

VYDŪNO SVEIKATOS TAUSOJIMAS IR STIPRINIMO IDĖJOS – VILTYS IR LŪKESČIAI

Algimantas Kirkutis¹

¹ Sveikatos mokslų fakultetas, Klaipėdos Universitetas, Lietuva

Jau daugiau kaip 25 metus kiekvieną pavasarį per V.Storostos gimtadienius susitinkame KU SvMF-to rengiamose mokslinės-publicistinėse konferencijose „Į SVEIKĄ GYVENSENĄ IR SKAIDRIĄ BŪTĮ VYDŪNO KELIU“. Greta to beveik kas mėnesį rengiamuose KU kultūriniuose-publicistiniuose renginiuose „VYDŪNAS TAUTAI IR VALSTYBEI“ kalbame apie Vydūno palikimą ir jo svarbą šiandieniniam gyvenimui. Diskusijų metu paliečiamos pačios aktualias ne tik sveikatos, bet filosofinės pasaulio sąrangos problemos. Viena iš tokių aktualių problemų yra santykio tarp žmonijos, atstovaujamos genialaus žmogaus natūraliai susiformavusio intelekto, pavyzdžiui Vydūno, ir, vis daugiau besiskverbiančio į mūsų gyvenimus, suformuoto IT pagalba, dirbtinio intelekto (DI) studijos.

Vydūno palikimas, tai lyg nueinančios, mus paliekančios, natūraliai susiformavusios savarankiškai ieškant atsakymus į rūpimus klausimus, epochs viršūnė. Mano karta išgyvena labai įdomų, pereinamąjį laikotarpį tarp dviejų skirtingų epochų. Taip sutapo, kad savo gyvenimą pradėjau tais pačiais metais kada jį paliko VYDŪNAS. Gal tai, o gal kitos aplinkybės, paskatino mane giliau susidomėti šio genialaus žmogaus darbais. Mūsų studijų laikais aplink mus dar buvo labai daug įvairiausių neatsakytų klausimų į kuriuos reikėjo patiems susirasti atsakymus knygose, bibliotekose, universitetuose ir visur kur buvo galima jų gauti. Dabar, populiarėjant IT ir ypač DI, stebime, kaip gimsta naują epocha. Matome staiga atsiradusią begalinę daugybę atsakymų į visus mums rūpimus klausimus. Visai nesvarbu ar tai teoriniai ar praktiniai, ar tai laisvalaikio metu išsigalvoti klausimus į visus juos be išlygų atsako DI. Ar tai gerai ar blogai parodys ateitis. Viena aišku, kad tokiu būdu mes patiriame rimtą riziką palaipsniui nugrimzti į virtualią realybę.

Dabar, kaip ir tada kada gyveno ir kūrė Vydūnas, kiekvieno žmogaus viltys ir lūkesčiai siejami su gera sveikata ir aktyviu ilgaamžiškumu. Šios savybės yra svarbios tam, kad, galėtume savo sąmoningos kūrybos pagalba realizuoti mums paskirtą likimo gyvenimo misiją. Viltys ir lūkesčiai – tai labai panašios, bet kartu ir labai skirtingos sąvokos, susijusios su ateitimi ir mūsų požiūriu į ją. Viltis yra labiau emocinė, subjektyvi, nepriklausanti nuo realių aplinkybių. Lūkestis yra pagrįsta daugiau faktais, patirtimi ir logika. Viltys gali būti siejamos su klausimais kylančiais iš mūsų dvasinio pasaulio, o lūkesčiai su atsakymais į šiuo klausimus pasiremiant objektyviomis žiniomis ir faktais. Klausimas ir atsakymas, tai lyg du poliai, kurie formuoja mus supatį šiuolaikinį pasaulį. Viltys gali būti siejamos daugiau su Vydūno filosofinė sveikatos samprata, kuri susiformavo jo Rytų kultūros studijų įtakoje. Tuo tarpu, šiuolaikinio žmogaus sveikatos lūkesčiai vis stipriau yra siejami su materialistinės pasaulėžiūros viršūnėje susiformavusiu DI ir jo generuojamais atsakymais.

Pranešimo metu palyginsime ir pakomentuosiu natūralaus Vydūno intelekto ir IT pagalba sukūrto DI atsakymus į svarbiausių sveikatos priežiūros specialistams klausimų, pvz.: Kas tai yra liga? Kas tai yra sveikata? Kas tai yra ligų gydymas? Kas tai yra sveikatos tausojimas ir stiprinimas? Kas svarbiau sveikatos tausojimas ir stiprinimas ar ligų gydymas? ir kt.

„KASOS FERMENTAI – MITAI IR REALYBĖ“

Antanas Gulbinas¹

¹Klaipėdos universitetas, Sveikatos mokslų fakultetas, Medicinos podiplominių studijų centras

Anotacija

Kasa – tai organas, atliekantis dvi pagrindines funkcijas: endokrininę (hormonų insulino ir gliukagono sekrecija) ir egzokrininę (virškinimo fermentų išskyrimas). Kasos fermentai, tokie kaip amilazė, lipazė ir proteazės, padeda skaidyti maistines medžiagas.

Kasos egzokrininės funkcijos nepakankamumas (KEN) atsiranda, kai kasa negamina arba neišskiria pakankamai fermentų, o tai gali būti sukelta lėtinio pankreatito, kasos vėžio, cistinės fibrozės ar chirurginių intervencijų. Pagrindinis simptomas – steatorėja (riebios išmatos).

Diagnostikai naudojami kasos fermentų tyrimai, tokie kaip elastazės-1 kiekio nustatymas išmatose. Pakaitinė fermentų terapija padeda virškinimui, tačiau pati ligos negydo. Svarbu tinkamai parinkti dozę ir laiką, kad gydymas būtų efektyvus.

„NUTUKIMO PROBLEMOS: MOKSLINIŲ SPRENDIMŲ PAIEŠKA MEDICINOS POŽIŪRIU“

L. Venclauskas

Klaipėdos universitetas, Sveikatos mokslų fakultetas, Klaipėdos universiteto ligoninė

Nutukimas yra lėtinė sudėtinė liga, kuriai būdingas per didelis riebalų kiekis ir kuris gali pakenkti sveikatai. Nutukimas išlieka didelė problema tiek Lietuvoje, tiek pasaulyje ir yra didelė finansinė našta sveikatos apsaugos sistemai antsvorio ir jo sukeltoms komplikacijoms gydyti. 1 iš 8 žmonių pasaulyje yra nutukę. Nutukimas gali sukelti daug komplikacijų, tokių kaip: psichologines, neurologines, širdies sistemos, kvėpavimo, virškinimo, metabolines ir kt. Nutukimo rizikos veiksniai skirstomi į: biologinius, genetinius, elgesio ir sociodemografinius. Nutukimo gydymas gali būti konservatyvus ir intervencinis (endoskopinis ir chirurginis). Jo gydymas paremtas multidisciplininiu požiūriu dalyvaujant slaugytojoms, šeimos gydytojams, dietologams, endokrinologams, psichoterapeutams ar psichologams, chirurgams ir kineziterapeutams bei fizioterapeutams. Visada nutukimas pradedamas gydyti konservatyviomis priemonėmis. Mitybos ir fizinio aktyvumo įpročių keitimas, psichologinė pagalba ir esant reikalui medikamentinis gydymas skiriant GLP1 agonistus. Jei konservatyvus gydymas yra neefektyvus ar yra kontraindikacijos šiam gydymui, pacientui planuojama metabolinė nutukimo chirurgija. Nors naujausias konservatyvus nutukimo gydymas GLP1 agonistų medikamentais yra pakankamai efektyvus ir daug vilčių teikiantis gydymo būdas, tačiau šiai dienai chirurginio nutukimo gydymo rezultatai yra geriausi.

Nutukimo gydymas turi būti parenkamas individualiai kiekvienam pacientui, todėl aiškus mokslu pagrįstas supratimas kaip vystosi nutukimas, kokios yra šios ligos priežastys ir pasekmės, leis sumažinti nutukusių žmonių populiaciją visuomenėje ir pasiekti geriausių nutukimo gydymo rezultatų.

Social Workers in Times of Security Uncertainty

Liga Rasnaca, University of Latvia¹

¹liga.rasnaca@lu.lv

The purpose of study is to find out what social and professional challenges social workers have faced in context of global social challenges during military conflict in neighboring country. Global social challenges are exacerbated by security uncertainty. For the Baltic states, it is a war in neighboring Ukraine. The research question is: How social challenges during military conflict in neighboring country affect social workers daily duties? The study is based on qualitative methodology. Methods of traditional document analysis and semi-structured interviews with social workers (n=43) were applied. Effective communication with municipalities and the methodological oversight within the field can both facilitate and complicate solution-finding[3]. Rational approaches to problem-solving are often constrained, particularly in high-pressure situations where professionals may seek simplified solutions, especially within hierarchical communication structures. Heuristic theory helps explain changes in social interactions, both in communication with previously unfamiliar service-user groups and in handling complex new issues[1]. Narrative approach in social work let to better understanding un long-term trust in social work[2]. The findings suggest that heuristics play a role in both management and interpersonal communications, where heuristic approach can manifest a necessary communication simplifications, decision-making efficiencies, and sometimes a lack of individualization in decision-making.

Key words: social interaction, profesional language, global challenges, social changes.

Acknowledgments: The study is done with support from Latvia Scientific Board Project : lzp-2024/1-0271 How can social work make communities more resilient? Social work for community.

resilience between global issues and local agency

References:

- [1]Gigerenzer, Gerd, and Wolfgang Gaissmaier. 2021. "Heuristic Decision Making." Annual Review of Psychology 62 (1): 451–82. <https://doi.org/10.1146/annurev-psych-120709-145346>.
- [2]Roscoe, K. D. & Madoc-Jones, I. (2009) 'Critical social work practice: a narrative approach', International Journal of Narrative Practice, no. 1, pp. 9–18
- [3] Trenerry, Brigid, Samuel Chng, Yang Wang, Zainal S. Suhaila, Sun S. Lim, Han Y. Lu, and Peng H. Oh. 2021. "Preparing Workplaces for Digital Transformation: An Integrative Review and Framework of Multi-Level Factors." Frontiers in Psychology 12. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2021.620766>.

Neofenomenologinės įžvalgos apie Vydūno sveikatos sampratą

Dr. rer. cur. Skaidra Margewitsch

skaidra-margewitsch@t-online.de

Asmeniniai Vydūno sveikėjimo potyriai formavo jo sveikatos sampratos filosofines mintis apie subjektyvias patirtis dvejose egzistencinėse būsenose: buvime savimi – *sau žmogus* [2] arba *Esme (Dasein)* ir Tapsme (*Sosein*), t. y. *asmeninio žmogaus pasidarymas (-e)* [3]. Svarbu išvelgti esminį Vydūno kalbinės raiškos savitumą, artimą neofenomenologiniam kontekstui apie kūniškąsias (*Leib*) patirtis. Tiek Vydūno, tiek neofenomenologijos pradininko Hermann Schmitz (1928–2021) žmogiškoji egzistencija pabrėžia skirtumą tarp kūno (*Körper*), fizinės, objektyvios, ir subjektyvios kūniškosios dimensijos (*Leib*) [4]. Kūniškumas yra tiesiogiai patiriamas per penkis dabarties momentus: čia ir dabar, būtyje, identitete ir subjektyvume, nepaverčiant žmogaus objektu [5]. Vydūno tekstuose sąvoka *Leib* nesutinkama, tačiau žmogiškosios esmės aprašymai yra pilni kūniškumo apraiškų, kurios neofenomenologijoje žmogaus egzistenciją analizuoja per kūniškąsias reakcijas (*Leibliche Regungen*), turinčias savitą dinamiką bei ekonomiką [6]. Čia sveikata tampa subjektyvių išgyvenimų, Esmo ir Tapsmo sūkurio, kuris patiriamas kaip nuolatinis kūniškumo kitimas [7]. Galima teigti, kad vydūniškoji sveikatos patirtis apibūdina gyvenimo kokybę kaip pasaulio įtraukimą į sąmonę per kūniškumo pajautimą (*Spuren*). Remiantis H. Schmitz fenomenologijos konceptu, *Spuren* siejamas su tiesioginiais žmogaus kūniškumo potyriais bei sąmoningais jų išgyvenimais, kuriuos H. Schmitz nagrinėja kaip kūniškąsias situacijas [8][9]. Jose iškyla ir tarpusavyje sąveikauja įvairūs fenomenai – rūpestis (*Sorge*), slauga ar globa (*Pflege*), kančia, mirtis – turintys savitą egzistencinių būsenų dimensiją, Kismą (*Werden*). Kisme esantis *Sorge* fenomenas daro įtaką egzistencijos perėjimui į Esmą ir įgalina buvimą savimi. Tapsmas, kaip buvimas su savimi, yra susijęs su *Pflege* fenomenu, kuris taip pat kyla iš Kismo. Per jį žmogui atsiveria galimybė naujai pažinti saviškumą per skausmo ar juoko pojūčius, kaip atsaką į pasaulio atvirumą. Remiantis H. Schmitz neofenomenologine filosofija, toks perėjimas iš Esmo (*Dasein*) į Tapsmą (*Sosein*), per Kismą (*Werden*), nusako gyvenimo dinamiškumą: čia žmogaus esybė kinta bei auga kartu su pasauliu ir kitais žmonėmis per kūniškąsias patirtis, kurioms priklauso ir sveikėjimas [10]. Tiek neofenomenologinė filosofija, tiek Vydūno sveikatos samprata yra susijusios su kūniškumu kaip bendražmogiškąja patirtimi. Remiantis neofenomenologija, sveikata yra ne uždara ir objektyvi kūno priežiūros kategorija, bet atvira ir subjektyvi žmogaus buvimo pasaulyje kokybinė raiška. Taigi, Vydūno sveikatos stiprinimo esmingumas iškyla kaip bendražmogiškoji patirtis, apimanti ne tik fizinio kūno (*Körper*) priežiūrą, bet ir įgalinanti pažinti sąmoningas kūniškumo (*Leib*) sąveikas su pasauliu bei pačiu savimi.

[1] Vydūnas, Raštai, t. 2, Vilnius Mintis, 1991, p. 47. [11] Vydūnas, Raštai, t. 1, Vilnius Mintis, 1990, p. 491.

[2] R. Palijanskaitė, Vydūno sveikatos psichologijos akiračiai, Vilnius Liucilijus, 2023, p. 47; [7] p. 47.

[4] H. Schmitz, Was ist Neue Phänomenologie?, Rostock Ingo Koch, 2003, p. 24-35; [5] p. 25; [9] p. 89.

[6] C. Uzarewicz / M. Uzarewicz, Das Weite suchen, Stuttgart Lucius & Lucius, 2005, p. 119-143; [8] p. 90-98.

[10] S. Margewitsch, Die Übergänge von Sorge und Pflege : Versuch einer leibphänomenologischen Erweiterung der pflegewissenschaftlichen Grundlagen 2024. Prieiga per internetą: < <https://kidoks.bsz-bw.de/frontdoor/index/index/docId/4356> > [žiūrėta 2025 m. vasario 15 d.].

Reikšminiai žodžiai: neofenomenologija, sveikata, kūniškumas, kūniškosios patirtys, kūniškumo pajautimas, esmas, tapsmas, kismas, *sorge*.

Žmogaus vertybės technologinėje visuomenėje

Edvardas Rimkus

Vilniaus Gedimino technikos universitetas, Saulėtekio al. 11, Vilnius

El. p.: edvardas.rimkus@vilniustech.lt

Aksiologijos – bendrosios filosofinės vertybių teorijos – požiūriu galima tyrinėti žmogaus veiklą ir joje realizuojamas ar grindžiamas vertybes įvairiausiais aspektais. Pavyzdžiui, analizuodami žmogaus gyvenimo būdą ar stilių, galime klausti, kokios vertybės lemia konkretaus asmens ar bendruomenių mentalitetą, požiūrį į tam tikrus reiškinius ir kt. Aksiologiniai tyrimai glaudžiai persipina su kitomis socialinių ir humanitarinių mokslų disciplinomis, tokiomis kaip etika, estetika, religijotyra, sociologija, politologija, ekonomika, etnologija, kultūrų studijos ir kt.

Šiuolaikinės technologijos daro ypač didelę įtaką žmogaus vertybiniams pokyčiams. Gyvename technologinėje visuomenėje. Technologijos niekada nebuvo vien tik įrankiai, palengvinantys kasdienybę. Istoriskai jos nuolat keitė visuomenės struktūras ir žmonių vertybes. Dabartiniame pasaulyje tokie technologiniai proveržiai kaip automatizuota ir robotizuota gamyba, dirbtinis intelektas ir kitos inovacijos daro vis didesnę įtaką tiek darbo rinkai, tiek visuomenės socialinei sanklodai. Daugybė tyrėjų prognozuoja, kad per artimiausią dešimtmetį dirbtinis intelektas ir automatizacija gali pakeisti pusę ar net daugiau dabartinių darbo vietų. Tokia perspektyva verčia kelti klausimus apie žmogaus vertybes technologinėje visuomenėje. Ką reikš žmogaus darbas? Ką prasmę jis turės, jei, pavyzdžiui, panašiai kaip skaičiuotuvai pranoko žmones atliekant aritmetinius veiksmus, taip dirbtinis intelektas pranoks žmones daugelyje kitų sričių? Kokį vaidmenį technologizuotoje darbo rinkoje ir visuomenėje turės pats žmogus? Ar technologijų plėtra nesukels didelių socialinių problemų, tokių kaip masinė bedarbystė, gyvenimo lygio kritimas, turtinės nelygybės augimas? Ar tai neskatins egzistencinės krizės, kai žmonės praras tradicinius savo vaidmenis visuomenėje? Šie ir panašūs klausimai tampa vis aktualesni, vertinant žmogaus vietą vis labiau technologizuotoje visuomenėje.

Reikšminiai žodžiai: vertybės, žmogaus veikla, technologinė visuomenė, dirbtinis intelektas, egzistencinė krizė.

Human Values in a Technological Society

Integrali sąmonės koncepcija: Vydūnas ir Kenas Wilber'is

Dalia Marija Stančienė

Klaipėdos universitetas, Herkaus Manto g. 84, Klaipėda

El. p. dalia.marija.stanciene@ku.lt

Sąmonės tyrimai vyksta tūkstantmečius, tačiau ir šiandien mokslininkams sąmonės klausimas yra vienas iš sudėtingiausiai suvokiamų reiškinių.

Antikos filosofai sąmonę traktavo kaip sielą. Platonas sielos veikimą apibūdino dvejais aspektais: žemesniu – nuomone (*doxa*) ir aukštesniu – mąstymu (*noēsis*), o Aristotelis – trimis aspektais: jutimu, protu ir valia. Pojūčių dėka vyksta daikto aktualizavimas, kuris pradžioje tėra neįsisąmoninta sąvoka. Proto dėka vyksta sąvokų aktualizavimas, o valios dėka – sprendimų priėmimas.

Sielos tapatinimas su sąmone yra siejamas su Renė Descartes'o filosofija, kurioje pasaulis bei žmogaus kūnas apibūdinamas fizinėmis ir matematinėmis savybėmis. Descartes'o teigimu, iš žmogaus smegenų išeina pojūčiai, jausmai ir kt., kurie veikia kaip nerviniai dirgikliai, reguliuojantys kūną. Jo sąmonės arba mąstančiosios substancijos ir kūno arba tįsiosios substancijos skirtingumo įrodymas t. y. dviejų substancijų įvedimas prisidėjo prie naujų teorijų plėtojimo ir ypač prie fenomenologinės sąmonės koncepcijos plėtojimo.

Sąmonės tyrimais susidomi ir Vydūnas, bandydamas atsakyti į klausimą, kas yra žmogus, kas yra sąmonė, kas yra pasaulis. Spręsdamas šias problemas, Vydūnas analizuoja sąmonės prigimties ištakas, jos ryšį su pasauliu ir individu, dvasinės veiklos sferas, asmenybę formuojančių galių principus, jų raišką ir realizaciją. Žmogaus sąmonė jam yra „atskira kibirkštis tos visa aprėpiančios sąmonės“ [1]. Visa aprėpianti, integrali sąmonė yra pats buvimas, talpinantis savyje daugybę persipynusių sąmonių, kurios susitikdamos veikia viena kitą ir gimdo naujas sąmones iš kurių gimsta pasaulio daiktai ir dalykai. Vydūno *sąmonės* filosofija – tai diskursas apie žmogaus raišką pasaulyje ir jo dvasinio tobulėjimo kelią, tai savitarpio supratimo tiltas tarp Rytų ir Vakarų kultūrų bei skirtingų mąstymo būdų.

Tokias pačias idėjas kelia amerikiečių filosofas, transpersonalios psichologijos teoretikas Kenas Wilber'is teigdamas, kad kosmosas nėra ontologinė erdvė, atskirta nuo subjekto, bet yra persmelktas sąmonės. Jo įsitikinimu, visata, gyvenanti ir kvėpuojanti per materijos ir dvasios transformacijas, suvokia ir kuria save per ją sudarančias sąmoningas būtybes, kurios tęsiasi Didžiojoje būties *holarchijoje* (struktūroje) – nuo kvarkų ir atomų iki molekulių, vienaląsčių organizmų, daugialąsčių organizmų, žinduolių, žmonių ir kitų būtybių. Kalbėdamas apie sąmonės ir būties struktūrų evoliucijos supratimą, Wilber'is grindžia savo mintis daugiau nei šimtu skirtingų sąmonės augimo, jos integralumo, vystymosi ir evoliucijos modelių.

Reikšminiai žodžiai: Vydūnas, Kenas Wilber'is, integrali sąmonė, būtis, kūnas.

Literatūros šaltiniai:

Vydūnas, Raštai I t., 1990, 377.

Integral Concept of Consciousness: Vydūnas and Ken Wilber

Teosofinis Vydūno dvasingumas ir jo patrauklumas šiandien

Vygandas Aleksandravičius

Lietuvos kultūros tyrimų institutas, Saltoniškių g. 58, Vilnius

El. p.: vygandas.slogutis@gmail.com

Esu dvasingas, bet ne religingas (I am spiritual, but not religious). Šiandien tai pasakytų dažnas. Ko gero, taip galėjo pasakyti ir Vydūnas; taip pat daugelis jo aplinkos intelektualų ar inteligentų, kurie, solidarizuodamiesi su didesnę tarpukario dalį vyravusia tautininkiška, bet nebūtinai krikščioniška valdžia, ne itin uoliai viešai deklaravo savo katalikišką tapatybę. Maža to, antikrikdemiška, tad iš dalies ir antikatalikiška tuometinė valdžios konjunktūra buvo palanki terpė įvairioms religinėms alternatyvoms vyraujančiai katalikybei rasti, plėtoti ir plisti. Tokia buvo Vydūno laikysena, kylanti iš teosofinio sąjūdžio pagrindų. Artima jam, nes kilusi iš to paties teosofinio sąjūdžio, buvo ir Rericho draugija. Jos pasaulėžiūra patraukė daug žymių Lietuvos kūrėjų; galima sakyti, netgi patį lietuviškos inteligentijos žiedą. Užtenka paminėti Antaną Žmuidzinavičių, Vincą Mykolaitį-Putiną, Liudą Truikį, Juozą Keliuotį, Kazimierą Pakštą, Mykolą Romerį, Paulių Galaunę, Juozą Butkų (Butkų Južę), Balį Dvarioną ir kitus. Šie sąjūdžiai kaip tik ir telkė narius vadinamojo dvasingumo pagrindu, kurio nereikėjo tiesiogiai sieti su institucionalizuota religine praktika (jei tokiais nėra laikytini pačios draugijos ritualai). „Dvasingumas“, pasak Charles'o Tayloro, moderno epochoje buvo tikėjimo privatizacijos „etiketė“, pasitraukimo iš viešosios erdvės, geriausiu atveju, į siauro draugų ratelio aplinkumą, ženklas. Tačiau ar tikrai toks dvasingumas (kartais ir ypač šiuose rateliuose dar vadinamas spiritualizmu) taip lengvai atibojamas nuo religingumo? Ar tokia atskyrimas mes neišleidžiame iš akių svarbių dimensinių skirtumų ir su tuo susijusių tokių esminių sąvokų kaip *būtis*, *laisvė* prasminių artikuliacijų galimybių? Vydūnas darė svarbius pasirinkimus. Ar mes kartotume juos šiandien, jei atpažintume savo aplinkoje jam kilusių alternatyvų atšvaitus?

Reikšminiai žodžiai: Vydūnas, Rericho draugija, dvasingumas, religingumas, teosofija.

Theosophical spirituality of Vydūnas and its attractiveness today.

Žmogaus sąmonė dirbtinio intelekto plėtroje

Andrejus Larionovas

VŠĮ Šiaurės Lietuvos kolegija, Tilžės g. 22, Šiauliai

El. p.: larionovas@inbox.lt

Panašu, jog filosofija savo istorijos įtakoje net spartėjant moksliniai pažangai smegenų tyrimų srityse neradusi konkrečių atsakymų pasuko kita kryptimi ir dar XVI amžiuje Descartes'o ištara *Cogito, ergo sum* (lot. maštau, vadinasi, esu) kartu įtvirtino ir dualistine teoriją kaip dominuojančia filosofijos požiūryje į žmogaus sąmonę ilgiems šimtmečiams. Nepaisant abejojimo kūno realumu, Descartes pasiūlė epifizę kaip sielos ir smegenų ryšio buveinę. Tikėtina, kad šis pasiūlymas kilo dėl to, kad jis manė, jog dauguma smegenų dalių yra suskirstos poromis, o epifizė yra tik viena. Tačiau Descartes'o argumentas turi rimtą trūkumą: kaip nematerialus dalykas, protas, gali įtakoti kūną kaip fizinę medžiagą? Šiuolaikinis neuromokslas teigia, kad proto kвалijos, įskaitant baimę, skausmą, emocijas ir perceptualines būsenas, yra fizinės savybės, kurios kyla iš smegenų veiklos ir veikia kūną. Yra įtakingų klinikinių įrodymų, kad pažeidus tam tikras smegenų dalis, gali nukentėti protiniai gebėjimai. Nors šis fizikalistinis požiūris nėra be trūkumų, jis dabar yra dominuojantis tarp mokslininkų. Be to, jeigu tvirtinimą *Cogito, ergo sum* laikysime žmogiškosios būties aksioma - tai kaip tada įvardinsime Dirbtinio intelekto (DI) egzistenciją? DI negali mylėti ar nekęsti, jausti alkį, liūdesį ir džiaugtą, užjausti ir atleisti, galiausiai suvokti savo baigtumą... Visos šios ir panašios savybės priskiriamos žmogui, o iš dalies ir kitoms primatų rūšims, tačiau, DI mąsto ir jau seniai išmoko pergudrauti *homo sapiens*. Milijonai interneto vartotojų kasdien privalo įrodyti virtualiam robotui, jog jie yra žmonės vien tam, kad pasiektų norimas svetainės, ar galėtų pasinaudoti virtualiomis paslaugomis (pvz. „Captcha“ testai), kurios vis sparčiau įsitvirtina mūsų įprastame gyvenime. Ar tokia kontekste gamtos dievaitis vis dar jaučia savo intelektualinį pranašumą? Tam, kad suprastume kaip veikia DI, pirmiau turime suprasti, kaip veikia žmogaus smegenys ir kas yra sąmonė. Atsakymo į šį klausimą mokslo ir filosofijos santykio kontekste paieškos yra viena iš esminių šio pranešimo užduočių. Jog psichinės organizmų būsenos ir procesai yra tapatūs organizmo smegenų ar nervų sistemos būsenoms ir procesams yra pakankamai nusistovėjusi tezė mokslo pasaulyje, tačiau šis tvirtinimas kelia nemažai abejonių ir naujų klausimų filosofijoje. Mokslininkai žvelgdami į smegenų struktūrą ir atlikdami kompetentingą intervenciją gali pakeisti sąmonės būsenas, tačiau jie patys atsiduria tokioje pat padėtyje, kaip tas fizikas, kuris ardydamas radijo imtuvą puikiai išmano radijo bangų veikimo principus, supranta kiekvieną elektromechaninę imtuvo dalį, bet pačios muzikos jame neranda. Todėl, nors ir tarp pačių filosofų tvirtinama, jog sąmonės problema gali būti mokslinė problema, bet žengiant tos pačios pažangos keliu reikia filosofinių metodų, kad galėtume užduoti tinkamus klausimus ir pradėti tyrimą. Galiausiai, filosofija išlieka būtina siekiant suprasti tiek žmogaus sąmonę, tiek technologijų poveikį mūsų egzistencijai. Ji ne tik formuluoja esminius klausimus, bet ir suteikia priemones apmąstyti jų reikšmę. Be to, dirbtinio intelekto plėtra dar labiau apsunkina diskusiją apie sąmonės prigimtį. Ar gebėjimas imituoti mąstymą reiškia sąmonės turėjimą? Jei DI kada nors pasieks tokį intelekto lygį, kad galės apmąstyti savo egzistenciją ir kelti klausimus apie savo paties sąmonę, ar mes vis dar galėsime jį laikyti tik mašina? Taigi, tolimesnės šių klausimų paieškos reikalauja ne tik mokslinių tyrimų, bet ir filosofinio įsitraukimo, siekiant atskleisti, kas iš tiesų sudaro mūsų sąmoningą būtį ir tolimesnį pačios sąmonės likimą.

Reikšminiai žodžiai: sąmonė, smegenys, protas, mąstymas, dirbtinis intelektas, neuromokslai.

Human consciousness in the development of artificial intelligence

Vydūniškas išminties balsas žmoguje mūsų dienų skubos ir nerimo amžiuje

Rūta Bagdanavičiūtė

Vytauto Didžiojo universitetas, K. Donelaičio g. 58, Kaunas

El. p.: rutavec@gmail.com

Šiandieninis pasaulis, neįtikėtinai sparčiai šaunantis technologinio progreso viršūnėn, vis labiau ryškėja kaip daugiaprasmis, neišvengiantis duobių ir kartais sudėtingų transformacijų žmogaus dvasinio pasaulio, etikos srityje. Nekalbant jau apie karą, kuris, kaip destruktivi naikinimo mašina, per akimirką nušluoja visa, kas kurta šimtmečius, nekreipdama dėmesio į jokių moralinių principus. Tačiau net ir šalyse, vis dar turinčiose galimybę mėgautis laisve ir vartotojiško gyvenimo pertekliumi, žmogaus dvasios srityje anaipol nėra linijinio progreso linijos – čia taikliau būtų kalbėti apie kreivas, trūkinėjančias linijas arba įsukančius ydingus ratus, tokius kaip geismo ir nevilties ratas vartotojiškume, kai geidžiama turėti vis daugiau ir vis naujesnių daiktų, vis geriau pasirodyti kitiems, tačiau tas geismas neteikia pasitenkinimo, tik stumia į vis didesnę nevilgtį, nuolat primindamas, kad galima turėti dar daugiau ir atrodyti dar gražiau. Tokia skuba, naujybių vaikymasis pamažu išryškėja kaip „prievolė būti laimingam“ [1]. Tai – socioumo primesta laimės samprata, įmantriomis manipuliacinėmis technikomis diegiama individui iš vidaus, kad jis priimtų tai kaip nekvestionuojamą savastį. Toks netikrumas vartotojiškoje simuliacijų visuomenėje, kai žmogus simuliuojamas net pats sau, gimdo nepaaiškinamą baimę, nerimą. „Nerimas, kuris slopina, paralyžiuoja ir išplinta per visas kasdienio gyvenimo sritis, pasireiškia kaip šio naujojo tūkstantmečio realybė [...]“ [2]. Ją patvirtina ir tai, kad šiandien vis daugiau žmonių ieško pagalbos psichologų kabinetuose, jogos terapijose ar griebiasi kitų dvasinių praktikų.

