateitį tęsiant mokymąsi (studijas) ir įgyjant specialybę. Sklandaus aukšto meistriškumo sportininkų dvikryptės karjeros gyvendinimui universitetuose reikalingi asmenys, kurie konsultuotų sportininkus įvairias studijų plano įgyvendinimo klausimais.

Reikšminiai žodžiai: aukšto meistriškumo sportininkai, karjeros projektavimas, pandemija

**VII SEKCIJA / DARNIOS ASMENYBĖS UGDYMAS:
PEDAGOGINIAI – PSICHOLOGINIAI ASPEKTAI (II)
VII/SECTION/ EDUCATION OF HARMONIOUS PERSONALITY:
PEDAGOGICAL AND PSYCHOLOGICAL ASPECTS (II)**

**INKLIUZINIO UGDYMO PATIRTYS: PEDAGOGŲ NUOMONĖ APIE AKTYVUMO IR
DĖMESIO SUTRIKIMĄ TURINČIŲ VAIKŲ UGDYMĄ IKIMOKYKLINIO UGDYMO
ĮSTAIGOJE**

*Prof. dr. Rasa Braslauskienė, prof. dr. Neringa Strazdienė, doc. dr. Reda Jacynė,
doc. dr. Sada Ramanauskienė; lekt. dr. Aida Norvilienė*

Klaipėdos universitetas Socialinių ir humanitarinių mokslų fakultetas Pedagogikos katedra

Inkliuzinio ugdymo plėtotė įvairių organizacijų, formuojančių tarptautinę švietimo politiką (UNESCO, Jungtinių Tautų organizacija, Europos specialiojo ir įtraukiojo ugdymo plėtros agentūra ir kt.), įvardijama kaip vienas iš svarbiausių ateities švietimo uždavinių, pasisakoma apie inkliuzinės visuomenės kūrimą, formuojama inkliuzinio ugdymo praktika. Inkliuzijos sąvoka Lietuvos švietimo dokumentuose vartojama atitikmeniu įtrauktis. Lietuvos švietimo dokumentuose įtraukusis ugdymas minimas Valstybinėje švietimo 2013–2022 metų strategijoje, Geros mokyklos koncepcijoje ir kt. Inkliuzinis ugdymas siejamas su personalizuotu kiekvieno mokinio ugdymu. Kaip šis ugdymas įgyvendinamas ikimokyklinio ugdymo įstaigų grupėse, kuriose integruoti aktyvumo ir dėmesio sutrikimą (toliau – ADS) turintys vaikai, kokios pedagogų įvardinamos patirtys ir inkliuzinio ugdymo plėtotės galimybės.

Tikslas – ištirti pedagogų nuomonę apie ikimokyklinio ugdymo grupėse integruotų ADS turinčių vaikų ugdymą inkliuzinio ugdymo plėtotės kontekste.

Metodika. 2021 m. lapkričio – gruodžio mėn. atliktas kokybinis tyrimas, dalyvavo 8 ikimokyklinio ugdymo vyr. mokytojai, naudotas giluminis interviu metodas. Tyrimo duomenims apdoroti pasitelkta kokybinė turinio analizė. Tyrimas atliktas laikantis tyrimo etikos.

Rezultatai ir išvados. Ikimokyklinio ugdymo mokytojai negali tiksliai įvardinti inkliuzinio, įtraukiojo ir integruoto, personalizuoto ugdymo sąvokų sampratų, jas supranta kaip tapačias. Tyrimo radiniai parodė, kad mokytojai naudoja inkliuzinio / įtraukiojo ugdymo elementus dirbdami grupėse, kuriose integruoti ADS turintys vaikai: glaudžiai bendradarbiauja su ugdytinių tėvais; naudoja individualizuotas užduotis atsižvelgiant į vaikų gebėjimus; į pagalbą pasitelkiami specialistai (logopedai, socialiniai ir specialieji pedagogai, psichologai), Vaiko gerovės komisija, įstaigos administracijos darbuotojai. Mokytojų nuomone, optimizuoti inkliuzinio / įtraukiojo ugdymo vyksmą padėtų: specializuotų žinių ir gebėjimų apie ADS vaikų ugdymą tobulinimas, darnesnis visos ugdymo bendruomenės ir aktyvesnis tėvų į(si)traukimas į ugdymo procesą, mokytojų padėjėjų dalyvavimas grupėse.

Reikšminiai žodžiai: inkliuzinis ugdymas, įtraukusis ugdymas, ADS.

BENDROS TĖVŲ IR VAIKŲ VEIKLOS ŠEIMOJE, PADEDANČIOS STIPRINTI IR UGDYTI VAIKŲ SVEIKATĄ

Neringa Strazdienė¹, Birutė Strukčinskienė², Raimonda Mickienė^{1,3}, Vaiva Strukčinskaitė⁴, Darius Steponkus²

¹Klaipėdos universitetas, Socialinių ir humanitarinių mokslų fakultetas, Klaipėda, Lietuva

²Klaipėdos universitetas, Sveikatos mokslų fakultetas, Klaipėda, Lietuva

³Klaipėdos miesto savivaldybė, Švietimo skyrius, Klaipėda, Lietuva

⁴Vilniaus kolegija, Sveikatos priežiūros fakultetas, Vilnius, Lietuva

Šeima vaikui ypač svarbi jo artimiausios aplinkos dalis, kreipianti ir formuojanti jo gyvenimą, dedanti asmenybės vystymosi ir brandos pamatus, projektuojanti tolimesnę vaiko ateitį. Moksliniai tyrimai rodo, jog tėvai neišnaudoja galimybių, kurias teikia auklėjimas šeimoje: stokojama dėmesio sveikatos stiprinimo problemų sprendimui, nepaisoma kylančių rizikos veiksnių, kartu neieškoma visiems priimtino poilsio ir veiklos derinimo galimybių.

Tikslas – ištirti tėvų nuomonę apie bendras tėvų ir vaikų veiklas šeimoje, padedančias stiprinti bei ugdyti vaikų sveikatą.

Metodika. Kiekybinis tyrimas atliktas 2019-2020 m., taikyta apklausa raštu. Tyrime dalyvavo 303 tėvai, auginantys jaunesniojo mokyklinio amžiaus vaikus, kurie mokėsi pradinėse klasėse. Tėvai pasirinkti iš Vakarų Lietuvos regiono. Tėvų amžiaus pasiskirstymas: asmenys iki 35 metų – 48,5 proc., asmenys, esantys 36 metų ir vyresni – 51,5 proc. Tėvų pasiskirstymas pagal išsilavinimą: neturintys aukštojo universitetinio išsilavinimo – 46,9 proc., ir turintys aukštąjį išsilavinimą – 53,1 proc. Respondentų pasiskirstymas pagal gyvenamąją vietovę: 57,4 proc. respondentų gyveno mieste, o 42,6 proc. – rajone/kaime. Statistinei duomenų analizei taikytas Chi-kvadrato kriterijus ir Mann – Whitney testas. Duomenys statistiškai reikšmingi, kai $p \leq 0,05$.

Rezultatai. Tyrimu siekta nustatyti sveikos ir subalansuotos mitybos nuostatų ugdymo galimybes, ir tėvų kartu su vaikais gaminamo maisto dažnį šeimoje. Tyrimas parodė, jog 64,1 proc. tėvų kartu su vaikais gamina maistą labai dažnai (16,2 proc.) ir dažnai (47,9 proc.). 32,3 proc. – tai daro kartais, 0,7 proc. niekada. Mann – Whitney testas ($U=9858,500$; $p=0,025$) atkleidė, jog tėvai, turintys aukštąjį universitetinį išsilavinimą, (rangų vidurkis – 161,77) buvo linkę dažniau kartu su vaikais gaminti ir vartoti maistą šeimoje, nei tėvai, neturintys universitetinio išsilavinimo (rangų vidurkis – 140,99).

