



Klaipėdos
universitetas
Edukacijos
mokslų fakultetas



Klaipėdos
universitetas
Socialinių ir humanitarinių
mokslų fakultetas



Klaipėdos
universitetas
Jūros technologijų ir
gamtos mokslų fakultetas



EU CONEXUS

Tarptautinė mokslinė konferencija

SAUGI, TVARI IR INOVATYVI APLINKA SVEIKAM IR KOKYBIŠKAM GYVENIMUI

2023 m. kovo 22-24 d.

**TARPTAUTINĖ MOKSLINĖ KONFERENCIJA
„SAUGI, TVARI IR INOVATYVI APLINKA
SVEIKAM IR KOKYBIŠKAM GYVENIMUI“**

Pranešimų tezės

2023 m. kovo 22–24 d.

Klaipėda
2023



Mokslinis komitetas:

Pirmininkas: prof. dr. Saulius Raugelė

Nariai:

prof. habil. (hp) dr. Dalia Marija Stančienė
prof. dr. Birutė Strukčinskienė
prof. dr. Arvydas Martinkėnas
prof. dr. Daiva Mockevičienė
prof. dr. Elvyra Acienė
prof. dr. Rita Vaičekauskaitė
prof. dr. Leonidas Sakalauskas
prof. dr. Saulius Stumbra
prof. dr. Joao Lima
prof. dr. Jūratė Sučylaitė
prof. dr. Neringa Strazdienė
doc. dr. Agnieszka Genowska
doc. dr. Alona Rauckienė-Michaelsson
doc. dr. Jurgita Andruškienė
doc. dr. Julija Melnikova
doc. dr. Reda Jacynė

Organizacinis komitetas:

Pirmininkė: doc. dr. Simona Grigaliūnienė

Nariai:

prof. habil. (hp) dr. Dalia Marija Stančienė
lekt. dr. Alvyda Obrikienė
doc. dr. Julija Melnikova
doc. dr. Dalia Baziukė
doc. dr. Asta Kiaunytė
doc. dr. J. Jurgaitis
lekt. Viktorija Lukminaitė
Tatjana Žuravliova
Dainius Aponkus
Rita Gikarienė
Justė Martinkienė
Aistė Jeriomenkaitė
Vilija Lazarevičiūtė
Simona Gražytė – Rimdžiuvienė
Gabija Joknytė

TURINYS

<i>Prof. dr. Saulius Raugelė, Klaipėdos universiteto Sveikatos mokslų fakulteto dekanas.</i> Ivadinis žodis	6
---	---

<i>Saulius. Stumbra.</i> Etiniai iššūkiai santykiuose su skirtingų religijų pacientais	7
---	---

kovo 22 d.

II SEKCIJA / GAMTOS RESURSAI – ŽMOGAUS SVEIKATAI II SECTION / NATURAL RESOURCES – FOR HUMAN HEALTH (LMT-LUGISES)

Dovydas Rapolis, Lolita Rapolienė, Arvydas Martinkėnas.

Stresas kaip asmens gyvenimo palydovas ir jo valdymo priemonės	8
<i>Giedrė Taletavičienė.</i> Gydomieji gamtiniai veiksniai ir jų taikymas Lietuvoje	9
<i>Antonella Fioravanti.</i> The mechanisms of action of balneotherapy: new evidence and open questions.	10
<i>Inga Dailidienė, Lolita Rapolienė, Inesa Srvaite, Remigijus Dailidė, Erika Vasiliauskienė.</i> Klimato poveikis visuomenės sveikatai: karščio bangos Lietuvos pajūrio kurortuose.	11

kovo 23 d.

I SECTION / INTEGRAL APPROACH TO PUBLIC HEALTH AND WELLNESS

Leena Viitaharju and Urszula Ala-Karvia, Working together towards more sustainable public meals in the Baltic sea region.

<i>Inga Dailidienė, Simona Grigaliūnienė, Julija Melnikova, Eglė Stonkė.</i> „Nuo ūkio iki mokyklos“ modelio kūrimo prielaidos Klaipėdos regione: ūkininkų įtraukimo perspektyva.	13
<i>Jurgita Andruškienė, Simona Grigaliūnienė, Monika Steponkienė, Neringa Tarvydienė, Prof. dr. Saulius Raugelė.</i> Dental service use and accessibility reported by the parents of schoolchildren in Klaipėda district in the period from 2009 to 2022.	15
<i>Simona Grigaliūnienė, Jurgita Andruškienė, Saulius Raugelė, Mindaugas Kurmis.</i> Level of knowledge of digital entrepreneurship between youth.	16

II SEKCIJA / AUKŠTOS KOKYBĖS SVEIKATOS PRIEŽIŪRA IR ETINIAI IŠŠŪKIAI

<i>Gražina Mažvylienė, Gražina Rabkovskaja, Zyta Kuzborska.</i> Komandinis darbas intensyviosios terapijos skyriuje.	17
<i>Lina Marcinkevičienė, Zita Gierasimovič.</i> Slaugytojo vaidmuo užtikrinant paciento saugumą operacinėje: literatūros apžvalga	18
<i>Gustė Povilaikaitė, Zita Gierasimovič.</i> Sunkiai gyjančių pooperacinių žaizdų priežastys ir gydymui taikomos prevencinės priemonės: literatūros analizė.	20
<i>Paulė Oksaitė, Zita Gierasimovič.</i> Pakaitinės inkstų terapijos poveikis pacientams, turintiems inkstų susirgimų: literatūros analizė.	21
<i>Jolita Juknienė.</i> Odontologinės paslaugos neštumo metu bei nėščiųjų burnos sveikata.	22
<i>Miglė Budrevičiūtė, Rima Adomaitienė.</i> Burnos higienistų teikiamų paslaugų kokybę lemiantys veiksniai.	23
<i>Domilė Augulė, Jūratė Grubliauskienė.</i> Vyresnio amžiaus asmenų fizinio aktyvumo didinimo galimybės per suvoktą fizinį raštingumą globos įstaigose: teorinės išvalgos.	24
<i>Giedrė Fasci.</i> Šilalės rajone gyvenančių 10-12 klasių mokinių sveikatos raštingumo ir sveikos mitybos sąsajos.	25
<i>Dalia Marija Stančienė.</i> Food and ethnopharmaceutical heritage on the society well-being.	26

III SEKCIJA / INTEGRUOTAS POŽIŪRIS Į VISUOMENĖS SVEIKATĄ IR SVEIKATINIMĄ/ III SECTION / INTEGRAL APPROACH TO PUBLIC HEALTH AND WELLNESS

<i>Katarzyna Witana-Hebda, Marta Wicherek, Vaiva Seleviciene, Birute Strukcinskiene, Agnieszka Genowska. Sensorimotor functioning in children with FASD after the sensory integration therapy: the opinion of parents and guardians.</i>	27
<i>Krystyna Piekut, Weronika Maria Maciejewska, Katarzyna Witana-Hebda, Birute Strukcinskiene, Agnieszka Genowska. Working environment of the health care staff during the COVID pandemic: focus on the midwives safety.</i>	28
<i>Rita Jankauskienė, Gražina Šniepienė. Mitybos vaidmuo odos uždegiminių ligų prevencijai: žarnyno - odos ašis.</i>	29
<i>Vida Elijošaitienė, Ligita Šerytė. Tėvų žinios apie vaikus, sergančius epilepsija.</i>	30
<i>Ina Salnikova, Solveiga Zvicevičienė. Šokio–judesio terapijos poveikis nėsčiųjų psichomotorikai ir saviraiškai.</i>	31
<i>Gabrielė Pakriaušytė ir Rapolas Šalaševičius. Išmaniosios sąmoningumo meditacijos programos „Headspace“ poveikis psichosocialiniams veiksniams.</i>	32
<i>Gabrielė Pakriaušytė and Rapolas Šalaševičius. Effects of “Headspace”, a smart mindfulness meditation app, on psychosocial factors.</i>	33
<i>Strazdienė Neringa, Stručinskienė Birutė, Selevičienė Vaiva, Mickienė Raimonda, Darius Steponkus, Jonas Jurgaitis. Vaikų ir tėvų sveikata ir sveikatos kompetencija: subjektyvus tėvų vertinimas</i>	34
<i>Raminta Razmutė, Agata Romanceva, Zyta Kuzborska. Pacientų žinios apie širdies ir kraujagyslių ligų prevencinę programą</i>	35
<i>Sonata Čerkauskaitė, Raimondas Kubilius, Audrius Dėdelė, Jonė Vencloviene. Aplinkos žalumos poveikis sveikatos rodikliams, sergant širdies nepakankamumu.</i>	36
<i>Egidijus Grakauskas, Rolandas Jančiauskas. Teorinės priešgaisrinės tarnybos pareigūnų bendrojo fizinio parengtumo vertinimo prielaidos.</i>	37
<i>Laima Versekėnaitė, Zyta Kuzborska. Sergančiųjų išeminine širdies liga informuotumas apie ligą.</i>	38

kovo 24 d.