Štai tokia kontekste ypač aktualus atrodo Vydūno kvietimas žmogui pirmiausia įsiklausyti pačiam į save, užuot išsibarsčius išorinėje, siekti sąmoningo, autentiško buvimo. Toks žmogus neišitraukia į begalines sekinančias turėjimo ir atrodymo lenktynes, verčiau telkiasi į autentišką savo būtį, stengiasi savyje atrasti ramybės šaltinį, semdamasis dvasingumo iš plačiai suprastos religijos, Rytų išminties. Vydūnas kalba apie išminties balsą žmoguje, į kurį kiekvienam vertėtų įsiklausyti. Vydūniškoji išmintis neretai gretinama su sokratiškąja. Vydūnui, kaip ir Sokratui, svarbūs principai, nesuteršti pragmatinėmis manipuliacijomis, šie filosofai gėrį, dorovę bei etiką sieja su žmogaus esme ir doros normas laiko savaimine duotybe, kylančia iš vidinio balso, – Sokratas ją vadina *daimonu*, prilygstančiu dieviškajam ženklui. Svarbu, kad abu autoriai žvelgia į dieviškumą plačiai, nesusiaurina jo iki apibrėžtos religinės dogmos, verčiau perpina dieviškumą su žmogiškumu – tame, „kas yra tikrai žmoniška, dieviškumas su žmoniškumu sutampa“ [3]. Taip pat tiek Sokratas, tiek Vydūnas dorą sieja su laime. Laimės reikia nusipelnėti: iš tiesų laimingas, patiria palaimą, vidinę ramybę tik tas, kuris yra dorovingas ir siekia gėrio. Kaip matome, tai labai skiriasi nuo vartotojiškame gyvenime neretai imituojamos laimės, tereiškiančios individo savęs užmarštį savotiškoje *fun* moralėje...

Taip pat ir Vydūnui, ir Sokratui svarbus žinojimo vaidmuo siekiant dorovės, mat, jų įsitikinimu, blogis atsiranda iš nežinojimo. Vis dėlto galima klausti: ar užtenka žinojimo, kad žmogus siektų gėrio? Į šį klausimą galima būtų atsakyti, kad abu minimi autoriai kalba apie giluminį žinojimą – išmintį. Tai reiškia, kad nepakanka vien teorinio racionalumo – teorija turi susijungti su gyvenimo praktika. Žinių įsidėjimas į protą dar nereiškia išminties – tos žinios turi tapti brandinančiu pagrindu, žmogus gyvenime turi dvasiškai subręsti, tokia branda ir yra išmintis. Tik save subrandinęs, vidujai laisvas žmogus gali tapti produktyvia socioumo ląstele. Būtent nuo tokio laisvo individo, kaip „žmogaus sau“, prasideda brandi, kritiškai mąstanti visuomenė, atspari manipuliacijoms. O joje gimęs „žmogus tautai“ palaipsniui tampa „žmogumi pasauliui“ – taip pereinama nuo mikro- prie makroelementų, žmogus skleidžiasi kaip aktyvi, reikšminga pasaulio dalis.

Reikšminiai žodžiai: Vydūnas, Sokratas, vartotojiškumas, etika, dora, sąmoningumas, išmintis.

Literatūros šaltiniai:

1. Pascal Bruckner. *Amžinoji euforija: esė apie prievolę būti laimingam*. Vilnius: Tyto alba 2004, 46.
2. Gabriel Franklin. *Lublin Studies In Modern Languages and Literature*, 2022, Vol 46, No 3: 47, 47 – 55.

3. Vydūnas. *Raštai I*, Vilnius: Mintis1990, 519.

A Vydūnian Voice of Wisdom within a Person in Today's Age of Hurry and Anxiety.

Platono/Sokrato įtaka Vydūno politinei filosofijai

Tomas Kavaliauskas

Vytauto Didžiojo universitetas, K. Donelaičio g. 58, Kaunas

El. p.: tomas_kavaliauskas@yahoo.com

Vydūno politinė filosofija išryškėja jo eseistikoje svarstymuose apie lygybę ir teisingumą, o taip pat apie socializmą, apie tautų tarpusavio ryšius. Tačiau čia susitelksime ties jo esė *Lygybė ir teisingumas* kur susitelkiama ties klausimu kaip valdžia turėtų valdyti savo piliečius. Vydūno žodyne ne tik valdžia vadinama „valdžiava“. Bet valdžiava čia veikiau platesnis supratimas, kuris apima pačią politinę valstybės idėją.

Pasiremdamas Platono knyga „Valstybė“, valdyti turėtų dorovingi žmonės, nes tikslas valdžiavos ne tik drausti, drausminti; verčiau „valdžiava turėtų kiekvienam būti žmoniška priemonė auginti tikriausiai kilnybei ir šviesiausiam vaiskumui“ [3: 315]. Čia matome kaip politika pajungiama dvasiniam žmogaus tobulėjimui. Valstybė, kaip politinis darinys, turi ne tik palaikyti stabilumą, socialinę tvarką, bet dar „žadinti ir gaivinti žmoniškumui“ [3: *ibid*]. Tokioje valstybėje teisingumas būtų įgyvendintas kaip tik todėl, kad būtų sudarytos sąlygos „teisingai spręsti ir teisingai gyventi. Ir žmonių santykiams tada iš lengvo vis daugiau ir aiškiau virs pagrindu pats tiesingumas“ [3: *ibid*].

Čia reiktų atkreipti dėmesį, kad Platono knygoje *Valstybė* teisingumo klausimas svarstomas jau pirmame skyriuje (taip vadinamoje pirmoje knygoje). Ginčas tarp Sokrato ir sofisto Trasimacho kaip tik vyksta teisingumo klausimu. Anot Trasimacho, „Teisingumas yra ne kas kita, kaip tai, kas naudinga stipresniajam“ [2: 25, 338c]. Kaip esu rašęs savo straipsnyje *Ryšys tarp teisingumo, jo naudos ir žmogaus prigimties Sokrato politinėje filosofijoje*, stipresnysis čia suvokiamas ne kaip fiziškai stipresnis. Trasimachui stipresnysis yra kaip turintis politinę ir juridinę galią leisti sau palankius įstatymus bei naudotis valdžia [1: 57]. Matyti, kad Trasimacho teisingumo samprata yra grynai politinė, tokia politinė, kuri atskirta nuo moralės. Sofistas Trasimachas priduria, „valdžia yra jėga. [...] Visose valstybėse teisingumu laikoma tas pat – tai, kas naudinga esamai valdžiai“ [2: 25, 339a]. Tuo tarpu Sokratas mąsto iš moralinės perspektyvos, pateikia gydytojo pavyzdį, kuris taip pat turi galią, bet rūpinasi savo ligoniu. Tokia paskirtis gydytojo profesijos. Analogiškai valdžios paskirtis rūpintis visais piliečiais. Anot Sokrato, apibrėžti teisingumą reiškia nustatyti „gyvenimo taisyklę, pagal kurią gyvendamas kiekvienas iš mūsų turėtų gyvenime kuo daugiausia naudotis!“ [2: 35, 344e].

Vydūnas taip pat mąsto apie tokią dvasinę naudą, t.y. tokį teisingumą, kuris vestų tobulėjimo keliu, žadintų ir gaivintų žmoniškumą. Tai – vydūniškoji humanistikškoji politinė filosofija. Kadangi tiek tauta, tiek jos atskiras individas turi eiti tobulėjimo keliu, išnaudoti savo kūrybines galias, rodyti bendrystę, tai ir teisingumo samprata turi būti humaniška. Kita vertus, Platono knygoje *Valstybė* gyventojai aiškiai suskirstomi į luomus pagal diskriminacinį principą – „geležinės“ ir „varinės“ prigimties gyventojai, t.y. amatininkai, žemdirbiai, jie negali valdyti, nes jie nepajėgia būti tokiais išmintingais ir dorybingais kaip auksinės prigimties filosofai. Tuo tarpu Vydūno raštuose tokio aiškaus nustatymo kas gali vadovauti nėra. Taip pat nėra ir iš ankstinio nusistatymo, kad tam tikras luomas kaip ir pasmerktas netobulumui dėl savo „geležinės“ ar „varinės“ prigimties. Verčiau kalbama apie pačią valdžiavos paskirtį tarnauti tobulėjimui sudarant sąlygas visiems – „kiekvienam žmonių laipsniui“. Tai sakoma esė *Tautos gyvatės ir valdžiavos sutaukinimas*: „valdžiavos turės tarnauti ne tiktai kūno reikalams, ne tik geismų ir minčių tikslams. Jos turės būti priemonė gyvybės keliams. Kaip jos griūva menkesniems galams tarnaudamos, taip jos tvirtės tikdamos kūrybos žengimui. Valdžiava turėtų būti ta tvarka, kuri kiekvienam žmonių laipsniui būtų tinkamiausia, kad jis galėtų pasiekti sekantįjį, aukštesnįjį“ [3: 297].

Reikšminiai žodžiai: Vydūnas, Platonas, teisingumas, valdžiava, prigimtis, filosofija

Literatūros šaltiniai:

1. T. Kavaliauskas, Logos-Vilnius 2023, 117, 57, 55–64.
2. Platonas. *Valstybė*. Vilnius: Margi raštai 2014
3. Vydūnas. *Raštai I*. Vilnius: Mintis 1990.

The Influence of Plato/Socrates to Vydūnas's Political Philosophy

Filosofinių tekstų vertimai Vydūno „Darbymetyje, laikraštyje tautos dvasią stiprinti“

Rūta Marija Vabalaitė

Mykolo Romerio universitetas, Ateities g. 20, Vilnius

El. p.: marijavabalaite@mruni.eu

2020 m. konferencijoje „Į sveiką gyvenseną ir skaidrią būtį Vydūno keliu“ kalbėdama apie keletą Friedricho Nietzsche's ir Vydūno idėjų paralelių ir rašydama straipsnį: „Vydūno idėjų santykiai su Friedricho Nietzsche's filosofija“, publikuotą žurnalo „Logos“ 103 - ajame numeryje, dar nebuvo perskaičiusi 1921-1925 m. Tilžėje Vydūno leisto žurnalo „Darbymetis“, tad tuo metu nenoromis praleidau šiai temai ypatingai svarbų šaltinį. Svarbiausių „Darbymetyje“ skelbtų paties mūsų autoriaus straipsnių idėjas yra jau nagrinėjęs gerai žinomas Vydūno kūrybos specialistas Vaclovas Bagdonavičius. Plačiausia mums žinoma jų analizė yra publikuota jo knygoje: „Spindulys esmi begalinės šviesos: etiudai apie Vydūną“ (Vilnius: Kultūros, filosofijos ir meno institutas, 2008). Čia Bagdonavičius tiksliai nusako „Darbymečio“ leidimo tikslą – supažindinti Mažosios Lietuvos gyventojus su didžiosios Lietuvos kultūros naujienomis, pateikti savas kaimyninių tautų politinio gyvenimo interpretacijas, atskleisti savo požiūrį į kūniškos ir dvasiškos tautiečių sveikatos stiprinimą.

Tad nekartodami to, kas jau yra ištirta, apibūdinsime dar vieną svarbų „Darbymečio“ uždavinį – spausdinti žymiausių filosofinių tekstų ištraukų vertimus.

Pranešimo tikslas bus panagrinėti, kodėl visuose šio žurnalo numeriuose mūsų autorius publikuoja Nietzsche's filosofijos ištraukų vertimus, o tai nagrinėjant bus reikalinga atsakyti į platesnį klausimą, kaip ir kodėl, Vydūno nuomone, derėtų pasaulinės minties paveldą telktis, jo paties žodžiais, tam, kad „tautos dvasią stiprinti“.

Pranešime kelsiu tris pagrindinius klausimus. Pirmasis, atsakyti, kokių kūrinių vertimai, Vydūno nuomone, vaisingai praturtintų lietuviškąją mintį? Kokių knygų vertimais turėtų rūpintis Lietuvos valstybė? Antrasis, kokias Immanuelio Kanto idėjas Vydūnas laiko aktualiausiomis, tad jas išverčia ir paskelbia savo leidinyje bei kaip jis pats vertina kantiškąsias proto kritikas? Trečiasis, kodėl Vydūnas mano, kad ištraukos iš žinomiausio bet kartu ir dramatiškiausio Nietzsche's kūrinio, pasinaudojant „Darbymetyje“ pateiktu pavadinimo vertimu – „Taip tārē Zarathustra“ – pirmosios knygos gali pasitarnauti dvasios stiprinimui? Kaip pats Vydūnas supranta šio kūrinio intencijas, ir kaip Nietzsche's mintys apie tai, kas gali būti tobuliau už žmogų, yra susijusios su paties Vydūno mokymu apie žmonių „rūšis“? Sykiu sieksiu, kad atsakymai į šiuos klausimus leistų giliau suvokti vydūniškosios pasaulėžiūros formavimosi ypatybes. Diskusijai siūlysiu vieną su „Zaratustros“ ištraukų publikacijomis susijusį neaiškumą. Prie pirmosios vertimo dalies Vydūnas nurodo, jog vertėjas esąs Vidakis-Lapurvis, o jis pats vertimą tik pataisęs. Vertimo publikacijose kituose žurnalo numeriuose vertėjas nebeminimas, nurodoma tik tai, kad versta iš vokiečių kalbos, o prie mums ypatingai svarbių vertimo paaiškinimų atsiranda ir paties Vydūno parašas. Prieinamuose šaltiniuose duomenų apie Vidakį-Lapurvį kol kas nepavyko rasti, į klausimą, ar tai nebus dar vienas Vydūno slapyvardis, negalėjo atsakyti net Vydūno draugijos žinovai, tad belieka tikėtis, jog Konferencijos dalyvių tarpe atsiras kolegų, galinčių identifikuoti, kas gi buvo antrasis (pirmąjį vertimą 1915 m. atliko būsimasis rašytojas Ignas Šeinius) Nietzsche's kūrinio ištraukų vertėjas.

Reikšminiai žodžiai: Kantas, moralės dėsnis, pareiga, Nietzsche, Zarathustra, aukščiausiasis žmogus.

Translations of philosophical texts in Vydūnas's journal „Darbymetis (Busy Season) the newspaper dedicated to strengthening the spirit of the nation“

The Perils of Biohacking: Personalized Medicine and the Enhanced Soldier

Lina VIDAUSKYTĖ

General Jonas Žemaitis Military Academy of Lithuania, Šilo St. 5A, Vilnius

El. p.: Lina.vidauskyte@lka.lt

In my presentation, I will philosophically examine issues related to biomedical and other research conducted by DARPA (Defense Advanced Research Projects Agency)—a U.S. Department of Defense-affiliated agency that develops and funds innovative technologies, often with significant impacts on both military and civilian spheres. The agency was founded in 1958 in response to the Soviet launch of the Sputnik satellite and has become one of the world's leading drivers of military innovation.

Military medicine explores human biological capabilities to derive concrete practical benefits. These benefits can be defined as the enhancement of the soldier. The field of human biological capabilities includes topics such as brain and nervous system interfaces, biological implants, genetic engineering, and rehabilitative technologies. In addition, research extends into neurotechnology and consciousness modification (brain-computer interfaces, cognitive performance enhancement, memory modification). The same applies to the field of biotechnology and genetic engineering (synthetic biology projects, new disease control strategies).

DARPA innovations often raise serious ethical questions, particularly regarding human rights violations, imbalances in military power, and unpredictable consequences. DARPA actively works on neuroprosthetics and brain-computer interfaces. For example, the N3 (Next-Generation Nonsurgical Neurotechnology) program aims to develop non-invasive interfaces that allow people to control devices using only their thoughts. DARPA is also involved in synthetic biology, including projects like "Safe Genes," which theoretically could edit genetic code for disease prevention or to enhance soldier performance.

This raises an ethical dilemma: who has the authority to control genetic modifications, and could they lead to the creation of "super soldiers" with unknown long-term consequences? The concept of the enhanced soldier is a philosophical issue as it touches on fundamental questions about human nature. Several key issues arise concerning the boundary between treatment and modification:

1. Traditional medicine seeks to heal injuries and diseases, but is gene editing, neurostimulation, or artificial implants still considered treatment, or do they mark the transformation of humans into technological organisms?
2. Does personalized medicine in the military encourage a utilitarian approach ("what is most effective in combat") rather than a deontological one ("the dignity and rights of the soldier")?

The development of various DARPA technologies raises the risk of losing humanity. If soldiers become "enhanced" humans (e.g., genetically reinforced resistance to fatigue, reduced fear response), are they still moral agents with responsibility for their actions? Would soldiers with physical or neurological enhancements still make decisions independently, or would they be too "programmed" for efficiency? One might also consider the question posed by Martin Heidegger: does technological medicine alter the soldier's relationship with themselves and the world?

Keywords: enhanced, soldier, personalized medicine, DARPA, biotechnology

References:

[1] Aschroft R. E. 2008. Regulating Biomedical Enhancements in the Military, *American Journal of Bioethics*. Vol. 8 (2): 47.

- [2] Boisboissel G., de et Le Masson J.-M. 2017. Le soldat augmenté: les besoins et perspectives de l'augmentation des capacités du combattant, Les cahiers de la Revue Défense Nationale.
- [3] Dinniss K. H., Kleffner J. K. (2018). Soldier 2.0: Military Enhancement and International Law, Heintschel von Heinegg W., Frau R., Singer T. (eds.). Dehumanization of Warfare. Legal Implications of New Weapon Technology. Enhancing Soldiers. A European Ethical Approach.
- [4] Enriched proceedings of the international symposium held on October 16, 2019 in Paris. Edited under the auspices of the Saint-Cyr Military Academy Research Centre (CREC Saint-Cyr) & the International Society for Military Ethics in Europe (Euro-ISME). Edited by Gérard de Boisboissel and Magdalena Revue.

Biohakerystės rizikos: individualizuota medicina ir patobulintas karys

Vydūno filosofinio palikimo tyrimai sovietmečiu

Gintaras Kabelka

Lietuvos kultūros tyrimų institutas, Saltoniškių g. 58, Vilnius

El. p.: kabelkag@gmail.com

Įvadas. Analizuojamos žymiausio ir produktyviausio Vydūno kūrybos tyrinėtojo, šviesios atminties Vacio Bagdonavičiaus (1941–2020) sovietinio laikotarpio pastangos įsigilinti į Vydūno kūrybą, pasaulėžiūrą bei jos filosofinius principus. Paties V. Bagdonavičiaus liudijimu, domėtis Vydūnu, jo gyvenimo ir mąstymo principais paskatino Vydūno mokinys vokietis prof. Viktoras Falkenhanas bei prof. J. Lebedys. Šį interesą turėjo žadinti ir dalyvavimas Lietuvos–Indijos bičiulių draugijos veikloje. Vydūno kūrybos ir sovietinės ideologijos santykis buvo gana prieštaringas. Viena vertus, šiai ideologijai buvo paranki mąstytojo probaltiška kultūrinė ir intelektualinė veikla, nukreipta prieš germanizacijos procesą Mažojoje Lietuvoje ir susvetimėjamą kapitalistinėje visuomenėje, ją buvo galima panaudoti ideologinei propagandinei kovai prieš „fašistinę, buržuazinę vokiečių kultūrą“. Kita vertus, vydūniškoji asmenybė, žmoniškumo, dvasingumo samprata itin prieštara sovietinėms „visapusiškai išsivysčiusios asmenybės“ ar „dorovinio asmenybės tobulėjimo“ ideologemoms. Pirmieji V. Bagdonavičiaus darbai apie Vydūną spaudoje pasirodė minint mąstytojo 100 metų jubiliejų XX a. 7 dešimtmečio pabaigoje, o svarbiausias sovietinio laikotarpio veikalas apie Vydūną – V. Bagdonavičiaus monografija *Filosofiniai Vydūno humanizmo pagrindai* (1987). Joje autorius detaliai pateikia ne tik vydūniškąją Rytų filosofijos recepciją, bet ir daug kitų teorinių, socialinių, biografinių duomenų, kurie padėjo formuotis šio lietuvių mąstysenos bruožams.

Tikslas – aptarti V. Bagdonavičiaus sovietinio laikotarpio darbų apie Vydūną svarbiausius bruožus, eksplikuoti juose taikomų filosofinių istorinių aiškinimų tipą, metodologines prieigas, nustatyti jų ir tuomet privalomos marksistinės metodologijos santykius.

Metodika. Filosofijos istoriografijos metodologijų analitika, Haydeno White'o istorinio aiškinimo strategijų tipologija, lyginamoji analizė.

Rezultatai. Gretinant V. Bagdonavičiaus sovietmečiu atliktus Vydūno filosofinės kūrybos tyrimus su marksistine metodologija išryškėjo pastarosios deklaratyvus vaidmuo minėtuose tyrimuose: nepaisant įvadinių marksizmo metodologinių deklaracijų, jos realioje tyrimų konceptualinėje struktūroje nefunkcionuoja arba atlieka tik nežymų epizodinį vaidmenį. V. Bagdonavičiaus darbams vertinti pasitelkus H. White'o suformuluotą istorinių aiškinimų tipologiją konstatuota, kad juose vyrauja organicistinis integruojamasis aiškinimas, kurio esminis bruožas – aiškinamojo filosofijos istorijos objekto integravimas į platesnę jį pagrindžiančią visumą.

Išvados. V. Bagdonavičiaus darbuose Vydūno idėjos aiškinamos integruojant, traktuojant jas holistiškai, visumos požiūriu (kitų aiškinimų elementai tėra šalutiniai, iš esmės naudojami organicistiniam aiškinimui kurti). Ši visuma – tai Vydūno kūrybinis gyvenimas ir jo kultūrinės socialinės aplinkybės, kitaip tariant, Vydūno filosofija analizuojama kaip tam tikros biografinės visumos neatsiejama dalis. Marksistinės metodologijos nuorodos traktuotinos kaip dirbtinės, parodomosios, kaip neišvengiama duoklė tuometiniams konjunktūriniais reikalavimams. Nagrinėjamų idėjų „socialinio formavimosi prielaidos“ traktuojamos ne pagal marksistinį sociologizuojantį-ideologizuojantį partiškumo principą, kuriuo remiantis filosofo pažiūros vertinamos pagal jo klasinę priklausomybę (kaip klasės ideologijos išraiška), bet kaip empirinis biografinis (fenomenologijos terminais – gyvenamojo pasaulio) kontekstas, filosofo gyvenimo aplinkybių visuma, naudojama jo plėtojamų teorijų savitumui ir atsiradimui aiškinti. Tokio aiškinimo pasirinkimas sovietmečiu (tegu ir vėlyvuju) buvo anaip tol ne paprastas ir lengvas pasirinkimas.

Reikšminiai žodžiai: Vydūno filosofija, Vacys Bagdonavičius, sovietinis laikotarpis, marksistinė metodologija, integruojamasis aiškinimas.

Researches of Vydūnas' philosophical heritage in the Soviet era

Medicinos fenomenologija: technika ir mąstymas

Nerijus Stasiulis

Vilniaus Gedimino technikos universitetas, Trakų g. 1, 01132 Vilnius

Autorius korespondentas: nerijaus.stasiulio@gmail.com

Anotacija

Anot Heideggerio, gyvename būties ir daikto užmaršties situacijoje. Vietoje to, esinys atveriamas moderniosios technikos esmėje, kuri neleidžia pasirodyti pasauliui kaip sutelktajam ketvertui (Geviert) be sacrum ir profanum skirties. Pagal šiuos parametrus atveriamas ir kūnas, o medicina pareina nuo tos pačios ontologijos.

Technikos esmė yra tai, ką Heideggeris vadino išbūtinta gamyba (Gestell). Tai yra tokia gaminimo santalka, kurioje esiniai atsiveria kaip resursai gaminimui, o gaminys pats yra resursas kitam gaminimui. Tokioje technikos esmėje atveriamas medicina sielą ir kūną pajungia išbūtinto gaminimo santalkai. Dėl jos bebūtiškumo žmogus čia neranda savo esmės, ji užveria kitas išslaptinimo galimybes, o vietoje jų esama tik „iracionalumo“ alternatyvos.

Apmąstant gamybos esmę, jos ontologija imploduoja į savo ištaką. Taip pat ji apmąstoma be dekartiškosios materialaus kūno ir idealios dvasios skirties, fenomenologiškai. Pereinant nuo vien objektinio prie atmenančio mąstymo, pasikeičia ir medicinos ontologija. Sykiu medicina neegzistuoja atskirai, bet tik pasaulio atvertyje arba užmarštyje.

Reikšminiai žodžiai: fenomenologija, Gestell, medicina, nedualizmas, ontologija

Gyvensenos veiksnių, subjektyvaus savo sveikatos vertinimo bei savigarbos sąsajos su jaunų moterų gyvenimo kokybe

Vaiva Balčiūnienė, Miglė Bacevičienė, Rasa Jankauskienė

Klaipėdos universitetas, Sveikatos mokslų fakultetas, Sveikatos tyrimų ir inovacijų mokslo centras, Klaipėda, Lietuva

Autorius korespondentas: vaiva.balciuniene@ku.lt

Tikslas – įvertinti jaunų moterų gyvenenos veiksnių, subjektyvaus savo sveikatos vertinimo bei savigarbos sąsajas su gyvenimo kokybe.

Metodika. Kiekybiniame tyrime taikant anketinės apklausos metodą buvo apklaustos 948 studentiško amžiaus (amžiaus vidurkis – $22,58 \pm 6,03$ metų) moterys iš skirtingų Lietuvos universitetų. Tyrimo instrumentui parengti buvo taikomos validžios metodikos: „Suaugusių Lietuvos žmonių gyvenenos tyrimas, 2014“ anketa [1], „Godin-Shephard Leisure-Time Physical Activity Questionnaire“ klausimynas [2], „WHO Quality of Life-BREF“ klausimynas [3], „M. Rosenberg Self-Esteem Scale“ skalė [4]. Taikant vieno žingsnio metodą, buvo sudaryti keturi tiesinės regresijos modeliai. Gyvenimo kokybės sritys (psichikos sveikatos, fizinės sveikatos, aplinkos ir socialinių santykių) buvo pasirinktos priklausomais kintamaisiais, o gyvenenos veiksniai, subjektyvus savo sveikatos vertinimas bei savigarba buvo laikomi kaip nepriklausomi kintamieji.

Rezultatai. Sudaryti gyvenimo kokybės regresijos modeliai buvo statistiškai reikšmingi ir tenkino tinkamumo reikalavimus. Fizinės ir psichikos sveikatos sritys buvo teigiamai susijusios su savigarba ir subjektyviu savo sveikatos vertinimu ($\beta=0,258$ ir $\beta=0,557$, $p<0,001$ bei $\beta=0,427$ ir $\beta=0,201$, $p<0,001$). Dažnesni nesveiki mitybos įpročiai buvo susiję su prastesne gyvenimo kokybe šiose abiejose srityse ($\beta= -0,072$, $p=0,008$ ir $\beta= -0,099$, $p<0,001$). Ilgesnė miego trukmė ir dažniau vartojami švieži vaisiai bei daržovės turėjo teigiamą reikšmę gyvenimo kokybei fizinės sveikatos srityje ($\beta=0,130$, $p<0,001$ ir $\beta=0,095$, $p<0,001$), o nesaikingas alkoholio vartojimas buvo susijęs su prastesne gyvenimo kokybe fizinės sveikatos srityje ($\beta= -0,058$, $p=0,035$). Be to, didesnis fizinis aktyvumas buvo susijęs su geresne gyvenimo kokybe psichikos sveikatos srityje ($\beta=0,056$, $p=0,023$), o didesnis kūno masės indeksas buvo susijęs su prastesne gyvenimo kokybe šioje srityje ($\beta= -0,075$, $p=0,002$). Jaunų moterų amžius buvo neigiamai susijęs su gyvenimo kokybe fizinės sveikatos srityje ($\beta= -0,074$, $p=0,017$).

Kiti du gyvenimo kokybės regresijos modeliai parodė, kad socialinių santykių ir aplinkos sritys taip pat buvo teigiamai susijusios su savigarba ir subjektyviu savo sveikatos vertinimu ($\beta=0,349$ ir $\beta=0,333$, $p<0,001$ bei $\beta=0,126$ ir $\beta=0,225$, $p<0,001$). Dažnesni nesveiki mitybos įpročiai buvo susiję su žemesniu gyvenimo kokybės aplinkos srityje vertinimu ($\beta= -0,086$, $p=0,005$). Tuo tarpu moterų amžius buvo neigiamai susijęs su gyvenimo kokybe socialinių santykių srityje ($\beta= -0,100$, $p=0,006$).

Išvados. Stipriausi veiksniai, susiję su jaunų moterų gyvenimo kokybe psichikos ir fizinės sveikatos srityse bei gyvenimo kokybe aplinkos ir socialinių santykių srityse, yra savigarba ir subjektyvus savo sveikatos vertinimas. Su geresne jaunų moterų gyvenimo kokybe taip pat yra susijusi ilgesnė miego trukmė, dažnesnis šviežių vaisių ir daržovių vartojimas, didesnis fizinis aktyvumas ir mažesnis kūno masės indeksas. Nesveiki mitybos įpročiai, nesaikingas alkoholio vartojimas ir vyresnis amžius turi neigiamą reikšmę jaunų moterų gyvenimo kokybei.

Reikšminiai žodžiai: gyvenenos veiksniai, subjektyvus sveikatos vertinimas, savigarba, gyvenimo kokybė, moterys.

Literatūros šaltiniai:

- [1] V. Grabauskas, ir kt., Lietuvos sveikatos mokslų universitetas 2015, 135-145.
- [2] G. Godin, The Health & Fitness Journal of Canada 2011, 4(1), 18-22.
- [3] S. M. Skevington ir kt., Quality of Life Research 2004, 13(2), 299-310.
- [4] M. Rosenberg, Conceiving the self 1979.

Aging and Mental Health: Examining the Health Status of Older Women

Asta Beniusiene, Vytė Kontautiene, Birute Strukcinskiene, Rasa Grigoliene, Dalia Martisauskiene, Jonas Jurgaitis

Klaipėda university, H. Manto str. 84, Klaipėda

Corresponding author: asta.beniusiene@ku.lt,

Abstract

The aging trend is observed across Europe and Lithuania. While overall life expectancy is increasing, diseases increase with age. Mental health disorders, such as depression, anxiety, and stress, increase with age in older women.

The study **aimed** to evaluate the relationship between mental health - depression, anxiety, and stress symptoms - and overall health status in older women, with an emphasis on the physical and psychological domains.

Materials and Methods. A community-based cross-sectional study was conducted in Klaipėda, Lithuania, with 306 women aged 65–80 attending the Third Age University. Mental health symptoms were measured using the Depression Anxiety Stress Scale (DASS-21), while health status was assessed with the Suboptimal Health Status Questionnaire (SHSQ-25). Statistical analyses included t-tests, correlation analysis, and effect size evaluations to determine the influence of mental health on health status.

Results. Mental health challenges were prevalent, with anxiety affecting 62.4% of participants, depression impacting 48.4%, and stress observed in 29.8%. Anxiety demonstrated the strongest correlation with health domains, particularly fatigue (Cohen's $d = 0.950$), cardiovascular disorders ($d = 0.757$), and mental status ($d = 1.036$). Depression also significantly influenced fatigue ($d = 0.764$) and cognitive status ($d = 0.816$). Stress exhibited moderate effects across all health domains. Sociodemographic factors, such as age and marital status, showed minimal influence on psychical health outcomes, however women living alone, had slightly lower depression scores ($p = 0.015$).

Conclusions. It was found that levels of anxiety and depression had a significant impact on the overall health of older women. The anxiety level showed the strongest associations with health status. Analysis of the results suggests that depression, anxiety, and stress symptoms have significant associations with fatigue, cardiovascular disorders, and mental health.

Depression, anxiety and stress levels may help predict the overall health status of older women. Early identification of depression, anxiety, and stress symptoms, tailored support strategies and targeted mental health interventions in older women could reduce mental health disorders and reduce the risk of disease.

Keywords: aging, mental health, health status, older women.

Biblioterapija. Skaitymu patiriama pagalba

Dr. Daiva Janavičienė

Lietuvos nacionalinė Martyno Mažvydo biblioteka, Bibliotekininkystės metodikos ir tyrimų skyrius, el.paštas: daiva.janaviciene@lnb.lt

Tikslingas gilinimasis į tekstus siekiant pagalbos, vadinamas biblioterapija. Dažniausiai išskiriamos jos rūšys – klinikinė (taikoma gydymo tikslais) ir asmenybės vystymosi - edukacinė (taikoma kūrybiškumui skatinti, kasdienybės psichologiniams – emociniams nesklaidumams įveikti). Procesas remiasi įsijautimu - įsigiliniu į tekstą ir refleksija, kūrybiška teksto prasmės individualizacija [1]. Filosofas David Liakos teigia, kad skaitydami mes daugiau sužinome, nei patys patirdami. Skaitymas mums suteikia galimybių tuos realybės aspektus ar patirtį, apie kuriuos anksčiau neįtarėme turintys. Tai ir žinios apie mus pačius. Kūrinyse kalba su mumis tuomet, kai mes užmezgam dialogą su juo. [2] Estų rašytojas ir literatūrologas Guntis Berelis mąsto: „skaitymas gali daryti įtaką, bet juodos eilutės baltame lape nėra pasaulio supratimo, matymo, interpretacijos ir suvokimo pagrindas [...] skaitymo paradoksas: knyga atitolina mus nuo realybės, kad vėliau mes ją prisotintume prasmės. [3] Literatūrologė Olivia Fialho pastebi: sakome, kad literatūra keičia gyvenimus. Bet ar tai galima pagrįsti mokslškai? Modernios teorijos nurodo, kad grožinės literatūros skaitytojai gali įgyti naujų įžvalgų apie save ir kitus ir tai apibūdinama „transformuojančiu skaitymu. [4] Taigi, grožinę literatūrą skaitome savo malonumui, bet tuo pačiu – padedame sau, - tai sako įvairių sričių mokslininkai.