Tyrimas atskleidė, jog 32,0 proc. tėvų labai dažnai ir 55,4 proc. tėvų dažnai su savo vaikais kalba bei diskutuoja apie sveikos gyvensenos ir higienos įgūdžių laikymąsi, 11,2 proc. tėvų tai daro kartais ir 1,3 proc. respondentų tai daro retai. Šiuo klausimu statistiškai reikšmingų skirtumų pagal vaiko lytį, tėvų amžių ir išsilavinimą, gyvenamąją vietovę nenustatyta ($p > 0,05$).

Tyrimas atskleidė, kaip dažnai tėvai kartu su savo vaikais stiprina sveikatą grūdinimosi procedūromis (vandeniui, oru, saulės voniomis ir kt.). 15,5 proc. tėvų kartu su savo vaikais tai daro labai dažnai ir 41,3 proc. dažnai, 35,6 proc. – kartais, 5,9 proc. – retai. Respondentai, gyvenantys mieste linkę dažniau kartu su savo vaikais grūdinti (vandeniui, oru, saule), nei gyvenantys rajone (miestelyje, kaime) ($\chi^2=10,488$; $df=4$; $p=0,03$). Buvo tirtas tėvų ir vaikų fizinio aktyvumo dažnis kartu leidžiant laiką. 24,8 proc. respondentų labai dažnai ir 55,4 proc. dažnai aktyviai leidžia laisvalaikį kartu su šeima. 18,2 proc. tai daro kartais ir 1,7 proc. – retai. Tėvai kartu su savo vaikais mankština ir sportuoja: 8,6 proc. labai dažnai, 24,4 proc. dažnai, 42,9 proc. kartais, 21,8 proc. retai. Kartu su šeima keliauja ir naudojami rekreacijos bei turizmo paslaugomis: 13,5 proc. labai dažnai, 29,0 proc. dažnai, 40,9 proc. kartais, 14,2 proc. retai. Mann – Whitney testas parodė, jog respondentai gyvenantys mieste dažniau kartu leidžia laiką mankštindamiesi ir sportuodami nei rajone/kaime gyvenantieji. 22,1 proc. tėvų kartu su vaikais labai dažnai laikosi bendros dienotvarkės, 52,5 proc. – dažnai, 19,1 proc. kartais, 5,6 proc. retai. Šiuo klausimu statistiškai reikšmingų skirtumų pagal vaiko lytį, tėvų amžių ir išsilavinimą, gyvenamąją vietovę nenustatyta ($p > 0,05$).

Išvados. Tėvai deda nemažą pastangą organizuodami ir vykdydami bendras veiklas su vaikais, siekdami ugdyti bei stiprinti vaikų sveikatą. Daugiau kaip pusė tėvų labai dažnai ir dažnai su vaikais gamina ir vartoja maistą šeimoje, remdamiesi sveikos ir subalansuotos mitybos principais. Tačiau beveik trečdalis šeimų tai daro kartais, retai arba niekada. Dažniau tėvai su savo vaikais kalba bei diskutuoja apie sveikos gyvensenos ir higienos įgūdžių laikymąsi: dauguma tėvų tai daro labai dažnai ir dažnai, apie dešimtadalį šeimų tai daro kartais arba retai. Šeimos dar nepakankamai išnaudoja bendrų grūdinimosi procedūrų galimybes. Su vaikais kartu grūdinasi labai dažnai ir dažnai tik apie pusę apklaustųjų. Nors didesnė dalis tėvų labai dažnai ir dažnai fiziškai aktyviai leidžia laiką su vaikais, tačiau tik trečdalis tėvų su vaikais mankština ir sportuoja kartu, bei mažiau nei pusė apklaustųjų kartu keliauja bei naudojami rekreacijos ir turizmo paslaugomis.

Reikšminiai žodžiai: sveikatos stiprinimas ir ugdymas, vaikų sveikata, tėvai, vaikai, veiklos šeimoje.

IKIMOKYKLINIO AMŽIAUS VAIKŲ EMOCINIO INTELEKTO UGDYMAS TAIKANT PASAKŲ TERAPIJOS METODĄ

Tatjana Rezgienė, dr. Aida Norvilienė

Klaipėdos Marijos Montessori mokykla-darželis, Klaipėdos universitetas,
Socialinių ir humanitarinių mokslų fakultetas, Pedagogikos katedra

Emocijos mūsų gyvenime yra labai svarbios. Kūdikiams dar nemokėdami kalbėti per jas išreiškia savo vidinę būseną. Pačios pirminės emocijos, kurias reiškia vaikai – tai baimė, džiaugsmas ir nepasitenkinimas. Tačiau laikui bėgant vaikas savo emocijas pradeda po truputį suvokti, ne tik reikšti (Žukauskienė, 2012). Šiuo laikotarpiu labai svarbus tampa emocinio intelekto ugdymas, taikant įvairius metodus ir vienas iš jų – pasakų metodas. Taikant pasakų terapijos metodą, anot T. Černegos (2014), naudojamos 5 rūšys pasakų: *grožinės pasakos*, kuriose dažniausiai gėris ir blogis tarpusavyje kovoja, todėl ikimokyklinukas mokosi atskirti šias dvi priešingybes; *didaktinės pasakos*, kuriose abstraktūs daiktai, žaislai yra įkūnijami ir jiems sukuriamas atskiras pasaulis; siužete susitelkiama ties tam tikra žinia ar sritimi, kurią bandoma perduoti vaikui per vaizdingą pasakojimą; *meditacinės pasakos* kuriamos remiantis tik teigiama patirtimi siekiant sumažinti psichoemocinei įtampai, siekiant vaiko sąmonėje sukurti daugiau teigiamo tarpusavio bendravimo modelių; *psichoterapinės pasakos* gali padėti pakeisti požiūrį į kitus žmones, siekiama išskirti teigiamas žmonių savybes, tačiau tokių pasakų struktūra daugiareikšmė ir ne visada pasibaigia gerai, jų prasmė gili, todėl vaikams reikia skaityti jas daugiau kartų, aiškinti, kad suvoktų pasakos prasmę; *psichokorekcinės pasakos* skirtos vaiko elgesio ugdymui(si), kai tam tikra tvarka sudarytų siužetų dėka ikimokyklinukas mokosi teigiamų asmenybės savybių. **Tikslas** – ištirti ikimokyklinio amžiaus vaikų emocinio intelekto ugdymo galimybes taikant pasakų terapijos metodą 3-6 metų amžiaus vaikams skirtame ugdomajame projekte „Atverkime pasakų skrynelę“.

Metodika. Mokslinės literatūros analizė, 4 mėnesius vykdytas ugdomasis projektas ir 5 vaikų dalyvavusių projekte refleksija žodžiu.

Rezultatai. Vykdamas ugdomąjį projektą „Atverkime pasakų skrynelę“ pastebėta, kad pasakų terapijos metodo taikymas, atsižvelgiant į amžiaus tarpsnių ypatumus, sudarė galimybes vaikams ugdytis gebėjimą atpažinti, suprasti, reikšti ir valdyti emocijas. Refleksijos žodžiu radiniai atskleidė, kad 4-5 metų vaikai liūdesį tapatina su baime, gailėsčiu, išgąsčiu, tačiau plėtojant šią temą tolimesniame ugdymo procese, galima numatyti tikslesnį jausmų atpažinimą ir įvardinimą, skirti dėmesio atskirų atvejų analizavimui, siekiant išskirti vaikams labiausiai klaidinančius žodžius.