I SEKCIJA / DARNIOS ASMENYBĖS UGDYMAS:

EDUKACINIAI, PSICHOLOGINIAI, SVEIKATOS, SOCIALINIAI KOMPONENTAI

<i>Asta Šarkauskienė, Cesar Agostinis-Sobrinho, Olga Kuvaldina. Determining needs for Ukraine's olympic sports in wartime conditions: results of a delphi study.</i>	39
<i>Vilma Liaudanskė, Dovilė Skužinskaitė. Socialinių darbuotojų, dirbančių su intelekto negalia turinčiais asmenimis, emocinio perdegimo priežastys.</i>	40
<i>Irmina Dobilienė, Asta Kiaunytė. Pagalba šeimoms, auginančioms autistiškus vaikus, įtraukiojo ugdymo procese.</i>	41
<i>Ligita Mielkaitienė, Jolanta Sarpalienė, Daiva Mockevičienė. Kuksando poveikis izometrinei tarpraumeninei jėgai ir pusiausvyrai.</i>	42
<i>Jurgita Girčienė, Daiva Žukauskienė. Biblioterapijos taikymas geštalo praktikoje: grožinės knygos kaip asmenybės transformacijos stimulatorės.</i>	43
<i>Urtė Dičmonaitė, Jūratė Grubliauskienė. Lytiškumo ugdymo įgyvendinimas Lietuvoje ir jo svarba jauno žmogaus gyvenime.</i>	45
<i>Vilimantas Zablockis. „Žmonijos evoliucija minties energijos lauke“.</i>	46
<i>Agnė Buivydienė, Agnė Jakavonytė-Akstiniene. Pacientų patiriamas nerimas ir jo priežastys priešoperaciniu laikotarpiu COVID-19 pandemijos metu.</i>	47
<i>Greta Šimkutė, Ingrida Baranauskienė. Socialinio darbuotojo vaidmuo įgalinant vaikus ir jaunimą kūrybinei savanorsytei.</i>	48
<i>Rūta Preibienė, Ingrida Baranauskienė. Socialinio darbuotojo profesinio perdegimo raiška ir įveika atvejo vadybos su šeima kontekste.</i>	49
<i>Vytė Kontautienė, Genovaitė Avižonienė. Senjorų fizinio aktyvumo motyvai.</i>	50
<i>Akvilė Titorenko, Asta Beniušienė, Vytė Kontautienė. Sportininkų emociniai išgyvenimai ikivaržybinių ir povaržybinių laikotarpiu.</i>	51

<i>Dainora Ivancevičiūtė, Daiva Mockevičienė. Kineziterapijos metodų poveikis įkvėpimo raumenų jėgai ir gyvenimo kokybei sergant lėtine obstrukcine plaučių liga: sisteminė literatūros apžvalga.</i>	52
<i>Salomėja Šatienė, Birutė Anužienė. Asmeninis augimas ir mokymasis vyresniame amžiuje: psichosocialinis kontekstas.</i>	53
<i>Birutė Anužienė, Salomėja Šatienė. Socialinio emocinio ugdymo ir pedagogų psichosocialinės savijautos sąsajos.</i>	54
<i>Laura Žalienė, Vitalija Valionytė, Dalius Bartauskas, Viktorija Preikšaitė, Irina Arup, Monika Kibildaitė. Fizinio aktyvumo poveikis suaugusių su protine negalia fizinei ir funkciniai būklei.</i>	55
<i>Roma Romerienė, Vytė Kontautienė. Lietuvos profesionalių futbolininkų psichologinis rengimas</i>	56
<i>Laura Žalienė, Eugenijus Mačerauskas, Viktorija Mizgerienė, Miglė Dovydaitytė. Specializuotos išmanios relaksacinės sistemos poveikis autizmo spektro vaikų fizinei ir psichoemocinei būklei.</i>	57

II SEKCIJA / DARNIOS ASMENYBĖS UGDYMAS: EDUKACINIAI, PSICHOLOGINIAI, SVEIKATOS, SOCIALINIAI KOMPONENTAI

<i>Sigutė Kažukauskaitė, Vytė Kontautienė. Tinklininkų trenerių požiūris į tarpasmeninių santykių sąveiką sistemoje: treneris –sportininkas – tėvai.</i>	58
<i>Gabrielė Pociūtė, Vytė Kontautienė. Šiaulių miesto specialiojo ugdymo mokyklų darbuotojų fizinis aktyvumas ir fizinio pasyvumo priežastys.</i>	59
<i>Žaneta Valiulienė, Zita Gierasimovič. Darbo higienos ir ergonomikos sąsajos su sveikatos priežiūros darbuotojų darbo aplinka.</i>	60
<i>Aušra Meškauskienė, Asta Kiaunytė. Socialinė pagalba šeimai preventuojant vaiko institucinę globą (rūpybą).</i>	62
<i>Alina Glybina. Savanorių, kaip mentorių, veikla teikiant pagalbą vaikams, dalyvaujantiems "Big brothers big sisters" programoje.</i>	63
<i>Agnė Jazbutytė, Asta Kiaunytė. Individualios priežiūros darbuotojų lūkesčiai profesinei paramai: pagalba seniems ir pagyvenusiems asmenims namuose</i>	64
<i>Agnė Želvytė, Zyta Kuzborska. Pacientų, sergančių mieloleukemija, žinios apie ligą.</i>	65
<i>Jurgita Boltutienė, Vaida Piekuvienė. Įgalinanti kineziterapija pacientams po stuburo smegenų sužalojimo: iliustratyvi namų pratimų programa.</i>	66
<i>Simona Venckienė, Rolandas Jančiauskas. Ikimokyklinio amžiaus vaikų hiperaktyvumo mažinimas taikant fizinio ugdymo metodus.</i>	67
<i>Juventa Mudėnienė. Įsitraukimas į bendrus ergoterapijos užsiėmimus: ką tėvai sužino apie savo vaikus, turinčius raidos sutrikimų</i>	68
<i>Eimantė Šeškutė, Laimutė Samsonienė. Baletu artistų psichosocialinės sveikatos raiška.</i>	69
<i>Indrė Dirgėlienė. Supervizija sveikatos priežiūros sistemoje.</i>	70
<i>Rimantė Markauskienė, Violeta Rimkevičienė, Laimutė Samsonienė. Psichosocialinės sveikatos poreikių raiška, taikant dramos terapinius žaidimus pacientėms patiriančioms depresiją.</i>	71
<i>Audronė Pakalėnkaitė, Laimutė Samsonienė. Sveikatinimo veiksmingumas ir specialieji poreikiai.</i>	72
<i>Gailė Kašėtaitė, Laimutė Samsonienė. Integralūs sveikatos veiksniai: amžius, fizinis aktyvumas ir somatiniai negalavimai.</i>	73



IVADINIS ŽODIS

Gerbiami konferencijos dalyviai ir svečiai,

Šį pavasarį tradiciškai Klaipėdos universiteto Sveikatos mokslų fakultetas surengė ir pakvietė visus į tarptautinę mokslinę konferenciją „Saugi, tvari ir inovatyvi aplinka sveikam ir kokybiškam gyvenimui“.