Tikslas – išanalizuoti skaitytojų patirtis apie gautą / suvoktą pagalbą skaitant grožinę literatūrą.

Metodika. Teoriniam straipsnio kontekstui aptarti taikyta mokslinės literatūros lyginamoji analizė ir sintezė. Empiriniame tyrime taikytas kokybinis tyrimo metodas – tematinė analizė. Duomenys surinkti pusiau struktūruoto interviu būdu, kalbinant 21 LNB skaitytoją. Transkribuoti duomenys išanalizuoti, taikant indukcinę perspektyvą, temos formuojamos nesiremiant išankstiniais modeliais, o tiesiogiai generuojamos iš tyrimo dalyvių minčių.

Rezultatai. Išskirtos esminės temos: 1) skaitymu patiriama pagalba kasdienybėje; 2) psichologinė parama aptariant kartu perskaitytas knygas knygų klube; 3) skaitymu išspręstos (sveikatos, psichologinės) problemos; 4) pagalba įveikiant nerimą globalių krizių laikotarpiu.

Išvados – reflektuodami apie skaitymu patiriamą pagalbą, skaitytojai dažniausiai kalba apie skaitymo malonumą ir per tai patiriamą psichologinę - emocinę paramą kasdienybėje. Keletas informantų paminėjo skaitymą naudoję tikslingai siekiant pagalbos (po galvos traumos, sergant onkologine liga, vaikystėje patiriant disleksiją). Pandemijos metu skaitymas tapo reikšminga savigalbos priemone nuo nerimo, susidūrus su mobilumo apribojimais. Rusijos agresijos prieš Ukrainą krizės metu, skaitymas padeda atsiriboti nuo nerimo ir apsvarstant egzistencines, vertybines nuostatas. Tyrimo dalyviams svarbi patirtis, dalinantis mintimis apie tą pačią perskaitytą knygą skaitytojų klube. Tai padeda tiesiog prabilti ir atvirai reikšti mintis, kitaip pažvelgti ne tik į aptariamo kūrinio turinį, bet ir praplėsti / kitaip suvokti savo išgyvenamas problemas. Skaitymas, kaip esminis biblioterapijos taikymo elementas, galėtų būti taikomas plačiau.

Reiškiniai žodžiai: biblioterapija, skaitymas, emocinė-psichologinė pagalba, kokybinis tyrimas.

Literatūros šaltiniai:

[1] Bijal Shah, Bibliotherapy: the healing power of reading 2024, Great Britain: Piatkus, 302 p.

[2] David Liakos Journal of Aesthetics and Phenomenology 2019, 6:1, 79-87

[3] Guntis Berelis Šiaurės atėnai 2024, 8 (1432), 5

[4] Olivia Fialho Cogent Arts & Humanities 2019, 6:1, 1692532, DOI: 10.1080/23311983.2019.1692532, 1-16

Pagrindinės priklausomybių konsultavimo įgūdžių tobulinimo kompetencijos

Dalia Martišauskienė¹

Kęstutis Trakšėlys²

¹ Klaipėdos universiteto Sveikatos mokslų fakultetas Visuomenės sveikatos katedra, H. H. Manto g. 84, Klaipėda

² Klaipėdos universitetas Botanikos sodas, Kretingos g. 92, Klaipėda

El.p. kestutistrak@gmail.com

Nuo nelegalių narkotikų priklausomybės kenčia milijonai žmonių Europos Sąjungoje (ES) ir visame pasaulyje. Remiantis 2023 m. Europos narkotikų ataskaitos duomenimis, 83 milijonai suaugusiųjų ES (t. y. 28,9 % suaugusių gyventojų) bent kartą gyvenime yra vartoję neteisėtus narkotikus. 2019 m. ES įvyko mažiausiai 5150 mirčių nuo perdozavimo. Nuo 2012 m. šis skaičius augo kasmet. O visoje Europoje gydymo paslaugų, tokių kaip stacionarinės programos, terapeutai, psichiatrai ir konsultantai, santykis mažėja. Narkotikų ir alkoholio vartojimui toliau sparčiai plintant, daugėja žmonių, kuriems reikia pagalbos, todėl kasmet reikia daugiau priklausomybės konsultantų, kad būtų patenkintas augantis profesionalaus priklausomybės gydymo poreikis. Narkotikų prevencijos darbuotojų profesionalumo didinimas Europoje taip pat yra Europos narkotikų ir narkomanijos stebėsenos centro (EMCDDA) prioritetas (ES narkotikų veiksmų planas, 2021–2025 m.), siekiant palyginti narkotikų plitimą Europos Sąjungos (ES) valstybėse narėse.

Pranešimo tikslas - supažindinti su ES valstybėse priklausomybių konsultantų pagrindinėmis įgūdžių tobulinimo kompetencijomis.

Tyrimo metodika- tikslinėse grupėse dalyvavo dešimt priklausomybės ligų specialistų ir dešimt sveikatos priežiūros darbuotojų iš kiekvienos šalies (6 ES šalys, n=120). Šiose tikslinėse grupėse dalyvavo įvairūs sveikatos priežiūros darbuotojai, turintys patirties nelegalių narkotikų priklausomybės srityje: socialinius darbuotojus, priklausomybės konsultantus ir kt. Tikslinės grupės tikslas buvo gauti įžvalgų apie narkotikų vartojimą iš skirtingų perspektyvų ir suprasti žinių spragas narkotikų prevencijos ir gydymo švietime, siekiant sukurti pagrindinį kompetencijų rinkinį, skirtą specifiniams sveikatos priežiūros srities specialistų poreikiams tenkinti. Visi dalyviai buvo vyresni nei 18 metų amžiaus, dalyvavo savanoriškai ir pasirašė sutikimą.

Išvados

Pagrindinės priklausomybių konsultavimo kompetencijos apima žinių, įgūdžių ir požiūrių derinį, leidžiantį sveikatos priežiūros darbuotojams / konsultantams veiksmingai padėti asmenims, kovojantiems su priklausomybe nuo narkotikų. Tikslinės grupės pokalbių metu surinkti duomenys atskleidė, jog įvairiose šalyse yra didelė žinių apie nelegalių narkotikų priklausomybės švietimą ir mokymą spraga ir kad sveikatos priežiūros specialistai neturi specialių žinių šioje srityje, nebent jie joje dirba. Klausimai ir diskusijos atskleidė daug poreikių, susijusių su specialistų rengimu, tokių kaip: a) universitetinėse studijose nėra mokymų ar kursų, skirtų konkrečioms specialistų kategorijoms, o dalis esamų nėra atnaujinami; b) esami kursai nėra pakankamai reklamuojami arba nėra pakankamai praktiški ir pakankamai pritaikyti pagal žmonių, vartojančių narkotikus, poreikius; c) egzistuoja didelis gerosios praktikos modelių bei šios srities specialistų bendradarbiavimo poreikis. Sritys, kurias siūloma įtraukti į mokymo programą, apimtų pagrindines psichopatologijos, farmakologijos ir psichoterapijos metodų žinias, daugiausia šeimos terapiją priklausomybės srityje. Taip pat turėtų būti įtraukti motyvaciniai pokalbiai, atrankos klausimynai priklausomybės lygiui įvertinti, pirmoji pagalba psichikos sveikatai ir nukreipimai į pagrindines nelegalių narkotikų priklausomybės tarnybas. Taip pat siūloma spręsti bendravimo įgūdžių tobulinimą, etinius ir teisinius aspektus bei išankstinių nusistatymų mažinimą.

Reikšmingi žodžiai: priklausomybių ligos, priklausomybių konsultantas, kompetencijų tobulinimas

Advanced Orthopedic Devices for Infant Hip Dysplasia

Rimantas Kodzius¹, Evelina Psebarauskaite¹, Birute Sinkute¹

¹ St. Ignatius Of Loyola College, Public Institution, Vilniaus st. 29, LT-44286 Kaunas, Lithuania

Corresponding author: kodzius@envirola.com

Abstract

Infant hip dysplasia is a common musculoskeletal disorder that affects newborns and is one of the leading causes of hip arthritis in women. This condition, characterized by improper hip joint development, ranges from mild instability to complete dislocation. Traditional orthopedic devices, such as Pavlik harnesses and Frejka pillows, have been used for early intervention; however, they often present challenges related to patient comfort and compliance.

Recent advances in orthopedic technology have introduced new-generation hip orthoses utilizing 3D printing and innovative materials. These devices provide improved fit, lightweight design, and enhanced biomechanical support, ensuring greater treatment effectiveness and reducing complications such as skin irritation and discomfort. The implementation of additive manufacturing allows for customized solutions tailored to individual patient anatomy, promoting better outcomes and adherence to treatment plans.

This study evaluates the advantages of 3D-printed hip orthoses in managing infant hip dysplasia. A quantitative survey was conducted with 52 parents whose infants were diagnosed with hip dysplasia and prescribed orthopedic devices. The findings reveal that while traditional devices effectively stabilize the hip joint, they often lead to discomfort and inconvenience for both infants and caregivers. The introduction of customizable 3D-printed orthoses significantly improves user experience and compliance, offering a promising alternative to conventional treatment methods.

Keywords: infant hip dysplasia, orthopedic devices, 3D printing, hip orthoses, additive manufacturing

Acknowledgments: The authors acknowledge the contributions of all participants and supporting institutions in this research.

Relationship of Force Sense Test with Passing and Shooting Accuracy in Elite Handball Players

Arda Vurgun¹, Muammer Altun²

¹Manisa Celal Bayar University, Graduate Education Institute, Graduate Student

²Manisa Celal Bayar University, Faculty of Sport Sciences

Corresponding author: muammer.altun@cbu.edu.tr

Abstract

Force sense is a subcomponent of proprioception that helps assess injury risk and return to sport [1]. Theoretically, it should have a positive effect on movement performance in sports [2], [3]. This study aimed to investigate whether the level of strength perception has an effect on passing and shooting success in professional handball players. Twenty elite handball players (8 female and 12 male) participated in the study. The laboratory performed max voluntary isometric contraction tests with an isokinetic dynamometer and a target force sense test at 50% of the maximal level. Then, the 7-meter shooting test, ball throwing test at a maximal distance, and pass accuracy test at 50% of maximal level were performed on the field. The data obtained in the field test and the data obtained in the laboratory were analyzed comparatively. The laboratory findings indicated that as the maximal isometric strength of the athletes increased, their targeted force acuity worsened significantly ($p=.017$, $r=.525$). On the other hand, in the field, there was no correlation between maximal voluntary concentric contraction maximal throwing distance and the means of 50% distance ($p=.381$, $r=.207$) and 7 m deviation from the target ($p=.208$, $r=.294$). There was no correlation between maximal isometric voluntary contraction and maximal throwing distance ($p=.544$, $r=-.144$). Additionally, a significant correlation was found between dominant arm muscle weight and maximal throwing distance ($p = .001$, $r = .671$), while no relationship existed between dominant arm muscle weight and maximal isometric contraction ($p = .581$, $r = .131$). In conclusion, the laboratory tests align with existing literature [4], [5], [6]; however, these findings do not correlate with pass-and-shoot accuracy in handball games. These outcomes may be attributed to increased fatigue with maximal testing [7], differences in the types of contraction [8], and the fact that the shoulder internal rotation muscles produce less force than other muscles. Future studies are recommended to involve more subjects and examine different shoulder angles.

Keywords: Force sense, shot accuracy, 7-meter throwing, handball, proprioception.

Acknowledgments: This study is derived from Arda Vurgun's Master's thesis conducted under the supervision of Muammer Altun.

References:

- [1] J. Han, et al., *J Sport Health Sci*, vol. 5, no. 1, pp. 80–90, May 2016, doi: 10.1016/j.jshs.2014.10.004.
- [2] M. Altun and M. Özsoy, *Journal of Sport Sciences Research*, vol. 8, no. 2, pp. 186–195, Jun. 2023, doi: 10.25307/jssr.1224454.
- [3] D. Tıkız and M. Altun, *Türkiye Klinikleri Journal of Sports Sciences*, vol. 14, no. 1, pp. 42–48, 2022, doi: 10.5336/sportsci.2021-84216.
- [4] M. Altun, *J Sport Rehabil*, vol. 29, no. 8, pp. 1115–1120, May 2020, doi: 10.1123/jsr.2019-0025.
- [5] H. Kaynak, et al., *J Mot Behav*, vol. 52, no. 3, pp. 342–351, May 2020, doi: 10.1080/00222895.2019.1627280.
- [6] M. Altun, et al., *Türk J Med Sci*, vol. 54, no. 1, pp. 148–156, Jan. 2024, doi: 10.55730/1300-0144.5775.
- [7] U. Proske and S. C. Gandevia, *Physiol Rev*, vol. 92, no. 4, pp. 1651–1697, 2012, doi: 10.1152/physrev.00048.2011.
- [8] S. Fortier, et al., *Journal of Electromyography and Kinesiology*, vol. 20, no. 2, pp. 298–304, Apr. 2010, doi: 10.1016/j.jelekin.2009.04.002.

Muzikos terapijos poveikis krūties vėžiu sergančioms pacientėms: sisteminė literatūros apžvalga

Rasa Jautakytė (Klaipėdos Universitetas)

rasa.jautakyte@ku.lt

Muzikos terapija yra pripažįstama kaip papildomas, įrodymais pagrįstas gydymas, kuriuo siekiama pagerinti pacientų gyvenimo kokybę. Muzikos medicinoje dalyvauja sveikatos priežiūros specialistas, kuris simptominiam gydymui naudoja muziką. Muzikos ir medicinos tikslai įvardijami kaip: streso ir nerimo mažinimas; skausmo mažinimas; depresijos, bejėgiškumo mažinimas; imuninės sistemos stiprinimas [2].

Tikslas. Išanalizuoti muzikos terapijos poveikį krūties vėžiu sergančioms moterims, sistemiškai apibendrinant gautus rezultatus.

Metodas. Trijose duomenų bazėse (PubMed, EBSCO ir Cochrane) nuo 2006 iki 2019 m. buvo ieškoma tyrimų apie muzikos įtaką krūties vėžiu sergančių moterų emocinei gerovei ir gyvenimo kokybei. Straipsniai buvo pasirinkti naudojant raktinius žodžius: „muzikos terapija“, „krūties vėžys“ arba „krūties navikai“, „krūties karcinoma“, „krūties auglys“. Mes nustatėme 14 klinikinių atsitiktinių imčių tyrimų, kuriuose buvo dokumentuotas muzikos intervencijos veiksmingumas moterims, sergančioms krūties vėžiu.

Rezultatai. Mūsų atlikta muzikos terapijos intervencijų gydant krūties vėžiu sergančias pacientes, įskaitant chirurginį, chemoterapinį ar radioterapinį gydymą, tyrimų analizė rodo, kad jų poveikis pasireiškia šiems rodikliams: nerimui, depresijai, stresui, skausmui, gyvenimo kokybei. Muzikos intervencija reikšminga dėl savo patogumo, neinvaziškumo ir didelio pritaikomumo. Visuose tyrimuose apie muzikos terapijos poveikį krūties vėžiu sergančioms pacientėms buvo taikytas pasyvus iš anksto įrašytos, personalo pasirinktos muzikos klausymas. Tai vienas iš labiausiai paplitusių muzikos terapijos metodų. Šį metodą lengva pritaikyti prie laiko ir erdvės apribojimų ligoninėje. Muzikinė intervencija gali būti atliekama bet kur ir tam nereikia brangios, technologiškai pažangios įrangos. Įtrauktuose tyrimuose muzikos kūrinius daugiausia parinko tyrėjas ir pacientas. Atpalaiduojančios muzikos klausymasis veiksmingai sumažino nerimą [2,3,4,6,7,8,11,13,14], skausmą [4,12,13], stresą [9,10,14], depresiją [1,3,5,14] ir nuovargį [1,12]. Kiti tyrimai taip pat įrodo, kad muzikos klausymas gydymo metu veiksmingai pagerino gyvenimo kokybę, sukėlė teigiamas emocijas [1,3,6,7,9,10].

Išvada. Muzikos terapija veiksmingai padeda krūties vėžiu sergantiems pacientams sumažinti neigiamą emocinę būseną ir pagerinti gyvenimo kokybę. Galime teigti, kad muzikos terapija yra perspektyvus nemedikamentinio gydymo krūčių onkologijoje resursas. Tačiau tarp šių tyrimų buvo nustatyta didelė įvairovė. Skirtingos metodikos, skirtingas laikas yra pagrindinės įvairovės priežastys. Todėl reikia atlikti daugiau tyrimų, kad padidintume mūsų išvadų patikimumo lygį.

Reikšminiai žodžiai: alternatyvioji medicina, muzikos terapija, krūties vėžys.

Literatūros šaltiniai:

1. T. R. Alcântara-Silva ir kt. Integr Cancer Ther 2018. 17(3), 628-635.
2. X. M.Li, ir kt. Breast Cancer Research and Treatment 2012, 128(2), 411-419.
3. K. N. Zhou, ir kt. European Journal of Oncology Nursing 2015, 19 - 1, 54-59.
4. X. M. Li, ir kt. Journal of Advanced Nursing 2012, 68(5), 1145-55.
5. K. N. Zhou, ir kt. Chinese Medical Journal 2011, 124(15), 2321-2327.
6. E. Karadagi, ir kt. European Journal of Integrative Medicine 2019, 27, 39-44.
7. J. B. Palmer, ir kt. Journal of Clinical Oncology 2015, 33(28), 3162-3168.
8. L. Mei-Feng, ir kt. Breast Cancer Res Treat (2011) 128:411-419
9. S. Moradian, ir kt. European Journal of Oncology Nursing 2015, 19(3), 282-291.
10. S. B. Hanser, ir kt. Journal of the Society for Integrative Oncology 2006, 4(3), 116-124.
11. T. Bulfone, ir kt. Holistic Nursing Practice 2009, 23(4), 238-242.
12. F. C. Hsieh, kt. European Journal of Cancer Care 2019, 28(4), 1-14.
13. P. G. Binns-Turner, ir kt. AANA Journal 2011, 79(SUPPL. 4), 21-27.
14. F. Romito, ir kt. European Journal of Integrative Medicine 2013, 5(5), 438-442.

Results of Ukrainian Athletes at the Games of the XXXIII Olympiad in Wartime Conditions

Olga Kuvaldina¹ (Klaipeda University)

olga.kuvaldina@ku.lt

Abstract. This study analyzes the sporting performance of Ukrainian athletes at the 2024 Summer Olympics under wartime conditions.

Methods: The study employs literary analysis, online sources, official Olympic technical protocols, surveys, and mathematical statistics.

Results: At the Games of the XXXIII Olympiad (2024 Summer Olympics) total 1044 Olympic Medals in 38 Sports in 329 Events were drawn in Paris (France) in 2024. Medals won 92 Nations and 1984 athletes. Among them - 329 gold medals, 330 silver medals and 385 bronze medals. The Games shown top 3 Nations - United States of America – 126 medals, China – 91 medals and Japan – 45 medals [1]

Ukraine ranks 22nd according to the IOC rating. 140 Ukrainian athletes were competed at the 2024 Summer Olympics, the smallest number in the history of the country's participation in the games.[1]

As said Vadym Gutzeit the president of the National Olympic Committee's (NOC), the full-scale invasion has significantly affected the preparation of Ukrainian athletes for the competition in Paris. "It is impossible to train when air raids are constantly sounding," he said. Preparation for the Olympics was also hampered by the fact that Olympic team members were abroad at the beginning of the full-scale war. Following the tragic events surrounding the war in Ukraine, which started on 24 February 2022, Russian troops have been destroying many Olympic sports infrastructures and athletes and Olympic sports professionals are suffering serious consequences, and sports talents are being lost. [3,4]

In accordance to NOC [1], the national team of Ukraine were represented in 26 of the 32 disciplines included in the program of the 2024 Summer Olympics: Badminton, Boxing, Wrestling (Freestyle Greco-Roman), Breaking, Weightlifting, Cycling (Mountain biking and road), Rowing slalom, Rowing and Canoeing, Artistic gymnastics, Rhythmic gymnastics, Judo, Athletics, Artistic swimming, Swimming, Sport climbing, Diving, Archery, Shooting, Modern Pentathlon, Tennis, Table tennis, Fencing and football.

The highest representation of athletes was in the following sports: Athletics (25 total, among them 11 men and 14 women), Football (18 men total), Gymnastics (12 total, among them 5 men and 7 women). [1]

National Olympic Team of Ukraine won 12 medals at the 2024 Summer Olympics, among them (3 gold medals, 5 silver medals and 4 bronze medals). Moreover, 27 Ukrainian athletes came close to victory, finishing in positions four through six. The International Olympic Committee (IOC) recognizes these athletes with special diplomas.[2]

Conclusion: Despite the challenges of war, Ukraine's athletes showed resilience at the 2024 Summer Olympics, securing 12 medals (3 gold, 5 silver, 4 bronze) and ranking 22nd overall. With 140 athletes, the smallest delegation in Ukraine's Olympic history, the team competed in 26 sports, excelling in athletics, football, and gymnastics. Wartime conditions significantly impacted preparation, yet 27 athletes narrowly missed the podium, earning IOC recognition. While Ukraine's medal count declined from past Olympics, its improved ranking from 44th in Tokyo 2020 to 22nd in Paris 2024 reflects the athletes' determination and strength.

Keywords: Ukraine, 2024 Summer Olympics, wartime conditions, Ukrainian athletes, Olympic performance, medals, ranking.

References:

[1] <https://www.olympics.com/en/olympic-games/olympic-results>

[2] Driukov Oleksandr, Kuvaldina Olga, Driukov Volodymyr. Scientific journal National Pedagogical Dragomanov University Issue 9 (140) 2021 p. 45-48

[3] Kuvaldina O, Sarkauskiene A, Rybak O, et al. BMJ Open Sport & Exercise Medicine 2024;10:e001653. doi:10.1136/bmjsem-2023-001653

[4] Kuvaldina O, Agostinis-Sobrinho C *British Journal of Sports Medicine* 2024;58:816-817.

IŠPLĖSTINĖS PRAKTIKOS SLAUGYTOJŲ KOMPETENCIJŲ TOBULINIMO GALIMYBĖS LIETUVOJE /OPPORTUNITIES FOR THE DEVELOPMENT OF COMPETENCES OF ADVANCED PRACTICE NURSES IN LITHUANIA

Justė Karbauskytė¹, Viktorija Kielė^{1,2}, Natalja Istomina¹

¹ Vilniaus universiteto Medicinos fakulteto Sveikatos mokslų institutas

² Vilniaus kolegija Sveikatos priežiūros fakultetas

Tinkamai parengti išplėstinės praktikos slaugytojai (IPS) užtikrina aukštą sveikatos priežiūros kokybę, stiprina pacientų pasitikėjimą ir mažina medicininių klaidų riziką. Jie padeda efektyviau paskirstyti užduotis, taip sumažindami kitų specialistų darbo krūvį [1–4]. Nors JAV, Skandinavijoje ir Jungtinėje Karalystėje IPS veikia savarankiškai, Lietuvoje jų integracija menka, todėl neatskleidžiamas visas jų potencialas gerinant pacientų priežiūrą ir mažinant sergamumą. Aukšta klinikinė kompetencija būtina, kad IPS galėtų lanksčiai reaguoti į kintančius sveikatos poreikius [5]. Savarankiška IPS praktika galėtų tapti svarbia reformų dalimi, didinančia sveikatos paslaugų prieinamumą ir efektyvumą. IPS kompetencijų kėlimas vyksta per formalius kursus, seminarus bei neformalų darbo vietoje vykstantį mokymąsi, apimančią praktinę patirtį, bendravimą su kolegomis ir pacientais bei savirefleksiją. Veiksmingiausi metodai – kompetencijomis pagrįstas mokymas, probleminis mokymasis, simuliacijos ir mentorystės programos [6,7]. Daugelis slaugytojų pirmenybę teikia neformaliai mokymuisi, kuris siejamas su kasdiene profesine veikla [8]. Motyvaciją tobulėti stiprina vidiniai veiksniai, o finansinė parama bei lankstus darbo grafikas ją dar labiau skatina [9]. Tyrimai rodo, kad aktyvus dalyvavimas seminaruose ir patirties dalinimasis didina pasitikėjimą savimi ir gerina sveikatos priežiūros kokybę [10,11]. Pool ir kt. (2016) nustatė, kad slaugytojus labiausiai motyvuoja žinių gilinimas, kompetencijų stiprinimas ir karjera [12]. Glaudus gydytojų ir slaugytojų bendradarbiavimas taip pat gerina slaugos praktiką, paslaugų kokybę ir profesinį tobulėjimą [13,14].

Šio tyrimo tikslas – išanalizuoti išplėstinės praktikos slaugytojų kompetencijų tobulinimo galimybes Lietuvoje.

Medžiaga ir metodai. Siekdami įgyvendinti tyrimo tikslą, atlikome kokybinį tyrimą, kuriame pritaikėme pusiau struktūrizuotų interviu metodą. Jame dalyvavo 10 išplėstinės praktikos slaugytojų, dirbančių skirtingose sveikatos priežiūros srityse. Tyrimo metu buvo pateikti keturi diskusiniai klausimai, susiję su profesinių kompetencijų ugdymo galimybėmis.

Rezultatai. IPS tenka susidurti su ribota specializuotų mokymų pasiūla: dažnai mokymai yra labiau pritaikyti bendrosios praktikos slaugytojams ir nevysiškai atliepia IPS poreikius pagal specializaciją. Išsiaiškinta, kad praktiniai mokymai, ypač simuliacijos ir realių situacijų pratybos, yra būtini kokybiškam pasirengimui. Tarptautinis bendradarbiavimas įvardytas kaip reikšminga galimybė perimti pažangią užsienio patirtį bei sustiprinti IPS pripažinimą tiek šalies, tiek tarptautiniu mastu.

Išvados. Išplėstinės praktikos slaugytojų kompetencijų plėtra Lietuvoje turėtų būti grindžiama integruotu požiūriu, kuris apimtų specializuotų mokymų pasiūlos plėtrą, praktinių simuliacijų diegimą, teisinio reglamentavimo tobulinimą bei aktyvų tarptautinį bendradarbiavimą. Įgyvendinus šiuos aspektus, būtų sudarytos sąlygos efektyviau panaudoti IPS potencialą, tuo pačiu prisidedant prie aukštesnės sveikatos priežiūros kokybės užtikrinimo.

Reikšminiai žodžiai: išplėstinės praktikos slaugytojas, kompetencija, kompetencijų tobulinimas, galimybės

Literatūra

1. MT, Mrayyan ir kt., BMJ Open. 2023, 3(6):e067352
2. A. Hutton ir kt. Prehosp Disaster Med. 2016 m.(6):680–3
3. JK. Green ir kt. Nurse Educ Pract. 2017 m. 22:55–62.
4. V. D. Berk-Clark C ir kt. Journal of Health Care for the Poor and Underserved. 2014 m.;25(3):1278–90
5. Z. Nabizadeh-Gharghozar ir kt. Nurse Educ Today. 2021, 97:104728.
6. M. Hashemiparast ir kt. International Journal of Nursing Sciences. 2019,6(4):399–405
7. J. Penelope. Nurse Educ Today. 2016, 10(5).
8. R. Cant ir kt. Nurse Education in Practice. 2021, 50:102945
9. L. Hakvoort ir kt. Nurse Educ Pract. 2022, 65:1
10. BA Ataro ir kt. BMC Nursing. 2024, 23(1):429
11. E. Choi ir kt. Healthcare. 2022, 10(7):1184.
12. IA. Pool ir kt. Nurse Education Today. 2016, 38:22–8.
13. B. Skela-Savič ir kt. BMC Nurs. 2023, 22(1):100.
14. J. Caporiccio ir kt. Annals of Global Health. 2019,85(1):93.

SLAUGYTOJŲ BENDRAVIMO SU PACIENTU KOKYBĖS VERTINIMAS

Patricija Rupšytė, lekt. Lina Gedrimė

Autorius korespondentas: patricija.rupsyte@edu.ku.lt

Klaipėdos universitetas, Sveikatos mokslų fakultetas, Slaugos katedra

Komunikacija slaugoje tarp darbuotojų bei pacientų yra vienas iš svarbiausių aspektų darbe. Tai labai plati sąvoka, apimanči visą darbo atmosferą [1]. Nors daugelis slaugytojų žino ir geba komunikuoti su pacientais taip kaip derėtų, tačiau dažnai to vengia dėl laiko trūkumo, nesugebėdami suprasti, jog jie negali sau to leisti. Kad ir kiek mažai laiko yra skirta tarp įvairiausių intervencijų, bendravimui jo turi atsirasti. Labai dažnai yra gilinamasi ne į pačią svarbą komunikacijos, bet į ją įtakančius veiksnius ir jų pasekmes, kurios tikrai nebūna naudingos.

Tikslas – išanalizuoti slaugytojų bendravimo su pacientu kokybę.

Tyrimo metodai ir instrumentai - Duomenų rinkimo metodu buvo pasirinktas apklausos raštu metodas. Naudotas instrumentas standartizuotas Slaugytojų bendravimo su pacientais kokybės klausimynas (The Nurse Quality of Communication with Patient Questionnaire, NQCPQ), kurio autorius Mira Vukovic et al.. Tyrime dalyvavo 257 slaugytojai.

Rezultatai – apklausa buvo atlikta dvejose Klaipėdos ligoninėse ir buvo apklausta 257 slaugytojai. Iš jų 251 buvo moterys, o likusieji 6 buvo vyrai. Didžiausią respondentų amžiaus grupę sudarė 31-45 metų asmenys (40,1 proc.), o mažiausią 61-65 metų asmenys (5,1 proc.). Iš gautų tyrimo rezultatų paaiškėjo, jog į klausimus apie žodinio bendravimo kokybę respondentai pažymėjo teigiamus atsakymus, tai reiškia, jog žodinis bendravimą jie taiko dažnai/labai dažnai/visada. Didžioji dauguma respondentų (49,4 proc.) nurodė, kad visuomet atsižvelgia į paciento būklę, pabrėždami šio veiksnio svarbą, kad bendravimas būtų veiksmingas. Tyrimo rezultatai leidžia daryti prielaidą, jog paciento būklės vertinimas yra reikšmingas veiksnys bendravime, tačiau jo taikymo dažnumas gali priklausyti nuo įvairių situacijų bei aplinkybių, tokių kaip profesinė patirtis, situacijos sudėtingumas ar bendravimo kontekstas. Mano gautais duomenimis taipogi matoma, jog slaugytojai rinkosi dažnai/labai dažnai/visada variantus, kas rodo, jog slaugytojams svarbu užmegzti ne žodinį ryšį su pacientu, juk ne kiekvienas pacientas gali ir geba pasakyti bei išreikšti savo mintis. Vertinant slaugytojų atsakymus apie bendrą bendravimą su pacientu, matoma, jog slaugytojai visada bendrauja su pacientu atliekant jam įvairias slaugos procedūras. Taip pat slaugytojos dažnai skiria laiko pacientui, kol tvarko dokumentacijas.

Išvados - Išanalizavus slaugytojo verbalinę bendravimo su pacientu kokybę, galima teigti, jog bendravimas su pacientu užtikrina greitesnį gydymo procesą, stipresnį tarpusavio ryšį, lengvesnį bendradarbiavimą, mažesnį streso kiekį. Išanalizavus slaugytojo neverbalinę bendravimo su pacientu kokybę, galime teigti, jog akių kontaktas, rankų gestai, balso tonas – viskas kas susideda į ne žodinį bendravimą lemia taip pat daug faktorių paciento sveikatos būklės kokybėje. Išanalizavus bendrą slaugytojo bendravimą su pacientu, galima teigti, jog atliekant įvairius slaugos darbus, kaip: lovos klojimas, dokumentų pildymas, vaistų leidimas, slaugos plano pildymas yra labai svarbu pasakoti pacientui ką atlieki, kad jis būtų įspėtas apie galimus veiksmus, procedūras, intervencijas.