Išvados. Supažindinus vaikus su pasakomis „Ropė“, „Bjaurasis ančiukas“, „Gaidelis ir lapė“ ir diskutuojant apie kiekvieną pasaką bei analizuojant kiekvienos pasakos turinį su vaikais buvo pasiekti planuojami projekto rezultatai: vaikai išmoko skirti teigiamus ir neigiamus personažus pagal jų elgesį, kasdieninėje veikloje dažniau taikė emocinę būseną įvardinančius žodžius, dažniau kalbėjo apie savo nuotaikas, tarpusavyje kartais stengėsi priminti vienas kitam apie tinkamą, netinkamą elgesį, o esant reikalui – paguosti, užjausti. Refleksijos radiniai atskleidė, kad vaikai, nors ir ne visada teisingai, tačiau stengėsi vartoti įvairesnius emocijas įvardinančius žodžius, bendraujant su grupės draugais ir mokytojais. Remiantis teorine analize ir tyrimo radiniais galime teigti, kad pasakų siužetai ir jų veikėjų elgsena, leidžia vaikui suvokti, pažinti ir lengviau atpažinti emocijas.

Reikšminiai žodžiai: emocinis intelektas, pasakų terapijos metodas, ikimokyklinis amžius.

IŠPLĖSTINĖS PRAKTIKOS SLAUGYTOJŲ PROFESINIŲ KOMPETENCIJŲ TOBULINIMO GALIMYBĖS

Greta Juškevičiūtė¹, Viktorija Kielė¹, Almeda Kučinskienė¹

¹Vilniaus universiteto Medicinos fakulteto Sveikatos mokslų institutas

Sąvoka „kompetencija“ apibrėžiama kaip gebėjimas atlikti tam tikras užduotis, remiantis įgytomis žiniomis, įgūdžiais bei mokėjimu jas pritaikyti. Profesinės kompetencijos tobulinimas yra nuolatinis procesas siekiant išlaikyti esamas kompetencijas ir neatsilikti nuo pasaulinės praktinės pažangos sveikatos srityje. Į Lietuvos sveikatos apsaugos sistemos specialistų gretas pradeda įsilieti išplėstinės praktikos slaugytojai (toliau – IPS). Didesnį pacientų pasitikėjimą šiais specialistais lemia tai, kad studijuodami magistrantūros studijose jie įgyja papildomų žinių bei gebėjimų dirbti pažangios slaugos praktikoje. Išplėstinės praktikos slaugytojai pradėti ruošti Lietuvoje nuo 2015 metų, o nuo pirmosios laidos baigimo praėjo beveik 5 metai, todėl išanalizavome kokių tobulinimo kursų yra išplėstinės praktikos slaugytojų profesinei kompetencijai tobulinti.

Tyrimo tikslas – išanalizuoti išplėstinės praktikos slaugytojų profesinių kompetencijų tobulinimo galimybes Lietuvoje.

Tyrimo medžiaga ir metodai. Išplėstinės praktikos slaugytojų kompetencijų tobulinimo galimybėms įvertinti buvo atlikta literatūros turinio analizė ir kokybinis tyrimas, kuris vyko 2021 spalio – gruodžio mėnesiais. Atliekant turinio analizę, buvo norima sužinoti kiek ir kokios kategorijos kompetencijų papildomai turi IPS lyginant su BPS, todėl buvo išanalizuotas slaugos ir akušerijos studijų krypties aprašas, kuriame esančios kompetencijos susistemintos remiantis Meretoja (2004) *Nurse Competence Scale* (liet. slaugytojo kompetencijos skalė, toliau – NCS). Gauti rezultatai papildomai suskirstyti į atitinkamas kategorijas, taip aiškiau pateikiant informaciją ir galimybę pasigilinti į gautus rezultatus. Po slaugos ir akušerijos studijų krypties aprašo turinio analizės buvo atlikta informacijos paieška švietimo įstaigų internetiniuose puslapiuose, kuriuose organizuojama profesinių kompetencijų tobulinimo kursai slaugytojams (toliau – švietimo įstaigos). Taip pat, siekiant išsiaiškinti trūkstamą informaciją apie organizuojamus profesinių kompetencijų kursus, buvo atliktas ir pusiau struktūruotas 3 klausimų interviu telefonu. Tyrime dalyvavo 10 švietimo įstaigų (6 formaliojo švietimo, 4 neformaliojo švietimo), esančios Vilniuje, Kaune ir Klaipėdoje. Taikant interviu tyrimo metodą švietimo įstaigų atstovams pateikti iš anksto parengti klausimai ir numatyta klausimų pateikimo seka. Švietimo įstaigų atstovams, atsakingiems už profesinių kompetencijų tobulinimą, buvo užduoti trys klausimai apie IPS profesinių kompetencijų tobulinimo kursus taip nustatant 1) ar įstaiga turi profesinio tobulinimo kursų skirtų IPS; 2) jei turi IPS skirtų kursų, tai nurodyti kokių, ir 3) jei neturi tokių kursų, ar planuoja juos artimiausiu metu ar ateityje siūlyti. Tyrimo etika – tyrimo dalyviai buvo informuoti apie tyrimo temą, tikslus ir naudą. Taip pat supažindinti su tyrimo duomenų rinkimo metodu ir galimybėmis panaudoti gautus rezultatus. Gautas dalyvių sutikimas informaciją, išlaikant anonimiškumą, publikuoti.

Rezultatai. Rezultatų aptarimas. Pirmuoju tyrimo etapu remiantis Meretoja (2004) slaugytojo kompetencijos skale ir slaugos ir akušerijos studijų krypties aprašu nustatyta, kad BPS turi 20 kompetencijų, o IPS turi 22 kompetencijomis daugiau už BPS ir jos atsiskleidžia skirtingame kontekste. Taip pat tyrimo rezultatai atskleidė, kad ieškant informacijos apie organizuojamus kursus pastebimi skirtingi tikslinės grupės apibūdinimai kaip „visų specialybių slaugytojams“ ar „visų profesinių kvalifikacijų slaugytojams“. Skirtingi išsireiškimai gali lemti nesusipratimą tarp bendrosios ir išplėstinės praktikos slaugytojų, renkant profesinių kompetencijų kursus, dėl šios priežasties tikslinga informaciją internetiniuose puslapiuose pateikti išsamiau. Pusiau struktūruoto interviu metu išsiaiškinome, kad IPS profesinių kompetencijų tobulinimo galimybės yra ribotos. Nustatyta, kad kursų tobulinti tik IPS kompetencijoms nėra, o kursų pasirinkimas kartu su kitų sričių specialistais ir BPS labai siauras. Tai lemia problemą, kad IPS, nustatytų papildomų 22 kompetencijų neturi galimybės tobulinti arba tobulina tame pačiame lygmenyje, kaip ir BPS, neturint galimybės kelti kvalifikacijos aukščiau.

Išvados. Išanalizavus Lietuvos Respublikos teisės aktus, reglamentuojančius bendrosios praktikos ir išplėstinės praktikos slaugytojų tobulinimą ir susistemintus duomenis atskleista, kad išplėstinės praktikos slaugytojai turi tobulinti ir bendrąsias ir specialiąsias kompetencijas. Atlikus 10 švietimo įstaigų, organizuojančių profesinio tobulinimo kursus sveikatos priežiūros specialistams pasiūlos analizę, nustatyta, kad išplėstinės praktikos slaugytojų profesinių kompetencijų kursus turi tik keturios: dvi formaliojo ir dvi neformaliojo švietimo įstaigos. Tyrimo metu išsiaiškinta, kad išplėstinės praktikos slaugytojai turi galimybę tobulinti tik bendrąsias kompetencijas, o profesinių kompetencijų tobulinimas organizuojamas su kitų sričių sveikatos priežiūros specialistais ir kursų pasirinkimas išlieka ribotas.