Labai svarbu paminėti, kad šių metų konferencijos tematika palietė itin aktualius vaikų maitinimo aspektus Lietuvos kontekstu bei leido pažvelgti į ateities tendencijas, pasiremti ir paanalizuoti geruosius kitų šalių principus, kuriuos galima būtų integruoti ir tiesiogiai prisidėti prie šiandien itin svarbių darnumo kriterijų. Darnumo aspektai taip pat aptarti sekcijoje „Gamtos – resursai – žmogaus sveikatai“, kurioje aptartos medžiagos bei būdai itin aktualiam streso mažinimo procesui gerinti. Kartu konferencijos metu buvo gilinamasi į aukštos kokybės sveikatos priežiūra bei dėl globalizacijos atsiradusius etinius iššūkius, su kuriais tenka susidurti sveikatos srityje bei galimais sprendimo būdais, padedančiais gerinti situaciją. Stresas itin svarbi ir opi problema, kurios mąstai dar labiau išaugo COVID pandemijos laikotarpiu, o dabar matomas taip pat ir liekamasis reiškinys. Šia tematikai analizuoti buvo skirta sekcija „Darnios asmenybės ugdymas: edukaciniai, psichologiniai, sveikatos, socialiniai komponentai“.

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

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

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

ETINIAI IŠŠŪKIAI SANTYKYJE SU SKIRTINGŲ RELIGIJŲ PACIENTAIS

Prof. dr. Saulius. Stumbra

Klaipėdos universitetas, Sveikatos mokslų fakultetas, Slaugos katedra

Paciento sveikata ir religinė tapatybė yra svarbus ir pamatinės žmogaus teisės pažymintis klausimas. Pastarųjų metų ryškūs demografiniai pokyčiai palietė Lietuvos ir daugelio valstybių gyvenimą, taip pat ir sveikatos apsaugą. Medicinos specialistai ligoninėse ir kitose sveikatos priežiūros įstaigose susiduria su naujais etniniais ir etniniais iššūkiais, kuriose dalyvauja skirtingos etninės kilmės, kalbos, kultūros ir religijos pacientai.

Tikslas – pristatyti etinius iššūkius santykyje su skirtingų religijų pacientais.

Metodika. Šiam pranešimui pasirinktas teorinis tyrimo metodas. Tikslingos mokslinės literatūros analizė, kurios tikslas susisteminti ypatumus ir dėsningumus bei tendencijas, kurios pasitarnautų sprendžiant įvairius etinius iššūkius santykyje su skirtingų religijų pacientais.

Rezultatai. Literatūros analizė atskleidė, jog šiandien medicinos darbuotojui nebeužtenka būti geru savo srities specialistu, bet būtina geriau pažinti gyvenimo ir mirties sampratą religijoje, požiūrį į sveikatą ir ligas, religinius papročius ir taisykles, požiūrį į gydymą, paciento maldos poreikį ir mitybą. Šiandien tai tampa etiniu iššūkiu ir poreikiu gilinti savo žinias etinį apie santykį su skirtingų religijų pacientais.

Išvados. Lietuvoje maža tokio pobūdžio mokslinių tyrimų, nors užsienio šalių specialistų tyrimai atskleidžia, jog būtina į šią sritį atkreipti dėmesį. Siekiant šio tikslo verta peržiūrėti medicinos gydytojus ruošiančių universitetų programas, slaugytojų ruošimo programas, o dirbantiems medicinos specialistams organizuoti specialius seminarus ar kito pobūdžio mokymus.

Reikšminiai žodžiai: etika, religija, santykiai.

II SEKCIJA / GAMTOS RESURSAI – ŽMOGAUS SVEIKATAI II SECTION / NATURAL RESOURCES – FOR HUMAN HEALTH (LMT-LUGISES)

STRESAS KAIP ASMENS GYVENIMO PALYDOVAS IR JO VALDYMO PRIEMONĖS

Dovydas Rapolis¹, Lolita Rapolienė², Arvydas Martinkėnas²

¹Vilniaus universitetas, Medicinos fakultetas

²Klaipėdos universitetas, Sveikatos mokslų fakultetas, Slaugos katedra

Santrauka

Stresas yra nuolatinis šiuolaikinės civilizacijos palydovas, susijęs su įvairiomis emocinėmis, fizinėmis ir finansinėmis pasekmėmis tiek individualiu, tiek visuomenės lygiu. Streso paplitimas bendroje populiacijoje pasaulyje siekė 29,6 %, Europoje 31.9% (2020 m). Streso ir jo pasekmių mažinimui siūloma daugiau ilsėtis, mankštintis, skirti laiko pomėgiams ir pozityviam bendravimui, sveikiau valgyti ir atsisakyti žalingų įpročių, taikomos įvairios relaksacijos technikos ir procedūros.

Tyrimo tikslas: nustatyti patiriamo streso stiprumą, susijusius veiksnius ir taikomas valdymo priemones.

Metodika. Atliktas kiekybinis tyrimas autorių sukurta anketa. Streso stiprumas ir valdymas matuotas 10 balų VAS skale, Gerovės jausmas matuotas Arizonos integratyvia išeičių skale (AIOS). Elektroninėje apklausoje dalyvavo 1137 suaugę asmenys, kurių amžiaus vidurkis buvo 46 m, didžioji dalis respondentų buvo ištekęsios moterys, turintys aukštąjį išsilavinimą, gyvenantys mieste, dirbantys daugiau sėdimą darbą tarnautojais ir aptarnavimo sferoje daugiau nei 20 m, uždirbantys iki 1500 Eur.

Rezultatai. Tyrimo metu nustatyta, kad dauguma respondentų dirbo 9-12 val, poilsio laikas buvo iki 8 val., bet beveik trečdalis ilsėjosi mažiau nei 6 val., daugiau nei pusė asmenų sirgo bent viena lėtine liga. Penktadalis respondentų rūkė, kas dešimtas vartojo alkoholį kartą per savaitę. Dažniau nei kartą per savaitę sportavo 43% respondentų, sveikos mitybos principų laikėsi tik trečdalis apklaustųjų. Stresą patiria 98% respondentų: 8% patiria mažą (<3 balų), 31%- vidutinį (4-6 balai), 52%- didelį (7-9 balai) ir 7%- nepakeliamą stresą; gerai valdo stresą 37%, blogai- 14% apklaustųjų. 49% patiria didesnę nei vidutinis gerovės jausmą. Daugiausia streso valdymui kasdien pasitelkia bendravimą ir augintinio priežiūrą, dažnai- miegą, dienos režimo, mitybos korekciją, hobį ir sportą; retai arba niekada nesinaudojama psichologo ir reabilitacijos paslaugomis, bet apie trečdalis streso slopinimui pasitelkia alkoholį, valgymą ir vaistus.

Išvados. Stresą patyrė beveik visi respondentai, o daugiau nei pusė iš jų- didelį. Dauguma sugeba pakankamai valdyti stresą bendravimo, augintinio priežiūros, miego, režimo keitimo, hobiai pagalba. Gerą fizinę, psichinę, emocinę, socialinę ir dvasinę būklės formuojamą gerovės jausmą patyrė apie pusė respondentų.

Reikšminiai žodžiai: darbas, gerovė, stresas, streso valdymas, sveika gyvensena.

Padėka: Autoriai dėkoja Lietuvos mokslo tarybai (LMT). Tyrimo rezultatai susiję su LMT projektu LUGISES – „Lietuvos unikalių gamtinių išteklių panaudojimas su stresu susijusios organizmo psichinės ir fizinės sveikatos gerinimui efektyvumas ir saugumas“, S-REP-22-6.

GYDOMIEJI GAMTINIAI VEIKSNIAI IR JŲ TAIKYMAS LIETUVOJE

*Gyd. Dr. Giedrė Taletavičienė,
UAB „Upa MCT“, Druskininkai*

Įvadas: Birštonas, Druskininkai, Neringa ir Palanga – tai keturios gyvenamosios vietovės Lietuvoje, kurioms įstatymu suteiktas kurorto statusas dėl jose esančių mokslškai ištirtų ir pripažintų gydomaisiais gamtinių gydomųjų veiksnių (mineralinių vandenų, gydomojo purvo, sveikatai palankaus mikroklimato, rekreacinių želdinių, vandens telkinių) ir kuriose išplėtotą speciali infrastruktūra naudoti šiuos veiksnus gydymo, sveikatinimo, turizmo ir poilsio reikmėms.

Tikslas: apžvelgti Lietuvos gydomuosius gamtinius veiksnus ir jų taikymo ligų prevencijai ir gydymui aktualijas.

