



Klaipėdos  
universitetas



LUGISES

## APIE PROJEKTĄ

Lietuvos unikalių gamtinių išteklių panaudojimo su stresu susijusios organizmo psichinės ir fizinės sveikatos gerinimui efektyvumas ir saugumas (LUGISES)

**Stresas yra nuolatinis šiuolaikinės civilizacijos palydovas, o didelis streso lygis, jei jis nevaldomas, sukelia rimtas sveikatos problemas ir blogina gyvenimo kokybę.**

**Tikslas:** įvertinti Lietuvos unikalių gamtinių išteklių (geoterminio / mineralinio vandens, purvo, klimato) poveikį streso mažinimui bei psichinės (nerimo, depresijos, nemigos, nuovargio) ir fizinės sveikatos gerinimui ir procedūrų saugumą ir remiantis tyrimu rezultatais parengti metodines rekomendacijas.

### Uždaviniai:

1. Ištirti Lietuvos gamtinių veiksnių (mineralinio, geoterminio vandens, peloidų) unikalią sudėtį, atlikti palyginamąją analizę ir galimo panaudojimo bei saugumo mokslinį pagrindimą.
2. Įvertinti Lietuvos unikalių gamtinių veiksnių efektyvumą streso mažinimui ir su stresu susijusios psichinės ir fizinės būklės gerinimui.
3. Identifikavus persirgusių Covid-19 grupę įvertinti gamtinių veiksnių efektyvumą pokovidinės būklės gerinimui.
4. Pateikti metodines rekomendacijas Lietuvos natūralių išteklių panaudojimui sveikatinimo ir sveikatingumo srityse.

### Hipotezės:

1. Tikėtina, kad procedūrų kompleksas, panaudojant natūralius gamtinius išteklius, mažins stresą, nerimą ir depresiją.
2. Tikėtina, kad esant aukštesniam streso lygiui natūralūs gamtiniai veiksniai duoda didesnę poveikį nei patiriantiems mažesnį stresą.
3. Tikėtina, kad procedūros su natūraliais gamtiniais veiksniais gerina darbinę ir socialinę adaptaciją.
4. Natūralių gamtinių išteklių terapijos poveikis yra veiksmingas nepriklausomai nuo gydymo trukmės.

Planuojamas daugiacentris, prospektyvinis randomizuotas kontroliuojamas vienpusiai aklas (single-blinded (tyrėjams) mokslinis tyrimas. Imtis - 200 patiriančių didesnę ir/ar mažesnę gerovės jausmą dalyvių. Įvairių procedūrų, panaudojant gamtinius išteklius, tokius kaip mineralinis ar geoterminis vanduo, gydomasis purvas, saulė, oras, miškas, kraštovaizdis, poveikio sveikatai ir saugumo tyrimas leistų pateikti rekomendacijas apie skirtingų procedūrų, jų skaičiaus ir kombinacijų pritaikymą žmogaus fizinės ir psichinės būklės atstatymui, kas galėtų padėti spręsti šiuolaikinio gyvenimo tempo ir streso poveikį organizmui, pagerinti žmonių savijautą ir atstatyti darbingumą po Covid-19 pandemijos. Tokiu būdu būtų galima sumažinti pandemijos pasekmes žmogaus sveikatai, ekonomikai, skatinti sveikatos turizmo augimą Lietuvoje bei ilgalaikėje perspektyvoje sudarytų prielaidas Lietuvai tapti inovatyvaus kurortinio gydymo arealu ir pagrindine baze Baltijos jūros regione. Tyrimas bus sisteminga ankstesnių Vakarų Lietuvos gamtinių išteklių panaudojimo žmogaus sveikatos gerinimui tąsa. Siekiant mokslinės tyrimo kokybės ir tarptautinės rezultatų sklaidos, įvairiuose tyrimo etapuose dalyvaus patyrę mokslininkai iš užsienio mokslo institucijų.

**Projekto pradžia:** 2022 10 01; **pabaiga:** 2024 03 31.