Raktažodžiai: išplėstinės praktikos slaugytojas, bendrosios praktikos slaugytojas, profesinis tobulėjimas, kompetencija.

MOKINIŲ EMOCIJŲ RAIŠKA FIZINIO UGDYMO PAMOKOSE IKI PANDEMIJOS IR JOS LAIKOTARPIU

Dovilė Višinskienė, doc. dr. Asta Budreikaitė

Klaipėdos universitetas, Sveikatos mokslų fakultetas, Sporto, rekreacijos ir turizmo katedra

Tyrimai rodo, kad emocijos atspindi psichofiziologinius režimus, kurie moduluoja elgesį, taip atskleisdami glaudų ryšį tarp emocijų ir elgesio. Mokykloje vykstančios fizinio ugdymo pamokos yra viena iš pagrindinių ugdymo įstaigos atsakomybių, padedančių gerinti vaiko fizinį aktyvumą ir ilginti jo gyvenimo trukmę. Todėl labai svarbu, kad fizinio ugdymo pamokos būtų kuo įvairesnės, netradiciškesnės, skatinančios patirti kuo daugiau gerų emocijų ir apimtų visų, šiose pamokoje dalyvaujančių vaikų, fizinį aktyvumą. Tačiau dėl 2019 metais Kinijoje paplitusio viruso ir 2020 metais išplitusio jau visame pasaulyje, buvo paskelbta pandemija, kurios metu žmonės buvo izoliuoti, o darbas ir mokymasis vyko nuotoliniu būdu, įskaitant ir fizinio ugdymo pamokas. Epidemijos ir pandemijos yra susijusios su visuomenės sveikatos problemomis ir tai gali turėti traumuojančią įtaką psichologiniam funkcionavimui. Ši rizika yra ypač didelė vaikams ir paaugliams, kurių pažeidžiamumas priklauso nuo emocinio ir pažinimo išsivystymo lygio.

Tikslas - ištirti mokinių emocijų raišką fizinio ugdymo pamokose iki pandemijos ir jos laikotarpiu.

Metodika. Įgyvendinant tyrimo tikslą ir iškeltus tyrimo uždavinius, remiantis šaltiniais apie tyrimų metodologiją ir metodus, darbe naudoti literatūros šaltinių analizės ir apibendrinimo, anketinės apklausos, pusiau struktūruoto interviu, matematinės statistinės analizės tyrimo metodai. Darbo autorė papildė ir pratęsė dr. A. Budreikaitės (2011) parengtą emocijų raiškos klausimyną, taikytiną fizinio ugdymo pamokose apie emocijas prieš pandemiją. Klausimyne išskiriamos 3 dalys: įvadas, demografiniai klausimai ir teminiai klausimai. Taip pat buvo suformuota 15 klausimų apie emocijas pandemijos metu, skirtų pusiau struktūruotam interviu, kurie buvo padalinti į tris dalis: santykiyje su savimi, santykiyje su klasės draugais ir santykiyje su fizinio ugdymo mokytoju. Tyrimas atliktas laikantis etikos principų. Gauti duomenys buvo apdoroti taikant Microsoft Excel 2007 ir IBM SPSS Statistics kompiuterinėmis programomis. Gauti duomenų rezultatai apdoroti matematinio-statistiniu būdu ir pateikti procentine išraiška.

Rezultatai. Išanalizavus duomenis nustatyta, jog mokinių emocijos prieš pandemiją buvo tokios: prieš fizinio ugdymo pamoką daugiausiai mokiniai patiria džiaugsmą ir žaidimo malonumą. Po sėkmingos fizinio ugdymo pamokos didžioji dalis mokinių visada jaučia džiaugsmą, pasitikėjimą savimi, pasitenkinimą, didžiavimąsi savimi. Tačiau, po nesėkmingos fizinio ugdymo pamokos tik nedidelė dalis mokinių visada patiria nusivylimą, nerimą, pyktį, liūdesį ar gėdą. Išanalizavus duomenis apie mokinių emocijas pandemijos metu, pastebėta, kad tiek berniukų, tiek mergaičių didžioji dalis jausdavo didelį nusivylimą ar liūdesį negalėdami žaisti žaidimų kartu su klasės draugais. Tačiau didžioji dalis mokinių, daugiausiai berniukai, apie savo emocijas, patirtas pandemijos metu, su klasės draugais nesikalba.

Išvados. Emocijos tai yra tarsi kompasas, nurodantis esamą situaciją, kurios gali būti malonios ir nemalonios. Kad fizinio ugdymo pamokų metu būtų patiriama kuo daugiau malonių emocijų, labai svarbų vaidmenį užima fizinių užsiėmimų įvairovė. Kadangi pandemija vis dar vystosi ir galutinių rezultatų dar nėra, tačiau ankstyvieji tyrimų duomenys jau rodo, kad vaikų elgesio ir emocijų raiškos pokyčiai pasireiškė sunkiu susikaupimu, nuoboduliu, irzlumu, neramumu, vienatve, diskomfortu ir rūpesčių išraiška. Mokykloms gali tekti atsižvelgti į psichinės sveikatos paslaugas, kurios teiks paramos paslaugas mokyklos aplinkoje sprendžiant socioemocines ir elgesio problemas.

Reikšminiai žodžiai: emocijos, emocijų raiška, fizinio ugdymo pamokos, pandemija.

SPORTUOJANČIŲ IR NESPORTUOJANČIŲ MOKINIŲ VERTYBĖS

Evaldas Kržanavičius, doc. dr. Asta Budreikaitė

Klaipėdos universitetas, Sveikatos mokslų fakultetas, Sporto, rekreacijos ir turizmo katedra

Jau nuo senovės Graikijos laikų buvo aukštinama vertybėmis pagrįsta sportinė veikla. Garbinga sportinė kova, kilnumas, sąžiningumas, pagarba varžovui – šios tradicijos formavosi ilgus šimtmečius, buvo perduodamos iš kartos į kartą. Vertybės ir jų pažinimas yra tai, kas sutelkia žmones ir yra jų kūrybinės veiklos priemonė bei tikslas. Vertybių sąvoką kiekvienas žmogus interpretuoja skirtingai, nes ji priklauso nuo paties žmogaus požiūrio į pasaulį, jo poreikių, interesų, siekių, idealų, įsitikinimų ir troškimų. Vertybinių orientacijų formavimuisi žmogus įtaka daro tiek pats, tiek jį supanti aplinka. Nors ir nėra vieningos vertybių klasifikacijos, autorių vertybių klasifikacijos apibrėžime dažnai galime sutikti šias pasikartojančias kategorijas: vertybės dažnai skirstomos į materialias ir dvasines; sportininko fizinio pasiruošimo ir sportininko psichologinio pasiruošimo; sporto keliančias emocijas bei sportininko kaip žmogaus asmeninių vertybių gerinimą, charakterio grūdinimą. Vertybės gali būti skirstomos kaip ekonominės, kultūrinės, religinės, politinės, psichologinės bei dvasinės. Sporto vertybių centre laikomas žmogus. Vertybės gali būti persipynusios daugelyje kategorijų, sporto vertybė dažniausiai pasireiškia ne tik sportinėje sferoje, bet materializuojama ir kitose žmogaus veiklos srityse. Sportininkai pasižymi darbštumo, valios, jėgos, atsakingumo, kilnumo, sąžiningumo, teisingumo, orumo ir dvasingumo vertybėmis. Literatūroje randama nemažai darbų, kurių autoriai pripažįsta ugdomąją sporto funkciją. Mokykliniame amžiuje formuojasi žmogaus vertybių sistema ir šiuo laikotarpiu įgyti įgūdžiai išlieka visam gyvenimui. Šiuo laikotarpiu ieškoma gyvenimo prasmės, savarankiškai vertinami doroviniai, politiniai, estetiniai idealai, susidaroma vertybių sistema. Jauna asmenybė turi pereiti vertybių išsiaiškinimo ir formavimo etapą. Taigi viena iš geriausių vertybių ugdymo priemonių – sportas. Sporte patiriamos įvairiausios emocijos grūdina jauno žmogaus charakterį, nuolatos trenerio prižiūrimas auklėtinis formuoja sveiko gyvenimo įpročius, ima pavyzdį iš savo bendraamžių, žavisi ir autoritetu, nori pats pasiekti sportinių laimėjimų, bei būti kitų pripažintas, į gyvenimą pradeda žvelgti sportininko perspektyva. Vertybėmis grįstas sportas turi ypatingą ugdomąjį poveikį ir mūsų dienų jaunai besiformuojančiai asmenybei. Tyrimai rodo, kad pamatinės individų vertybės formuojasi iki jauno-suaugusiojo amžiaus ir vėliau mažai keičiasi.