Rezultatas: Lietuvos kurortuose išgaunamas įvairios mineralizacijos (nuo 2 iki 56 g/l) mineralinis natrio kalio kalcio magnio chloridinis vanduo. Vakarų Lietuvoje išgaunamas ypač didelės mineralizacijos (~80 g/l) geotermis vanduo. Silpnos (iki 2 g/l) ir mažos (2-5 g/l) mineralizacijos mineralinis vanduo naudojamas gėrimui, mažos ir vidutinės (5-15 g/l) mineralizacijos mineralinis vanduo naudojamas inhaliacijoms, burnos ertmės hidromasažui, ginekologinėms procedūroms, gydomiesiems dušams (Šarko, cirkuliacinis), žarnyno procedūroms (žarnyno dušas). Vidutinės ir didelės mineralizacijos (15-35 g/l) vandenys dažniausiai vartojami vonioms. Gydomosioms procedūroms naudojamas durpinis (vietinės aplikacijos, vonios), sapropelinis purvas (aplikacijos) ir molis (įvyniojimai). Didelę įtaką sveikatai turi klimatas, miškai, vandens telkiniai. Gydomieji gamtiniai veiksniai jau daug metų naudojami ligų prevencijai ir gydymui pagal gydymo įstaigose, sanatorijose, reabilitacijos ir Spa centruose parengtas ir patvirtintas metodikas. Tačiau trūksta tyrimų, kurie mokslškai pagrįstų gydomųjų procedūrų efektyvumą. 2018 ir 2022 metais buvo teikti kvietimai dalyvauti LMT finansuojamuose mokslinių tyrimų projektuose kurortologijos srityje. Pagal 2018 metų įvykdyto projekto „Lietuvos natūralių gamtinių veiksnių poveikis sveikatai“ rezultatus publikuotas mokslinis straipsnis, parengtos naujos mokslškai pagrįstos mineralinio vandens procedūrų metodikos kelio sąnario artrito gydymui. 2022 metų pabaigoje pradėtas vykdyti naujas projektas „Lietuvos natūralių gamtinių veiksnių įtaka nusilpusiam ir stresą patyrusiam organizmui“.

Išvados: Lietuvos natūralūs gydomieji veiksniai plačiai taikomi lėtinių ligų prevencijai, gydymui ir reabilitacijai, tačiau trūksta mokslinio taikymo metodikų pagrindimo. Aktyvėja mokslinė tiriamoji veikla - teikiami kvietimai dalyvauti LMT finansuojamuose mokslinių tyrimų projektuose kurortologijos srityje. Kuriamos naujos gydomųjų gamtinių veiksnių poveikio sveikatai vertinimo ir jų taikymo metodikos.

Reikšminiai žodžiai: mineralinis vanduo, gydomasis purvas, klimatas.

THE MECHANISMS OF ACTION OF BALNEOTHERAPY: NEW EVIDENCE AND OPEN QUESTIONS

Antonella Fioravanti

Rheumatology Unit, Department of Medicine, Surgery and Neuroscience, Azienda Ospedaliera Universitaria
Senese, Policlinico Le Scotte, Viale Bracci 1, 53100, Siena, Italy

Vice-President of ISMH

President of OMTH

Balneotherapy (BT) is one of the most commonly used complementary therapies for many chronic conditions. Its beneficial effects are related to physical, chemical and microbiological factors, but the exact mechanism of action is not fully understood. A distinction can be made between non-specific and specific mechanisms. Non-specific or hydrotherapeutic mechanisms are ascribable to the physical properties of the water and are commonly related to the simple baths in hot tap water, while specific effects depending on the organic and inorganic compounds as well as on the community of microorganisms present in mineral water, in mud, or in other peloids with therapeutic properties. The body of evidence substantiating the effectiveness of BT has been increasing progressively during the last decade with a number of preclinical and clinical studies which can allow us to better understand the mechanisms by which BT induces beneficial effects. Results obtained by human studies demonstrated a reduction of circulating levels of different mediators and factors of inflammation, oxidative stress, cartilage metabolism, and humoral and cellular immune responses. Mud baths therapy is also associated with a decrease in serum levels of adiponectin and resistin, and with a positive modification of the expression levels of a pattern microRNA implied in the progression of chronic degenerative diseases like osteoarthritis. Indeed, balneotherapeutic treatments can increase serum β -endorphins and can modulate cortisol levels in such a way as to improve individual stress resilience without disrupting circadian rhythms of this hormone. Furthermore, transcutaneous absorption of antiphlogistic substances released by water and mud microflora may contribute to the overall pharmacological effect of BT. More details about possible mechanism of action of balneotherapy, as hypothesized on the basis of preclinical studies on cellular cultures. In particular, *in vitro* evaluation on keratinocytes, support the beneficial effects of balneotherapeutic treatments, especially those ones based on sulfur-rich waters, on skin diseases, such as psoriasis. In *in vitro* studies on fibroblast-like synoviocytes, chondrocytes, and osteoblasts demonstrated the anti-inflammatory, antioxidant and chondroprotective effects of H₂S donors corroborating the value of sulfur water in the treatment of different rheumatic conditions. Moreover, the sulfide compounds seem to regulate inflammation and immune response in purified human peripheral blood neutrophils, eosinophils or lymphocytes. Globally, the mechanism of action of BT, although not fully understood, seems to be sustained by a synergistic action of the different components of natural mineral waters and/or mud-packs.

KLIMATO POVEIKIS VISUOMENĖS SVEIKATAI: KARŠČIO BANGOS LIETUVOS PAJŪRIO KURORTUOSE

*Prof. dr. Inga Dailidienė, doc. dr. Lolita Rapolienė, Inesa Srvaite, Remigijus Dailidė, Erika Vasiliauskienė,
Klaipėdos universitetas, Jūrinių tyrimų institutas, Sveikatos mokslų fakultetas*

Klimato kaita – tai vienas didžiausių mūsų laikų iššūkių, kurie siejasi su ekstremaliais reiškiniais ir pavojais įvairioms ekosistemoms bei žmonių sveikatai. Dažniausiai pasitaikantys ir daugiausiai žmonių sveikatą veikiantys ekstremalus gamtiniai reiškiniai yra karščio bangos. Stresinę būseną žmogaus organizmui dažniausiai sukelia staigi oro sąlygų kaita ir dideli temperatūros gradientai, kai per trumpą laiką oro temperatūra pakinta. Pasaulio sveikatos organizacija teigia (2021 metų ataskaitoje), kad vis dar nepakankamai žinoma apie pavojų sveikatai, kurį kelia karščio bangos ir ilgalaikis aukštesnės temperatūros poveikis.

Tikslas. Siekiama informuoti visuomenę apie dažnėjančius ekstremalių reiškinių atvejus ir didinanti supratimą apie karščio bangų pavojų žmonių sveikatai Pietryčių Baltijos jūros Lietuvos kurortuose ir urbanizuotose teritorijose.

Metodika. Tiriamos karščio bangos (kai $T_{max} \geq 25$ °C yra daugiau nei 3 dienos), tropinės naktys (kai $T_{min} \geq 20$ °C) ir ekstremalios kaitros (kai $T_{max} \geq 30$ °C yra daugiau nei 3 dienos) Lietuvos pajūrio gyvenvietėse pietrytinėje Baltijos jūros pakrantėje 1993-2022 laikotarpiu. Pritaikyti klimatografiniai metodai Baltijos jūros pakrančių karščio bangų ir tropinių naktų geografiniam išplitimui įvertinti. Tendencijoms įvertinti taikyta tiesinė regresija.

Rezultatai. Šiuo metu yra stebimas ne tik karščio bangų dienų skaičiaus augimas, bet taip pat ir tropinių naktų skaičiaus augimas Pietryčių Baltijos jūros kranto zonoje, tame tarpe Lietuvos Pajūrio kurortuose. Tropinių naktų skaičiaus didėjimas Pietryčių Baltijos pajūryje gali būti susijęs su oro ir jūros pakrančių vandens temperatūros klimatinio šiltėjimu.