Reikšminiai žodžiai: slauga, slaugytojas, pacientas, kokybė, komunikacija, bendravimas, ligoninė.

Literatūra:

[1] D. Kerr et al., Science direct 2022.

Slaugytojų patiriamo smurto iš pacientų ir jų artimųjų rūšys ir dažnis

Kamilė Gailienė¹, Natalja Istomina¹, Rita Urbanavičė¹

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

Autorius korespondentas: kamile.krumplyte@mf.stud.vu.lt

Įvadas. Smurtas prieš slaugytojus iš pacientų ir jų artimųjų yra svarbi ir aktuali problema visame pasaulyje [1], kuris sukelia didelę fizinę ir psichologinę žalą slaugytojams [2,3]. Norint užtikrinti slaugytojų saugumą ir veiksmingas prevencines priemones, svarbu nustatyti patiriamo smurto rūšis bei dažnį [4,5].

Tikslas. Nustatyti slaugytojų patiriamo smurto iš pacientų ir jų artimųjų rūšis ir dažnį.

Metodika. Pasirinktas kiekybinis tyrimo metodas – anketinė apklausa, sukurta Europos dializės ir transplantacijos slaugytojų asociacijos/Europos inkstų priežiūros asociacijos. Į tyrimą įtraukti 161 bendrosios praktikos arba išplėstinės praktikos slaugytojai, dirbantys dviejose Vilniaus miesto sveikatos priežiūros įstaigose, kurios specializuojasi psichikos sveikatos priežiūros srityje. Duomenys buvo renkami nuo 2024m. gruodžio 9d. iki 2025m. sausio 17d. Duomenų apdorojimui naudota Microsoft Excel programa, o apdoroti duomenys buvo perkelti į IBM Statistics programą analizei. Tyrimas buvo atliktas remiantis Lietuvos Respublikos nustatytais etikos reikalavimais.

Rezultatai. Daugiau negu pusė slaugytojų (58,4 proc.) teigė, jog dažniausiai patiria psichologinį smurtą iš pacientų ir jų artimųjų. Trečdalis apklaustųjų (31,7 proc.) nurodė, jog dažniausiai patiria abiejų rūšių smurtą – ir psichologinį, ir fizinį. Ir tik 3,7 proc. slaugytojų nurodė patiriantys tik fizinį smurtą bei 6,2 proc. slaugytojų smurto iš pacientų ir jų artimųjų nepatyrė.

Dažniausiai (29,8 proc.) slaugytojų smurtą iš pacientų ir jų artimųjų patiria kelis kartus per savaitę. 6,2 proc. respondentų teigė nepatyrę smurto būtent iš pacientų ir jų artimųjų, tačiau panašus procentas (6,8 proc) slaugytojų teigė kasdien patiriantys smurto apraiškas iš pacientų ir jų artimųjų.

Išvados. Dažniausiai slaugytojai patiria psichologinį smurtą, tačiau nemaža dalis slaugytojų patiria abiejų rūšių smurtą – ir psichologinį, ir fizinį. Slaugytojų patiriamas smurtas yra dažnas reiškinys, todėl būtina stiprinti smurto prevencines priemones, siekiant užtikrinti saugią darbo aplinką.

Reikšminiai žodžiai: smurtas, slaugytojai, valdymas, prevencija, pacientai ir jų artimieji.

Literatūros šaltiniai:

- [1] S. Nelson, ir kt., Policy, Politics and Nursing Practice 2023, 24(4), 239-254.
- [2] S. Li, ir kt., Journal of Nursing Management 2022, 30, 1801-1810.
- [3] A. A. Sajedian, ir kt., Work 2023, 76, 343-354.
- [4] R. E. Rusu, ir kt., The Medical-Surgical Journal 2023, 127 (4), 617-627.
- [5] H. Sari ir kt., Plos one 2023, 18, 1-12.

„Organizacinės kultūros svarba slaugytojų perdegimo valdymui“

Andrėja Sasnauskaitė, Birutė Strukčinskienė, Jonas Jurgaitis, Agnieszka Genowska

Klaipėdos universitetas, Sveikatos mokslų fakultetas, Klaipėda, Lietuva.

Balstogės universitetas, Visuomenės sveikatos katedra, Balstogė, Lenkija.

Anotacija

Šis darbas nagrinėja organizacinės kultūros svarbą slaugytojų perdegimo valdymui – plačiai paplitusiai problemai sveikatos priežiūros įstaigose. Perdegimas apima fizinį, emocinį ir psichologinį išsekimą, kurį dažnai lemia dideli darbo krūviai, nuolatinis stresas, išteklių trūkumas ir netinkamas vadovavimas. Perdegimas neigiamai veikia ne tik slaugytojų gerovę, bet ir organizacijos veiklą, įtakoja teikiamų sveikatos priežiūros paslaugų kokybę bei pacientų pasitenkinimą. Taip pat darbe aptariama, kaip aiškūs darbo lūkesčiai, emocinė parama ir pozityvi organizacinė kultūra gali mažinti perdegimo riziką, pabrėžiamas transformacinio ir įgalinančio vadovavimo svarbumas stiprinant darbuotojų motyvaciją ir darbo pasitenkinimą. Pagrindinis darbo tikslas – apžvelgti mokslinę literatūrą, kurioje analizuojamas organizacinės kultūros vaidmuo slaugytojų perdegimo valdyme.

“The Role of Organizational Culture in Addressing Nurse Burnout”

Andrėja Sasnauskaitė, Birutė Strukčinskienė, Jonas Jurgaitis, Agnieszka Genowska

Faculty of Health Sciences, Klaipeda University, Klaipeda, Lithuania

Department of Public Health, Medical University of Białystok, Białystok, Poland

Abstract

This research examines the importance of organisational culture in the management of nurse burnout, a widespread problem in healthcare organisations. Burnout encompasses physical, emotional and psychological exhaustion, often caused by heavy workloads, persistent stress, lack of resources and inadequate leadership. Burnout negatively affects not only the well-being of nurses, but also the performance of the organisation, the quality of care provided and patient satisfaction. The paper also discusses how clear work expectations, emotional support and a positive organisational culture can reduce the risk of burnout, and highlights the importance of transformational and empowering leadership in enhancing employee motivation and job

satisfaction. The main aim of this paper is to review the literature on the role of organisational culture in the management of burnout in nurses.

Pacientų, sergančių onkohematologine liga, depresija, ligos suvokimas ir poreikiai

Emilija Račkauskaitė^{1, 2}, doc. dr. Indrė Brasaitė-Abromė¹

¹ Klaipėdos universiteto Sveikatos mokslų fakulteto Slaugos katedra, Herkaus Manto g. 84, Klaipėda

² Klaipėdos universiteto ligoninė, Liepojos g. 41, Klaipėda

Autorius korespondentas: emilija.rackauskaite@edu.ku.lt

Anotacija

Onkohematologinėmis ligomis sergantys pacientai dažniausiai turi sutrikimų susijusių su jų fizine, psichologine sveikata. Depresijos, ligos suvokimo ir poreikių vertinimas yra svarbus slaugoje, kadangi jie siejasi tarpusavyje ir lemia gydymo efektyvumą, ligonio būklę ir pasitenkinimą [1-2]. Yra svarbus slaugytojų ir kitų specialistų vaidmuo, padedant pacientui nepasiduoti depresijos įtakai, suvokti savo ligą ir su ja susijusias problemas, padėti užtikrinti jiems reikiamus poreikius [3-4]. Nuo ligos suvokimo priklauso, kokią prasmę žmogus suteikia ligai, o tai lemia jo sveikatos supratimą ir elgesį [5]. Siekiant paciento visapusiškos sveikatos, svarbu, kad slaugytojai patenkintų jų ne tik būtiniausius fiziologinius, bet ir psichosocialinius poreikius [6-7].

Tyrimo tikslas – ištirti pacientų, sergančių onkohematologine liga, depresijos lygį, ligos suvokimą ir poreikius.

Tyrimo metodika. Atliktas kiekybinis tyrimas. Naudotas instrumentas – klausimynas. Klausimynas sudarytas iš 59 klausimų, kurie sudarė keturias dalis: socialinės-demografinės charakteristikos, geriatrine depresijos skalė (GDS-15), trumpasis ligos suvokimo klausimynas (angl. Brief IPQ (BIPQ)), poreikių vertinimo klausimynas (angl. Needs Evaluation Questionnaire). Imtį sudarė 266 respondentai. Aprašomoji duomenų analizė atlikta SPSS programa. Tyrimas atliktas laikantis etikos principų.

Tyrimo rezultatai. Atliktame tyrime trečdaliui respondentų pasireiškė galimos depresijos, o šeštadaliui – depresijos lygis. Pacientai sergantys onkohematologine liga ilgiau nei 3 metus, depresijos išreikštumas buvo didesnis, nei tų pacientų, kurie sirgo 3 metus ir trumpiau. Pacientai yra labai susirūpinę savo liga, ir jaučia, kad liga stipriai veikia jų gyvenimą, mano, kad gydymas gali jiems padėti, liga netruks ilgai, jaučia negalintys kontroliuoti savo ligą, tačiau vertina, kad gerai supranta savo ligą. Tyrime dalyvavę pacientai labiausiai poreikius išreiškė susijusius su santykiais, komunikacijos procesu, informacija apie ateities prognozę. Vertinant depresijos, ligos suvokimo ir poreikių sąsajas nustatyta, kad didėjant ligos grėsmingumo suvokimui, didėja jų depresijos išreikštumas ir didėja atskirų poreikių tipų skaičiaus suma.

Išvada. Pacientų, sergančių onkohematologine liga, depresijos lygis, ligos suvokimas ir poreikiai siejosi tarpusavyje ir buvo skirtingas pagal jų sociodemografines charakteristikas.

Reikšminiai žodžiai: onkohematologinės ligos, kraujo vėžys, depresija, psichologinė būklė, ligos suvokimas, slaugos poreikiai, pacientų poreikiai, slaugytojų vaidmuo, sąsajos.

Padėkos: Dėkoju savo darbo vadovei, bendraautorei už pagalbą, tyrimo dalyviams, už dalyvavimą.

Literatūros šaltiniai:

- [1] A. Vaioulis, ir kt., MedRxiv 2020, 1-23.
- [2] L. Zhu, ir kt., Supportive Care in Cancer 2020, 28, 5299–5306.
- [3] O. Segal, ir kt., Anais brasileiros de dermatologia 2021, 96, 27–33.
- [4] K. Chinh, ir kt., Oncol Nurs Forum 2020, 47, 739–752.
- [5] L. Frosthholm, ir kt., Psychosomatic medicine 2005, 67, 997 – 1005.
- [6] D. Ugur, ir kt., Journal of Cell Communication and Signaling 2022, 16, 361–376.
- [7] H. Rajah, ir kt., Asian Pac J Cancer Prev 2021, 22, 2487-2492.

Moralinių pagrindų teorijos taikymas: ryšys tarp vertybinės orientacijos ir moralinio distreso socialinių paslaugų srities darbuotojų imtyje

Olga Kirejeva (Vytauto Didžiojo universitetas), **Aidas Perminas** (Vytauto Didžiojo universitetas)

olga.kirejeva@vdu.lt

Anotacija

Darbuotojas patiria moralinį distresą tuomet, kai jaučiasi negalintis – dėl tikrų ar menamų apribojimų – atlikti moraliai priimtino veiksmo. Tyrimuose įprasta ieškoti moralinio distreso ištakų prastai organizuotoje darbo aplinkoje, sieti su dideliu darbo krūviu ar laiko stoka. Tačiau moksle vis dar trūksta duomenų, su kokiomis darbuotojams būdingomis moralinėmis vertybėmis gali būti susijęs moralinis distresas. Šiuo tyrimu siekiama užpildyti minėtą spragą, taikant Moralinių pagrindų teorijos siūlomas vertybinių orientacijų grupes. Jos yra suskirstytos pagal tai, kam asmuo (dažniausiai intuityviai) teikia prioritetą, vertindamas įvairias darbine situacijas per vidinių moralinių nuostatų prizmę: rūpestis, teisingumas, lojalumas, pagarba autoritetui ar šventumas. Tiriant moralinio distreso ir moralinių pagrindų sąsajas Lietuvos socialines paslaugas teikiančių specialistų imtyje (n=206), išaiškėjo, kad aukštesnis moralinis distresas yra susijęs su rūpesčio ir lojalumo vertybėmis. Moralinis distresas dažniau ir intensyviau jaučiamas tuomet, kai socialines paslaugas teikiančiam specialistui yra svarbu nesukelti žalos kitam žmogui ir kai grupės interesai jo yra vertinami kaip svarbesni už asmeninius.

Reikšminiai žodžiai: moralinis distresas, moraliniai pagrindai, vertybės.

VYRESNIŲ NEI 60 METŲ ŽMONIŲ FIZINIO AKTYVUMO IR MIEGO KOKYBĖS SĄSAJOS/ASSOCIATIONS BETWEEN PHYSICAL ACTIVITY AND SLEEP QUALITY IN PEOPLE AGED 60+

Gabrielė Burbaitė^{1,2}, asist. dr. Agnė Jakavonytė-Akstinienė¹

¹*Vilniaus universitetas Medicinos fakulteto Sveikatos mokslų institutas Slaugos katedra,*

²*VšĮ Alytaus poliklinika*

Pasaulyje didelis dėmesys skiriamas vyresniems nei 60 metų asmenims, kurie sudaro vis didesnę dalį populiacijos [1]. Tinkamas miegas ir fizinis aktyvumas (FA) – labai svarbūs veiksniai, kurie turi teigiamą įtaką žmogaus sveikatai. FA lygis mažėja su amžiumi, tačiau aktyviems vyresnio amžiaus žmonėms yra mažesnė rizika išsivystyti širdies ir kraujagyslių ligų komplikacijoms ir atsirasti pažinimo funkcijų sutrikimams [2]. Vienas iš svarbių veiksnių, turinčių įtakos miego kokybei – FA, kurį Pasaulio sveikatos organizacija apibrėžia kaip, bet kokį kūno judesį, kuriam naudojami skeleto raumenys ir eikvojama energija. Tai gali apimti ne tik sportą, bet ir kasdienę veiklą, tokią kaip vaikščiojimas ar namų ruošą [3]. Miego problemos ypatingai išryškėja pagyvenusiems žmonėms [4]. Miego sutrikimams būdinga sumažėjusi miego kokybė, jo trukmė ir efektyvumas, atsiranda paros mieguistumas ir padidėjęs paros fragmentiškumas [5]. Reguliarus FA ir mankšta teigiamai veikia miegą ir siejamas su sumažėjusiu vaistų vartojimu nuo sutrikusio miego [6-7].

Tikslas – įvertinti vyresnių nei 60 metų žmonių fizinio aktyvumo ir miego kokybės sąsajas.

Metodika. Apklausta vienos Lietuvos poliklinikos 371 pacientas. Tyrimas vyko 2024 m. rugsėjo – gruodžio mėnesiais. Respondentų apklausai naudoti du klausimynai – Tarptautinio fizinio aktyvumo klausimynas – ilgesnioji versija (angl. *International Physical Activity Questionnaire – Long Form (IPAQ-LF)*) ir Pitsburgo miego kokybės indeksas (PMKI) (angl. *Pittsburg Sleep Quality Index (PSQI)*). Atlikta duomenų analizė naudojant „SPSS Statistics 20“ programa. Tyrimas atliktas laikantis Helsinkio konvencijos principų.

Rezultatai. Tyrime dalyvavo 371 respondentas, iš kurių buvo 164 vyrai ir 207 moterys. Tiriamųjų vidutinis amžius sudarė $68,8 \pm 6,6$ metus (ribos 60 – 88 metų). Atlikto tyrimo metu nustatyta, kad didžioji dalis (88 proc.) tiriamųjų buvo fiziškai aktyvūs atlikdami namų ruošos darbus ir su darbu susijusias veiklas. Be to, nustatyta, kad susituokę ar turintys partnerį labiau linkę užsiimti sportu ir laisvalaikio fiziniu aktyvumu ($p < 0,025$). Analizuojant miego kokybės gautus duomenis, nustatyta, kad gerai miego kokybei yra priskiriami aukštąjį išsilavinimą turintys asmenys ($p < 0,039$), lyginant su vidurinį ar profesinį išsilavinimą turinčiais asmenimis. Atlikus skaičiavimus buvo nustatytos statistškai reikšmingos ($p < 0,05$), tačiau labai silpnos (nes $r < 0,3$) sąsajos. Ilgesne miego trukme pasižymi asmenys, praleidžiantys mažiau laiko sėdėdami ($p < 0,048$). Trumpesne miego latencija pasižymi asmenys užsiimančys su darbu susijusiu FA ($p < 0,016$) bei bendru FA ($p < 0,001$). Tuo tarpu miego efektyvumas gerėja tik asmenų, kurie judėjo iš vienos vietos į kitą važiuodami motorine transporto priemone arba eidami pėsčiomis ($p < 0,001$).

Išvados. Geresne miego kokybe reikšmingai labiau pasižymėjo asmenys, praleidžiantys mažiau laiko sėdėdami. Pati miego kokybė gerėja asmenų, kurie judėjo iš vienos vietos į kitą važiuodami motorine transporto priemone arba eidami pėsčiomis ir užsiėmė veikla skirta rekreacijai, mankštinimuisi ir sportui.

Reikšminiai žodžiai: fizinis aktyvumas, miego kokybė, vyresni nei 60 metų asmenys.

Literatūra:

[1] United Nations. Ageing. United Nations.

[2] J. Gou, ir kt., Signal Transduction and Targeted Therapy 2022, 7(1), 391.

[3] V.P. Silva, ir kt., BMC Geriatr 2022, 22(1):531.

[4] N. Li, ir kt., Archives of Gerontology and Geriatrics 2020, 87, 10396.

- [5] M. Casagrande, ir kt., International journal of environmental research and public health 2022, 19(14), 8457.
- [6] J. Vanderlinden ir kt. Int J Behav Nutr Phys Act 2020, 17,1-15.
- [7] VP. Silva et al. BMC Geriatr 2022, 22(1), 531.

Gimdyvių informuotumas apie naujagimius, sergančius gelta

Katažina Dainarovič¹, Dr. Zita Gierasimovič^{2,3}

¹ SMK Aukštoji mokykla, Kalvarijų g. 137E, Vilnius, Lietuva

² VU Medicinos fakulteto Sveikatos mokslų institutas, K.M. Čiurlionio g. 21, Lietuva

³ SMK Aukštoji mokykla, Kalvarijų g. 137E, Vilnius, Lietuva

Autorius korespondentas: zita.gierasimovic@mf.vu.lt

Anotacija

Dauguma naujagimių po gimimo ar vėliau turi padidėjusią bilirubino koncentraciją kraujo plazmoje [1]. Hiperbilirubinemija, pagal naujagimių amžių ir gestaciją, diagnozuojama tuomet, kai plazmos bilirubinas viršija nustatytą ribą [2]. Dauguma tyrimų rodo, kad dviem trečdaliams motinos pienu maitinamų naujagimių pasireiškia nekonjuguota, dar vadinama fiziologine gelta, kuri yra gerybinė [3]. Fototerapija veiksmingiausia, kai bendroji bilirubino koncentracija yra didesnė nei 4,6 mg/dl (80 μmol/l), o didžiausias efektas pasiekiamas per pirmąsias 24–48 valandas nuo gydymo procedūros pradžios, tuomet bilirubino koncentracijos sumažėjimas siekia 25–50 proc. [4]. Fototerapijos metu stebimas odos spalvos pokytis, hidratacijos lygis ir bilirubino koncentracija serume [5].

Tikslas – išanalizuoti gimdyvių informacijos poreikį apie naujagimius, sergančius gelta.

Metodai – 2024 m. birželio–rugpjūčio mėnesiais atliktas kiekybinis tyrimas, naudojant anketinės apklausos metodą. Tikslinis tyrimas atliktas vienoje iš universiteto klinikų ir internetinėje erdvėje – *apklausa.lt*. Tyrimo imtį sudarė 215 respondenčių. Tyrimas atliktas laikantis anonimiškumo ir etikos principų.

Rezultatai. Apie naujagimių geltą nėštumo metu kalbama nedaug, todėl gimdyvės su ja susiduria tik gimus naujagimiui, todėl daugumoje atvejų trūko įvairios informacijos apie ligą. Pusei (49 proc.) tiriamųjų trūksta informacijos apie slaugą ir naujagimio priežiūrą fototerapijos metu. Bendrų žinių apie ligą, sergančio naujagimio priežiūrą namų sąlygomis pasigedo 21 proc. apklaustųjų. Svarbios informacijos apie gydymo trukmės laikotarpį ir ligos pasekmes naujagimio sveikatai pasigedo 14 proc. apklaustųjų. 21 proc. tiriamųjų pritrūko informacijos apie diagnostinių tyrimų būtinumą naujagimiams, sergantiems gelta. Ir tik 2 proc. (n=4) tiriamųjų, turinčių aukštesnį išsilavinimą, pažymėjo, kad informacijos yra pakankamai. 94,4 proc. tiriamųjų nėštumo metu nebuvo informuotos apie galimą naujagimio geltos atsiradimą.

Išvados. Informacijos trūkumą jaučia daugiau nei trečdalis tiek pagrindinių, tiek aukštąjį išsilavinimą turinčių respondenčių; trečdaliui suteikiama nepakankamai informacijos apie naujagimio priežiūrą sergant gelta, daugiau nei pusei tiriamųjų trūksta bendros informacijos apie ligą. Trys ketvirtadaliai tiriamųjų teigė, kad fiziologinė ir patologinė gelta yra tokia pati būklė.

Reikšminiai žodžiai: *gimdyvės, naujagimių gelta, fototerapija, informacijos poreikis.*

Literatūros šaltiniai.

- [1] M. McCarthy, et al., Clin Transl Sc: volume 12, Issue 1, 28-38.
- [2] X. Zhang, et al., Children Base, 2022, 23, 9(5), 764.
- [3] I. Dionis, et al., BMC Pediatrics, 2021, 21, 383.
- [4] D. Saikia, et al., Maedica (Bucur), 2021, 16(4), 603–608.
- [5] K. Javorka et al., Physiol Res, 2022, 71 (6 Suppl 2):S179–S186.

SLAUGYTOJŲ, DIRBANČIŲ SKUBIOS PAGALBOS SKYRIUJE, SAVIVEIKSMINGUMO VERTINIMAS

Neringa Skupeikė¹, Vytautas Aukštakalnis²

¹Lietuvos sveikatos mokslų universitetas, Slaugos fakultetas, Slaugos klinika

²Lietuvos sveikatos mokslų universitetas, Medicinos fakultetas, Skubiosios medicinos klinika

Autorius korespondentas: xneringusia@gmail.com

Anotacija

Senėjanti visuomenė ir augantys visuomenės lūkesčiai sveikatos priežiūros sistemoje kelia iššūkius sveikatos priežiūros institucijoms [1-2]. Kokybiškos sveikatos priežiūros paslaugos reikalauja slaugytojų saviveiksmingumo sprendžiant įvairias problemas ir iššūkius [3], kylančius skubios pagalbos skyriuje. Saviveiksmingumas suprantamas, kaip tikėjimas savo jėgomis bei gebėjimu atlikti veiksmus, reikalingus patiriamai situacijai valdyti [3]. Kadangi slaugytojai yra pirmieji specialistai, teikiantys sveikatos priežiūros paslaugas skubios pagalbos skyriuje, jų praktinė veikla dažnai kinta. Šių pokyčių kupina aplinka didina slaugytojų kaitos riziką [4]. Stebima tendencija, kad sveikatos priežiūros institucijos susiduria su slaugytojų trūkumu [5], ypač skubios pagalbos skyriuje, kur slaugytojai susiduria ne tik su kritinės būklės pacientais, bet ir su jų artimaisiais [6], patiria fizinį ir psichinį spaudimą dėl didelio pacientų skaičiaus [7].

Tikslas – nustatyti skubios pagalbos skyriuje dirbančių slaugytojų saviveiksmingumą.

Metodika. Taikytas kiekybinis tyrimas, naudojant anoniminį apklausos metodą. Anoniminė anketa slaugytojams, dirbančios skubios pagalbos skyriuje sudaryta pateikiant klausimus, atskleidžiančius bendrąją informaciją apie tiriamuosius: t. y., jų amžių, šeiminių padėčių, išsilavinimą, darbo stažą bei darbo stažą skubios pagalbos skyriuje. Naudota saviveiksmingumo vertinimo skalė (GSES). Tyrime dalyvavo 132 slaugytojai iš visos Lietuvos, dirbantys skubios pagalbos skyriuje.

Rezultatai. Yra statistiškai reikšmingas ryšys tarp slaugytojų saviveiksmingumo, darbo aplinkos iššūkių ir kaitos rizikos. Naudojant GSES (Generalized Self-Efficacy Scale), bendras vidurkis buvo 28 (±5) balai iš 40. Tai rodo vidutinį saviveiksmingumą tarp slaugytojų. Tyrimo rezultatai parodė, kad saviveiksmingumas buvo statistiškai reikšmingai susijęs su darbo stažu skubios pagalbos skyriuje ($p < 0.05$), t.y. slaugytojai su ilgesniu stažu turėjo didesnę saviveiksmingumą. Tyrimo rezultatai parodė, kad slaugytojai, patiriantys didelį stresą, turėjo žemesnę saviveiksmingumo įvertinimą (vid. 25 balai, $p < 0.01$). Didesnis darbo krūvis ir žemas saviveiksmingumas yra susiję su didesne kaitos rizika ($r = -0.45$, $p < 0.01$).

Išvados. Nustatyta, kad skubios pagalbos skyriuje dirbančių slaugytojų saviveiksmingumas yra svarbus aspektas, susijęs su jų darbo patirtimi ir stresu.

Reikšminiai žodžiai: saviveiksmingumas, slauga, slaugytojas, skubios pagalbos skyrius.

Literatūros šaltiniai:

- [1] [1] Bryan V, Vitello-Cicciu J. Perceptions of preceptors' authentic leadership and final year nursing students' self-efficacy, job satisfaction, and job performance. *Journal of Professional Nursing*. 2022, 41: 81-87
- [2] Xie J, Liu M, Zhong Z, Zhang Q, Zhou J, Wang L, et al. Relationships Among Character Strengths, Self-efficacy, Social Support, Depression, and Psychological Well-being of Hospital Nurses. *Asian Nursing Research*. 2020, 14: 150-157
- [3] Handiyani H, Kusumawati AS, Karmila R, Wagiono A, Silowati T, Lusiyan A, Widiana R. Nurses' self-efficacy in Indonesia. *Enfermeria Clinica*. 2019, 29(2): 252-256.
- [4] Vardaman JM, Rogers BL, Marler LE. Retaining nurses in a changing health care environment: The role of job embeddedness and self-efficacy. *Health Care Management Review*. 2020, 45(1): 52-59.
- [5] Kohnen D, De Witte D, Schaufeli WB, Dello S, Bruyneel L, Sermeus W. Engaging leadership and nurse well-being: the role of the work environment and work motivation - a cross-sectional study. *Human Resources for Health*. 2024, 22(8).
- [6] Jurado MMM, Pérez-Fuentes MC, Rui NFO, Márquez MMS, Linares JJG. Self-Efficacy and Emotional Intelligence as Predictors of Perceived Stress in Nursing Professionals. *Medicina*. 2019, 55: 237.
- [7] Kadhim AJ, Mohammadi N, Hezbiyan Z, Abbasinia M, Norouzadeh R, Taghadosi M, Aghaie B. The effects of a mindfulness training intervention on fatigue and job satisfaction among emergency nurses: A quasi-experimental study. *Nursing and Midwifery Studies*. 2024, 13(1): 9-17.

Slaugos studijų programos studentų patiriamo streso įtaka mokymosi motyvacijai ir gyvybingumui

Kamile Ingelevič, doc. dr. Stanislav Sabaliauskas, lekt. Oksana Misiūnienė

Vilniaus Universiteto Medicinos fakulteto Sveikatos mokslų institutas, Lietuva

Autorius korespondentas: kamile.ingelevic@mf.stud.vu.lt

Įvadas. Stresas yra neatsiejama studentų akademinio gyvenimo dalis, galinti turėti tiek teigiamą, tiek neigiamą poveikį jų fizinei ir psichologinei gerovei. Aukšti akademiniai reikalavimai, dažni atsiskaitymai, ribotas pasiruošimo laikas, pačių studentų neorganizuotumas ir neefektyvus laiko planavimas lemia padidėjusį streso lygį. Tai gali turėti įtakos besimokančiųjų pažinimo funkcijoms, atminčiai, mažinti mokomosios medžiagos supratimą bei susidomėjimą mokymosi procesu, kas apsunkina naujų žinių įsisavinimą bei veiksmingą pasirengimą egzaminams.

Tyrimo tikslas - ištirti slaugos studijų programos studentų patiriamo streso įtaką mokymosi motyvacijai ir subjektyviam gyvybingumui sesijos metu.

Metodai ir medžiaga. Tyrime dalyvavo 188 Vilniaus universiteto Slaugos studijų programos 1-4 kurso studentai. Tyrimo dalyviai buvo įtraukti į skerspjuvio tyrimą, taikant anoniminę internetinę apklausą. Klausimyną sudarė *akademinio streso suvokimo skalė* [1], *studentų akademinės motyvacijos skalė* [2] ir *subjektyvaus gyvybingumo skalė* [3]. Duomenų rinkimas vyko žiemos sesijos metu. Tyrimas atliktas gavus Vilniaus universiteto Medicinos fakulteto Sveikatos mokslų instituto etikos komiteto pritarimą. Statistinė duomenų analizė atlikta naudojant IBM SPSS Statistics 29.0.2.0. programą.

Rezultatai. Tyrimo duomenys atskleidė, kad studentų patiriamas stresas buvo vidutinio lygio, o didžiausią stresą kėlė studijų darbo krūvis ir egzaminai. Labiausiai stresą patyrė antro kurso studentai ($p < 0,05$). Studentai išskyrė pagrindinius streso veiksnius: nežinomybę, netikrumą, suvokiamą didelį mokymosi krūvį, nepasitikėjimą savimi, baimę ir nerimą dėl rezultatų bei stresą egzamino metu. Nustatyta, kad sesijos metu studentų motyvacija buvo nežymiai aukštesnė nei vidutinė, vyraujant išorinei motyvacijai identifikuotis. Subjektyvus gyvybingumas buvo vidutinio lygio, skirtingų kursų studentų statistškai reikšmingų skirtumų nebuvo ($p > 0,05$). Nustatyta, kad didėjant stresui, didėja amotyvacija ($p < 0,05$), mažėja išorinė motyvacija ($p < 0,05$); didėjant gyvybingumui, didėja stimulus mokytis ($p < 0,01$). Stresas neturėjo statistškai reikšmingų ryšių su subjektyviu gyvybingumu ($p > 0,05$).

Išvados. Tyrimas patvirtino, kad sesijos metu slaugos studentai patiria vidutinio lygio stresą, o pagrindiniai jo veiksniai yra suvokiamas studijų krūvis sesijos metu. Tiek studentų motyvacija, tiek suvokiamas gyvybingumas sesijos metu buvo vidutinio lygio. Sesijos metu studentų patiriamas stresas neigiamai veikė mokymosi motyvaciją. Aukštesnis subjektyvus gyvybingumas buvo teigiamai susijęs su didesne vidine ir išorine motyvacija. Tyrimo rezultatai rodo, kad norint stiprinti studentų mokymosi motyvaciją ir gerinti jų psichologinę būseną sesijos metu, svarbu taikyti stresą mažinančias strategijas bei skatinti gyvybingumą palaikančius veiksnius.

Reikšminiai žodžiai: slaugos studentai, stresas, mokymosi motyvacija, gyvybingumas.

Literatūros šaltiniai:

[1] Bedewy D, Gabriel A. Health Psychology Open. 2015, 1-9.

[2] Kairys A, ir kt., Psichologija. 2017, 55, 41–55.

[3] Ryan, R.M., Frederick, C. Journal of Personality. 1997, 65, 529-565.