Tikslas: ištirti Klaipėdos miesto Vyturio progimnazijos sportuojančių ir nesportuojančių 6-8 klasių mokinių vertybes.

Metodika: 2020 m. balandžio mėnesį vykdytas kiekybinis tyrimas Klaipėdos miesto Vyturio progimnazijoje, kur dalyvavo 6-8 klasių mokiniai. Iš viso jų apklausta internetu 160 tiriamųjų. Naudota Miškinio ir Skyriaus (2005) vertybių įvertinimo anketa.

Rezultatai: Paašškėjo, kad visiems mokiniams yra labai svarbios draugiškumo bei sąžiningumo vertybės. Abiejų grupių, sportuojančių ir nesportuojančių mokinių požiūris į svarbias vertybes sutampa. Nustatyta, kad sportuojantys mokiniai vertina labiau aktyvumą, energingumą ir ištvermingumą, o nesportuojantiems svarbios darbštumo, savarankiškumo ir tolerantiškumo vertybės.

Išvados. Sportuojantiems berniukams aktualios, pareigingumo, atkaklumo ir ištvermingumo vertybės, o mergaitėms – ryžtingumo, draugiškumo, geranoriškumo, kantrumo vertybės. Nesportuojantiems berniukas buvo svarbesnės ryžtingumo, reiklumo sau, savikritiškumo, tvarkingumo vertybės, o mergaitėms – pareigingumo ir tinkamo požiūrio į kritiką, kritiškumo vertybės.

Reikšminiai žodžiai: sportas, mokiniai, požiūris, vertybės.

IKIMOKYKLINIO AMŽIAUS VAIKŲ SOCIALINĖS IR EMOCINĖS SVEIKATOS STIPRINIMAS: MOKYTOJŲ POŽIŪRIS

Prof. dr. Rasa Braslauskienė, asist. Erika Turauskienė

Klaipėdos universitetas, Socialinių ir humanitarinių mokslų fakultetas, Pedagogikos katedra

Strateginiuose dokumentuose (Lietuvos pažangos strategija „Lietuva 2030“, 2012; *Valstybinė švietimo 2013–2022 m. strategija*, 2014; *Geros mokyklos koncepcija*, 2015 ir kt.) nusakoma būtinybė stiprinti vaikų socialinę ir emocinę sveikatą (toliau tekste – SES), kuri padeda užmegzti ir palaikyti darnius tarpusavio santykius, priimti atsakingus sprendimus, prisitaikyti prie kintančių gyvenimo sąlygų. Mokslinių tyrimų logika (Venslovaitė, Danylienė, 2018; Jasiulė, 2020) leidžia teigti, kad mokytojai vaikų SES stiprina vykdydami socialinio ir emocinio ugdymo programas; skatindami vaikus žaisti įvairius žaidimus, inicijuodami inscenizacijas; atlikdami su vaikais kvėpavimo, nusiramino pratimus ir kt. SES stiprinimas yra ilgas ir nuoseklus procesas, kurio sėkmei daro įtaką mokytojo vaidmuo. Mokytojas, siekiantis stiprinti vaikų SES, turi bendradarbiauti su specialistais (psichologais, spec. pedagogais ir kt.), savo ugdytinių tėvais, būti išsiugdęs socialiniam ir emociniam ugdymui priskiriamas kompetencijas ir jomis vadovautis (Liubertienė, Kunickienė, Kupriūnienė, 2015).

Minėtuose dokumentuose ir mokslininkų darbuose aktualizuojama SES stiprinimo svarba, ypatumai. Tačiau stokojama mokslo darbų tiesiogiai nagrinėjančių ikimokyklinio amžiaus vaikų SES stiprinimo galimybes. Tai suponuoja mokslinę problemą: kokios yra ikimokyklinio amžiaus vaikų socialinės ir emocinės sveikatos stiprinimo galimybės mokytojų požiūriu?

Tikslas: atskleisti mokytojų požiūrį apie ikimokyklinio amžiaus vaikų socialinės ir emocinės sveikatos stiprinimo galimybes.

Metodika. Taikyti šie tyrimo metodai: teoriniai (mokslinės literatūros ir dokumentų analizė); empiriniai (iš dalies struktūruotas interviu, turinio (content) analizė). Empiriniame tyrime imties vienetai iš generalinės aibės atrinkti remiantis netikimybine tiksline atranka. Atsižvelgiant į darbo tikslą, tyrimui atrinkti individai, galintys suteikti prasmingos informacijos apie tiriamąjį dalyką. Šiuo atveju, tai penki ikimokyklinio ugdymo mokytojai, stiprinantys vaikų SES. Empirinis tyrimas vykdytas 2022 m. vasario mėn. Tyrime taikytas interviu metodas. Atliekant tyrimą laikytasi savanoriškumo, konfidencialumo, anonimiškumo principų.

Tyrimo radiniai. Mokytojų nuomone, ikimokyklinio amžiaus vaikai turi šias SES stiprinimo galimybes: įsitraukti į įvairius projektus, programas, žaidimus, kūrybines veiklas; dirbti porose, grupėse; tobulinti pozityvaus bendravimo gebėjimus (mokyti susidraugauti, išsaugoti draugystę, aktyviai klausytis, prašyti pagalbos, aiškiai išreikšti tai, ką nori pasakyti, taikiai spręsti nesutarimus, konfliktines situacijas); toleruoti žmonių skirtybes; suprasti, kad pasikeitimai – kasdieninio gyvenimo dalis; kūrybiškai veikti, ieškoti problemų sprendimo būdų ir juos įgyvendinti; pasitikėti savimi, savo jėgomis. Tyrimo metu nustatyta, kad vaikų SES stiprinimo galimybės priklauso nuo tėvų, mokytojų, jų bendradarbiavimo kokybės. Todėl, siekdami užtikrinti kokybišką vaikų SES stiprinimą, mokytojai stengiasi bendradarbiauti su savo ugdytinių tėvais; dalijasi gerąja pedagoginio darbo patirtimi; perima gerąją užsienio pedagogų patirtį; mokosi, dalyvaudami seminaruose, konferencijose, skaitydami literatūrą, ieškodami medžiagos internete ir kt.

Išvados. Tyrimo radiniai išryškino, kad mokytojai įžvelgia šias ikimokyklinio amžiaus vaikų SES stiprinimo vaikų darželyje galimybes: įsitraukti į įvairius projektus, žaidimus, programas, kūrybines veiklas; dirbti porose, grupėse; tobulinti pozityvaus bendravimo gebėjimus; toleruoti žmonių skirtybes; prisitaikyti prie besikeičiančių aplinkybių; ieškoti problemų sprendimo būdų ir pasirinkti tinkamiausią tam atvejui sprendimą; pasitikėti savimi ir kt.