Išvados. Visuomenės sveikata yra glaudžiai susijusi su klimato kaita ir orų sąlygomis. Ekstremalių karščio bangų atvejų augimą veikia klimato kaita ir auganti vasaros oro temperatūra. Didesnį kaitrų skaičių Klaipėdoje gali veikti urbanistinis „šilumos salos efektas“. Kurortiniam verslui plėtoti labiau tinka Palangos ir Nidos pajūrio vietovės, nes ekstremalių kaitrų būna mažiau nei Klaipėdos uostamiestyje. Tačiau Kuršių nerijos kurortinėje vietovėje daugėja tropinių naktų atvejų. Ilgiau trunkančios karščio bangos gali turėti didesnį poveikį meteorolabiliems žmonėms. Karščio bangų ir tropinių naktų atvejais didesnė drėgmė vyraujanti jūrinio klimato zonoje gali sustiprinti su karščiu susijusio streso poveikį sveikatai. Dažnėjant karščio bangoms yra būtini tarpdisciplininiai tyrimai vertinantys karščio poveikį žmonių sveikatai. Įvairių šalių praktikoje, rekomenduojant Pasaulinei sveikatos organizacijai, detalesni biometeorologiniai tyrimai padeda nustatyti kaip ekstremalios karščio bangos veikia žmonių sveikatą ir mirtingumą.

Reikšminiai žodžiai: klimato kaita, karščio bangos, tropinės naktys, visuomenės sveikata, Lietuvos Pajūrio kurortai

Padėka: Atoriai dėkoja Lietuvos mokslo tarybai (LMT). Tyrimo rezultatai iš dalies susiję su LMT projektu LUGISES – „Lietuvos unikalių gamtinių išteklių panaudojimas su stresu susijusios organizmo psichinės ir fizinės sveikatos gerinimui efektyvumas ir saugumas“, S-REP-22-6.

I SEKCIJA / INTEGRAL APPROACH TO PUBLIC HEALTH AND WELLNESS

WORKING TOGETHER TOWARDS MORE SUSTAINABLE PUBLIC MEALS IN THE BALTIC SEA REGION

Leena Viitaharju and Urszula Ala-Karvia

University of Helsinki Ruralia Institute

Sustainable food systems are an important part of sustainable societies. More than 10 million public meals are served daily in the Baltic Sea Region. Purchases for these meals have the potential to affect the sustainability of food systems. Sustainability is about acting in such a way that the use of resources in the future is not jeopardised by what is being done now. Ideally, sustainable public meals meet dietary, socio-economic, environmental, ethical and sensory requirements and are produced by hired professionals using resource-efficient technologies. While this may sound like an unattainable ideal, a lot can be done about it: environmental and social considerations can be included; diets can be modified to mitigate the climate impact of food production and trade; by diversifying food choices, it is possible to support biodiversity; circular economy or resource efficiency policies can be introduced; social issues such as training and working conditions can be addressed. The development situations of the countries around the Baltic Sea in terms of sustainable development are at very different stages, and different countries have invested in different things.

Principles of a sustainable public meal

Public procurement and food services are in a position in society where adherence to sustainability policies is recommended. Public procurement and food services should take into account sustainability perspectives that can not only help provide meals to customers economically, but also help to achieve broader sustainability goals. The StratKIT project, which focuses on the Baltic Sea region coordinated by the Ruralia Institute in 2019-2021, developed sustainability principles that can also be applied elsewhere in the EU and beyond, taking into account local circumstances. The principles have been developed in cooperation with key stakeholders and experts. Discover the principles of a sustainable public meal: <https://www.sustainable-public-meal.eu/fi/kest%C3%A4v%C3%A4n-julkisen-aterian-periaatteet/>

The collection of sustainability tools is being expanded

To make it as easy as possible to start sustainability change, the StratKIT project collected practical guidelines from public food services and compiled them into an easily accessible <https://www.sustainable-public-meal.eu/fi/>. The guidelines range from strategic approaches to concrete measures. The website contains more than 50 tools for different stakeholders, including: decision-makers, suppliers, food services, producers, suppliers and customers. The instructions are divided under eight themes, and there are step-by-step instructions for each theme. In addition, there are several links to the strategies, laws or other elements that underlie the code of conduct.

The collection of guidelines is being expanded in the InterregBSR StratKIT+ (<https://interreg-baltic.eu/project/stratkitplus/>) follow-up project. Over the next year, more guidelines are expected to be gathered for stakeholders dealing with public meals. The project involves Sweden, Lithuania and Latvia as new countries, and their language versions of the code of conduct and the special features of public catering will also be added to the existing dataset. Sustainable food systems have received more attention than before in the new Interreg programme for the Baltic Sea.

„NUO ŪKIO IKI MOKYKLOS“ MODELIO KŪRIMO PRIELAIDOS KLAIPĖDOS REGIONE: ŪKININKŲ ĮTRAUKIMO PERSPEKTYVA

Inga Dailidienė¹, Simona Grigaliūnienė¹, Julija Melnikova¹, Eglė Stonkė²
Klaipėdos universitetas¹, Asociacija „Klaipėdos regionas“²

Įvadas

Straipsnyje analizuojamos smulkių ir vidutinių ūkių perspektyvos susijusios su modelio „Nuo ūkio iki mokyklos“ kūrimu Klaipėdos regione. Tyrimu siekiama atskleisti Klaipėdos regiono ūkininkų įtraukimo galimybes į bendradarbiavimą su švietimo įstaigomis teikiant joms ūkių produkciją / paslaugas. Atlikta fokusuotos grupės diskusija siekiant aptarti keletą aktualių situacijų: ar ūkininkus domina produkcijos, paslaugų teikimas švietimo įstaigoms, kaip jie vertina viešųjų pirkimų sistemą, kokios galimos bendradarbiavimo kliūtys ir kt. Gauti rezultatai atskleidžia apie mažai paliestą problemą Lietuvoje – nepakankamą smulkių ir vidutinių ūkininkų raštingumą siekiant bendradarbiavimo su švietimo įstaigomis. Šiuo tyrimu siekiama didinti smulkių ir vidutinių ūkių ir visų suinteresuotųjų grupių informuotumą padedant trumpinti maisto tiekimo grandines, didinant maisto kokybę, skatinant smulkių ir vidutinių ūkių ekologinių produktų tiekimą. Tyrimas rodo, kad Klaipėdos regiono ūkininkų, savivaldybės darbuotojų ir mokyklų paslaugų pirkėjų požiūris į maisto tiekimą, gamybą ir tvarkymą labai skiriasi. Skirtingi požiūriai ir žinios apie modelį „Nuo ūkio iki mokyklos“ gali daryti poveikį ūkininkų įtraukimui. Vienas iš gerųjų pavyzdžių ūkininkų iniciatyvos – siekimas įtraukti į jaunimo edukacines programas maisto auginimo pažintines pamokas. Siekiant tvarumo svarbu yra ugdyti žinias kaip galima smulkių ir vidutinių ūkių veiklos ir paslaugų pagalba išsaugoti ar atkurti natūralias ekosistemas.

Tikslas

Straipsnyje analizuojamos ūkininkų įtraukimo perspektyvos, susijusios su modelio kūrimu - siekiama atskleisti Klaipėdos regiono ūkininkų produkcijos / paslaugų propagavimo ir naudojimo sąlygas ir galimybes švietimo įstaigose bei apibrėžti būtinas šviečiamąsias pastangas didinti sveiką mitybą, ugdyti bendruosius sveikatos įpročius, žemės ūkio ir maisto sistemų raštingumą švietimo įstaigose ir jų bendruomenėse.

Metodika

„BSR Food Coalition“ projekto rėmuose įgyvendinta fokusuotos grupės diskusija su ūkininkais ir kitais socialiniais dalininkais. Diskusijos tikslas - išsiaiškinti kokių problemų, nuogastavimų, lūkesčių turi vietos ūkininkai ir susiję socialiniai dalininkai siekiant efektyvaus ūkininkų įtraukimo. Fokusuotos grupės diskusija vykdyta 2022 metų lapkričio mėn. Viso fokusuotos grupės interviu dalyvavo 15 asmenų. Diskusijos rezultatai užkoduoti ir apdoruoti kokybinės turinio analizės metodu.

Išvados

Pastaraisiais metais vis labiau pabrėžiama mokyklinio maitinimo gerinimo galimybė įtraukiant vietoje užaugintus produktus, tokiu būdu prisidedant ir prie vietos ūkio sistemų plėtros. Šis modelis kai kurių šalių praktikoje įgavo pavadinimą „Nuo ūkio iki mokyklos“. Modelis akcentuoja vietoje užauginto maisto viešuosius pirkimus kaip pagrindinę rinkos galimybę ūkininkams. Be to, smulkūs ir vidutinio dydžio ūkiai atlieka svarbų vaidmenį aprūpindami maistu vietos bendruomenes, o jų savininkai labai prisideda prie bendruomenės gyvybingumo, plėtodami ekosistemų paslaugas, ekonominę sveikatą ir socialinę gerovę.