GERIATRIJOS SKYRIAUS PACIENTŲ DEPRESIŠKUMO ĮVERTINIMAS

Gabrielė Baužaitė, asist. dr. Agnė Jakavonytė-Akstiniene

Klaipėdos universitetas, Sveikatos mokslų fakultetas, Slaugos katedra

Per pastaruosius kelis dešimtmečius dėl ilgėjančios gyvenimo trukmės daugelyje pasaulio šalių, pagyvenusių žmonių skaičius labai išaugo. Dėl šios priežasties sveikatos priežiūros sektoriuje daugėja ilgalaikės ir specializuotos priežiūros, slaugos ir reabilitacijos paslaugų poreikis [1]. Vyresnio amžiaus žmonių psichikos ligos tampa dažnesnės nei bet kada. Žmogui patekus į gydymo įstaigą, jis dažnai jaučiasi nesaugus ir sunerimęs dėl pasikeitusios aplinkos, kuri jam yra nepažįstama [2]. Senstant, psichosocialiniai pokyčiai gali turėti įtakos pagyvenusių žmonių psichinei sveikatai, didindami polinkį į depresiją. Geriatrinė depresija, vadinama vėlyvąja depresija, kuri prasideda po 60 metų, yra dažniausia vyresnių žmonių sveikatos problema, kuri sunkina pacientų gyvenimo kokybę, didina sergamumo ir mirtingumo riziką, sveikatos priežiūros paslaugų išteklius. Depresija gali sumažinti pasitenkinimą vėlyvu gyvenimu, taip pat paveikti gyvenimo trukmės laikotarpį [3].

Tikslas – įvertinti geriatrijos skyriaus pacientų depresiškumą.

Metodika. Apklausti 82 pacientai, kurie buvo stacionarizuoti geriatrijos skyriuje, X Lietuvos ligoninėje. Apklausą atlikta 2024 m. balandžio mėnesį. Respondentų apklausai naudota Geriatrinė depresijos skalė (angl. Geriatric Depression Scale). Atlikta duomenų statistinė analizė panaudojant „SPSS Windows 20.0“ ir „Excel 2010“ programas. Tyrimas atliktas laikantis etinių principų.

Rezultatai. Tyrime dalyvavo daugiau moterų nei vyrų. Jos sudarė šiek tiek daugiau nei keturis penktadalius (82,0 proc.) tiriamųjų. Didžioji respondentų dalis buvo 80 ir daugiau metų amžiaus (n=43; 52,5 proc.). Atlikus rezultatų analizę, paaiškėjo, kad beveik dviems trečdaliams proc.) tiriamųjų buvo lengvos depresijos simptomai (n=50; 61,0 proc.). Lengvos depresijos simptomai dažniausiai pasireiškė 80 metų ir vyresniems žmonėms (n=29; 67,44 proc.). Pusei (50,0 proc.) 76-79 metų amžiaus žmonių taip pat buvo būdingi lengvos depresijos simptomai. Palyginus grupes pagal gyvenamąją vietą ir depresijos simptomų pasireiškimą, paaiškėjo, kad šiek tiek mažiau nei du trečdaliai (n=20; 60,61 proc.) kaime ir beveik trys ketvirtadaliai (n=21; 70,0 proc.) mieste gyvenančių respondentų turėjo lengvos depresijos simptomų.

Išvados. Tyrime daugiausiai dalyvavo 80 metų ir vyresni asmenys, kuriems dažniausiai pasireiškė lengvos depresijos simptomai. Daugiau mieste nei kaime gyvenančių tyrimo dalyvių turėjo lengvos depresijos simptomų.

Reikšminiai žodžiai: depresija, geriatrijos skyrius, pacientai, įvertinimas.

Literatūra:

- [1] M. Wakefield, DR. Williams, & S. Le Menestrel, S. National Academy of Sciences 2021.
- [2] MM. Barakat, NF. Elattar& HN. Zaki. American Journal of Nursing Research 2019, 7(4), 400-411.
- [3] L. D. S. S. C. B de Oliveira et al. (2019). Trends in psychiatry and psychotherapy 2019, 41(1), 36–42.

VENINĖS OKLIUZIJOS METODO VEIKSMINGUMAS PUSIAUSVYRAI, KETURGALVIO RAUMENS SKERSMENIUI IR JĖGAI

Alanas Urbonas¹, Lekt. Viktoras Simanavičius²

¹Klaipėdos universitetas, Sveikatos mokslų fakultetas, Holistinės medicinos ir reabilitacijos katedra, Lietuva

²Katalikiškas Valensijos universitetas, Ispanija

Anotacija

Artroskopinė kelio sąnario chirurgija yra viena dažniausiai atliekamų ortopedinių procedūrų, tačiau pooperacinis laikotarpis gali būti susijęs su didele raumenų atrofijos ir jėgos sumažėjimo rizika. Ypač nukenčia keturgalvis šlaunies raumuo, kurio disfunkcija gali turėti ilgalaikių padarinių, tokių kaip osteoartritas. Siekiant efektyviau atstatyti raumenų jėgą bei masę, mokslininkai siūlo taikyti veninės okliuzijos (BFR) treniruotes kartu su mažesnio intensyvumo krūviais. BFR metodika skatina panašias raumenų adaptacijas, kaip ir didelio intensyvumo pratimai, tuo pačiu mažinant keliui tenkančią apkrovą ir skausmą. Kai kurie tyrimai taip pat rodo galimą BFR naudą pusiausvyrai gerinti, nors šis aspektas literatūroje nėra plačiai nagrinėtas. Taigi BFR metodo integracija į reabilitacijos procesą gali būti perspektyvi strategija, siekiant pagerinti paciento funkcinę būklę.

Tikslas – ištirti veninės okliuzijos metodo veiksmingumą reabilitaciniu laikotarpiu, po kelio sąnario artroskopijos.

Metodika. 2024m. rugsėjo – lapkričio mėnesiais atliktas eksperimentinis tyrimas, naudojant veninės okliuzijos metodą. Tyrimas atliktas Ortoreab klinikoje. Tyrimo populiaciją sudarė 5 asmenys po artroskopinių kelio sąnario operacijų, nepraėjus daugiau nei 2 mėnesiams po chirurginės intervencijos. Tyrimo duomenys apdoroti IBM SPSS Statistics programos 29.0.2.0 (20) versija.

Rezultatai. Operuotos kojos koncentrinė-ekscentrinė jėga statistiškai reikšmingai padidėjo nuo $22 \pm 9,7$ kg iki $43,6 \pm 18,9$ kg ($p < 0,05$), o jėgos asimetrija, lyginant su sveika koja, sumažėjo nuo $72,4 \pm 10$ % iki $45,8 \pm 16,4$ % ($p < 0,05$). Izometrinė jėga taip pat pagerėjo: operuotoje kojoje ji pakilo nuo $22,7 \pm 11,7$ kg iki $28,2 \pm 8$ kg ($p < 0,05$), o asimetrija sumenko nuo $37,4 \pm 23,9$ % iki $20,4 \pm 9,5$ % ($p < 0,05$). Šlaunies apimtis išaugo nuo $50,9 \pm 2,9$ cm iki $51,7 \pm 2,8$ cm ($p = 0,18$), o asimetrija su sveika koja sumažėjo nuo $3,5 \pm 2$ % iki $1,9 \pm 1,9$ % ($p = 0,18$), tačiau šie pokyčiai nebuvo statistiškai reikšmingi. Pusiausvyra sagitalinėje plokštumoje padidėjo nuo $85,5 \pm 2,6$ % iki $86,1 \pm 2,7$ % ($p = 0,5$), o frontalinėje – nuo $80,9 \pm 7,1$ % iki $85,4 \pm 4,3$ % ($p = 0,08$). Nors pusiausvyros rodikliai ir šlaunies apimtis nepasiekė reikšmingumo, matoma teigiama didėjimo tendencija.

Išvados. Veninės okliuzijos metodas nesukėlė reikšmingo šlaunies skersmens padidėjimo, tačiau rezultatai rodo, kad gali būti mažinama raumenų atrofijos sukelta asimetrija. Tuo pačiu reikšmingai pagerėjo operuotos kojos keturgalvio raumens jėga bei sumažėjo asimetrija, o pusiausvyros pokyčiai, nors statistiškai nereikšmingi, rodo teigiamą tendenciją.

Reikšminiai žodžiai: veninė okliuzija, bfr, kraujotakos ribojimo treniruotės, kelio sąnarys, keturgalvis raumuo.

Motorinių ir kognityvinių funkcijų atkūrimas, taikant interaktyviasias sensorimotorines praktikas pacientams, patyrusiems sukamojo varžčio raumenų pažeidimus.

Aistė Petrošiūtė¹, Agnė Predkelienė^{2,3}

¹ Lietuvos Sporto Universitetas, Sveikatinimo ir reabilitacijos katedra, Sporto g. 6, Kaunas

² Vytauto Didžiojo universitetas, Edukologijos tyrimų institutas, Donelaičio g. 52, Kaunas

³ Vytauto didžiojo universitetas, Švietimo akademija, Donelaičio g. 52, Kaunas

Autorius korespondentas: aiste.petrosiute@stud.lsu.lt

Sukamųjų raumenų varžčio pažeidimai (angl. *Rotator cuff muscles injuries*) yra viena iš dažniausiai pasitaikančių peties sąnario patologijų suaugusiems [1]. Pažeidimų dažnis bendroje populiacijoje svyruoja nuo 7 iki 30 % [2]. Todėl didelė darbingo amžiaus žmonių grupė, patirianti skausmą, kreipiasi į gydymo įstaigas, kur nustatomas nedarbingumas, o tai sukelia tiesioginius ir netiesioginius padarinius sveikatos apsaugos sistemai [3].

Tikslas - nustatyti neurokognityvinių pratimų poveikį motorinėms ir kognityvinėms funkcijoms bei skausmui pacientams, patyrusiems sukamojo varžčio pažeidimus.

Metodika. Tyrimas pradėtas gavus Lietuvos sporto universiteto bioetikos komisijos leidimą Nr. BNLKIN(B)-2023-629. Jis vykdomas nuo 2024-01-08 iki 2024-03-31 Lietuvos sporto universitete.

Tyrime savanoriškai sutiko dalyvauti 16 asmenų (8 vyrai ir 8 moterys). Visų dalyvių pažeista ranka buvo dominuojanti (dešinė). Tyrimas atliktas vėlyvajame (ne mažiau kaip 5 mėn. po operacijos) reabilitacijos laikotarpyje, vadovaujantis įtraukimo ir atmetimo kriterijais. Kontrolinės grupės tiriamieji buvo prašomi nevykdyti kineziterapijos, papildomos reabilitacijos ar fizinės veiklos viso tyrimo metu (t. y. 6 savaites). Po apmokymų kontrolinės grupės tiriamieji atliko pirminius matavimus, o po 6 savaičių - antrinius. Eksperimentinė grupė dalyvavo kineziterapijos užsiėmimuose 6 savaites, per kurias kineziterapija vyko 3 kartus per savaitę po 45 minutes. Juose atlikti neurokognityviniai pratimai su Blazepod įranga. Po 6 savaičių nuo intervencijos pradžios buvo atliktas pakartotinis - baigiamasis testavimas. Tyrimo duomenys apdoroti naudojant Microsoft Excel ir SPSS kompiuterines programas.

Rezultatai. Kontrolinėje grupėje, kuriai nebuvo taikyta kineziterapija, skausmas sumažėjo ($p < 0,05$) 24 proc. nuo pradinės reikšmės, o tiriamojoje grupėje - taip pat ($p < 0,05$) 76 proc. nuo pradinės reikšmės. Lyginant rezultatus tarp grupių, skausmas efektyviau sumažėjo tiriamojoje grupėje ($p < 0,05$). Taip pat nustatyta, kad šešių savaičių kineziterapijos programa, kurios metu tiriamajai grupei buvo taikomi neurokognityviniai pratimai su Blazepod įranga, efektyviai sumažino skausmą ($d = 2,7$), pagerino dėmesio lankstumą ($d = 1,3$) ir darbinę atmintį ($d = 1,5$).

Išvados. Tyrimo rezultatai atskleidė, kad kineziterapija su neurokognityviniais pratimais, naudojant Blazepod įrangą, efektyviai sumažino skausmą, pagerino dėmesio lankstumą, darbinę atmintį ir sutrumpino reakcijos laiką sukamojo manžeto pažeidimo atvejais. Tuo tarpu kontrolinėje grupėje, nors judesių amplitudė ir raumenų jėga pagerėjo, reakcijos laikas pailgėjo, o kognityvinės funkcijos nepakito. Šie rezultatai pabrėžia neurokognityvinių intervencijų svarbą ne tik motorinei, bet ir kognityvinei reabilitacijai.

Reikšminiai žodžiai: Blazepod technologija, neurokognityviniai pratimai, sukamasis varžtis, kognityvinės ir motorinės funkcijos.

Literatūros šaltiniai:

- [1] Shepet, K. H., Liechti, D. J., & Kuhn, J. E. (2021). *Journal of Shoulder and Elbow Surgery*, 30(6), 1431–1444.
- [2] Zhang, M., Zhou, J., Zhang, Y., Zhang, X., Chen, J., & Chen, W. (2020). *Medical Science Monitor*, 26.
- [3] Tong, R., Carmignano, S. I. M. O. N. A., & Bellomo, R. O. S. A. (2016). *Advances in Medicine and Biology* (pp. 129-189).

SVEIKATOS MOKSLŲ STUDIJŲ PROGRAMOS STUDENTŲ FIZINIO AKTYVUMO IR KŪNO MASĖS INDEKSO ĮVERTINIMAS

Aringa Žandaraitė, asist. dr. Agnė Jakavonytė-Akstinienė

Autorius korespondentas: aringa.zandaraite@edu.ku.lt

Klaipėdos universitetas, Sveikatos mokslų fakultetas, Slaugos katedra

Šiandieniniame pasaulyje didelis dėmesys skiriamas sveikos gyvensenos įpročiams. Kaminsky et al. (2021) teigia, kad sveikos mitybos įpročiai, svorio kontrolė (tinkamo KMI palaikymas), nerūkymas, sveiki miego įpročiai ir reguliarus sportavimas – pagrindiniai sveikos gyvensenos komponentai, kurie mažina sergamumą širdies ir kraujagyslių ligomis [1]. Kumar et al. (2022) nurodė, kad fizinis aktyvumas turi įtakos kognityvinėms funkcijoms [2]. Be to, Appelqvist-Schmidlechner et al. (2020) atlikto tyrimo metu nustatė, kad fizinis pasirengimas teigiamai veikia žmonių psichikos sveikatą, ir pabrėžė raumenų ir širdies-kvėpavimo sistemų fizinio pasirengimo svarbą su sveikata susijusios gyvenimo kokybės gerinimui [3]. Pagal PSO rekomendacijas suaugę žmonės sportui turi skirti 150 minučių per savaitę, vienos treniruotės trukmė turi būti nemažiau nei 10 minučių [4]. Tačiau nerimą kelia tai, jog didelė dalis žmonių nesilaiko rekomenduojamų fizinio aktyvumo normų bei renkasi pasyvų gyvenimo būdą.

Tikslas – įvertinti sveikatos mokslų studijų programos studentų fizinį aktyvumą ir kūno masės indeksą.

Metodika. Apklausta 203 sveikatos mokslų studijų programos studentai. Apklausa atlikta 2024 m. vasario – kovo mėnesiais. Respondentų apklausai sudaryta anketa remiantis *Suaugusių Lietuvos žmonių gyvensenos* tyrime naudotu klausimynu. Atlikta statistinė duomenų analizė panaudojant „Excel 2020“ programą. Tyrimas vykdytas laikantis etinių principų.

Rezultatai. Tyrime dalyvavo 203 respondentų, iš kurių daugiausiai (68 proc.) buvo moterys. Šiek tiek daugiau nei trys ketvirtadaliai (77,6 proc.) tiriamųjų priklausė 18-27 metų amžiaus grupei. Atlikus tyrimo duomenų analizę nustatyta, kad labai maža dalis (6,6 proc.) studentų savo fizinį pajėgumą įvertino kaip labai gerą, šiek tiek daugiau nei trečdalis (34,7 proc.) manė, jog jų fizinis pajėgumas yra gana geras, beveik pusė (46,9 proc.) vertino patenkinamai, o net 10,7 proc. teigė, kad jų fizinis pajėgumas yra gana blogas.

Didžiosios dalies (72,3 proc.) respondentų KMI buvo normalus (18,5-25), šiek tiek mažiau nei penktadalis (15,2 proc.) tiriamųjų turėjo antsvorį, vos keletas (6,6 proc.) kūno svoris buvo per mažas ir 5,1 proc. studentų buvo nutukę. Mažiau nei penktadalis (10,6 proc.) tyrimo dalyvių nurodė, kad sportavo kasdien, šiek tiek daugiau nei pusė (52,5 proc.) – vieną arba 2-3 kartus per savaitę, vos keletas (9,1 proc.) – 4-6 kartus per savaitę.

Išvados. Ištyrus studentų fizinio aktyvumo įpročius išsiaiškinta, kad daugiau nei pusė studentų yra fiziškai aktyvūs. Be to, daugumos kūno masės indeksas buvo normalus.

Reikšminiai žodžiai: healthy lifestyle, physical activity, students.

Literatūra:

[1] L.A. Kaminsky et al., *Progress in Cardiovascular Diseases* 2022, 70, 8-15.

[2] M. Kumar et al., *Scientific Reports* 2022, 12(1), 2725.

[3] K. Appelqvist-Schmidlechner et al. *BMC Public Health* 2020, 20:842.

[4] I. Janssen et al., *Health Promotion and Chronic Disease Prevention in Canada* 2022, 129–138.

Sergančiųjų širdies ir kraujagyslių ligomis maisto papildų vartojimas ir žinios apie juos

Ieva Širvytė¹, doc. Dr. Simona Paulikienė²

1,2 Vilniaus kolegija, Sveikatos priežiūros fakultetas

Autorius korespondentas: ieva.sirvyte7@gmail.com

Anotacija

Širdies ir kraujagyslių ligos (ŠKL) vis dar yra viena pagrindinių mirties priežasčių visame pasaulyje. 2021 metais dėl širdies ir kraujagyslių ligų pasaulyje mirė daugiau nei 20 mln. žmonių, taip pat prognozuojama, jog mirtingumo rodikliai ir toliau augs [1]. Pagal statistinius duomenis, 2021 m. kas trečias Lietuvos gyventojas turėjo širdies ir kraujagyslių sistemos sutrikimų [2]. Didėjant sergamumui širdies ir kraujagyslių ligomis, kartu auga ir maisto papildų vartojimas [3]. Neatsakingas maisto papildų vartojimas sąveikoje su asmenų vartojamais širdies ir kraujagyslių sistemą veikiančiais vaistais gali sukelti ryškius šalutinius požymius [4]. Todėl yra svarbu mokyti pacientus apie maisto papildų vartojimą, ypač dėl jų sąveikos su širdies ir kraujagyslių ligas veikiančiais vaistais bei galimų neigiamų pasekmių.

Tyrime analizuojama žinių apie maisto papildus svarbą jų vartojimui, kokie veiksniai lemia informuotumo lygį, ryšį tarp maisto papildų vartojimo pasirinkimo bei ligos trukmės.

Tyrimo tikslu siekta įvertinti sergančiųjų širdies ir kraujagyslių ligomis maisto papildų vartojimą ir žinias apie juos. Tyrimo metu buvo atlikta anoniminė anketinė apklausa. Apklausoje dalyvavo 162 pacientai, suskirstyti į dvi grupes pagal ligos trukmę: iki 10 metų ir daugiau nei 10 metų. Duomenų analizė atlikta naudojant statistinės analizės programą SPSS 22.0.

Rezultatai parodė, kad dažniausiai pacientai vartoja žuvų taukus ir vitaminą D, tuo tarpu geležies papildai vartojami rečiausiai. Ilgiau nei 10 metų sergantys pacientai dažniau vartojo B grupės vitaminus ir buvo labiau informuoti apie žuvų taukų poveikį širdies ritmui. Mažiau nei 10 metų sergantys pacientai geriau suprato vitamino D naudą širdies ir kraujagyslių sistemai. Dauguma respondentų prieš vartodami papildus skaito informacinius lapelius, tačiau retai konsultuojasi su sveikatos priežiūros specialistais.

Išvados rodo, kad pacientų žinios apie maisto papildų ir jų vartojimo ypatumus yra nepakankamos, todėl būtina stiprinti informacijos sklaidą ir skatinti sveikatos priežiūros specialistų išitraukimą į pacientų konsultavimą dėl maisto papildų vartojimo. Atsižvelgiant į didėjantį ŠKL sergančiųjų ir papildus vartojančių pacientų skaičių, sveikatos priežiūros specialistai turėtų aktyviau padėti pacientams rinktis saugius ir efektyvius papildus.

Reikšminiai žodžiai: širdies ir kraujagyslių ligos, maisto papildai.

Literatūros šaltiniai:

[1] Murray, C. J. L. (2022). *Nature Medicine*, 28(10), 2019–2026.

[2] Stukas, R., Arlauskas, R., Butikis, M., & Dobrovolskij, V. (2019). *Visuomenės sveikata*, 4(87), 75–79.

[3] Aliyu, A. A., Karishma, S., Abdurrahman, M., & Usman Tsoho, A. (2020). *International Journal of Scientific Development and Research*, 5(11), 26–35.

[4] Djuricic, I., & Calder, P. C. (2021). *Nutrients*, 13(7), 1–23.

Nasolabialinių raukšlių atsiradimo priežastys: literatūros apžvalga

Inesa Semenova¹, Zita Gierasimovič^{2,3}

¹ SMK Aukštoji mokykla, Kalvarijų g. 137E, Vilnius

² VU Medicinos fakultetas Sveikatos mokslo institutas, K.M. Čiurlionio g. 21, Vilnius

³ SMK Aukštoji mokykla, Kalvarijų g. 137E, Vilnius

Autorius korespondentas: zita.gierasimovic@mf.vu.lt

Anotacija

Vis daugiau dėmesio skiriama neinvazinėms procedūroms, kurios gali padėti sumažinti veido raukšlių matomumą be chirurginių intervencijų, turinčių tam tikrų sveikatos rizikų [1]. Nasolabialinės raukšlės yra susijusios su senėjimo procesu, odos suglebimu, kolageno ir elastino praradimu. Su amžiumi raukšlių srityse sulėtėja kraujotaka bei prastėja mikrocirkuliacija, oda praranda gebėjimą atsinaujinti [2]. Veikiant gravitacijai, oda nusileidžia žemyn ir suformuoja gilesnes nasolabialines raukšles [3]. Išoriniai, vidiniai veiksniai ir gyvenimo būdas lemia iki 90 proc. odos senėjimo priežasčių: žalingi įpročiai, stresas, miego kokybė, hormonų kaita, fizinis aktyvumas bei aplinkos užterštumas lemia laisvųjų radikalų susidarymą ir oksidacinį stresą, dėl to pažeidžiamos ląstelės ir vyksta priešlaikinis odos senėjimas. Dėl vidinių veiksnių lėtėja metabolizmas, mažėja elastino, kolageno skaidulų bei hialurono rūgšties kiekis, plonėja poodinis riebalinis audinys, atsiranda odos raukšlėtumas. Miego raukšlės susidaro gulint ant šono ar pilvo, tuomet raukšlių susiformavimą lemia tempimo ir spaudimo jėga, oda praranda elastingumą, raukšlės vis gilėja. Dėl raumenų susitraukimo atsiranda mimikos raukšlės, laikui bėgant jos tampa nuolatinės. Sveika mityba padeda atitolinti senėjimo procesą ir raukšlių susidarymą, o vanduo - išlaikyti drėgmę odoje. Raukšlių atsiradimui, įtakos turi ir stresas, kai išsiskiria kortizolis - streso hormonas, kuris siaurina kraujagysles, kelia kraujospūdį. Veikiant kortizoliui, oda tampa plonesnė, jautresnė aplinkos veiksniams [2]. Streso metu išsiskiria adrenalinas, dėl kurio veikimo dermos kapiliarai ima spazmuoti, sulėtėja kraujotaka, mažėja odos aprūpinimas deguonimi, oda gali būti išblyškusi, gali atsirasti raudonų dėmių. Stresorių poveikis pridisponuoja lėtinių odos ligų atsiradimą, stabdo kolageno baltymų sintezę, prarandamas odos elastingumas. Genetika nulemia odos tipą ir yra siejama su odos senėjimo procesais, raukšlių atsiradimu. Sausa oda sensta daug greičiau, greičiau formuojasi smulkios raukšlelės. Riebesnė oda sensta lėčiau, raukšlės yra ne tokios smulkios, jų būna mažiau, kartais jos gilesnės [2, 3].

Veido raukšlės vertinamos remiantis Fitzpatrick veido raukšlių klasifikacija. Pirmas tipas vertinamas 1-3 balais, kuomet matomos smulkios raukšlės, antras tipas – stebimos smulkios iki vidutinio gylio raukšlės ir vertinama 4 - 6 balais. Smulkios ir gilios raukšlės, turinčios daug linijų su arba be perteklinio odos kiekio, vertinamos 7- 9 balais, jos priklauso trečiam tipui.

Siekiant išvengti raukšlių svarbus vaidmuo tenka vidinei hidratacijai, kuri palaiko veido odos drėgmę, priklauso nuo kraujotakos ir odos gebėjimo išlaikyti vandenį. Tai priklauso nuo hidrolipidinės mantijos vientisumo, natūralaus drėkinamojo faktoriaus (angl. *Natural Moisturizing Factor*) bei tarpląstelinės korneocitų hidratacijos [4]. Odos vandens kiekį kontroliuoja drėkinamieji veiksniai, tokie kaip kolagenas, keramidai ir hialurono rūgštis. Aplinkos veiksniai, endokrininė sistema turi poveikį hidrolipidinei mantijai ir optimalaus drėgmės balanso odos audiniuose palaikymui. Hidrolipidinė mantija daro įtaką odos išvaizdai, suteikia odai elastingumo, mažina nasolabialines raukšles, palaiko pastovų pH (4,5–5), oda atrodo lygi, raukšlės nežymios. Aprūpinti odą vandeniu padeda integralūs membraniniai baltymai – akvaporinai, kurie sulaiko vandenį odoje. Nasolabialinių raukšlių formavimui turi poveikį endogeniniai veiksniai ir mineralų trūkumas [5]. Kūne sumažėjus estrogenų gamybai, moterims atsiranda raukšlių bei struktūrinių odos pakitimų, vyrų oda sensta, atsiranda raukšlėtumas dėl mažėjančio testosterono kiekio.

Reikšminiai žodžiai: vidiniai, išoriniai veiksniai, raukšlės, stresoriai.

Literatūros šaltiniai:

- [1] U.J. Hwang, et al. *Aesthetic Surgery Journal*, 2018, 38(5):463-476.
- [2] F. Simonacci, et al. *Ann Med Surg (Lond)*, 2017, 27, 20, 49-60.
- [3] L. Hilton L. *Dermatology Times*, 2017, 76-8.
- [4] Y. Tanaka Y. *J Clin Aesthet Dermatol*, 2017, 10(2), 45-51.
- [5] A. Clark, et al., *Facial Plast Surg Clin North Am*, 2015, 23 (3), 285–95.

Dvasingumas socialiniame darbe kaip profesinės kompetencijos elementas

Greta Klapatauskienė, doc. dr. Indrė Dirgėlienė

Klaipėdos universitetas, Sveikatos mokslų fakultetas, Socialinio darbo katedra

Socialiniai darbuotojai dirba su paslaugų gavėjais, kurių gyvenimus dažnai lydi krizės, emociniai sunkumai, socialinė atskirtis ar egzistenciniai klausimai. Tokiose situacijose nepakanka vien techninių įgūdžių ar teorinių žinių – svarbu gebėti suteikti ne tik socialinę, bet ir emocinę bei dvasinę paramą. Pastaraisiais metais mokslininkų atlikti tyrimai rodo, kad dvasingumas socialiniame darbe šiandieninėje perspektyvoje yra reikalingas bei patvirtina jo reikšmę patiems specialistams. Tad socialiniams darbuotojams verta permąstyti dvasingumo prasmę jų profesinėje veikloje, nes tai gali prisidėti prie profesinių gebėjimų stiprinimo ir gilesnio požiūrio į paslaugų gavėjų gerovę.

Tikslas – išanalizuoti dvasingumo svarbą socialiniame darbe kaip neatsiejamą profesinės kompetencijos dalį.

Metodika. Mokslinės literatūros analizė.

Rezultatai. Socialinis darbuotojas dažnai veikia krizinėse situacijose, todėl jam būtinos profesinės, socialinės ir asmeninės kompetencijos [1]. Be profesinių žinių ir įgūdžių, svarbi ir socialinio darbuotojo asmenybė – jo vertybės, pasaulio suvokimas bei sprendimų priėmimo būdas. Būtent emociškai brandi asmenybė yra žmogus, turintis aukštą savivokos lygį, atsakingai sprendžiantis gyvenimo iššūkius, gebantis reflektuoti savo emocijas ir požiūrį, puoselėjantis sveikus santykius su kitais bei nuolat tobulėjantis ir priimantis atsakomybę už savo veiksmus [1]. Socialinio darbuotojo asmenybė, pagrįsta aukštomis vertybėmis ir atsakingu požiūriu į gyvenimą, tampa susijusi su dvasingumu, kuris formuoja socialinio darbuotojo moralinį pagrindą. Dvasingumas kaip asmeninė patirtis, jungia ryšį su savimi, kitais ir aukštesne jėga ar tikslu, siekiant atrasti gyvenimo prasmę, harmoningą pusiausvyrą ir asmeninį tobulėjimą [2]. Dvasingumas, apimantis gyvenimo prasmės, vertybių, moralės, giluminio santykio su savimi ir kitais aspektus, padeda socialiniam darbuotojui išlaikyti emocinę pusiausvyrą, empatiją ir atsakomybę dirbant su paslaugų gavėjais. Tyrimai rodo, kad socialinio darbuotojo dvasingumas leidžia išlaikyti holistinį požiūrį, priimti etinius sprendimus, – visa tai stiprina jo santykį su paslaugų gavėju [3,4,5,6]. Tai rodo, kad socialinio darbuotojo dvasingumas yra stiprybė, kuri iš esmės nulemia visą pagalbos procesą, ir yra laikoma vienu iš esminių veiksnių, padedančiu siekti kuo aukštesnio profesionalumo lygio [3–6]. Be kita ko, dvasingumas, teikiant pagalbą krizės situacijoje, tampa jungtimi, kuri padeda specialistui pačiam išlaikyti emocinį stabilumą, leidžia su pagarba ir atjauta palydėti paslaugų gavėją krizės situacijoje, suteikiant jam reikalingą pagalbą.

Išvados. Dvasingumas socialiniame darbe nėra tik individualus asmenybės bruožas – jis yra svarbus profesinės kompetencijos elementas, ypač veikiant krizės sąlygomis. Dvasingumo integracija į profesinę veiklą gali prisidėti prie aukštesnio specialistų profesionalumo bei kokybiškesnės socialinės pagalbos teikimo.

Reikšminiai žodžiai: dvasingumas socialiniame darbe, socialinio darbuotojo asmenybė, profesinė kompetencija, krizių intervencija.

Literatūros šaltiniai:

- [1] T. N. Liobikienė (2016). Krizių intervencija socialinio darbo praktikoje, Vytauto Didžiojo universitetas: Versus Aureus.
- [2] A. Božek, P. F. Nowak, M. Blukacz. Front Psychol. 2020, (11)1997, 1–13.
- [3] C. Stewart, S. Lawrence & M. A. Burg. Journal of Religion & Spirituality in Social Work: Social Thought, 2019, (38)1, 3–20.
- [4] M. L. Parada. Journal of Religion & Spirituality in Social Work: Social Thought, 2022, 41(4), 351–368.
- [5] F. Gardner. Journal for the Study of Spirituality, 2020, 10(1), 72–83.
- [6] P. M. Bellian. Journal of Religion & Spirituality in Social Work: Social Thought, 2024, 43(4), 423–442.