Reikšmingi žodžiai: ikimokyklinis amžius, socialinė ir emocinė sveikata.

SAVITVARDOS KOMPETENCIJA, INTEGRALI EMOCINIO INTELEKTO DALIS SPECIALIŲJŲ POREIKIŲ VAIKAMS IKIMOKYKLINIAME AMŽIUIJE

Raminta Vičienė, Socialinė pedagogė
Klaipėdos lopšelis-darželis „Puriena“

Įvadas. Apie socialinį-emocinį ugdymą (SEU) plačiai kalbama daugiau nei dešimtmetį. Tai buvo ir vis dar yra prioritetinga sritis oficialiuose švietimo sistemos dokumentuose: Valstybinėje švietimo 2013–2022 metų strategijoje, Geros mokyklos koncepcijoje (2015). Šiandien tikriausiai niekam nekyla klausimų kodėl emocinis intelektas (EQ) tiesiogiai koreliuoja su mums nuo seno gerai žinomu intelekto koeficientu (IQ) (Liubertienė, 2021). Vis dėl to, ar dėmesys, skiriamas emocijoms (jausmams) lavinti, juos pažinti ir reguliuoti yra ne per menkas? Atsižvelgiant į tai, kad žmogus protauja dviem lygmenimis: mąsto ir jaučia (Slušnienė, Balčėtienė, 2016). Norint padėti vaikams patirti gyvenime sėkmę turime tolygiai ugdyti pažinimo ir socialinę-emocinę kompetencijas. Labai svarbu ne tik kalbėti apie mūsų elgesį, emocijas, bet ir veikti praktiškai ugdant savitvardos kompetenciją, kuri yra emocinio intelekto sudedamoji dalis. Vaikai turintys specialiųjų poreikių yra jautresni aplinkai, lytėjimui, jausmų suvokimui ir jų reguliacijai, todėl dalyvaujant praktinėse veiklose tenka „perlipti“ daugiau barjerų norint lavinti jų emocinį intelektą, pradedant nuo taktilinių ir kinestetinių pojūčių, baigiant taisyklingu kvėpavimu ir relaksacijomis vizualizacijos pagalba.

Tikslas. Specialiųjų ugdymosi poreikių turinčių vaikų, savitvardos kompetencijos ugdymas.

Metodika. 1. Socialinio pedagogo darbo refleksija. 2. Vaikų turinčių specialiųjų poreikių stebėseną.

Rezultatai. Stebint specialiųjų ugdymosi poreikių vaikų pažangą ugdymo srityje, galime aiškiai pamatuoti įgytą ar vis dar bandomą „prisijaukinti“ naują įgūdį. Kadangi kiekvieno vaiko galimybės matuojamos individualiai, tai ir laikas, per kurį išugdomas naujas įgūdis skirtingas. Tarkime jeigu vaikas yra ypatingai jautrus lytėjimui – ilgainiui ji pradeda eksperimentuoti liesdamas įvairius paviršius ir medžiagas. Jeigu vaikui sunku valdyti emocijas, po truputį įgyti nusiramino ir kvėpavimo įgūdžiai pradedami pritaikyti realiose situacijose. Pasiekimu laikoma ir tai, jog vaikai geba identifikuoti 6 pagrindines emocijas, jas įvardinti, tapatinti su savimi.

Išvados. Kaip ir pažintinių taip ir socialinių-emocinių kompetencijų ugdymas reikalauja daug ir nuoseklaus darbo. Kad įgytus įgūdžius vaikai pritaikytų praktikoje, reikalingos individualios pratybos. Tačiau rezultatai svarbūs ir veiksmingi matuojant kiekvieno individualią pažangą savitvardos kompetencijos ugdymo srityje.

Reikšminiai žodžiai. Ikimokyklinio amžiaus vaikai, emocijos, jausmai, emocinis intelektas, ugdymas.

KONSTRUKTYVI EDUKACINĖ APLINKA KAIP EFEKTYVAUS LIETUVIŲ KALBOS MOKYMO PRIELAIDA PRADINĖSE KLASĖSE

Rasa Braslauskienė, Vilma Gaidjurgienė

Klaipėdos universitetas Socialinių ir humanitarinių mokslų fakultetas Pedagogikos katedra

Mokymosi aplinka, kaip vienas esminių kokybiško švietimo veiksnių, pastaruoju metu yra ne tik užsienio, bet ir Lietuvos švietimo politikų dėmesio centre. Lietuvos pažangos strategijoje „Lietuva 2030“ teigiama, kad privalu „visose mokyklose sukurti tinkamą mokymosi aplinką“, nes ji, šalia mokymo programų kokybės, labai svarbi ateities visuomenės narių kūrybingumui ugdyti. Lietuvos švietimo dokumentuose konstruktyvi edukacinė aplinka minima Valstybinėje švietimo 2013–2022 metų strategijoje, Geros mokyklos koncepcijoje ir kt. Pedagogas konstruktyvią edukacinę aplinką lietuvių kalbos mokymui kuria mokinių grupei, tačiau į ją įsiterpia, papildo mokyklos, kitų institucijų, galinčių įtakoti mokymąsi, edukacinės aplinkos. Svarbu pažymėti, kad pedagogo kuriamą konstruktyvią edukacinę aplinką priklauso nuo mokyklos kultūros, požiūrio į tai, kiek mokykla gali prisidėti prie mokytojo darbo efektyvumo.

Tikslas – ištirti pedagogų nuomonę apie konstruktyvios edukacinės aplinkos kūrimo galimybes lietuvių kalbos mokymui pradinėse klasėse.

Metodika. 2021 m. lapkričio – gruodžio mėn. atliktas kokybinis tyrimas, dalyvavo 6 pradinio ugdymo mokytojai, naudotas giluminis interviu metodas. Tyrimo duomenims apdoroti pasitelkta kokybinė turinio analizė. Tyrimas atliktas laikantis tyrimo etikos.

Tyrimo radiniai ir išvados. Pradinio ugdymo mokytojai įvardija, kad siekiant mokymo(si) efektyvumo šiaandieninėje mokykloje, būtina sukurti konstruktyvią, į mokinį orientuotą edukacinę aplinką, kurioje kiekvienas mokinys atrastų savo mokymosi erdvę, suteikiančią jam visapusiškas galimybes mokymuisi, pažintinių galių plėtotei ir kt. Konstruktyvi edukacinė aplinka yra kintanti, pasižyminti ryškia mokinio gebėjimų mokytis plėtote, palaikanti vidinę vaiko galią, pajėgumą mokymosi procese. Mokytojų nuomone, kuriant konstruktyvią edukacinę aplinką lietuvių kalbos mokymui, reikia atsižvelgti į svarbiausius jos kūrimo principus: aplinka turi būti orientuota į mokinį; įvertinama mokinio kompetencija ir patirtis; užtikrinamos palankios sąlygos plėtoti mokinio asmenybei, kalbos mokymo(si) kokybei; pripažįstamas ir vertinamas mokinio individualumas.

Reikšminiai žodžiai: konstruktyvi edukacinė aplinka, lietuvių kalbos mokymas.

SAVASTIES PAIEŠKOS BALSE

Doc. Indrė Dirgėlaitė

Lietuvos muzikos ir teatro akademija

Tapatumo/savasties tema analizuojama psichosocialinės žmogaus raidos, psichoanalizės teorijose, ši tema aktuali humanistinėje egzistencinėje teorijoje, kur esminiu akcentu tampa žmogaus būties klausimai. Vartojant sąvoką tapatumas kalbama apie asmenybės individualumo, tęstinumo, savasties, savojo „Aš“ ir tapatumo sau išgyvenimą.