Ūkininkų dalyvavimo „Nuo ūkio iki mokyklos“ modelyje tyrimų metodologija paremta „įtraukimo“ idėja, kuri apibrėžiama kaip socialinių ryšių, abipusiškumo ir pasitikėjimo jausmo kūrimas. Svarbiausias mokyklų bendradarbiavimo su vietiniu žemės ūkiu tikslas yra palengvinti paradigmą – perėjimą nuo mokyklų aprūpinimo maistu kultūros dar kitaip vadinamos „vertė už pinigus“) link kultūros pagrįstos koncepcija „visuomenė ir gamta“.

Tyrimu siekta atskleisti Klaipėdos regiono ūkininkų įtraukimo galimybes į bendradarbiavimą su švietimo įstaigomis teikiant joms ūkių produkciją / paslaugas. Atlikta fokusuotos grupės diskusija siekiant aptarti keletą aktualių situacijų: ar ūkininkus domina produkcijos, paslaugų teikimas švietimo įstaigoms, kaip jie vertina viešųjų pirkimų sistemą, kokios galimos bendradarbiavimo kliūtys ir kt.

Tyrimo rezultatai atskleidė apie mažai paliestą problemą Vakarų Lietuvoje – nepakankamą smulkių ir vidutinių ūkininkų raštingumą siekiant teikti produkciją / paslaugas švietimo įstaigoms, trukdantį sėkmingam ūkininkų įtraukimui į „Nuo ūkio iki mokyklos“ modelį. Tyrimas parodė, kad Vakarų Lietuvos Klaipėdos regiono ūkininkų, savivaldybės darbuotojų ir mokyklų paslaugų pirkėjų požiūris į ūkininkų teikiamą produkciją / paslaugas labai skiriasi. Manoma, kad skirtingi socialinių dalininkų požiūriai ir žinios apie modelį „Nuo ūkio iki mokyklos“ gali daryti poveikį ūkininkų įtraukimui. Vienas iš gerųjų pavyzdžių ūkininkų iniciatyvos – siekimas įtraukti į jaunimo edukacines programas maisto auginimo pažintines pamokas. Siekiant tvarumo svarbu yra ugdyti žinias kaip galima smulkių ir vidutinių ūkių veiklos ir paslaugų pagalba išsaugoti ar atkurti natūralias ekosistemas.

Tyrimu siekta didinti smulkių ir vidutinių ūkių ir visų suinteresuotųjų grupių informuotumą padedant trumpinti maisto tiekimo grandines, didinant maisto kokybę, skatinant smulkių ir vidutinių ūkių ekologinių produktų tiekimą.

Reikšminiai žodžiai

Mokyklinio maitinimo programos, ūkininkų įtraukimas, trumposios grandinės, tvarus maistas.

DENTAL SERVICE USE AND ACCESSIBILITY REPORTED BY THE PARENTS OF SCHOOLCHILDREN IN KLAIPEDA DISTRICT IN THE PERIOD FROM 2009 TO 2022

*Assoc. Prof. Jurgita Andruškienė¹, Assoc. Prof. Simona Grigaliūnienė¹, Monika Steponkienė²,
Neringa Tarvydienė^{1,2}, Prof. dr. Saulius Raugėlė¹*

¹Klaipeda University, Faculty of Health Sciences, Lithuania

²Klaipeda District Public Health Bureau, Lithuania

Introduction. The dental service use was restricted by limited-service accessibility in the region of Klaipeda district, it was mainly influenced by geographical issues, but the situation possibly changed during the last decade, which included the COVID-19 pandemic period.

The aim of the study was to assess the dental service use reported by parents of schoolchildren in Klaipeda district in the period from 2009 to 2022.

Methods: In 2009 and 2022, the Parents' Behavior Questionnaires were distributed to the parents of 6-17 years old schoolchildren in all schools in Klaipeda district, excluding Klaipeda city, located in the Western part of Lithuania. 206 questionnaires were analyzed in 2009 (response rate 67.6%) and 539 in 2022 (response rate 68.5%). The sample distribution according to gender was quite even. The sample concluded of boys, 48.1% and 53.2%, in 2009 and 2022, respectively. The study was approved by the University's Bioethics Committee. Data were analyzed using IBM SPSS.17 software. Analysis was performed with two sample independent proportions test. A p -value <0.5 was considered as significant.

Results. There was more than one third (38.3%) of the parents in 2009 who declared their children had dental caries treatment needs, however, only 21.9% of the parents confirmed the same in 2022 ($z=4.3$; $p=0.0001$). A similar part of the parents in 2009 (17.0%), as well as in 2022 (19.5%) stated their children were visiting a dentist more than twice a year ($z=0.8$; $p>0.05$). The main reason of the last visit to the dentist was preventive checkup, in 2009 (34.0%) and a twice as greater proportion of parents who took their children to the dentist for prevention in 2022 (68.0%) ($z=7.0$; $p=0.0001$). Children were brought to the dentist because of tooth ache, 18.9% in 2009 and only 6.6% in 2022 ($z=4.5$; $p=0.0001$). The priority was given to private dental service providers by the greater part of parents in 2009 (35.4%) as compared to 2022 (27.8%) ($z=2.0$; $p<0.05$). The parents evaluated the accessibility of free dental services as adequate in 2009 (25.2%) and in 2022 (23.6%) ($z=0.5$; $p>0.05$). There were similar possibilities to reach out to the nearest dental clinic by public transportation in 2009 (45.6%) and 2022 (45.5%) ($z=0.04$; $p>0.05$). The working hours of the nearest dental clinic, were appropriate in 2009 (46.1%) and 2022 (55.8%) ($z=2.4$; $p<0.05$). There were long waiting lists of patients in the nearest dental clinic providing free dental services in 2009 (47.6%) and even longer in 2022 (66.4%) ($z=4.7$; $p=0.0001$). The qualification of the staff in the nearest dental clinic providing free dental services was satisfying in 2009 (31.1%) and 2022 (32.3%) ($z=0.3$; $p>0.05$). The financial possibilities to pay for private dental services were evaluated as sufficient by the parents of schoolchildren in 2009 (40.3%) and even more sufficient in 2022 (68.6%) ($z=7.2$; $p=0.0001$).

Conclusions: Dental caries treatment needs were declared by the greater proportion of parents of schoolchildren in 2009 as compared to 2022. Much greater part of parents was taking their children for preventive dental checkups in 2022, as compared to 2009, nevertheless the COVID-19 pandemic. The waiting lists were longer in 2022 as compared to 2009, however, a greater part of the parents confirmed better financial possibilities to pay for private dental services in 2022 as compared to 2009.

Keywords: dental service use, parents, schoolchildren.

LEVEL OF KNOWLEDGE OF DIGITAL ENTREPRENEURSHIP BETWEEN YOUTH

*Assoc. Prof. Dr. Simona Grigaliūnienė¹, Assoc. Prof. Dr. Jurgita Andruškienė¹, Prof. Dr. Saulius Raugelė¹,
Assoc. Prof. Dr. Mindaugas Kurmis²*

¹Klaipėda University, Faculty of Health Sciences, Lithuania,

²Klaipėda University, Sea Technologies and Nature Science Faculty, Lithuania,

Introduction. With digital change accelerated by the Covid-19 pandemic effect, consumers, customers, businesses, enterprises, supply chains, industries and the ecosystem are exposed to digital change much faster than the usual pace. These major changes are: new technologies such as mobile computing, data analytics, e-learning, cloud computing, blockchain, social media marketing and SEO, which have created the beginning of a new era in entrepreneurship.

The aim of the study was to assess the knowledge that exists among project's target group on issues related to digital entrepreneurship, know their degree of familiarity with digital skills and their usefulness in work environment.

Methods: The survey methods and results are the part of a project – A new entrepreneurship approach in the digital age: digital entrepreneurship – NEWDIGISHIP, which is co funded by the European Union (20202-1-ES02-KA220-YOU-000086085). The survey was applied in 7 countries (Hungary, France, Spain, Lithuania, Germany, Turkey, Malta) and the sample reached 127 respondents. It is important to keep in mind that due to the small size of the sample it is not possible to make generalizations and it is necessary to speak at all times of trends detected among the surveyed population.