VIEŠŲJŲ ERDVIŲ PRITAIKYMO NEĮGALIESIEMS LAISVALAIKIO PRALEIDIMUI VERTINIMAS: KLAIPĖDOS Miesto ATVEJIS

Martyna Virvilaitė¹, Biruta Švagždienė

Sporto ir turizmo vadybos katedra, Lietuvos sporto universitetas, *Sporto g. 6, Kaunas, Lietuva.*

¹ *martyna.virvilaite@stud.lsu.lt*

Anotacija

Viešosios erdvės yra vienos iš svarbiausių kiekvieno asmens gyvenimo sudėtinių dalių. Viešoji erdvė, tai nepriklausoma teritorija nei valstybei, nei ekonominiams veiksniams, niekam, tai vieta, kurioje susirenka atskiri individai, kurie bendrauja jiems rūpimais klausimais ir temomis [1]. Viešosios erdvės yra įvairios urbanistinės vietos tokios, kaip parkai, miesto aikštės, žaidimų aikštelės, skverai, paplūdimiai ir viešasis transportas. Šios erdvės sukuria labai didelę vertę miesto kultūriniais ir laisvalaikio aspektams. Viešosios erdvės turi būti pritaikytos visiems asmenims, nepaisant jų rasės, amžiaus, socialinės padėties, lyties, ar neįgalumo [2]. Laisvalaikio praleidimas, tai vienas iš pagrindinių veiksnių, kuris skatina žmones siekti gyvenimo prasmės, aistros, malonumo ir sau užsibrėžto tikslo [3]. Laisvalaikis tai laisvas laikas, nuo darbo ar kitos įpareigojančios veiklos. Kuo turiningesnis laisvalaikis, įsitraukimas į jį, malonumo ir savarankiškumo buvimas, tuo mažesnė tikimybė yra protiškai greičiau pasenti [4]. Laisvalaikis daro teigiamą įtaką emocinei būsenai. Laisvalaikis gali būti įvairus, aktyvus, pasyvus, individualus arba kolektyviškas. Tik laisvai prieinamos viešosiose erdvėse gali būti užtikrintas socialinės atskirties nebuvimas visiems asmenims. Dėl šių priežasčių viešųjų erdvių pritaikymas laisvalaikio praleidimui tampa vis didesnė miestų infrastruktūros dalimi. Didėjant žmonių populiacijai, daugėja neįgaliųjų asmenų, todėl visuomenė tampa vis labiau suinteresuota į neįgaliuosius ir jų poreikius. Valstybės, atsižvelgdamos į neįgaliųjų integracijos problemą, priima įstatymus, kuriais siekiama užtikrinti tinkamas aplinkos sąlygas gerinant esančias ir diegiant naujas laisvalaikio praleidimo viešosiose erdvėse objektus. Neįgaliesiems asmenims, kaip ir bet kuriai asmenų grupei viešųjų vietų prieinamumas turi būti palankus. Asmenys trintys fizinę, sensorinę ar intelektinę negalią negali jausti diskriminacijos, kuri yra susijusi su viešųjų vietų prieinamumu. Nors tokie principai ir egzistuoja, tačiau didžioji dalis asmenų vis dar jaučia diskriminaciją [5].

Darbo tikslas – įvertinti viešųjų erdvių pritaikymą neįgaliesiems laisvalaikio praleidimui Klaipėdos mieste. Uždavinys buvo išanalizuoti viešųjų erdvių pritaikomumą neįgaliesiems praleidimui Klaipėdos mieste, pačių neįgaliųjų požiūriu. Tyrimui atlikti buvo pasirinktas kokybinio tyrimo struktūrizuotas interviu metodas. Tyrime dalyvavo aštuoniolika asmenų, iš kurių keturi asmenys turintys sensorinę negalią, šiuo atveju tai kurtieji asmenys, ir keturiolika turinčių fizinę negalią. Tyrimo metu siekiama išsiaiškinti ką tiriamiesiems reiškia viešosios erdvės ir laisvalaikis, ar šios erdvės yra pataikytos laisvalaikio praleidimui. Su kokiomis kliūtimis susiduria neįgalieji asmenys Klaipėdos mieste siekdami praleisti laisvalaikį bei kokių pasiūlymų turi, kad šias kliūtis būtų galima sumažinti arba panaikinti.

Reikšmingi žodžiai: viešoji erdvė, laisvalaikis, pritaikymas neįgaliesiems, viešųjų erdvių pritaikymas.

Literatūros sąrašas

1. Kellner, D., *Philosophy & Social Criticism* 2024, 50(1), 10-27.
2. Oberliesen, E., Peinhardt, K., Storrang, N., *Planning magazine* 2021.
3. Vacher, P., Sondt, N., Levillain, G., Bossard, C., Prost, M., Bernier, M., *Frontiers in Psychology* 2022, 13, 926419.
4. Wenzel, K. V., *J Cogn Enhanc* 2024, 8, 118-154.
5. Eusébio, C., Alves, J., Carneiro, M., Teixeira, L., *Annals of Leisure Research* 2023, 27, 1-25.

Effects of Smoking on Expiratory Flows in Young Physically Active Adults

Adrija Barvainaitė¹, Eglė Budrytė¹, Aldona Gružienė¹, Sigita Kerzienė², Artūrs Paparde¹

¹*Lithuanian University of Health Sciences (LSMU), Medical Academy, Institute of Physiology and Pharmacology*

¹*Lithuanian University of Health Sciences (LSMU), Medical Academy, Department of Physics, Mathematics and Biophysics*

Abstract

Background: Tobacco smoking is recognized as the leading risk factor for chronic obstructive pulmonary disease (COPD) [1]. Moreover, COPD-associated expiratory central airway collapse (ECAC) is a frequently overlooked benign airway obstructive disease with complex causes and unclear pathological and physiological mechanisms [2]. Forced expiratory flows are valuable measures for tracking airway obstruction, determining its severity, and monitoring fluctuations [3] in both experimental and clinical settings. Previous studies have indicated that PEF and FEF75% are effort-dependent parameters originating from large airways [5]. Similarly, FEF50% and FEF25% represent effort-independent parameters, and together, these values serve as potentially sensitive markers of obstructive peripheral airflow [4]. Additionally, there have been inconsistent findings regarding the impact of smoking on medium and large airways [6]. On the other hand, physical activity can improve respiratory function. Physical fitness levels influence expiratory airflow during exercise, with fitter individuals experiencing greater increases in airflow [7]. Furthermore, physical exercise generally increases the demand on respiratory muscles, enhancing their mechanical power during exertion [8]. Given the inconsistencies in previous findings and the potential benefits of physical activity on respiratory function, this study aims to better understand the relationship between smoking, physical fitness, and peak expiratory flow rate.

Methods: A cross-sectional study was conducted on 63 second-year male medical students (mean age 21.05 ± 0.03) from the Lithuanian University of Health Sciences. Participants were divided into three groups: non-smokers who were not physically active (C-control), physically active non-smokers (A-athletes), and physically active smokers (S-smokers). Forced spirometry was performed using a Spirometer EK56 (Helige, Freiburg, Germany).

Results: The results showed normal respiratory parameters, indicating no clinically significant changes in the respiratory system and no signs of restrictive, obstructive, or mixed pathologies. However, effort-dependent parameters such as PEF and FEF75% were significantly lower than predicted values across all groups. Moreover, physically active smokers had significantly lower PEF ($A=9.16 \pm 1.27$ vs. $S=8.00 \pm 1.67$; $P<0.05$) and FEF75% ($A=8.79 \pm 1.06$ vs. $S=7.66 \pm 1.68$; $P<0.05$) compared to physically active non-smokers. Conversely, effort-independent parameters such as FEF50% and FEF25% were significantly higher than predicted values in all groups. A similar trend was observed in FEF50%, where physically active non-smokers had significantly higher flows compared to non-smokers and smokers ($A=7.43 \pm 0.98$ vs. $C=6.55 \pm 1.26$ and $S=6.58 \pm 1.35$; $P<0.05$).

Conclusions: Physically active young males generally have better lung function than their inactive counterparts, even if they have been smoking for 2–3 years. However, smoking diminishes this advantage, and further research is needed to understand its full impact.

References:

1. N. Murgia, A. Gambelunghe, *Respirology* 2022, 27 (6), 399–410
2. Z. Pengcheng et al., *COPD CHEST Review*, 2025, 1-20
3. D. S. Kwon et al., *Int J Chron Obstruct Pulmon Dis*. 2020 Nov 12;15, 2913–2921.
4. P. H. Quanjer et al., *Eur Respir J* 1997, Suppl. 24, 2S-8S.
5. American Thoracic Society, *Amer J Respir Crit Care Med* 1995, 152, 1107-1136.
6. M. H. Boskabady et al., *Tanafoos* 2003, 2, 23-30.
7. F. Haas et al., *Med Sci Sports Exerc* 1985, 17, 585-592.
8. A. Aliverti, *Breathe (Sheff)* 2016, 12, 165-168.

Application of Artificial Intelligence in Dental Hygiene Practice and its Clinical Outcomes: Protocol of Systematic Literature Review

Martynas ANDRUSKA¹, Jurgita ANDRUSKIENE², Vitalij DENISOV³

¹ Student of Master's Study Programme Technical Information Systems Engineering,
Klaipeda University, Lithuania

² Department of Public Health, Faculty of Health Sciences, Klaipeda University, Lithuania
Corresponding author: Jurgita Andruskiene, email: jurgita.andruskiene@ku.lt

³ Department of Informatics and Statistics, Faculty of Marine Technologies and Natural Sciences, Klaipeda University, Lithuania

Objective: to develop the protocol of systematic literature review, aiming to identify and evaluate the relevant literature in order to derive conclusions on the application of artificial intelligence in dental hygiene practice and assessment of its clinical outcomes.

Methods: there were five steps included in the protocol of the systematic review: (1) PICO (Patient, Intervention, Comparison, Outcome) method was used for framing the research question; (2) scientific literature search and identifying relevant publications; (3) assessing study quality; (4) summarizing the evidence; (5) interpreting the findings.

Results: the literature search results were managed using Mendeley Reference Manager and Mendeley Desktop Software. The literature search was conducted using the databases: EBSCO host, Medline via PubMed, Science Direct, BMC Oral Health and Embase for the abstracts. The primary keywords “artificial intelligence, clinical outcomes, dental hygiene” were used. Each article’s title and abstract were evaluated for inclusion. The inclusion criteria were set as (1) “the title or abstract included the primary keywords; (2) peer-reviewed journal articles published in English between January 2014 and August 2024. The exclusion criteria: non-English and non-peer-reviewed journal articles published before 2014 were excluded. The Joanna Briggs Institute Critical Appraisal Checklists for case-control and cross-sectional studies were utilized to assess study quality (Munn et al., 2020). The inclusion criteria was 6 points out of 10. Systematic Reviews and meta-analyses were assessed using the Measurement Tool to Assess Systematic Reviews, applying inclusion criteria of 15 points out of 16.

Conclusions: the systematic literature review collects information from multiple studies, ensuring a comprehensive summary and quality assessment of the current evidence. The conclusions of the systematic literature review can help health care professionals make evidence-based decisions. Interprofessional collaboration of information technology specialists and dental hygienists plays an important role in achieving the most positive treatment outcomes.

Keywords: artificial intelligence, health care, dental hygiene, clinical outcomes, systematic literature review.

References:

Munn, Z., Barker, T. H., Moola, S., Tufanaru, C., Stern, C., McArthur, A., Stephenson, M., & Aromataris, E. (2020). Methodological quality of case series studies: an introduction to the JBI critical appraisal tool. *JBI evidence synthesis*, 18(10), 2127–2133. <https://doi.org/10.11124/JBISRIIR-D-19-00099>

Pagyvenusių žmonių mitybos problemos: literatūros apžvalga

Žaneta Valiulienė¹, Zita Gierasimovič^{2,3}

¹ Utenos Kolegija Medicinos fakultetas, Maironio g. 7, Utena

² VU Medicinos fakultetas Sveikatos mokslo institutas, K.M. Čiurlionio g. 21, Vilnius

³ SMK Aukštoji mokykla, Kalvarijų g. 137E, Vilnius

Autorius korespondentas: Žaneta Valiulienė, el. paštas.zanetavaliuliene@yahoo.com

Anotacija

Pagyvenusio amžiaus žmonės dažnai nesilaiko sveikos mitybos įpročių, dėl kurių padidėja gretutinių ligų rizika [1].

Tyrimo tikslas – apžvelgti mokslinę literatūrą apie pagyvenusių žmonių mitybos problemas. Netinkamą mitybą senatvėje galima sieti su stresu, sumažėjusiu imunitetu, o tai lemia didesnę polinkį sirgti neinfekcinėmis ligomis [2]. Sveika mityba užtikrina geresnę emocinę ir fizinę sveikatą [3]. Kas penktas vyresnio amžiaus žmogus elgiasi neatsakingai savo sveikatos atžvilgiu ir turi žalingus įpročius, kurie neigiamai atsiliepia sveikatai [4]. *Byeon* (2019) tyrimai pabrėžė, kad žmogaus organizmo funkcionavimui yra reikalingas pakankamas kiekis būtinų maistinių medžiagų [5]. Veiksniai, kurie atsiranda dėl biologinio senėjimo procesų, turi poveikį kramtymo, rijimo, kvapo ir uoslės pokyčiams bei savarankiškumo sumažėjimui [6]. Kramtymo gebėjimai neretai būna sutrikdomi dėl dantų netekimo arba netinkamai pritaikytų protezų, todėl mityboje didesnę dalį turėtų užimti virtas, trintas maistas, kuris būtų tinkamos konsistencijos ir temperatūros [7, 8]. Žmonėms, turintiems pažengusią demenciją, būdingi dideli rijimo sunkumai. Demencija sergantys žmonės dažniau netinkamai maitinasi, jiems krenta svoris ir tai yra susiję su demencijos progresavimu [9]. Senstant susilpnėja kvapo ir skonio pojūčiai, todėl neretai pagyvenusiam asmeniui dingsta apetitas ir noras valgyti, dažnai sunku atidaryti ir skaityti maisto pakuotes [10]. Nemenką įtaką sveikos mitybos pokyčiams turi pagyvenusių asmenų gyvenimo būdas ir savarankiškumo sumažėjimas [11]. Socialinė izoliacija gali prisidėti prie prastos mitybos, nes vyresni žmonės, kuriems reikia pagalbos, gali neturėti, kas jiems padėtų pavalgyti. Skurdas ir mažos pajamos reiškia, kad asmenų finansinės galimybės gauti maisto gali būti labai apribotos be pagalbos [11]. Žalingų įpročių neigiamas poveikis pagyvenusių asmenų sveikatai pasireiškia gretutiniais susirgimais (kepenų ciroze, diabetu, psichosocialiniais rizikos veiksniais) [6]. Vyresnio amžiaus žmonės taip pat gali turėti antsvorio arba būti nutukę dėl netinkamos mitybos, kai ji yra prastos kokybės [9, 11]. Pagyvenusių žmonių medžiagų apykaita yra sulėtėjusi, mažėja organų funkcija, keičiasi kūno sudėtis, žmogus pasunkėja apie 2–7 kg, atsiranda virškinimo problemų, dažna obstipacijos problema, tai turi įtakos maisto vartojimui [5, 8]. Sveika mityba ne tik gerina fizinę sveikatą, bet ir sukuria pozityvią psichologinę būklę, kuri gerina virškinimo procesą ir bendrą žmogaus savijautą.

Išvados. Pagyvenusių žmonių rūpinimasis mityba dažnai nėra prioritetinis aspektas. Mitybą, dėl senatvinių pokyčių, apsunkina kramtymo sunkumai, uoslės praradimas, savarankiškumo sumažėjimas, dažni vidurių užkietėjimai ir žalingų įpročių turėjimas.

Reikšminiai žodžiai: mityba, problemos, savijauta, sveikata.

Literatūros šaltiniai:

- [1] J. Tilly, Center for Policy and Evaluation. 2017, 2-4.
- [2] V. Jenciūtė, ir kt., Visuomenės sveikata, 2015, 1, 51–55.
- [3] V. Flaudias, et al., J Behavioral Addictions, 2020, 826-835.
- [4] A.J. Cruz-Jentoft, et al., Nutrients, 2018, 10(3), 269.
- [5] H. Byeon. Int J Environ Res Public Health, 2019,16 (20),4051.
- [6] M. Mazidi, et al., Diabetes Metab Syndr, 2017;11(1):65-71.
- [7] A. A. Rashidi, et al., J Res Health Sci, 2018,18(4),e00426.
- [8] V. Griner-Abraham, Soins Gerontol, 2017, 22(123),125.
- [9] S. Soenen, et al., J of the American Medical Association, 2013, vol.14, 642-648.
- [10] J.A. Wolfson, Nutrients, 2020,12(6),1648-57.
- [11] K.N. Porter Starr, et al., Gerontol A Biol Sci Med Sci, 2016, 71(10), 1369-75.

Migration of Endocrine Disrupting Compounds into Food – Mechanisms, Risks, and Mitigation Strategies

Monika Śmielowska^{1,2}, Reda Dzingelevičienė¹, Bogusław Buszewski^{1,2}

¹ Faculty of Health Science, Klaipeda University, H. Manto Str. 84, Klaipeda 92294, Lithuania

² Kuyavian-Pomeranian Science and Technology Center of prof. Jan Czocharalski in Toruń, Krasińskiego Str. 4, Toruń, 87-100, Poland

Corresponding author: m.smielowska@centrumczocharalskiego.pl

Abstract

Endocrine-disrupting compounds (EDCs) pose a significant challenge in the context of food safety, as they can migrate into food from packaging, processing materials, and the environment. This presentation will discuss key mechanisms of EDC migration into food, including diffusion, sorption, and release due to physicochemical factors. The potential health effects of exposure to these substances, particularly their impact on human endocrine regulation, will also be discussed. A crucial aspect of the talk will be the analysis of risk mitigation strategies, including regulatory frameworks, alternative packaging materials, and advanced detection methods for these compounds. The presentation aims to highlight the importance of an interdisciplinary approach to this issue and the need for further research in this field.

Keywords: endocrine disrupting compounds (EDC), food safety, xenobiotics, migration potential

Acknowledgments: This work is supported by Research Council of Lithuania (LMTLT), agreement No S-PD-24-50.

Efficiency of Interventions to Promote Healthy Eating in University Students: A Systematic Review Between 2015-2024

Kathia Sehtman¹, Oscar Romero², Arnoldo J. González³

¹Universidad del Valle, Nicaragua

²Universidad de Málaga, España

³Universidad Pedagógica Experimental Libertador, Venezuela

Corresponding autor: ksehtman@univalle.edu.ni

Abstract

University students face challenges that can negatively impact their eating habits, such as lack of time, stress, social pressure, and the food options available in their places of study. Adherence to the Mediterranean diet is associated with benefits for physical and mental health, while low consumption of fruits and vegetables is related to high levels of stress [1]. Additionally, it has been found that university students have low levels of physical activity [2], which, together with an unhealthy diet, can lead to physical health problems and overweight [3]. Finally, it has been shown that eating breakfast is positively related to academic performance, while the consumption of fast food is inversely related [4]. Therefore, this research aims to determine the efficiency of interventions that promote nutrition as part of a healthy lifestyle in the university context. This study was conducted as a systematic literature review following the PRISMA methodology [5]. A systematic review of the scientific literature was carried out in the Sciencedirect and PubMed databases to identify studies on the effectiveness of interventions that promote healthy eating in university students. Inclusion and exclusion criteria (language of publication, years of publication, type of study, and availability of the full text) were applied to select eligible studies. After the selection process, 14 studies that met the eligibility criteria were included. The results of the review suggest that interventions that promote healthy eating in university students are effective in improving their eating habits. Most of the interventions reviewed had a minimum duration of four weeks (online, text messages, mobile applications) and focused on educational strategies to encourage the consumption of fruits and vegetables, reduce the consumption of processed and sugary foods, and raise awareness of the negative consequences for cardiovascular health and overweight associated with an unhealthy diet. Although some interventions also included physical activity (PA) components, few studies evaluated the impact of interventions on the mental and emotional health of students, so future research may explore the effects of interventions to promote healthy eating on the mental and emotional health of university students, in order to design more comprehensive and effective interventions.

Keywords: healthy life style, nutrition, college students, eating habits

References

- [1] M. Antonopoulou et al., Int J Health Plann Manage 2020, 35(1), 5–21
- [2] N. Yahia et al., Perspect Public Health 2015, 136(4), 231–244
- [3] A.-M. Batiha et al., Nurs Child Young People 2018
- [4] P. R. Reuter et al., Journal of American College Health 2021, 69(8), 921–927
- [5] M. J. Page et al., BMJ 2021, 372

Klaipėdos rajono vaikų dantų ėduonies intensyvumo indeksas 2016-2022 metų laikotarpiu

Jurgita ANDRUŠKIENĖ¹, Monika STEPONKIENĖ², Aurelija PODLIPSKYTĖ³

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

Autorius susirašinėjimui: Jurgita Andruskiene, email: jurgita.andruskiene@ku.lt

² *Klaipėdos rajono savivaldybės visuomenės sveikatos biuras, Lietuva*

³ *Medicinos technologijų katedra, Sveikatos mokslų fakultetas, Klaipėdos universitetas, Lietuva*

Tikslas: išanalizuoti Klaipėdos rajone gyvenančių vaikų dantų ėduonies intensyvumo indeksą (toliau – KPI) amžiaus grupėse 2016-2022 metų laikotarpiu.

Kontingentas: analizuoti 1-18 metų vaikų (N=38276), gyvenančių Klaipėdos rajono savivaldybėje sveikatos pažymos duomenys. Mokiniai pagal amžių suskirstyti į 3 grupes: 1-6 m. (n=3817, 20,4 proc.), 7-12 m. (n=18281, 47,8 proc.) ir 13-18 m. (n=12178, 31,8 proc.).

Metodai: KPI indekso reikšmės gautos iš statistinės apskaitos formos Nr. E027-1 „Mokinio sveikatos pažymėjimas“, patvirtintos Lietuvos Respublikos sveikatos apsaugos ministro 2019 m. gegužės 14 d. įsakymu Nr. V-565 „Dėl elektroninės statistinės apskaitos formos Nr. E027-1 „Mokinio sveikatos pažymėjimas“ patvirtinimo“. Vaiko sveikatos pažymėjimo II dalyje gydytojas odontologas nurodo dantų ėduonies intensyvumo rodiklį, t. y. kiek pažeistų ėduonies, plombuotų bei dėl ėduonies išrautų pieninių bei nuolatinių dantų turi vaikas. Informaciją apie pieninius dantis nurodoma prie raidžių k, p, i, informacija apie nuolatinius dantis – prie raidžių K, P, I. Kada KPI reikšmė yra mažesnė nei 1,2 - ėduonies intensyvumas apibūdinamas kaip labai žemas; nuo 1,2 iki 2,6 – žemas, nuo 2,7 iki 4,4 - vidutinis; nuo 4,5 iki 6,5 - aukštas ir labai aukštas, kai rodiklis yra didesnis nei 6,5. Paskaičiuoti grupių vidurkiai ir standartiniai nuokrypiai.

Rezultatai: kpi vidurkis, atspindintis pieninio sąkandžio dantų ėduonies intensyvumą, 1-6 m. grupėje buvo 1,95 (SN=1,46), 7-12 m. 2,81 (SN=1,49), 13-18 m. 0,12 (SN=0,11). KPI vidurkis, atspindintis nuolatinių dantų sąkandžio dantų ėduonies intensyvumą, 1-6 m. grupėje buvo 0,07 (SN=0,06), 7-12 m. 1,11 (SN=0,66), 13-18 m. 4,19 (SN=0,97). Kpi+KPI vidurkis, atspindintis mišraus dantų sąkandžio dantų ėduonies intensyvumą, 1-6 m. grupėje buvo 1,99 (SN=1,48), 7-12 m. 3,92 (SN=0,87), 13-18 m. 2,30 (SN=0,90).

Išvados. Pieninio sąkandžio dantų ėduonies intensyvumas 1-6 m. vaikų amžiaus grupėje nustatytas kaip žemas 2016-2022 m. laikotarpiu, nuolatinių ir mišraus sąkandžio dantų ėduonies intensyvumas buvo vidutinis.

Raktiniai žodžiai: dantų ėduonis, dantų ėduonies intensyvumas, vaikai.

Characteristics Of A Patient With Type 2 Diabetes During A 10-Year Observation Period In A Dietetic Clinic

Katarzyna Witana-Hebda¹, Gabriela Nowakowska¹, Agnieszka Genowska²

¹ Cracow School of Health Promotion, Cracow, Poland

² Medical University of Bialystok, Department of Public Health, Bialystok, Poland

Corresponding author: katarzyna.witana-hebda@kwszp.edu.pl

Abstract

Type 2 diabetes is diagnosed in people with obesity, circulatory system diseases, and lipid metabolism disorders. It is usually a disease associated with adulthood, but recently it has been observed to occur more frequently in children and adolescents. The pancreas in patients with type 2 diabetes produces insulin, but the target tissues that insulin should act on - adipose tissue, muscle tissue, liver cells - become insulin resistant. As the disease progresses, insulin secretion by the pancreas seems to be insufficient for the resistant tissues. Due to insulin resistance and damage to the β cells of the pancreas, the glycemia value increases over time, and the hyperinsulinemia secondarily damages the β cells, deepening the disease. Four main therapeutic goals have been described: glycemia control, body weight control, risk factor control, cardiorenal protection. The aim of the study was to characterize a patient with type 2 diabetes reporting to a dietary clinic. During the study, patients with type 2 diabetes, reporting to the Goja Dietetic Clinic in Wieliczka, were examined over a period of 10 years (2013-2023). During the first visit, a health and nutritional interview was conducted, and eating habits and customs were discussed. The subjects were encouraged to undertake weight loss therapy and were educated about nutrition in diabetes and comorbidities. Each patient underwent a body composition analysis performed using the bioimpedance method using a medically certified Tanita MC-780MA-N device. In addition, BMI and waist and hip circumferences of the subjects were measured. The statistical analysis used the χ^2 independence test method, which is used in the case of testing the independence of non-measurable (qualitative) features. The significance level of $\alpha = 0.05$ was assumed. In the studied group consisting of 42 patients (27 women, 15 men), 65% were obese and 26% were overweight. Analysis of waist circumference showed that regardless of gender, 78% of the examined had a circumference greater than 88 cm. The total amount of adipose tissue in 86% of patients was at an increased level and obesity. Obesity and overweight occurred in 91% of the examined patients with type 2 diabetes. The study did not show any relationship between the lifestyle of the examined patients and their BMI ($p = 0.242$), lifestyle and the occurrence of arterial hypertension ($p = 0.780$), waist circumference and WHR and the occurrence of arterial hypertension in the examined patients ($p = 0.391$ and $p = 0.129$, respectively), or hypothyroidism and the amount of adipose tissue measured in the examined patients ($p = 0.336$). Obesity disease defined as excessive amount of adipose tissue, high level of visceral adipose tissue, hypertension, lipid metabolism disorders, type 2 diabetes allow for diagnosis of metabolic syndrome in the examined patients. The consequence of this is high risk of cardiovascular complications in this group of patients.

Keywords: type 2 diabetes, obesity, hypertension, cardiovascular diseases, physical activity, anthropometric measurements

Topic: Oxidative Potential of Atmospheric Microplastic and Microrubber Particles in Human Lungs: Implications for Respiratory Health

Neda Hashemi ¹, Sajjad Abbasi ^{*1,2}, Rita Vaičekauskaitė ³, Nerijus Dzingelevičius ⁴, Reda Dzingelevičius ⁴

¹ Department of Earth Sciences, College of Science, Shiraz University, Shiraz 71454, Iran

² Geo Science and Environment Department, CNRS, France

³ Faculty of Health Sciences, Klaipeda University

⁴ Marine Research Institute, Klaipeda University

Abstract:

While the distribution and effects of microplastics (MPs) have been extensively studied in aquatic systems, there exists little information on their occurrence in the terrestrial environment and their potential impacts on human health. In the present study, street dust and suspended dust were collected from the city and county of Asaluyeh, Iran. Samples were characterized by various microscopic techniques (fluorescence, polarized light, SEM) in order to quantify and classify MPs and microrubbers (MRs) in the urban and industrial environments that are potentially ingestible or inhalable by humans. In < 5-mm street dust retrieved from 15 sites, there were an average of 900 MPs and 250 MRs per 15 g of sample, with MPs exhibiting a range of colours and sizes (<100 to >1000 µm). Most street dust samples were dominated by spherical and film-like particles and MRs largely made up of different sizes of black fragments and fibrous particulates. Airborne dust collected daily over an eight-day period at two locations revealed the ubiquity of fibrous MPs of sizes ranging from about 2 µm to 100 µm and an abundance of about 1 per m⁻³. These samples contained small MR fragments whose precise characteristics were more difficult to define. Based on the median concentrations in street dust, estimates of acute exposure through ingestion are about 5 and 15 MP d⁻¹ and 2 and 7 MR d⁻¹ for construction workers and young children, respectively. Quantities of inhalable particulates were more difficult to define but the potential toxicity of MPs and MRs taken in by this route was evaluated from assays performed using particulates isolated from street dusts in the presence of an artificial lung fluid. Both types of particle exhibited oxidative potential, with MPs displaying consumptions of different antioxidants that were comparable with corresponding values for a reference urban particulate dust but lower than those for London ambient particulate matter. Thus, MPs and MRs contribute towards the

health impacts of urban and industrial dusts but their precise roles remain unclear and warrant further study.

ORO TARŠOS POVEIKIS KORONAVIRUSO INFEKCIJA SIRGUSIŲ MOTERŲ NĖŠTUMO BAIGTIMS

Alina Liepinaitienė^{1,2}, prof. dr. Audrius Dėdelė¹

¹Vytauto Didžiojo universitetas, Gamtos mokslų fakultetas, Aplinkotyros katedra

²Respublikinė Šiaulių ligoninė

Autorius korespondentas: alina.liepinaitiene@vdu.lt bei alinute91@gmail.com

Anotacija

Oro tarša yra pasaulinė visuomenės sveikatos problema, kuri vis dar nėra kontroliuojama [1, 2]. Todėl pandemijos metu nėščia moteris turėjo didesnę riziką susirgti su oro tarša susijusiais nėštumo rezultatais dėl oro taršos ir infekcijų trukdžių [3-5]. Paskelbta daug mokslinių straipsnių apie nėštumą, nėštumo stebėjimą ir oro taršos įtaką nėštumo baigtims [4-7]. Pandemija ne tik sukėlė rimtą emocinę ir psichinę įtampą, bet ir stipriai paveikė sveikatą bei gyvenimą. Tai apima ekonominius nuostolius, kurie padidina nėščių moterų jautrumą oro taršai [6]. Oro tarša vis dar yra pagrindinė pasaulinė sveikatos problema, kuri kelia pavojų besilaukiančioms motinoms, ypač COVID-19 epidemijos metu. Šiame tyrime vertinamas ryšys tarp oro taršos poveikio ir koronavirusu užsikrėtusių moterų nėštumo baigčių.

Metodai. Vadovaujantis PRISMA principais, buvo atlikta išsami literatūros apžvalga naudojant elektronines duomenų bazes, įskaitant Cochrane, PubMed ir Scopus. Buvo atlikta išsami naujausių recenzuotų tyrimų, kaip oro tarša veikia COVID-19 užsikrėtusių moterų nėštumo baigtį, analizė.

Rezultatai. Remiantis apžvalga, oro taršos poveikis yra susijęs su neigiamais nėštumo rezultatais, tokiais kaip negyvas gimimas, mažas gimimo svoris ir priešlaikinis gimdymas. Jame atkreipiamas dėmesys į padidėjusį nėščių moterų pažeidžiamumą kvėpavimo takų infekcijoms ir oro taršai, o tai rodo padidėjusį pavojų pandemijos metu. Daugybė tyrimų patvirtina išvadas, kurios rodo, kad nėščių moterų COVID-19 simptomai gali sustiprėti dėl oro taršos, o nėštumo baigtys būti sąlyginai prastesnės nei tų moterų, kurios nėštumo metu nesirgo COVID-19.

Išvados. Duomenys pabrėžia būtinybę imtis visuomenės sveikatos iniciatyvų siekiant sumažinti oro taršos poveikį nėščių moterų sveikatai, ypač virusinės pandemijos metu. Norint pagerinti tiek motinos, tiek vaisiaus sveikatos išsaugojimo metodus, reikia atlikti daugiau tyrimų.

Reikšminiai žodžiai: nėštumo baigtis, koronaviruso infekcija, oro tarša, nėštumas.