O kaip gali žmogiškoji savastis atsiskleisti vokalinėje praktikoje? Kokie instrumentai ir metodai gali padėti siekti šio tikslo? Vienas iš tokių metodų – CVT (Complete Vocal Technique) metodas, kuris, tikėtina, padeda atrasti (ir iš naujo pažinti) savo autentišką balsą ir jo raišką neatsiejamai nuo kūno, proto, sielos. Jis veda į savasties paiešką: kas aš esu? Kas aš būsiu? CVT (Complete Vocal Technique) balso technika siūlo radikaliai naują požiūrį į vokalo mokymą ir padarė revoliuciją šioje srityje.

Tikslas: atskleisti savasties paieškos balse galimybes taikant CVT metodą.

Metodika: mokslinės literatūros analizė, veiklos tyrimas dalyvaujant (stebėjimas, interviu, kritinė refleksija). Pranešime pristatomi šiuo metu vykdomo tyrimo fragmentai; tyrimo dalyviai: LMTA aktorinio meistriškumo specialybės studentai.

Rezultatai. Tyrimas atskleidžia, kad daugiausia dainavimo problemų kyla dėl netinkamo „technikos modelių/rėžimų“ naudojimo, t.y., kai dainuojama vienu stiliumi, o balso aparatas formuojamas lyg dainuotum kitu stiliumi. Norint išvengti klaidų ir techninių problemų, svarbu žinoti „techninius modelius/ rėžimus“ ir laisvai varijuoti jais. Derinant „techninius vokalo modelius/ rėžimus“ galima išgauti tiksliai norimus garsus, išryškinti ir vėl „susigrąžinti“ savo autentišką balsą. CVT (Complete Vocal Technique) technika „atveda“ prie metodų, kurių reikia norint įgyvendinti meninį pasirinkimą. Balso technikų paskirtis - „balso kanalo“ išlaisvinimas nuo įprastų fizinių ir psichologinių ar net kultūrinių blokų.

Išvada. Negali būti vieno atsakymo, kuris bus teisingas kiekvienam improvizatoriui, dainininkui, aktoriui. Technika suteikia galimybę judėti ir skambėti iš gilesnės kūno išminties (jaučiant savastį), suteikiant sau psichinę ir emocinę laisvę be kūno apribojimų; palaikyti kūrybinį, intelektualinį ir dvasinį augimą; padės rasti naujas ir autentiškas garso spalvas.

Reikšminiai žodžiai: savastis, balsas, CVT (Complete Vocal Technique) metodas

SAVIREGULIACIJOS GEBĖJIMŲ UGDYMAS COVID-19 PANDEMIJOS LAIKOTARPIU

Dr. Stanislav Sabaliauskas^{1,2}, dr. Donatas Gražulis², dr. Nelė Žilinskienė², Tomas Kaukenas²

Vilniaus universitetas, Medicinos fakultetas¹;

Vytauto Didžiojo universitetas, Švietimo akademija²

Įvadas. Covid-19 pandemijos poveikis sukėlė daugybę nenumatytų pasekmių visame pasaulyje, ypatingai paveikė sveikatos priežiūros ir ugdymo sritį. Pandemija privertė pasaulio gyventojus keisti kasdienę rutiną, įskaitant mankštintis ir fizinio aktyvumo įpročius (Lim ir Pranata, 2021). Socialinė izoliacija ir judėjimo apribojimas tapo itin reikšmingu iššūkiu aukšto meistriškumo sportininkų rengimo srityje. Pandemijos plitimas padarė didelę įtaką pasauliniam sportui ir ypač palietė sportui gabių vaikų ir jaunimo ugdymą ir elito sportą, sutrikdė įprastą treniruočių režimą ir varžybų grafiką. Be to, apribojimai sutrikdė ilgalaikį planavimą. Daugelis nežinojo, kada vyks varžybos ir nerimavo dėl ateities (Dagnall ir kt., 2021). Todėl daugelis sportininkų patyrė prisitaikymo sunkumų, kas paveikė tiek treniruočių procesą, tiek sportininkų psichologinę būseną. Tai gi treniravimasis pandemijos laikotarpiu pareikalavo naujo požiūrio į treniruočių procesą formavimą ypač dirbant su sportui gabiu jaunimu, nes treniravimas neapibrėžtumo sąlygoms gali slopinti motyvaciją, mokymosi strategijų kūrimą, savireguliaciją (Lim ir Pranata, 2021). Tai gi konkretaus tikslo arba objekto, į kurį sportininkas telkia dėmesį, neturėjimas gali mažinti sportininkų motyvaciją, įsitraukimą ir aktyvumą treniruočių procese.

Tikslas. Įvertinti dėmesio koncentracijos ir grįžtamojo ryšio pratimų taikymo efektyvumą sportininkų savireguliacijos gebėjimui ugdymui COVID-19 pandemijos laikotarpiu mokantis hibridiniu būdu.

Metodika. Tyrimas atliktas 2021 m. sausio – balandžio mėn. COVID-19 karantino laikotarpiu. Tyrime dalyvavo 445 sporto gimnazijų mokiniai (270 vaikinių, 175 merginų), atstovaujantys 30 olimpinėms sporto šakoms, 70,3 proc. sportininkų atstovavo Lietuvai Europos ir pasaulio čempionatuose, Europos jaunimo olimpinio festivalio varžybose. Tyrimo dalyviai atsitiktinės atrankos būdu suskirstyti į kontrolinę ir ekspertinę grupes. Ekspertinės grupės atstovai dalyvavo 12 savaitių trukmės ugdomojo projekto veiklose, kurių metu buvo taikomi į mokymosi proceso planavimą, tikslų kėlimą bei pratimų atlikimą orientuoti dėmesio koncentracijos ir grįžtamojo ryšio teikimo pratimai. Ugdomosios veiklos organizuotos hibridinio mokymosi būdu.

Tyrimas atliktas panaudojant Savireguliacinio mokymosi sporte skalę (angl. *Self-Regulated Learning in Sport Practice*; McCardle ir kt., 2018). Duomenų analizė atlikta taikant aprašomosios ir daugiamatės statistikos metodus, naudojant SPSS ir Jamovi programas. Analizuojamų duomenų pasiskirstymo normalumo vertinimas atliktas naudojant Kolmogorovo-Smirnovą kriterijų. Tyrimo duomenų tinkamumas analizei nustatytas atlikus klausimynų vidinio suderinamumo ir struktūrinio validumo tyrimus (Cronbach, 1951; Bernstein ir Nunnally, 1994; (Boateng ir kt., 2018). Tyrimo instrumento struktūrinis validumas įvertintas atlikus faktoriinę analizę (Moosburger ir Kelava, 2012). Tyrimo metodikos efektyvumui įvertinti apskaičiuoti poveikio dydžio (angl. effect size) rodikliai pagal Cohen'o metodiką (Cohen, 1988; Lenhard ir Lenhard, 2016). Tyrimas atliktas vadovaujantis ugdymo ir sporto mokslo tyrimų etikos principais ir standartais (McNamee ir kt., 2007; Harriss ir kt., 2019).

Rezultatai. Tyrimo instrumento struktūrinio validumo tyrimas patvirtino klausimyno vidinį suderinamumą, teorinį, konvergencinį ir struktūrinį validumą bei tinkamumą duomenų analizei. Nustatyta, kad analizuojami kontrolinės grupės sportininkų savireguliacijos klausimyno dėmenų rodikliai per tyrimo laikotarpį nepakito. Tuo tarpu analizuojant eksperimentinės grupės sportininkų savireguliacijos rodiklius nustatyta daugelio rodiklių, apibūdinančių sportininkų iššūkių atpažinimo, tikslų kėlimo, planavimo, vertinimo kompetencijas, gerėjimą ($p > 0,05$). Statistiškai reikšmingas skirtumas nustatytas analizuojant šios grupės sportininkų savistabos ir planavimo gebėjimus ($p < 0,05$; $d = 0,26$). Savireguliacijos gebėjimų priežastinių ryšių analizė parodė, kad pasibaigus tyrimui padidėjo koreliaciniai ryšiai tarp taikytos skalės dėmenų. Savireguliacinio mokymosi gebėjimų skirtumų lyties aspektu nenustatyta.