Results. The survey results shown that sixty-nine percent of respondents considered that digital entrepreneurship has advantages over traditional entrepreneurship, while 11% considered that it has no significant advantages and 20% said that they do not know if it has more merits. Regarding the relationship between traditional entrepreneurship and digital entrepreneurship, 39% considered that the latter is much more interesting than traditional entrepreneurship. On the other hand, 31% of the respondents claim to need more information about digital entrepreneurship. Ten percent believe that digital entrepreneurship is similar to traditional entrepreneurship and 9% are not able to differentiate between the two types of entrepreneurship. All this indicates the need to continue working to increase the information and training available to promote knowledge of this type of entrepreneurship, considering its advantages and disadvantages. In terms of the barriers or main obstacles mentioned by the respondents for the development of digital entrepreneurship, the first one is the insufficient budget for technological change, which was mentioned by 23% of the participants in the survey. This was followed by legacy systems, which was mentioned by 19%, followed by risk-averse organizational culture, which was mentioned by 15% of the respondents, as well as the looming digital skill gap and administrative and financial burdens, high taxes. Another barrier mentioned by 11% was the isolated decision making. Regarding the main opportunities for digital entrepreneurs, 27% of respondents favored the existence of new markets and consumers, while 26% claimed the possibility of finding new ways of finding customers. On the other hand, 24% of the participants valued positively the possibility of reducing cost and 23% the idea of collaborating with others. Respondents also rated the skills they consider most important to positively influence the development of the digital entrepreneur. In this case, 33% of the participants positively valued marketing skills and 27% communication skills. On the other hand, 23% considered social media skills to be very important and 11% considered web design skills to be very important.

Conclusions: Survey results have revealed that financial resources and lack of adequate knowledge have been elements that have negatively influenced the development of these entrepreneurial initiatives. For most of the people surveyed, digital entrepreneurship becomes an opportunity to reach new markets and consumers, to find new customers, as well as to reduce investment and production costs, so it becomes a very beneficial alternative for young people who want to start a business, which results in an increase in their chances of professional integration. Most of the respondents (16-30 years old) are familiar with different digital tools, which is an advantage in terms of digital entrepreneurship compared to other generational cohorts that have more difficulties in approaching this medium.

Keywords: digital, entrepreneurship, age, approach, transformation, capacity, resilience.

II SEKCIJA / AUKŠTOS KOKYBĖS SVEIKATOS PRIEŽIŪRA IR ETINIAI IŠŠŪKIAI

KOMANDINIS DARBAS INTENSIVIOSIOS TERAPIJOS SKYRIUJE

Gražina Mažvylienė, Gražina Rabkovskaja, doc. dr. Zyta Kuzborska
Vilniaus kolegija, Sveikatos priežiūros fakultetas, Slaugos katedra

Komandinis darbas tarp skirtingų profesijų atstovų vis labiau pripažįstamas svarbiu dėl sudėtingo ir dinamiško sveikatos priežiūros organizacinio pobūdžio, daugėjant sveikatos priežiūros profesijų specializacijų ir augant sveikatos priežiūros paslaugų kompleksiskumui.

Komandinis darbas intensyvosios terapijos skyriuje yra sudėtingas, intensyvus ir susijęs su didele nepageidaujamų reiškinių rizika. Sudėtingas pacientų gydymas ir specializuota aplinka reikalauja personalo, turinčio skirtingas kompetencijas ir dirbančio kintančios sudėties komandose. Taigi, bendravimas ir koordinavimas yra neatsiejami nuo darbo intensyvosios terapijos skyriuje, o, siekiant optimalių pacientų gydymo rezultatų, labai svarbu, kad būtų užtikrintas funkcionalus komandinis darbas.

Tikslas. Išsiaiškinti komandinio darbo svarbą slaugytojams, dirbantiems intensyvosios terapijos skyriuje.

Metodika. 2022 m. atliktas kokybinis tyrimas – pusiau struktūrizuotas interviu. Tyrime dalyvavo penkios anestezijos ir intensyvosios terapijos slaugytojos. Slaugytojų darbo stažas buvo nuo pusantrų metų iki 32 metų. Tyrimas atliktas laikantis etikos principų. Duomenų apdorojimui buvo naudojamos Microsoft Word 2016 programa.

Rezultatai. Nustatyta, kad efektyvus komandinis darbas intensyvosios terapijos skyriuje užtikrina kokybišką pacientų sveikatos priežiūrą ir priklauso nuo bendrai išsikeliamų tikslų ir priimamų sprendimų, tikslingo vaidmenų pasiskirstymo, siekiant išvengti darbų dubliavimosi, užtikrinti saugią darbinę aplinką, efektyviai komunikuoti ir bendradarbiauti, suteikiant kolegoms reikiamą pagalbą bei reikalingą informaciją. Pagrindinė slaugytojų atsakomybė intensyvosios terapijos skyriaus komandoje yra pacientų slauga ir naujausios informacijos apie jų būklę pateikimas gydytojams, problemų sprendimas, kolegų apmokymas ir lyderio vaidmens prisiėmimas ekstrinėse situacijose.

Išvados. Sėkmingas slaugytojų darbas intensyvosios terapijos skyriaus komandoje priklauso nuo komandos narių efektyvaus bendradarbiavimo, tarpusavio komunikacijos ir galimybės dalyvauti sprendimų priėmime.

Reikšminiai žodžiai: komandinis darbas, intensyvosios terapijos skyrius, slauga

SLAUGYTOJO VAIDMUO UŽTIKRINANT PACIENTO SAUGUMĄ OPERACINĖJE: LITERATŪROS APŽVALGA

Lina Marcinkevičienė, Zita Gierasimovič

Vilniaus Universiteto Medicinos fakulteto Sveikatos mokslų institutas, Lietuva

Įvadas. XXI a. technologinių progresų ir sudėtingų sveikatos priežiūros paslaugų procesų gydymo įstaigose metu, operacinės slaugytojas, kaip pilnavertis komandos narys, dalyvauja rizikingose chirurginėse intervencijose. Intensyvus darbas operacinėje, kritinių situacijų valdymas, pacientų saugos užtikrinimas operacijos metu reikalauja gerų įgūdžių ir darbo be klaidų slaugant pacientą perioperaciniu laikotarpiu.

Tikslas – išanalizuoti slaugytojos vaidmens reikšmę užtikrinant paciento saugumą operacinėje.

Metodai – apžvelgta ir analizuota mokslinė literatūra 2018–2022 metais publikuota PubMed, Scopus, ScienceDirect internetinėse duomenų bazėse, naudojant raktinius žodžius: scrub nurse, circulating nurse. Tikslą atitiko 24 anglų kalbos šaltiniai, kuriuose buvo abu raktiniai žodžiai, iš jų 3 prieinami pilni straipsniai, kuriuose analizuotas operacinės slaugytojos, ar cirkuliuojančios operacinės slaugytojos vaidmuo operacijos metu.

Rezultatai.

Komandinis darbas susijęs su kokybiškomis sveikatos priežiūros paslaugomis, kuomet operacinės komandos nariai vienodai vertina situaciją ir komandos užduotį. Atlikti tyrimai (J.J. Jung., et al., 2020; U. Nilsson., et al., 2018) rodo, kad operacinės darbas dinamiškas, keičiantis situacijai reikalauja užduočių persikirstymo, trumpų komandos pasitarimų. Tyrimais (D. Rothstein., M. Raval., 2018) įrodyta, kad chirurginių komplikacijų atvejai susiję su komandos darbu, o išankstinis operacinės planavimas užtikrina pacientų saugą ir prisideda prie sklandaus operacinės darbo (M.M. Grade., et al., 2019). Svarbi yra operacinės slaugytojos (ji taip pat atsakinga už paciento saugumą) ir cirkuliuojančios slaugytojos techninė kompetencija ir pasirengimas būti atsakinga už operacinę ir paciento saugumą.