Literatūros šaltiniai:

- [1] Manisalidis I, Stavropoulou E, Stavropoulos A and Bezirtzoglou E (2020) Environmental and Health Impacts of Air Pollution: A Review. *Front. Public Health* 8:14.
- [2] Shaddick, G., Thomas, M.L., Mudu, P. et al. (2020) Half the world's population are exposed to increasing air pollution. *npj Clim Atmos Sci* 3, 23.
- [3] Shetty, S. S., Deepthi, D., Harshitha, S., Sonkusare, S., Naik, P. B., & Madhyastha, H. (2023). Environmental pollutants and their effects on human health. *Heliyon*, 9(9).
- [4] Giri, J., Raut, S., Rimal, B., Adhikari, R., Joshi, T. P., & Shah, G. (2023). Impact of air pollution on human health in different geographical locations of Nepal. *Environmental Research*, 226, 115669.
- [5] Howden-Chapman, P., Bennett, J., Edwards, R., Jacobs, D., Nathan, K., & Ormandy, D. (2023). Review of the impact of housing quality on inequalities in health and well-being. *Annual review of public health*, 44(1), 233-254.
- [6] Bai, W., Li, Y., Niu, Y., Ding, Y., Yu, X., Zhu, B., ... & Sun, Z. (2020). Association between ambient air pollution and pregnancy complications: a systematic review and meta-analysis of cohort studies. *Environmental Research*, 185, 109471.
- [7] Bekkar, B., Pacheco, S., Basu, R., & DeNicola, N. (2020). Association of air pollution and heat exposure with preterm birth, low birth weight, and stillbirth in the US: a systematic review. *JAMA network open*, 3(6), e208243-e208243.

The Importance of Physical Activity in Children to Promote Healthy Lifestyle

Farruh Ahmedov¹, Rahmonova Nafisa²

¹Samarkan State University, Uzbekistan

²University of Economics and Pedagogy, Uzbekistan

Corresponding author: Farruh Ahmedov, a-farrux@samdu.uz

Abstract

The aim of the study is to analysis physical activity in schoolchildren as a tool promoting the healthy lifestyle. Total of 68 physical education teachers who work at schools, participated in this study within the six-month to be informed modern content of physical education. Also, it was organized an observation of the classes and literature analysis was conducted. The obtained results indicated ta physical education is key tool to prevent children's health. In conclusion, the physical education classes should be taught as strong part of the school subject. Also, it should be explained modern content of the physical education.

Keywords: physical education, schoolchildren, healthy lifestyle, school subject.

Introduction

Today, the importance of physical education and its significance in promoting health and educating people is more crucial than ever before. International organizations, such as the World Health Organization (WHO), UNESCO, and the International Olympic Committee (IOC), are increasingly focused on expanding physical activity among populations. Based on the evidence, it can be pointed out that physical activity is one of the most effective ways to maintain health, enhance labor productivity, and improve overall well-being.

Engaging in regular physical activity not only contributes to physical fitness but also fosters mental clarity, reduces stress, and helps prevent a variety of chronic diseases. While, importance of physical activity, people is not following the general regulations and recommendations set by the WHO and UNESCO physical activity guidelines. WHO reported that nearly 1.8 billion adults at risk of disease from not doing enough physical activity [4].

A combination of physical activity and education is a highly effective approach to promoting academic and overall development. The association between physical activity and education has been shown to contribute significantly to academic success, especially during compulsory basic education [5]. While numerous studies have highlighted the positive outcomes of physical activity, the current study aims to provide new insights into this area, with a particular focus on early childhood. Specifically, the analysis of physical activity during the kindergarten stage of the education system is crucial, as it plays a foundational role in shaping children's cognitive, physical, and social development. Understanding how physical activity influences young learners at this critical stage can lead to more effective educational strategies and better outcomes in both academic and physical domains.

Methods

In this study, 68 physical education teachers working at schools participated. Over a six-month period (from January to June 2024), they engaged in specially designed theoretical online classes organized by the Retraining and Advanced Training Institute in Physical Education and Sports, Samarkand branch. These classes focused to share the following information: (I) worldwide physical education trends; (II) foreign experiences in the context of physical education, and (III) importance of physical activity in children.

Additionally, over the course of three months, we observed physical activity sessions held in the schools. These sessions were conducted two times a week, each lasting 45 minutes. Furthermore, we conducted a comprehensive review of the relevant literature on the topic using specialized databases such as Web of Science, SportDiscus, and Google Scholar. The relevant documents were carefully analyzed and used to inform the conclusions of our study.

Results and Discussion

The obtained results revealed that all physical education teachers were not well-informed about the physical activity guidelines set by the WHO and UNESCO. During the organized courses, these guidelines were thoroughly discussed, with a detailed explanation provided regarding the general regulations and specific requirements established by both organizations. This clarification helped the teachers gain a deeper understanding of the international standards for physical activity, which are crucial for promoting the health and development of young children. In this regard, it is essential to emphasize that promoting physical activity should be a key focus for the teachers who organize and lead these classes. Teachers play a pivotal role in fostering an environment that encourages physical activity, and therefore, it is crucial that they are well-equipped with the knowledge and understanding of its importance [6]. This means that the significance of physical activity should first and foremost be taught to the educators themselves, especially those working within the education system. By ensuring that teachers are thoroughly educated about the benefits and guidelines of physical activity, they can effectively impart this knowledge to children, thereby laying the foundation for a culture of physical health and well-being from an early age.

In relation to our observations, we aimed to clarify the current status and effectiveness of practical physical education classes in kindergartens. Our focus was on assessing how these sessions are being implemented in real-world settings and understanding their impact on young children's physical and cognitive development. By closely examining the structure, frequency, and quality of the physical education classes, we sought to gain a deeper insight into the strengths and areas for improvement in the existing practices. This analysis allowed us to better understand the practical application of physical activity within the kindergarten curriculum and how it aligns with the educational goals set by both national and international standards.

Based on the literature search results, it has been widely acknowledged that physical education (PE) in schools plays a crucial role in fostering a healthy lifestyle among children. Incorporating regular physical activity into the school curriculum is not only essential for promoting physical health but also significantly contributes to the overall well-being and academic performance of students.

Several studies highlight that children who engage in physical activity on a regular basis experience numerous physical health benefits, such as improved cardiovascular health, stronger muscles and bones, and enhanced motor skills [7]. Additionally, physical education helps in the prevention of childhood obesity, a growing concern in many parts of the world, by encouraging children to adopt healthier lifestyles early on. The positive effects of physical activity also extend to mental and emotional health. Children who participate in physical exercises tend to have lower levels of stress, anxiety, and depression, leading to better psychological well-being. Regular physical activity is known to boost mood and increase levels of endorphins, which are hormones that promote feelings of happiness and relaxation.

The positive impact of physical education extends beyond physical and emotional well-being. Research indicates that physically active children tend to perform better academically. Regular physical activity has been linked to improved cognitive function, attention span, and memory, all of which contribute to better academic achievement. Studies suggest that physical exercise can enhance concentration and the ability to process and retain information, which are essential skills for academic success. Additionally, engaging in physical activity has been shown to foster a sense of discipline and time management, which are valuable traits for students striving for academic excellence.

Furthermore, the integration of physical education into the school curriculum provides an opportunity to instill lifelong habits of physical activity. When children are exposed to a variety of physical activities from a young age, they are more likely to continue these habits into adulthood, ultimately leading to a lifetime of better health outcomes.

In conclusion, the literature consistently supports the idea that physical education in schools is an indispensable tool for promoting a healthy lifestyle, enhancing psychological well-being, and improving academic performance. Schools that prioritize physical education not only

contribute to the physical development of their students but also lay the foundation for their long-term mental, emotional, and academic success. Therefore, it is vital for educational policies to emphasize the importance of physical activity as part of a well-rounded curriculum, ensuring that all children have access to the benefits that come with regular exercise.

Conclusion

In conclusion, the results clearly demonstrate that physical education plays a crucial role in promoting children's health. It is essential that physical education be integrated as a central component of the school curriculum. Beyond physical activity, these classes should emphasize the significance of maintaining an active and healthy lifestyle. By prioritizing physical education, schools can help foster lifelong habits that contribute to the overall well-being of children, both physically and mentally.

References

1. Masala, D., Alice, M., Alessandra, S., Valeria, D. E., & Paolo, V. Attività lavorativa ed attività fisica: un binomio inscindibile. *IGIENE E SANITÀ PUBBLICA*, 73(2), 143-153. 2017
2. World Health Organization. *WHO guidelines on physical activity and sedentary behaviour*. World Health Organization. 2020.
3. Baena-Morales, S., & González-Víllora, S. Physical education for sustainable development goals: Reflections and comments for contribution in the educational framework. *Sport, Education and Society*, 28(6), 697-713. 2023.
4. World Health Organization. June 26. 2024.
5. Kari, J. T., Pehkonen, J., Hutri-Kähönen, N., Raitakari, O. T., & Tammelin, T. H. Longitudinal associations between physical activity and educational outcomes. *Medicine and science in sports and exercise*, 49(11), 2158. 2017.
6. Németh, Z., Shopulatov, A., Norboyev, K., Ahmedov, F., & Valente, S. N. Physical education teacher in middle schools: Requirements and academic profile. *International Journal of Instruction*, 17(3), 371-382. 2024.
7. Pangrazi, R. P., & Beighle, A. *Dynamic physical education for elementary school children*. Human Kinetics Publishers. 2019.

Kontrastinių medžiagų sukeliamas nepageidaujamas poveikis kompiuterinės tomografijos metu

Edita Jarmalienė¹, Doc. Dr. Zyta Kuzborsta^{2,3}

¹Vilniaus kolegija, Sveikatos priežiūros fakultetas, Medicinos technologijų ir dietetikos katedra, Didlaukio g. 45, Vilnius

²Vilniaus kolegija, Sveikatos priežiūros fakultetas, Slaugos katedra, Didlaukio g. 45, Vilnius

³Vilniaus Gedimino technikos universitetas, Mechanikos fakultetas, Biomechanikos inžinerijos katedra. Plytinės g. 25, Vilnius

Autorius korespondentas: e.jarmaliene@spf.viko.lt

Anotacija

Augant žmonių populiacijos skaičiui pasaulyje didėja ir kompiuterinės tomografijos (KT) medicininių procedūrų skaičius per 2023 metus buvo atlikta daugiau kaip 375 mln. KT tyrimų. Didžioji dalis šių tyrimų yra atliekami naudojant kontrastines medžiagas (KM) [1]. Kontrastinės medžiagos NP pasireiškimą įtakoja daug aspektų, tokių kaip – anksčiau buvęs KM sukeltas nepageidaujamas poveikis (NP), astmos liga, sutrikusi inkstų funkcija, didelės KM dozės, dažni KT kontrastiniai tyrimai ir kt. [2].

Tikslas – išsiaiškinti, kokie nepageidaujami poveikiai gali pasireikšti panaudojant kontrastines medžiagas kompiuterinės tomografijos tyrimuose.

Metodika. Atliktas kiekybinis tyrimas, anketinė apklausa. Tyrimo populiaciją sudarė 20 LRTA narių. Tyrimo rezultatai apdoroti “Microsoft Office Excel 2010“. Tyrimas atlikas laikantis etikos principų.

Rezultatai. Remiantis atlikto tyrimo rezultatais galima teigti, kad NP dažnis yra pakankamai retas, bet jį gali įtakoti tam tikri rizikos faktoriai: moteriška lytis, iki 60 m. amžius, astma, širdies ligos, anksčiau buvusi KM reakcija, pavasario metas, keltas KT tyrimų per dieną, KT angiografijos tyrimas, skubios pagalbos pacientai. NP gali pasireikšti odos/odos gleivinės, virškinamojo trakto, širdies ir kraujagyslių sistemos, kvėpavimo sistemos, nervų sistemos simptomais bei NP gali sukelti sisteminės reakcijas bei paveikti veidą ir kitas kūno vietas.

Išvados. Dauguma respondentų mano, kad NP dažnis yra mažesnis nei 0,5 proc. Jų nuomone - joninės jodo KM sukelia daugiausiai NP, vyresniems pacientams NP dažnesnis, vėmimas yra lengva/vidutinė NP reakcija, širdies priepuolis sunki reakcija, KM yra saugu vartoti žindančioms motinoms.

Reikšminiai žodžiai: kompiuterinė tomografija, nepageidaujamas poveikis, kontrastinės medžiagos

Literatūros šaltiniai:

[1] NHS England 2024, Version 1, 1-16.

[2] A. J. Molen, ir kt, European Journal of Radiology 2024, Volume 181, 1-10.

Akys ir gyvenimo būdas – kaip išvengti regos sutrikimų

Jurgita Kazlauskaitė

Klaipėdos Universiteto ligoninė, Akių ligų centro vadovė, gydytoja oftalmologė

jurgita.kazlauskaite@kulig.lt

Anotacija

Žmogaus akys daugiausiai smegenų energijos suvartojantis organas ir vadinamos išorinėmis smegenimis. Smegenys užima vidutiniškai 2% visos kūno masės ir sunaudoja apie 20% organizmo deguonies ir apie ketvirtadalį gliukozės [1]. Akių ligos vystosi sutrikus kraujotakai centrinėje nervų sistemoje, vystantis metaboliniams pokyčiams [2,3], įtakotiems įvairių endokrininių būklių, vystantis onkologiniams ir neurodegeneraciniams procesams. Norint išvengti regos sutrikimų labai svarbu saugoti ir stiprinti bendrą sveikatą, modifikuoti rizikos veiksnius, ugdyti asmenybę, gyventi sąmoningą gyvenimą, kuriam kvietė Vydūnas.

Literatūros šaltiniai:

[1] M.Wone-Riley, 2010 Eye Brain, 99-116.

[2]M.Lima-Fontes ir kt., 2020 Porto Biomed J, 204.

[3]A. Kovacs-Valasek ir kt., 2023 Int.J.Mol.Sci, 24, 8728.

„PRP (TROMBOCITAIS PRATURTINTOS PLAZMOS) PANAUDOJIMAS ENDOSKOPINIŲ NOSIES OPERACIJŲ METU UOSLĖS FUNKCIJOS GERINIMUI “

The usage of platelet rich plasma in endoscopic sinus surgery for olfactory dysfunction –
Modestas Maslovas, Klaipėdos Universiteto ligoninė

Uoslės sutrikimai yra paplitusi patologija, apimanti apie 20 procentų visų žemės gyventojų, bloginanti žmonių gyvenimo kokybę, didinanti mirtingumą ir ligotumą.

Uoslės sutrikimų gydymo galimybės yra labai ribotos, o savaiminis pasveikimas būna tik trečdaliui susirgusiųjų.

Uoslės neuroepitelis ir uodžiamieji plaukeliai turi regeneracinių savybių, todėl gali būti naudojami kaip potencialūs gydymo taikiniai pacientams, turintiems uoslės sutrikimų.

Trombocitais prisotinta plazma (PRP) yra autologinė biologinė medžiaga, gaunama iš paciento kraujo ir kurios sudėtyje yra didelė trombocitų koncentracija. PRP turi priešųž degiminių ir regeneracines savybes skatinančių faktorių (endotelio, epidermio, į insuliną panašaus augimo faktorių ir kt.)

Įrodyta, kad PRP skatina aksonų regeneracija ir neuroregeneracija.

Tikslus PRP veikimo mechanizmas gydant uoslės sutrikimus nėra žinomas, tačiau daugėja tyrimų įrodančių PRP naudą.

Personalizuoti nosies apsauginiai filtrai

Vytautas Junčys¹

¹*Klaipėdos universiteto ligoninė Liepojos g. 41*

Anotacija

Oro tarša yra vienas iš pagrindinių veiksnių, sukeliančių kvėpavimo sistemos ligas, įskaitant lėtinę obstrukcinę plaučių ligą, astmą ar ūmines kvėpavimo takų infekcijas [1]. Kietosios dalelės, azoto oksidai (NOx), sieros dioksidas (SO₂), ozonas (O₃) ir bakterijos yra pagrindiniai kvėpavimo takų ligų sukėlėjai. Ilgalaikis oro taršos poveikis susijęs su padidėjusia plaučių vėžio ir kitų vėžio rūšių, įskaitant šlapimo pūslės ir krūties vėžį, rizika [2]. Vienas iš revoliucinių sprendimų - personalizuoti nosies filtrai, kurie leidžia organizmą veiksmingiau apsaugoti nuo išorinės aplinkos žalos ir ligų sukėlėjų. Nosies filtrai - tai nedideli prietaisai, kurie dedami į nosį ir pagal individualius poreikius specialiai filtruoja įkvepiamus aplinkos teršalus, alergenų ir mikroorganizmus. Sukurti nosies filtrų išoriniai įdėklai spausdinami 3D printeriu, vidiniai vienkartiniai filtrai pagaminti iš hipoalerginės medžiagos, kuri impregnuota natūraliomis augalinės kilmės veikliosiomis medžiagomis ir bičių pikiu (propoliu) [3]. Planuojama sukurti kompaktiško dydžio nosies filtrus, kurie bus impregnuoti natūraliomis augalinėmis medžiagomis ar bičių produktu propoliu, būtų siūlomas ekologiškesnis gaminys nei iki šiol rinkoje esantys nosies filtrai. Skirtingai nei vienkartinės kaukės, kurios dėl netaisyklingo dėvėjimo neužtikrina visapusės apsaugos, nosies filtrai gerai priglunda ir neužstoja veido [4]. Bus siekiama, kad nosies filtrai turėtų kuo ilgesnį veikimo laiką ir multifunkciškai apsaugotų nuo kietųjų dalelių, toksiškų lakiųjų organinių junginių, alergenų bei bakterijų ar virusų. Platesniame ekologijos kontekste, plačiai paplitus personalizuotiems nosies filtrams, gali būti daromas teigiamas poveikis aplinkai.

Reikšminiai žodžiai: individualūs nosies filtrai, oro tarša, kvėpavimo sistemos ligos, ekologija, 3D printeris

Literatūros šaltiniai:

- [1] Tran H.M. ir kt. Sci. Total Environ. 2022;843:156969.
- [2] Bhadauria S., Dixit A., Singh D. Environ. Monit. Assess. 2022;194:808.
- [3] Rogak S.N. ir kt. Indoor Air. 2022;32:e13110.
- [4] Khan M.T. ir kt. Sci. Total Environ. 2023;860:160322.

Technologijos ir vaiko gerovė lėtinių ligų atveju

Indrė Čergelytė-Podgrušienė¹ (afiliacija 1), Rita Vaičekauskaitė² (afiliacija 2)

¹*Klaipėdos Universitetas, H. Manto g. 84, Klaipėda*

²*Klaipėdos universitetas, H. Manto g. 84, Klaipėda*

Autorius korespondentas: indre.cergelyte-Podgrusiene@mf.vu.lt

Anotacija. Technologijos atlieka vis svarbesnį vaidmenį vaikų, sergančių lėtinėmis ligomis, gyvenime. Jos padeda stebėti sveikatos būklę, lengvina gydymą ir gerina emocinę gerovę [1]. Inovatyvūs medicinos prietaisai, mobiliosios programėlės ir telemedicina suteikia galimybę nuolat stebėti paciento būklę bei laiku reaguoti į pokyčius [2]. Viena iš svarbiausių technologijų naudos sričių – nuotolinė sveikatos stebėseną. Išmanieji jutikliai, pavyzdžiui, gliukozės matuokliai diabetu sergantiems vaikams ar astmos kontrolės prietaisai, leidžia nuolat sekti ligos eigą ir greitai reaguoti į pavojingus pakitimus. Tai ne tik sumažina hospitalizacijų skaičių, bet ir suteikia vaikams didesnę laisvę kasdienėje veikloje [3]. Taip pat didelę reikšmę turi mobiliosios programėlės ir virtualios terapijos sprendimai. Programėlės padeda vaikams ir jų tėvams valdyti ligą, primena apie vaistų vartojimą, seka simptomus ir bendrauja su gydytojais. Virtualios realybės terapijos gali padėti vaikams, kenčiantiems nuo skausmo ar nerimo, suteikdamos jiems galimybę atsiriboti nuo diskomforto. Be to, telemedicina leidžia vaikams gauti kvalifikuotą gydytojo konsultaciją neišvykstant iš namų [4]. Tai ypač svarbu tiems, kurie gyvena atokiose vietovėse arba turi judėjimo apribojimų. Reguliarus bendravimas su sveikatos priežiūros specialistais nuotoliniu būdu padeda geriau valdyti lėtines ligas ir suteikia emocinės paramos. Tyrimo tikslas – atskleisti technologijų įtaką vaikams, sergantiems lėtinėmis ligomis. Tyrimo metodika - Tyrime taikyti metodai: teoriniai – mokslinės literatūros analizė, apibendrinimas ir sisteminimas; empiriniai – duomenų rinkimui naudotas pusiau struktūrizuotas interviu metodas; tyrimo duomenų analizei taikytas turinio (content) analizės metodas. Pusiau struktūrizuotame interviu dalyvavo 15 vaikų, jų amžius nuo 14 iki 17 metų.

Apibendrinant galima teigti, kad technologijos reikšmingai gerina vaikų, sergančių lėtinėmis ligomis, gyvenimo kokybę. Jos suteikia galimybę efektyviau stebėti vaiko sveikatą, lengvina ligos gydymą, padeda valdyti ligą ir gerina emocinę vaiko savijautą. Dėl to technologinės inovacijos tampa neatsiejama vaikų sveikatos priežiūros dalimi.

Reikšminiai žodžiai: technologijos, lėtinė liga, vaikas.

Padėkos: nėra konfliktų.

Literatūros šaltiniai:

[1] P. Prahald ir kt. *Pediatric diabetes* 2024, 42, 27-33.

[2] V. Sharma ir kt. *Diabetes sciences and technology* 2024, 18, 148-158..

[3] American diabetes federation. *Diabetes care*, 47, 126-144.

[4]. K. Zhang ir kt. *Medical* 2024, 26, 51-53.

Sveikatos kompetencijų ugdymas vaiko gerovei

Indrė Čergelytė-Podgrušienė¹ (afiliacija 1), Vida Gudžinskienė² (afiliacija 2)

¹*Vilniaus Universitetas, Čiurlionio g.21, Vilnius*

²*Mykolo Romerio Universitetas, Ateities g.20, Vilnius*

Autorius korespondentas: indre.cergelyte-Podgrusiene@mf.vu.lt

Anotacija. Sveikatos kompetencijų ugdymas yra esminis veiksnys, darantis įtaką vaiko gerovei ir jo ateities gyvenimo kokybei [1]. Vaikystėje įgytos sveikatos žinios, gebėjimai bei įpročiai formuoja fizinės, emocinės ir socialinės sveikatos pagrindus [2]. Pristatymo metu autoriai aptars sveikatos kompetencijų ugdymo reikšmę vaiko gerovei, analizuojamos pagrindinės ugdymo strategijas bei pateiks rekomendacijas efektyviam sveikatos kompetencijų diegimui šeimoje, ugdymo įstaigose ir visuomenėje. Vaikų sveikatos kompetencijų ugdymas apima žinias apie sveiką gyvenseną, tinkamą mitybą, fizinį aktyvumą, emocinę savireguliaciją bei socialinių įgūdžių ugdymą. Tyrimai rodo, kad ankstyvasis sveikatos raštingumo ugdymas gali sumažinti lėtinių ligų riziką, gerinti psichologinę būklę ir skatinti sveikus įpročius visą gyvenimą [3]. Taip pat svarbu pabrėžti šeimos ir ugdymo įstaigų vaidmenį – mokytojai ir tėvai turi būti aktyvūs sveiko gyvenimo būdo ugdytojai ir teigiamo pavyzdžio formuotojai. Yra išskiriamos kelios veiksmingos strategijos sveikatos kompetencijų ugdymui: integruotas sveikatos ugdymas mokyklose, praktinių įgūdžių mokymas, interaktyvios mokymosi metodikos bei bendruomeninių programų skatinimas ir jų diegimas. Be to, aptariama technologijų reikšmė – skaitmeninės priemonės, tokios kaip mobiliosios programėlės ar virtualūs mokymai, gali tapti inovatyviomis pagalbinėmis priemonėmis sveikatos kompetencijų ugdymo procese. Tyrimo tikslas – atskleisti sveikatos kompetencijų ugdymą vaiko gerovei užtikrinti. Tyrime taikyti metodai: teoriniai – mokslinės literatūros analizė, apibendrinimas ir sisteminimas; empiriniai – duomenų rinkimui naudotas pusiau struktūrizuotas interviu metodas; kokybinė turinio analizė buvo atliekama pagal indukcinę, tyrimo duomenimis ir kategorijomis pagrįstą logiką. Pusiau struktūrizuotame interviu dalyvavo 7 vaikai, jų amžius nuo 12 iki 16 metų.

Tyrimu atskleista, kad sveikatos kompetencijų ugdymas yra būtinas vaiko gerovės užtikrinimo aspektas, prisidedantis prie visapusiško asmenybės vystymosi ir geresnių gyvenimo rezultatų ateityje. Tikslingai įgyvendinamos sveikatos kompetencijų ugdymo programos ir aktyvus suaugusiųjų įsitraukimas gali sukurti palankias sąlygas vaikų sveikatos kompetencijų formavimui, taip užtikrinant jų sėkmingą ateitį bei gerovę. Pristatymo metu autoriai pateiks praktinius siūlymus, kaip galima tobulinti sveikatos ugdymą ir efektyviai prisidėti prie ne tik prie vaikų, bet ir visos visuomenės sveikatos gerinimo.

Reikšminiai žodžiai: ugdymas, sveikatos kompetencijos, vaikas.

Padėkos: nėra konfliktų.

Literatūros šaltiniai:

[1] S. Setyorini ir kt. Public health 2024, 46, 209-210.

[2] M. Csima ir kt. Children 2024, 11(5), 576-580.

[3] W. Van Boxtel ir kt. BMC Public health, 24, 808-812.

Įtraukiojo ikimokyklinio ugdymo ir specialiųjų ugdymosi poreikių vaikų gerovės užtikrinimo iššūkiai: švietimo pagalbos specialistų patirtys

Dr. Jūratė Ruškė^{1,2}, Raminta Vičienė², Ilona Austienė²

¹ Klaipėdos universitetas, Sveikatos mokslų fakultetas, Socialinio darbo katedra

² Klaipėdos lopšelis – darželis „Puriena“

Autorius korespondentas: jurate.ruske@ku.lt

Įtraukusis ugdymas grįstas antidiskriminacine ideologija, siekiu užtikrinti vaiko gerovę ir sudaryti lygias galimybes atsižvelgiant į vaiko galias bei individualiuosius poreikius. Remiantis nūdienos mokslinių tyrimų analize [1-4] įtraukusis ikimokyklinis ugdymas - kiekvieno ikimokyklinio amžiaus vaiko teisė. Nors įtraukusis švietimas yra tarptautinis susitarimas ir nacionalinis įsipareigojimas, tačiau visame pasaulyje pastebimi didžiuliai įtraukiojo ugdymo įgyvendinimo trūkumai [2]. Tenka konstatuoti, kad Lietuvoje nepakanka tyrimų, kurie orientuoti į ikimokyklinio amžiaus vaikų įtraukiojo ugdymo tematikos analizę, o ypač stokojama kokybinių, giluminius įtraukiojo ugdymo aspektus atskleidžiančių, tyrimų.

Šio tyrimo **tikslas** – atskleisti įtraukiojo ikimokyklinio ugdymo ir vaikų, turinčių specialiųjų ugdymosi poreikių gerovės užtikrinimo iššūkius remiantis švietimo pagalbos specialistų patirčių analize.

Metodai. Tyrimo duomenys rinkti sutelktos grupinės diskusijos metodu, analizuoti – kokybinės turinio analizės metodu.

Tyrimo duomenys validuoti taikant tyrimo dalyvių įtraukimo techniką. Tyrimo imtis – 9 švietimo pagalbos specialistai dirbantys ikimokyklinio ugdymo įstaigose.

Rezultatai. Remiantis švietimo pagalbos specialistų patirčių analize atskleisti įtraukiojo ugdymo ir specialiųjų ugdymosi poreikių vaikų gerovės užtikrinimo iššūkiai suskirstyti į tokias keturias kategorijas: 1) bendradarbiavimo (tarpinstitucinio, pedagogų ir įstaigos švietimo pagalbos specialistų, švietimo pagalbos specialistų ir tėvų) stoka ir problematika; 2) švietimo pagalbos specialistų (etatų) trūkumas ir nesavalaikė pagalba vaikui ir šeimai ikimokyklinio ugdymo įstaigose; 3) neadekvačiai žemi kvalifikaciniai reikalavimai mokytojų padėjėjams ir sąsajos su menku darbo užmokesčiu; 4) neadekvatus pedagogų požiūris į vaikus turinčius specialiųjų ugdymosi poreikių ir motyvacijos su jais dirbti stoka.

Bendradarbiavimo (tarpinstitucinio, pedagogų ir įstaigos švietimo pagalbos specialistų, švietimo pagalbos specialistų ir tėvų) stokos ir problematikos kategoriją sudaro šios subkategorijos: a) *kompleksinio kalbos sutrikimo identifikavimo problemos*; b) *medikų ir tėvų atmestinas požiūris į privalomąjį vaiko sveikatos patikrinimą, raidos sutrikimo diagnostiką*; c) *įstaigos specialistų komandos sklandaus bendradarbiavimo stoka*; d) *tarpinstitucinio bendradarbiavimo (medicinos įstaigose dirbančių specialistų su švietimo įstaigų specialistais ir tėvais) stoka*.

Švietimo pagalbos specialistų (etatų) trūkumas ir nesavalaikė pagalba vaikui ir šeimai apima: a) *logopedų, socialinių pedagogų ir mokytojų padėjėjų etatų trūkumą ikimokyklinio ugdymo įstaigose* ir nuo to neatsiejama b) *nesavalaikė specialistų pagalba vaikui ir šeimai*.

Trečiąją kategoriją sudaro: a) *menki mokytojų padėjėjų gebėjimai dirbti su vaikais, turinčiais vidutinius, didelius ar labia didelius SUP* ir b) *menkas mokytojų padėjėjų darbo užmokestis*.

Neigiamas pedagogų požiūris į vaikus turinčius sutrikimų ir motyvacijos dirbti su vaikais turinčiais SUP stoka sudaro ketvirtąją kategoriją.

Reikšminiai žodžiai: įtraukusis ugdymas, socialinė gerovė, švietimo pagalba, specialieji ugdymosi poreikiai

Literatūros šaltiniai:

[1] M. Gladh ir kt., Cogent Education, 2025, 12(1), 1-20.

[2] J. Ruškus, Specialusis ugdymas 2020, 1 (41), 10-28.

[3] K.D. Nuraliyevna, American Journal of Advanced Scientific Research (AJASR), 2025, 2 (9), 97-101.

[4] S. V. Shimbergenova, Academia: an International Multidisciplinary Research Journal, 2022, 12 (11), 160-163.

JAUNŲJŲ FUTBOLININKŲ FIZINIO IŠSIVYSTYMO IR FIZINIO PAJĖGUMO VERTINIMAS

doc. dr. Rolandas Jančiauskas¹

Klaipėdos universitetas¹ rolandas.janciauskas@ku.lt

Žaidimo sėkmė, sportiniai rezultatai tampriai susiję su žaidėjų fiziniu išsivystymu, fiziniu pajėgumu, atliekamų technikos elementų bei tinkamu jų derinių atlikimu [2]. Sportiniai rezultatai varžybų metu priklauso ir nuo futbolininkų techninio-taktinio bei jų tinkamo psichologinio pasirengimo, o sistemingai organizuojami jaunųjų sportininkų fizinio išsivystymo ir fizinio pajėgumo tyrimai treneriams gali suteikti daug aktualios informacijos apie sportinio rengimo procesą [3]. Aukšti sportiniai rezultatai pasiekiami tik kryptingai ugdant jaunųjų futbolininkų fizines ypatybes, sistemingai mokant ir tobulinant technikos-taktikos veiksmus bei tikslingai vertinant kiekvieno kompleksinio komponento svarbą ir jo tarpusavio ryšius įvairiais sportininkų rengimo etapais [1].

Tikslas – ištirti jaunųjų futbolininkų fizinį išsivystymą ir fizinį pajėgumą.

Metodika. Tyrimas vyko Klaipėdos centrinio stadiono sporto salėje 2024 m. ir buvo vykdomas du kartus. Tyrimo metu buvo atliekamas jaunųjų futbolininkų fizinio išsivystymo ir fizinio pajėgumo testavimas po vykdytų įvairių fizinio aktyvumo veiklų. Tyrimo metu buvo nustatomas sportininkų ūgis ir svoris, matuojama plaštakos jėga (dinamometrija), staigioji jėga (šuolis į aukštį iš vietos) ir vykdomas reakcijos vertinimas. Duomenų analizei buvo naudota GNU PSPP Statistical Analysis Free Software 2023 programa.

