

OTTHONBAN ÉLŐ IDŐS SZEMÉLYEK GERINC ÉS STABILITÁS VIZSGÁLATAI

Dr.Somogyi Péter¹, Mayer Panni², Dr. Egervári Ágnes^{1,2}

¹*Biatorbágy Egészségház*

²*Gizella Otthon Biatorbágy*

Cél: Bennlakásos otthonban idősök körében a gerinc görbületeinek, mozgékonyságának vizsgálata. A vizsgált személyek körében egyensúlytesztek elvégzése. A kapott eredmények ismeretének felhasználása további prevenció céljára.

Anyag és módszer: 22 fő (20 nő, 2 férfi) - akik a Biatorbágyi Gizella Otthon lakói – körében spinal mouse műszerrel 2019 márciusában a gerinc komplex vizsgálata. A vizsgáltak körében stabilitástesztek (Timed Up and Go teszt, Functional Reach teszt, Tandem teszt) elvégzése.

Eredmények: A műszeres mérés a vártnak megfelelően csökkent hajlékonyságot, magasabb elesési-instabilitási hajlamot, testtartási zavarokat mutatott. A normál pozíciójú állás 14 fokos dőlést mutatott, a Matthias teszt során 10.27 fokos előredőlés és 78.7 fokos maximális előrehajolási képesség mellett (normál pozícióhoz képest).

Következtetések: A spinal mouse műszerrel mért eredmények megerősítik, hogy a vizsgáltak testtartása hajlott helyzetben van előrehelyezett súlyvonallal és Matthias teszt során a gyenge izomzat miatt nagyobb a test súlyvonalának hátrahelyezése. A mélyizom erősítése mellett kiemelten kell kezelni a testtartás korrekcióját is, mivel az itt megfigyelt kóros testtartás önmagában is elesési rizikófaktor. A műszer lehetőséget nyújt a gyógytorna eredményességének a monitorozására is amely kiegészítve a fenti tesztekkel sokat segíthet az elesési kockázat mérséklésében. Az elesés megelőzése komplex kivizsgálást és kezelést igényel.