

# MAGYAR GERONTOLÓGIA

## 15. ÉVFOLYAM KONFERENCIA KÜLÖNSZÁM

2023. 15. évf. Konferencia Különszám

On-line verzió: ISSN 2062-3690

[www.https://ojs.lib.unideb.hu/gerontologia](https://ojs.lib.unideb.hu/gerontologia)

### A gyógytorna szerepe a geriátriai betegek mindennapjaiban

#### Geriatric Activation Program Pellenberg

Fábry Ilona Klára<sup>1</sup>

<sup>1</sup>Semmelweis Egyetem, Geriátriai Klinika és Ápolástudományi Központ, Budapest

 ORCID ID: 0009-0000-1503-8974

**Kulcsszavak:** rehabilitáció, gyógytorna, geriátria, funkcionális tréning

#### *A kutatás célja*

A geriátriai betegek számára az önállóság, önellátás és a funkcionális erő visszanyerése komoly kihívást jelent. A kutatás során a University Hospitals of Leuven pellenbergi campusán fejlesztett és vizsgált Geriatric Activation Program Pellenberg (GAPP) (Van Dijk et al., 2021) struktúrált, funkcionális rehabilitációs programjának adaptálása történik a Semmelweis Egyetem Geriátriai Klinika és Ápolástudományi Központ betegeire. A kutatás célja a geriátriai betegek komplex fizioterápiás rehabilitációja, valamint a funkcionális teljesítmény alakulásának vizsgálata és a kimutatható változások előrejelzése a vizsgált időszakban.

#### *Elméleti keretek*

Az idős emberek ellátása komplex szemléletet igényel. Míg a fiatalabb korosztály általában egy-egy betegség vagy panasz miatt fordul gyógytornászhoz, az idősebb emberek számos társbetegséggel is rendelkezhetnek, ezért még az azonos diagnózissal rendelkező betegek

állapota is nagyban különbözhet (Guccione et al., 2012). A betegség és a hosszas kórházi benntartózkodás inaktivitást és funkcionális teljesítmény csökkenést eredményez, amely izomtömeg veszteséget, gyengeséget eredményezhet. Ebben az esetben a geriátriai betegek számára kihívást jelenthet a független mindennapi életvitelhez szükséges készségek megőrzése. Ezért fontos az olyan funkcionális rehabilitációs programok hazánkban történő bevezetése, mint a Geriatric Activation Program Pellenberg (Van Dijk et al., 2022).

A programot az idős korosztály igényeinek megfelelően dolgozták ki. A GAPP alapját a mindennapi funkciókhoz (ADL) szükséges képességek fejlesztése adja: állóképesség és koordináció, erő, egyensúly, sebesség. A program során a betegek heti 5 alkalommal gyógytorna foglalkozáson vesznek részt, amelyből négy napon egyéni kezelést kapnak, az ötödik nap pedig csoportos tornán vesznek részt. Az egyéni alkalmak során mindig egy képesség fejlesztésére fókuszálnak, megadott feladatok közül választva (Van Dijk et al., 2021).

### ***Módszer***

A résztvevők rehabilitációjuk során a GAPP programját követik 4 hétig. A fejlődés nyomonkövetésére elsődlegesen a Berg Balance Scale-t és a Katz-skálát fogjuk használni, továbbá a 10 méteres járástávolság vizsgálat a rehabilitáció kezdetén, a második héten és a negyedik héten kerül felvételre (Van Dijk et al., 2022).

***Résztvevők:*** A kutatásban a Semmelweis Egyetem Geriátriai Klinika és Ápolástudományi központ krónikus belgyógyászati osztályának azon betegek vehetnek részt, akik elmúltak már 70 évesek, legalább 4 hetet az intézményben tartózkodnak és részvételüket a kezelőorvosuk jóváhagyta. A részvétel feltétele továbbá, hogy az utasításokat a beteg megértse, valamint kis segítséggel, segédeszközzel vagy anélkül, járóképes legyen.

### ***Elméleti és gyakorlati relevancia***

A kutatás során azt vizsgáljuk, hogy a meglévő klinikai környezethez mennyire adaptálható egy ilyen komplex rehabilitációs program, fizioterápiás szempontból milyen fejlesztésekre lenne szükség a hatékony rehabilitációs tevékenységhez. A kutatás során továbbá nemcsak a GAPP módszer hatékonyságát tesztelhetjük, hanem azt is megvizsgálhatjuk, hogy a betegeinket milyen funkcionális státusszal bocsátjuk el.

### **Hivatkozások**

Guccione, A. A., Wong, R. A., & Avers, D. (2012). *Geriatric Physical Therapy*. (3<sup>rd</sup> edition) Mosby, Missouri. p.4-6

Van Dijk, M., Allegaert, P., Locus, M., Deschodt, M., Verheyden, G., Tournoy, J., & Flamaing, J. (2021). Geriatric Activation Program Pellenberg, a novel physiotherapy program for hospitalized patients on a geriatric rehabilitation ward. *Physiotherapy Research International*, 26(3). <https://doi.org/10.1002/pri.1905>

Van Dijk, M., Allegaert, P., Locus, M., Saenen, L., Breuls, S., Michiels, D., Vermeulen, L., Jannes, S., Van Kerckhoven, Y., Tournoy, J., Verheyden, G., & Flamaing, J. (2022). In-hospital rehabilitation with the Geriatric Activation Program Pellenberg improves functional performance in a heterogeneous geriatric population. *Physiotherapy Theory and Practice*, 1–12. <https://doi.org/10.1080/09593985.2022.2162356>

A szerző:

**Fábry Ilona Klára**

Semmelweis Egyetem, Geriátriai Klinika és Ápolástudományi Központ, Budapest

email: [ilonaklara97@gmail.com](mailto:ilonaklara97@gmail.com)