Rezultatai. Tyrime dalyvavo 47 sportininkai, iš kurių 46 buvo berniukai ir viena mergaitė. Sportininkų amžius buvo nuo 9 – 15 m., vidurkis – 12,45 m. Daugiausia tyrime dalyvavo 13 m. (24,0 proc.) ir 11 m. (22,0 proc.) jaunieji futbolininkai – berniukai bei viena mergaitė, kurios amžius buvo 9 m. Tyrime dalyvavusių sportininkų ūgio vidurkis (išskyrus jaunąją sportininkę) buvo 142,3 cm. Sportininkų svorio vidurkis (išskyrus jaunąją sportininkę) buvo 41,58 kg. Analizuojant pirmojo tyrimo rezultatus nustatyta, kad 70,0 proc. tiriamųjų demonstravo vidutinišką plaštakos jėgos rezultatą, tačiau antrojo tyrimo metu rezultatas pablogėjo ir liko tik 56,0 proc. ($p < 0,001$). Pirmojo tyrimo nustatyta, kad 64,0 proc. tiriamųjų demonstravo labai silpną staigiosios jėgos (šuolis į aukštį iš vietos) rezultatą. Antrojo tyrimo metu (labai silpnas staigiosios jėgos rezultatas) liko tas pats - 64,0 proc. bei sumažėjo vidutinišką staigiosios jėgos rezultatą demonstravusių sportininkų ($p < 0,001$). Pirmojo tyrimo metu 60,0 proc. tiriamųjų demonstravo labai silpną reakcijos rezultatą, tačiau antrojo tyrimo metu demonstruojančių šį rezultatą sportininkų kiek sumažėjo ir liko 58,0 proc. ($p < 0,05$).

Išvados.

Tyrimo metu nustatyta, kad dauguma jaunųjų futbolininkų demonstravo vidutinišką plaštakos jėgos (dinamometrija) ir labai silpną staigiosios jėgos (šuolis į aukštį iš vietos) bei reakcijos rezultatą.

Sistemingai vykdant jaunųjų futbolininkų fizinio išsivystymo ir fizinio pajėgumo testavimus bei kryptingai organizuojant sportinio ugdymo procesą galima tikėtis aukštų sportinių rezultatų ir varžybų metu.

Reikšmingi žodžiai: jaunieji futbolininkai, fizinis išsivystymas, fizinis pajėgumas.

Literatūros šaltiniai:

- [1] A. Chaeroni et al. International Journal of Human Movement and Sports Sciences 2024, 12(4), 747-757.
- [2] C.H. Joo, D.I Seo. Journal of Exercise and Rehabilitation 2016, 12(6), 548-552.
- [3] J.W Noh et al. Journal of Physical Therapy Science 2015, 27, 1013-1017.

Vyrų ir moterų žinios apie širdies ir kraujagyslių prevencijos programą

Doc. Dr. Zyta Kuzborsta^{1,2}, Ana Čuprevič¹

¹Vilniaus kolegija, Sveikatos priežiūros fakultetas, Slaugos katedra, Didlaukio g. 45, Vilnius

²Vilniaus Gedimino technikos universitetas, Mechanikos fakultetas, Biomechanikos inžinerijos katedra, Plytinės g. 25, Vilnius

Autorius korespondentas: z.kuzborska@spf.viko.lt

Anotacija

Pasaulinė sveikatos organizacija teigia, kad dėl širdies ir kraujagyslių ligų (ŠKL) kasmet nukenčia 17,9 mln. žmonių [1]. Manoma, kad 2030 m. sergančiųjų skaičius išaugs iki 22,2 mln. [2]. Daugiau nei 4 mln. europiečių kasmet miršta nuo ŠKL (nuo koronarinės širdies ligos ir insulto). ŠKL turi didelių ekonominių pasekmių Europos sąjungos šalims. Atlikti skaičiavimai rodo, kad Europos sąjungos šalims ŠKL kasmet sukelia 210 mlrd. nuostolį per metus [3]. Prognozuojama, kad ŠKL skaičius ateityje gali tik didėti dėl visuomenės senėjimo [4]. Užsienio autoriai įvardija vyresnį amžių ir vyrišką lytį pagrindiniais ŠKL rizikos veiksniais [5]. Kai kurie autoriai mano, kad pagrindiniai ŠKL rizikos veiksniai yra judėjimo stoka, prasta mityba, piktnaudžiavimas alkoholiu, rūkymas, nutukimas, cukrinis diabetas, padidėjęs cholesterolio kiekis kraujyje. Koreguojant šiuolaikinį gyvenimo būdą, galima sumažinti ŠKL atsiradimo riziką, stabdyti ligos progresavimą [6, 7].

Higienos instituto Sveikatos informacijos centras teigia, kad vis didesnis Lietuvos gyventojų skaičius dalyvauja prevenciniuose programose [8]. Bet moksliniai šaltiniai teigia, kad dauguma Lietuvos gyventojų turi nepakankamai žinių apie ŠKL prevencinę programą [9].

Tikslas – išnagrinėti vyrų ir moterų žinias apie širdies ir kraujagyslių prevencijos programą.

Tyrimo metodika. Buvo taikomas kiekybinis tyrimo metodas - anketavimas. Tyrime dalyvavo 46 respondentai. Tyrimo rezultatai apdoroti „Microsoft Office Excel 2010“. Tyrimas atliktas laikantis etikos principų.

Rezultatai. Tyrimas atskleidė, kad moterys daugiau žinojo apie programai priskirtus instrumentinius tyrimus, ypač elektrokardiogramą, vyrai – apie arterijų standumo tyrimą ir kaklo kraujagyslių tyrimą. Moterys turėjo daugiau žinių apie vainikinių arterijų kalcio indekso nustatymą, pulso skaičiavimą ir arterinio kraujospūdžio matavimą. Nustatyta, kad daugiau nei du trečdaliai apklaustųjų yra girdėję apie vykdomą nemokamą širdies ir kraujagyslių ligų prevencijos programą Lietuvoje.

Išvados. Lyginant žinias tarp vyrų ir moterų pastebėta, kad moterys turi daugiau žinių apie širdies ir kraujagyslių prevencijos programą, nei vyrai. Daugiau nei pusė respondentų nurodė, kad programoje galima dalyvauti kartą per metus, mažiau nei penktadalis – du kartus per metus.

Reikšminiai žodžiai: širdies ir kraujagyslių ligos, prevencinė programa, žinios

Literatūros šaltiniai:

- [1] EUROSTAT, 2024, Cardiovascular diseases statistics 2024, September 2025, 1-2.
- [2] N. Khaltayev, ir kt., 2022, Chronic Diseases and Translational Medicine, 8(4), 296–304.
- [3] N. K. Movsisyan, ir kt., (n.d.). Annals of Global Health, 86(1), 21.
- [4] M. A. B. Khan, ir kt., 2020, Journal of Epidemiology and Global Health, 10(1), 107.
- [5] J. L. Rodgers, ir kt., 2019, Journal of Cardiovascular Development and Disease, 6(2), 19.
- [6] R. V. Jesen, ir kt., 2020, Seminars in Nuclear Medicine Journal, 50(3), 195-207.
- [7] M. Habibovic, ir kt., 2018, JMIR Research Protocols, 7(2), 40.
- [8] HI SIC, 2024, Mirties priežastys 2023, 5-6.
- [9] S. Norkienė, ir kt., 2019, Sveikatos mokslai, 29.3, 18-26.

Bendruomenės žinios apie arterinę hipertenziją ir jos prevenciją

Doc. Dr. Zyta Kuzborsta^{1,2}, Virginija Sokolovska¹

¹Vilniaus kolegija, Sveikatos priežiūros fakultetas, Slaugos katedra, Didlaukio g. 45, Vilnius

²Vilniaus Gedimino technikos universitetas, Mechanikos fakultetas, Biomechanikos inžinerijos katedra, Plytinės g. 25, Vilnius

Autorius korespondentas: z.kuzborska@spf.viko.lt

Anotacija

Pasaulinis sergamumas arterine hipertenzija didėja kiekvienais metais. Ši liga yra viena iš labiausiai paplitusių širdies ir kraujagyslių ligų visame pasaulyje [1]. Lietuvoje arterine hipertenzija sergančiųjų skaičius išlieka vienas didžiausių Europoje [2]. Veiksminga arterinės hipertenzijos prevencija ir valdymas ženkliai sumažina sergamumą ir mirtingumą nuo šios ligos. Stebima tendencija, kad Lietuvos gyventojai, tiek vyresnio, tiek jaunesnio amžiaus, nepakankamai dėmesio skiria savo sveikatai, pagrinde dėl žinių stokos apie ligas bei jų prevenciją [3].

Siekiat sumažinti galimas arterinės hipertenzijos komplikacijas bei pagerinti bendruomenės gyventojų savijautą ir gyvenimo kokybę, sveikatos priežiūros specialistams svarbu suteikti žinių apie ligą, mokyti, kaip teisingai matuoti kraujo spaudimą ir jį įvertinti, informuoti apie prevencines programas, bei nuolat skatinti laikytis sveikos gyvensenos principų.

Tikslas – nustatyti bendruomenės žinias apie arterinę hipertenziją ir jos prevenciją.

Metodika. Atliktas kiekybinis tyrimas – anketinė apklausa. Tiriamųjų imtis – 56 respondentai. Tyrimo rezultatai apdoroti „Microsoft Office Excel 2010“. Tyrimas atliktas laikantis etikos principų. Rezultatai. Tyrimas atskleidė, kad daugiau nei penktadalis respondentų savo žinias apie arterinę hipertenziją vertino gerai. Beveik visi žinojo normalaus kraujo spaudimo rodiklius ir dauguma manė, kad vien ne tik medikamentinio arteriniai hipertenzijai gydymo nepakanka, svarbus yra ir gyvenimo būdo pokyčiai. Tyrimo rezultatai parodė, kad trys penktadaliai tyrimo dalyvių sportuoja, daugiau nei penktadalis vengia nesveiko maisto, tačiau didžioji dauguma turi žalingų įpročių.

Išvados. Nustatyta, kad bendruomenės narių žinios apie arterinę hipertenziją ir jos prevenciją yra geros. Tiriamieji taiko įvairius veiksmus arterinės hipertenzijos prevencijai (kontroliuoja svorį, užsiima fizine veikla, vengia pusfabrikačių).

Reikšminiai žodžiai: arterinė hipertenzija, prevencija, žinios

Literatūros šaltiniai:

- [1] F. E. Hengel, ir kt., (2022), Deutsche medizinische Wochenschrift, 147(7), 414-428.
- [2] HI SIC, (2024), Mirties priežastys 2023, 5-6.
- [3] S. Norkienė, ir kt., (2019), Sveikatos mokslai, 29.3, 18-26.

Lietuviškosios veiklų pusiausvyros klausimyno (OBQ11-LT) versijos psichometriniai rodikliai

Evelina Lamsodienė¹, Laura Žlibinaitė¹, Milda Gintilienė¹, Gabrielė Subačė¹, Carita Håkansson², Petra Wagman³, Serkan Pekçetin⁴

¹Reabilitacijos katedra, Kauno kolegija, Kaunas, Lietuva

²Division of Occupational and Environmental Medicine, Lund University, Lund, Sweden

³Department of Rehabilitation, Jönköping University, Jönköping, Sweden

⁴Department of Occupational Therapy, Faculty of Gülhane Health Sciences, University of Health Sciences, Ankara, Turkey
evelina.lamsodiene@go.kauko.lt

Anotacija

Veiklų pusiausvyra apima įvairias veiklas, kurios kiekvienam asmeniui turi savitą reikšmę ir tikslą. Ji yra esminė žmogaus tapatybės ir gebėjimų dalis, formuojanti tai, kaip žmogus pasirenka leisti savo laiką ir priimti sprendimus [1]. Veiklų pusiausvyra yra subjektyvus kiekvieno asmens pojūtis, kuris apima tinkamą veiklų skaičių ir jų įvairovę gyvenime [2]. Tai apjungia tiek asmeninį norą užsiimti tam tikromis veiklomis, tiek būtinybę vykdyti pagrindines gyvenimo pareigas. Pusiausvyra tarp laiko, skirto buvimui su savimi, šeimai, laisvalaikio veikloms ir kitoms svarbioms gyvenimo pareigoms, yra esminė bendrai gerovei [3]. Veiklų pusiausvyra yra svarbi ergoterapijos praktikos ir tyrimų sąvoka, tačiau šiuo metu Lietuvos kontekste nėra patvirtintų veiklų pusiausvyros vertinimo priemonių. Tai pabrėžia poreikį turėti tikslius savarankiško vertinimo įrankius gimtąja kalba, kad būtų galima veiksmingai įvertinti veiklų pusiausvyrą. Šio tyrimo tikslas buvo ištirti Veiklų pusiausvyros klausimyno lietuviškosios versijos OBQ11-LT patikimumą ir validumą.

Metodai: Tyrimo duomenys buvo renkami 2024 m. birželio–spalio mėn. Anoniminėje apklausoje dalyvavo 127 asmenys, iš jų 53 klausimyną atsakė pakartotinai praėjus 7–10 dienų. Klausimyno patikimumui įvertinti buvo skaičiuoti Kronbacho alfa (angl. *Cronbach α*) ir pakartotinio testavimo interklasinės koreliacijos koeficientas (ICC) atskiriems klausimams ir bendrai OBQ11-LT balų sumai. Siekiant įvertinti OBQ11-LT klausimyno validumą, atlikta tiriamoji ir patvirtinamoji faktorinės analizės.

Rezultatai: Modelis atitiko duomenis pagal santykinio atitikimo indeksus. Pakartotinio testavimo interklasinės koreliacijos koeficientas bendrai OBQ11-LT balų sumai buvo 0,924. Bendri balai parodė reikšmingą statistinį ryšį ($p < 0,01$), kas rodo gerą patikimumą. Klausimynas pasižymi priimtiniu vidiniu patikimumu (bendras Cronbacho alfa = 0,915, atskirų teiginių nuo 0,901 iki 0,913).

Išvada: OBQ11-LT klausimynas pasižymi geru patikimumu ir validumu vertinant veiklų pusiausvyrą bendrojoje populiacijoje. Klausimyno psichometrinės savybės tinkamos naudoti ergoterapijos praktikoje ir tyrimuose, todėl šis klausimynas yra vertingas įrankis tiriant veiklų pusiausvyrą panašiuose kontekstuose ir plečiant Lietuvos ergoterapeutų tyrimų sritis.

Reikšminiai žodžiai: ergoterapija, psichometrija, tyrimo instrumentų kūrimas, veiklų pusiausvyra.

Literatūros šaltiniai:

1. M.J. Youngstrom ir kt., *American Journal of Occupational Therapy* 2002, 56, 609-639.
2. P. Wagman ir kt., *Scandinavian Journal of Occupational Therapy* 2012, 19, 322-327.
3. C.L. Backman, *Canadian Journal of Occupational Therapy* 2004, 71(4), 202-209.

Nurses' management of personal and patient's emotions: working with elderly patients ill with chronic cardiovascular diseases who experience fear of death

Vilma Žydžiūnaitė

Kristina Bulkina

¹ Nursing Department, Faculty of Health Sciences, Klaipėda University, H. Manto str. 84, LT-92294, Klaipėda, Lithuania

² Nursing and Social Welfare Department, Faculty of Health Sciences, Klaipėda State College/Higher Education Institution, Jaunystės str. 1, LT-91274, Klaipėda, Lithuania

Corresponding author: vilma.zydziunaite@ku.lt

Summary

Every state worldwide experiences ascent of elderly people. By 2030, 1 in 6 people in the world will be aged over 60 years. By 2050, the world's population of elderly and old people is expected to be over 2.1 billion [1]. The global shift in healthcare has led to a long-term nursing context for patients ill with chronic cardiovascular diseases (CVVDs) who experience fear of death [2]. Nurses have the most contact time with elderly patients, they should be familiar with their characteristics regarding illness and health state as well and with caring, social, moral, ethical aspects [3]. Nurses have tight professional contacts with elderly patients ill with CVVDs so variety of emotions are involved in these professional relationships as elderly patients ill with CVVDs experience fear of death, regardless of the nurses' length of service [4]. In this context nurses experience stress and they use their personal authentic socio-emotional resources while working with elderly patients ill with CVVDs [5]. Lack of research on the topic related to elderly patients ill with CVVDs while experiencing fear of death highlights the overly of research. Research question was raised the following: "How do nurses describe their experiences in regard to managing personal and elderly patients' ill with CVVDs and experience fear of death emotions while using personal socio-emotional, moral and ethical resources?" Aim was formulated this: To describe the ways in which nurses manage personal and elderly patients' ill with CVVDs and experience fear of death emotions. While implementing research methodology fifteen registered nurses were interviewed through semi-structured interviews. For data analysis were applied the latent qualitative content analysis. Findings highlight four latent qualitative categories emerged from the data. They describe nurse's self-management and management of elderly patient's ill with CVVDs who experience fear of death emotions: assisting through help, providing support, living with emotions, and managing one's own emotions. The conclusions state that: i) Nurses manage their personal emotions by keeping the professional distance while working with patients and their families, critical reflecting regarding professional problem-solving actions and decisions, having the time for personal non-professional interests. ii) Nurses manage elderly patients' ill with CVVDs who emotions through respectful and empathetic communication, dignified professional dialogue and relationships, therapeutic and safe environment, specific and clear information, purposeful recommendations for emotional well-being, and strengthening patient's family involvement.

Keywords: chronic cardiovascular diseases, elderly patient, fear of death, family, management of emotions, nurse.

References

- [1] World Health Organization, 2024. Retrieved from: <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/ageing-and-health#:~:text=At%20this%20time%20the%20share,2050%20to%20reach%20426%20million>
- [2] K. Sandberg, C. Olsson, E.R. Gjevjon, G. Borglin, BMJ Open, 2022, 12, e064610.
- [3] C. Zhang, C. Xiang, X. Tian, J. Xue, G. He, X. Wu, Z. Mei, T. Li. Frontiers in Medicine, 2021, 8, 682218.
- [4] A.M. Kostka, A. Borodzicz, S.A. Krzemińska. Psychology Research and Behavior Management, 2021, 14, 705–717.
- [5] E.T. Buyuk, S. Rizalar, E. Güdek, Z. Güney. International Journal of Caring Sciences, 2015, 8(1), 131–139

Pradedančiųjų vairuotojų žinios apie pirmosios pagalbos teikimą nukentėjusiems eismo įvykio metu

Doc. dr. Simona Paulikienė¹, Miglė Rastauskaitė²

Vilniaus kolegija, Sveikatos priežiūros fakultetas, Slaugos katedra

rastauskaite.migle@gmail.com

Pasaulyje sparčiai didėjantis automobilių skaičius yra tiesiogiai susijęs su eismo įvykių dažnumu [1]. Įvykus nelaimei pirmosios pagalbos teikimas nukentėjusiems ženkliai prisideda prie jų išgyvenamumo ir skaudžių sveikatos sutrikimo padarinių. Eismo įvykiai, kuriuose dalyvauja skirtingi eismo dalyviai rodo, kad didžiausią riziką patirti traumas ar žūti turi tokie asmenys kaip pėstieji, dviratininkai, paspirtukininkai, motociklininkai [2]. Kaip ir daugelyje kitų šalių, Lietuvoje eismo įvykių statistika išlieka aukšta. Eismo įvykiai yra viena iš pagrindinių mirties ir traumų priežasčių [3]. Vairuotojai Vyriausybės nutarimu eismo įvykyje privalo suteikti pirmąją pagalbą, todėl labai svarbu kad ši pagalba būtų suteikta efektyviai.

Tikslas – įvertinti pradedančiųjų vairuotojų žinias apie pirmosios pagalbos teikimą nukentėjusiems eismo įvykio metu.

Metodika. 2024 m. atliktas kiekybinis tyrimas, naudojant anketinės apklausos metodą. Anketa buvo patalpinta „Google Forms“ platformoje, ir gavus administratorių leidimą, išplatinta „Facebook“ grupėse: „Regitra Egzaminai. Viskas apie teises, vairavimo forumas, Ket taisyklės“, „Regitra Egzaminai“. Tyrimo populiaciją sudarė 92 pradedantieji vairuotojai, kurių vairavimo stažas ne didesnis nei du metai. Tiriamųjų amžius svyravo nuo 22 iki 54 metų, o tyrime daugiausia dalyvavo vairuotojai iki 24 m. amžiaus. Tyrimas atliktas laikantis etikos principų. Tyrimo rezultatai apdoroti „Microsoft Office 2016“ kompiuterinėmis programomis.

Rezultatai. Tyrimo rezultatai parodė, kad pradedančiųjų vairuotojų žinių apie pirmąją pagalbą pasiskirstymas skirtingas. Teisingų žinių, susijusių su pradiniu gaivinimu, vidurkis siekė 55,4%, žinių susijusių su traumomis – 52,7%, o žinių su reikiama atlikti pirmosios pagalbos veiksmais – 68,1%. Atlikti tyrimo rezultatai atskleidė, kad didžioji dauguma pradedančiųjų vairuotojų išmano, kaip reikia elgtis pastebėjus nukentėjusįjį eismo įvykio vietoje. Daugiau nei pusė respondentų turi žinių apie krūtinės ląstos paspaudimų ir įpūtimų santykį, krūtinės paspaudimų gylį. o mažiau nei penktadaliui respondentų trūksta žinių apie pirmosios pagalbos teikimą grėsiant pavojui. Dauguma pradedančiųjų vairuotojų gerai žino kaip suteikti teisingą pirmąją pagalbą esant kaulų lūžiams, o žinios apie pirmąją pagalbą stuburo traumos metu yra nepakankamos.

Išvados. Remiantis atlikto tyrimo klausimų rezultatais apie pradinį gaivinimą, galima daryti išvadą, jog dauguma pradedančiųjų vairuotojų šią temą išmano. Geriausiai tiriamieji žino apie tinkamą pradinio gaivinimo techniką, o mažiausiai – apie automatinio išorinio defibriliatoriaus panaudojimą.

Reikšminiai žodžiai: pirmoji pagalba, eismo įvykis, pradedantieji vairuotojai.

Literatūros šaltiniai:

- [1] A. E. Retallack ir kt., International Journal of Environmental Research and Public Health 2019, 16(18), 3400.
- [2] M. Sihvo ir kt., Scandinavian Journal of Trauma, Resuscitation and Emergency Medicine 2022, 30(56), 1–11.
- [3] Transporto kompetencijų agentūra, 2024 m. III ketv. eismo įvykių apžvalga.

Vaistinių augalų naudojimas fitoterapijoje esant anemijai Jūratė Noack¹, Roma Urbonienė²

¹Klaipėdos universitetas Sveikatos mokslų fakultetas Holistinės medicinos ir reabilitacijos katedra,
PASP klinika „Holimedika“, el.pašto adresas: juratenoack@gmail.com

²Klaipėdos universitetas Sveikatos mokslų fakultetas Holistinės medicinos ir reabilitacijos katedra,
el.p.: roma.urboniene@ku.lt

Anemija - patologinė organizmo būklė, pasireiškianti sumažėjusiu kraujo gebėjimu aprūpinti audinius deguonimi dėl sumažėjusio eritrocitų ir/ar hemoglobino kiekis kraujyje. Dažniausia anemijos priežastis yra geležies trūkumas. Vitamino A, folio rūgšties, vitamino B12 ir riboflavino trūkumas taip pat gali sukelti anemiją dėl specifinio jų vaidmens hemoglobino sintezėje ir (arba) eritrocitų gamyboje.

Anemija pasaulinė visuomenės sveikatos problema, paveikianti mažus vaikus, paaugles mergaites ir nėščias bei pagimdžiusias moteris. PSO duomenimis, 40% vaikų nuo 6 iki 59 mėnesių amžiaus, 37% nėščių moterų ir 30% moterų nuo 15 iki 49 metų visame pasaulyje kenčia nuo anemijos.

Remiantis Lietuvos Higienos instituto sveikatos statistikos duomenimis, sergamumas anemija kasmet didėja. Lietuvos gyventojų sergamumo anemija (D50-D64) atvejai užregistruoti sveikatos priežiūros įstaigose: sergančių asmenų skaičius 1000 gyventojų 2020 metais - 26,96 atvejų, 2021 metais - 32,48 atvejų 2022 metais - 36,18 atvejų ir 2023 metais - 39,98 atvejų.

Anemiją gali sukelti keletas veiksnių: maistinių medžiagų trūkumas dėl netinkamos mitybos ar nepakankamas maistinių medžiagų įsisavinimas, infekcijos (pvz., parazitinės infekcijos, tuberkuliozė), uždegimai, lėtinės, ginekologinės ir akušerinės onkologinės ligos, skrandžio erozija, kepenų patologija, vidinis kraujavimas.

Fitoterapijoje naudojamuose vaistiniuose augaluose yra daug veikliųjų medžiagų derinių, veikiančių kartu ir sukuriančių sinergetinį poveikį, kuris yra daug galingesnis negu pavienių komponentų. Šių dienų fitoterapija remiasi klinikine praktika, moksliniais tyrimais. Fitoterapeuto užduotis surinkti sergančiojo anemija ligos istorijos duomenis, pasižymėti kokius vaistinius preparatus jau vartoja, įvertinti kraujo tyrimus, išsiaiškinti anemijos kilimo priežastis, parinkti vaistinių augalų mišinį bei sudaryti fitoterapijos taikymo planą. Fitoterapeutas individualizuoja požiūrį į kiekvieną pacientą ir žiūri visaapimančiai: į simptomus, į mitybą, į gyvenimo būdą, į kūno konstituciją, į emocinius veiksnius siekdamas atkurti išbalansuoto organizmo pusiausvyrą.

Tikslas: pristatyti pagrindinių vaistinių augalų panaudojimą fitoterapijoje esant anemijai.

Metodas: tikslinės literatūros ir mokslinių straipsnių analizė, siekiant susisteminti pagrindinių vaistinių augalų naudojimą fitoterapijoje esant anemijai.

Rezultatai: remiantis literatūros šaltiniais buvo analizuojami vaistiniai augalai ir jų mišiniai, naudojami fitoterapijoje esant anemijai ir įvairiose dalyse turintys veikliųjų medžiagų, kurios skatina geležies pasisavinimą, eritrocitų gamybą, ląstelių aprūpinimą deguonimi: geležies, vitamino C, B grupės vitaminų.

Išvados: dažniausiai esant anemijai naudojami turintys B grupės vitaminų, geležies ir/ar gerinantys jos absorbciją vaistiniai augalai: didžioji dilgėlė (*Urtica dioica*) lapuose ir žolėje kaupianti mineralines medžiagas: geležį, grupės B vitaminus, C vitaminą; kininis skudutis (*Angelica sinensis*) šaknyse kaupiantis B grupės vitaminus, daugiausia B12; saldžialapė kulkšnė (*Astragalus membranaceus*) šaknyse kaupianti geležį; Kininio skudučio (*Angelica sinensis*) ir saldžialapės kulkšnės (*Astragalus membranaceus*) vaistinių augalų mišinys naudojamas kartu, pasižymi kraują formuojančiu ir tonizuojančiu poveikiu ypač moterims lėtinio kraujo netekimo atvejais gausių menstruacijų metu.

The effects of factors related to children's feeding processes on mothers' attitudes.

Yeliz SERİN¹ Jurgita ANDRUSKIENE²

¹ Department of Nutrition and Dietetics, Faculty of Health Sciences, Cukurova University, Adana, Türkiye

² Department of Public Health, Faculty of Health Sciences, Klaipeda University, Lithuania

Corresponding author: Yeliz SERİN, email: dytyelizserin@gmail.com

Objective: This study aims to evaluate the effect of factors on children's feeding processes on mothers' attitudes

Methods: The study was cross-sectional and descriptive. Data were collected using a face-to-face interview method. Mothers' attitudes were evaluated by Mother's Attitudes Towards the Feeding Process Scale (MATFPS).

Results: The study was completed with a total of 144 participants. Mothers who feel nervous while feeding their children have higher attitude problems than mothers who do not feel nervous ($p<0.001$). Mothers who do not know the amount of food their children should consume in a meal compared to their peers have higher attitude problems than mothers who know ($p<0.001$). Mothers who believe that they are not feeding their children well enough have higher attitude problems than mothers who think they are feeding them well ($p=0.04$). Mothers who have no idea when their children are full have higher attitude problems than mothers who have an idea (<0.001).

Conclusions: It was determined that the mothers in the study had a weak level of knowledge about healthy eating behaviors and had a partially negative attitude towards the nutrition of their children. Education and consultancy should be provided regarding the eating attitudes and behaviors of infants and children.

Keywords: mother, children, nutrition, feeding, attitude, health management, quality of life

STUDENTŲ SVEIKATOS RAŠTINGUMO IR GYVENSENOS SĄSAJOS

Greta Naruševičienė, Daiva Vizbaraitė

Lietuvos sporto universitetas. Fizinio aktyvumo ir visuomenės sveikatos studijų programa

Sveikata yra viena didžiausių žmogaus vertybių, o ją išsaugoti, stiprinti ar puoselėti padeda aukštas sveikatos raštingumo lygis ir žinios apie sveiką gyvenseną. Sveikatos raštingumo svarba prisideda prie geresnio sveikatos sprendimų priėmimo, sveikatos skatinimo ir mažina rasinius, etninius bei socialinius-ekonominius sveikatos skirtumus (Fleary et al., 2022). Sėslus gyvenimo būdas, mažas fizinis aktyvumas, prasta psichologinė sveikata priveda prie įvairių sveikatos nusiskundimų (Nilsen, et al., 2023). Mažesnis sveikatos raštingumo lygis siejamas su prastesniais sveikatos rezultatais, mažesniu ligų prevencijos paslaugų naudojimu ir didesne lėtinių ligų rizika (Nutbeam & Lloyd, 2021).

Tikslas – įvertinti studentų sveikatos raštingumo ir gyvensenos sąsajas.

Tyrimo metodai: tyrime naudotas internetinės apklausos metodas. Klausimyną sudaro keletas dalių: sveikatos raštingumo, gyvensenos, fizinį aktyvumą, žalingų įpročių paplitimą, mitybos įpročius. Jaunuolių bus prašoma apibūdinti savo sveikatą. Tiriant jaunuolių gyvenseną, buvo naudotasi gyvensenos klausimynais pateiktais leidinyje „Gyvensenos tyrimų organizavimas ir vykdymas savivaldybėse: metodinės rekomendacijos“ (Liuima ir kt. 2016). Tiriant bendrą sveikatos raštingumą naudojama HLS19-Q47 klausimyno adaptuota trumpoji versija HLS19- Q12 skalė. Statistinė duomenų analizė atlikta naudojant SPSS programą, parinktas reikšmingumo lygmuo, kai $p < 0,05$.

Rezultatai. Apibendrinat gautus rezultatus, nustatyta, kad dauguma respondentų savo sveikatą vertina kaip gerą ar pakankamą. Nemaža dalis studentų turi netinkamus mitybos įpročius, kurie neatitinka subalansuotos mitybos rekomendacijų. Daugumos studentų maisto pasirinkimą lemia maisto skonis, kaina bei sveikatos gerinimui. Vertinant sveikatos raštingumo sąsajas su savo subjektyvios sveikatos vertinimu, pastebėta tendenciją, kad geresnį sveikatos raštingumą turintys vertina savo sveikatą geriau. Vertinant sąsajas tarp žalingų įpročių paplitimo negavome reikšmingų skirtumų. Tačiau jaunuoliai, kurie turėjo geresnį sveikatos raštingumą užkandžiavo rečiau.

Išvados. Tyrimo metu nustatyta, kad daugumos studentų fizinis aktyvumas yra nepakankamas. Todėl galima teigti, jog fizinis pasyvumas ir sėdima gyvensena būdinga studentavimo laikotarpiu. Taip pat galima teigti, kad žinios apie sveiką gyvenseną reikšmingai prisideda prie didesnio sveikatos raštingumo.

Reikšminiai žodžiai: studentai, sveikatos raštingumas, gyvensena.

Literatūra:

- Javtokas, Z., Sabaliauskas, R., Žagminas, K., & Umbrasaitė, J. (2013). 4(63), 38–46.
Neuman, J., Ina, E. A., Huq, S. O., Blanca, A., & Petrosky, S. N. (2024). 16(3), e56343. 10.7759/cureus.56343
Nutbeam, D., & Muscat, D. M. (2020). 269, 115–127. 10.3233/SHTI200026