Išvados. Savireguliacinio mokymosi įgūdžiai yra itin svarbūs pažintinių gebėjimų ugdymui ir veiksmingam mokymuisi. Dėmesio koncentracijos ir grįžtamojo ryšio pratimų taikymas ugdymo praktikoje teigiamai paveikė sportininkų savireguliacijos procesus, skatinant savistabos ir planavimo gebėjimų plėtrą. Nors statistiškai reikšmingi pokyčiai nustatyti analizuojant tik savistabos ir planavimo gebėjimus, visų tirtų sportininkų savireguliacijos gebėjimų, tokių kaip planavimas, tikslų kėlimas, savistaba, vertinimas, reflektavimas, iššūkių atpažinimas, pastangos ir koncentracija gerėjimas, turėjo įtakos visų savireguliacijos dėmenų susietumui ir glaudumui. Todėl dėmesio koncentracijos ir grįžtamojo ryšio pratimų taikymas sportinio ugdymo procese gali būti veiksminga priemonė plėtojant savireguliacijos gebėjimus.

Reikšminiai žodžiai. Savireguliacija, dėmesio koncentracija, grįžtamas ryšys, fizinis ugdymas, sportas

VYRESNIŲ KLASIŲ MOKINIŲ RAŠTINGUMAS FIZINIO AKTYVUMO SRITYJE

Arnas Šapalas, lekt. dr. Vytė Kontautienė

Klaipėdos universitetas, Sveikatos mokslų fakultetas, Sporto, rekreacijos ir turizmo katedra

Remiantis Pasaulio sveikatos organizacijos (PSO) duomenimis, pasaulyje apie 80 proc. vaikų ir paauglių nepasiekia rekomenduojamo fizinio aktyvumo normų, o jų fizinis pajėgumas prastėja sulig kiekvienais metais (PSO, 2019). Neabejotina, kad sveikatos problemos, kurias sukelia toliau augantis vaikų bei paauglių visuotinis fizinis pasyvumas ir nutukimo didėjimas (23,6 proc. Lietuvos vaikų iki 18 m. turi antsvorį ir nutukimą), gali būti laikomos vienu didžiausių iššūkių, susijusių su visuomenės sveikata 21 amžiuje (Liuima, Valintėlienė, ir Jociūtė, 2016). PSO vaikų nutukimo komisija teigia, kad mokyklos yra pagrindinė antsvorio ir nutukimo paplitimo mažinimo prevencijos vieta, nes nuo ankstyvų metų galima formuoti tinkamą požiūrį į fizinę veiklą ir jos naudą (PSO, 2016). Fizinis raštingumas – tai sąvoka, sukėlusį didelį susidomėjimą kaip būdas spręsti pasaulines fizinio neveiklumo ir atsiribojimo nuo fizinių užsiėmimų problemas (Inchley, Currie, Jewell, Breda ir Barnekow, 2017). Ugdant vaikų ir paauglių fizinį raštingumą, skatinamas mąstymas, mokymasis, asmeninė sąveika su socialiniu, fiziniu pasauliu. Fizinis raštingumas užtikrina ne tik gerą mokinių sveikatą, bet ir plečia patirtį, skatina atsakomybės ugdymą, taip pat gali būti traktuojamas kaip raktas, padedantis siekti asmeninio tobulėjimo ir gyvenimo džiaugsmo (Monkevičienė, Banevičiūtė Ališauskienė, Bujanauskienė, Galkienė, Gevorgianienė, Glebuviene ir Ustilaitė, 2014). Fizinis raštingumas atitinka įgūdžius ir požymius, kuriuos asmenys demonstruoja per fizinę veiklą (PA) ir judėjimą per visą savo gyvenimą, leidžiantį jiems gyventi sveiką ir prasmingą gyvenimą (Mota, Martins ir Onofre, 2021).

Tikslas. Įvertinti vyresnių klasių mokinių fizinį raštingumą.

Metodika. 2022 m. atliktas kiekybinis tyrimas, naudojant anketinės apklausos raštu metodą. Tyrimui buvo naudojamas Mota, Martins ir Onofre (2021) Portugalijos fizinio raštingumo įvertinimo klausimynas (angl. *Portuguese Physical Literacy Assessment - Questionnaire*) bei gautas autorių raštiškas leidimas. Tyrime dalyvavo 10–12 klasių mokiniai iš Plungės „Saulės“ gimnazijos, Plungės „Ryto“ pagrindinės mokyklos, Plungės Senamiesčio mokyklos, Alsėdžių S. Narutavičiaus gimnazijos ir Plungės technologijų ir verslo mokyklos. Tyrimo imtį sudarė 278 tiriamieji (147 berniukai ir 138 mergaitės). Duomenų statistinis analizė atlikta SPSS programos 21 versija bei taikytas Mann-Whitney kriterijus. Tyrimas atliktas laikantis etikos principų.

Rezultatai. Išanalizavus tyrimo duomenis, nustatyta, kad mokinių fizinio raštingumo žinios, supratimas ir gebėjimas jas taikyti pasiskirstė netolygiai. Į klausimus apie sveiką ir subalansuotą mitybą teisingai atsakė 89,9 proc., apie pagrindinius veiksmus, leidžiančius išvengti traumų fizinės veiklos metu - net 94,6 proc. visų mokinių. Į klausimą apie steroidų įtaką sportiniam pasirodymui teisingai atsakė 76 proc. respondentų. Tačiau apie reikiamą paros suvartojamų kalorijų kiekį teisingai atsakė tik 28,6 proc., apie tinkamus metodus ugdyti tam tikras fizines ypatybes - 33,1 proc. mokinių. PSO nustatytas fizinio aktyvumo rekomendacijas žinojo tik 28,9 proc. respondentų, o KMI (kūno masės indekso) skaičiavimo formulę - tik 18,8 proc. mokinių.

Išvados. Apibendrinus tyrimo rezultatus galima teigti, kad vyresnių klasių mokinių raštingumas fizinio aktyvumo srityje menkas. Mokiniais trūksta elementarių žinių net apie fizinio aktyvumo bendrąsias nuostatas, kurios įtrauktos į fizinio ugdymo pamokas jau nuo 5 klasės. Silpniausios žinios apie fizines ypatybes ($p < 0,05 = 0,046$), fizinio aktyvumo rekomendacijas ($p < 0,05 = 0,013$). Taip pat ne visi mokiniai deramai įvertina fizinio aktyvumo įtaką sveikatai ($p < 0,05 = 0,001$).

Reikšminiai žodžiai. Fizinis raštingumas, fizinis aktyvumas, judėjimas, vyresnių klasių mokiniai.

Klaipėdos universiteto leidykla

TARPTAUTINĖ MOKSLINĖ KONFERENCIJA
„VISUOMENĖS SVEIKATOS IR GYVENIMO ARCHITEKTONIKOS
POKYČIAI IR IŠŠŪKIAI PANDEMIJOS METU“
Pranešimų tezės

Klaipėda, 2022

SL1335. 2022 04 14. Apimtis 13,25 sąl. sp. l.

Klaipėdos universiteto leidykla, Herkaus Manto g. 84, Klaipėda Tel. (8 46) 398891, el. paštas: leidykla@ku.l