Situacijos suvokimas. Svarbu sekti informaciją apie svarbius operacijos eigos aspektus, perioperaciniu laikotarpiu užtikrinti paciento saugumą, numatyti tolimesnius chirurginės intervencijos etapus, galimas problemas (kraujavimas, įrangos, darbo priemonių trūkumas), operacijos metu. Tyrimai (P. Heidarpour., et al., 2020; D. M. Neyens., et al., 2019) atskleidžia operacinės slaugytojos svarbą koordinuojant ikioperacinį paciento paruošimą, iš anksto planuotus veiksmus perioperaciniame etape, suvokiant būsimos chirurginės intervencijos sunkumus ir numatant į priekį situacijos pokyčius bei operuojančių komandos chirurgų poreikius tolimesnės operacijos eigoje. Priešoperacinis pasitarimas (angl. *preoperative briefing*) – paciento įvertinimas ir operacijos eigos aptarimas pridisponuoja paciento saugumą. Operacijos aptarimas (angl. *debriefing*) identifikuoja buvusią ar galėjusią įvykti riziką paciento saugumui.

Užduočių valdymas. Planuojant ir paruošiant aplinką konkrečiai operacijai (įrangos, darbo erdvės sutvarkymas), kad chirurginę užduotį būtų galima atlikti be trikdžių, užtikrinant paciento stabilumą ant operacinio stalo. Tyrimai (Sirevag I., et al., 2021) išskiria operacinės slaugytojos mokėjimą identifikuoti ir spręsti problemas, susijusias su chirurginės įrangos prieinamumu ir veikimu, atsižvelgiant į paciento svorį, ūgį ir būklę, prieigą prie vedančio operaciją chirurgo ir turimą įrangą, sprendžia, kaip esant reikalui efektyviai pakeisti chirurgines priemones (instrumentus, pvz., laparoskopiją į laparotomiją). Tai darbas reikalaujantis fizinės ištvermės. Skubotumas tarp operacijų tvarkant chirurginius instrumentus neretai yra mikrotraumų priežastimi. Techninės naujovės, chirurginių operacijų atlikimo metodai sparčiai žengia į priekį, kartu turi žengti ir gebėti valdyti naujus medicinos prietaisus operacinės slaugytojai. Operacinės slaugytojų ne techniniai įgūdžiai yra sudėtingi ir savarankiški. Europos šalyse, pvz., Norvegijoje, operacinės slaugytoja dažniausiai apima kelių chirurginių specialybių operacijų darbą. Daugiafunkcinis operacinės slaugytojos darbas praktikuojamas Lietuvoje ir yra vienas iš bendrųjų ir esminių operacinės slaugytojų pareigų visose chirurgijos srityse. Kiti autoriai (Y. Sonada., et al., 2017; B.M. Gillespie., et al., 2009) pabrėžė operacinės slaugytojų svarbą vaidmenį sprendžiant įrangos prieinamumą. Dėl aseptikos sumetimų operacinės slaugytojams neleidžiama išeiti iš sterilios zonos, atliktas H. Afkario (H. Afkari., R. Bednarik., 2022) tyrimas atskleidžia operacinės slaugytojų vaidmenį planuojant ir nustatant prioritetus perioperaciniu laikotarpiu, taip užkertamas kelias netikėtoms situacijoms. Tyrimu (Neyens., et al., 2019) nustatyta, kad cirkuliuojanti operacinės slaugytoja 25 operacijų metu per 34 valandas atliko 1471 užduotį, iš kurių 9 proc. buvo susijusios su pacientu; 23 proc. buvo susiję su įranga; 33 proc. susiję su tvarsliava, instrumentais ir priemonėmis; 35 proc. susiję su informacija. Stebėtos situacijos, kai cirkuliuojanti operacinės slaugytoja numato operacinės slaugytojos poreikius sterilioje zonoje ir buvo pasiruošusi padėti dar prieš jos aiškų prašymą. Kritinių situacijų sprendimo atvejais cirkuliuojančios ir operacinės slaugytojų gebėjimai numatyti įvykius ir jiems pasiruošti užtikrina paciento saugą.

Išvados.

1. Vienas iš pagrindinių operacinės slaugytojos uždavinių – instrumentavimas chirurginei komandai operacijos metu numatant galimus operacijos eigos pokyčius, darbo planavimas konkrečiai operacijai visu perioperaciniu laikotarpiu.

2. Operacinės slaugytojo darbas apima sudėtingas organizacines veiklas ruošiantis operacijai, tvarkant instrumentus ir įrangą po operacijos. Chirurginės intervencijos metu, cirkuliuojanti operacinės slaugytoja numato poreikius sterilioje zonoje, padeda sutaupyti operacinės laiką, kritinių situacijų metu padeda užtikrinti paciento saugumą.

Reikšminiai žodžiai: operacinės slaugytoja (-s), komanda, cirkuliuojanti operacinės slaugytoja (-s), operacinės slaugytojo vaidmuo.

SUNKIAI GYJANČIŲ POOPERACINIŲ ŽAIZDŲ PRIEŽASTYS IR GYDYMUI TAIKOMOS PREVENCINĖS PRIEMONĖS: LITERATŪROS ANALIZĖ

Gustė Povilaikaitė, Zita Gierasimovič

Vilniaus Universiteto Medicinos fakulteto Sveikatos mokslų institutas, Lietuva

Ivadas. Sunkiai gyjančios pooperacinės žaizdos yra aktuali problema chirurginio profilio skyriuose.

Žaizda (*lot. vulnus*) beveik visada pacientui sukelia skausmą, kraujavimą, audinių defektą ar žiojimą. Per odos vientisumo pažeidimą į audinius gali patekti patogeninių mikroorganizmų ir sukelti infekciją ar sepsį.

Tikslas. Išanalizuoti sunkiai gyjančių pooperacinių žaizdų priežastis bei taikytas prevencines priemones.

Metodika. Atlikta 2016–2022 m. literatūros, rastos PubMed, Scopus, Scholar mokslinių šaltinių bazėse, analizė. Tikslui pasiekti naudojami reikšminiai žodžiai: pooperacinės žaizdos (*postoperative wounds*), infekcija (*infection*), sunkiai gyjančios žaizdos (*difficult to heal wounds*), prevencinės priemonės (*preventive measures*). Išanalizuota 12 mokslinės literatūros šaltinių, kurių santraukoje aptikti reikšminiai žodžiai ar jų deriniai.

Rezultatai. Pooperacinės žaizdos skausmas gali paveikti organų, kūno dalies ar viso organizmo veiklą. Klinikinėje praktikoje stebimi atvejai, kuomet po operacijos natūrali fiziologinė reakcija į audinių pažeidimą stipriai sulėtėja arba yra veikama pašalinių veiksnių, dėl kurių vystosi sunkiai gyjančios žaizdos. Tyrimais nustatyta, kad sunkesniai žaizdos gijimui įtakos turi paciento amžius, gretutinės ligos (cukrinis diabetas), perteklinis vaistų vartojimas, prasta odos būklė – žaizdos tampa komplikuotos, sunkiai gyjančios, ilgainiui prasideda operacinės žaizdos infekcijos. Anot tyrėjų (*Q. Bai., K. Han., K. Dong., et al., 2020*) gretutinių ligų paveiktos pooperacinės žaizdos rodo nebaigtus gijimo procesus ir didelę infekcijos riziką. Anot kitų tyrėjų (*A. E. Boniakowski., A. S. Kimball., B. N. Jacobs., 2017*), pooperacinis žaizdų gijimas priklauso nuo gijimo progresavimo per skirtingas žaizdų gijimo fazes, įskaitant hemostazę, uždegimą, proliferaciją ir remodeliavimą, sutrikus šiam procesui palaipsniui išryškėja patologinis žaizdų gijimas. Po operacijos atsiradus infekcijos požymiams, švari žaizda gali tapti infekuota arba lėtine, kurios gijimas tęsiasi ilgą laiką. Gilesnių audinių vientisumo pažeidimas turi įtakos pacientų fizinei, psichologinei gerovei. Operacinių žaizdų infekcijos – tai dažniausios pooperacinės infekcijos ir antros pagal dažnumą su sveikatos priežiūra susijusios infekcijos Europoje. Operacinės žaizdos infekcijos yra susijusios su ilgesne hospitalizacija, papildomomis chirurginėmis procedūromis. 2015–2021 m. Lietuvos sveikatos priežiūros įstaigose žaizdų infekcijos sudarė nuo 12,7 iki 20,2 proc. visų hospitalinių infekcijų. Užsitęsęs pooperaciniam laikotarpiui ir žaizdų gijimui, atsiranda minkštųjų audinių pažeidimai – pragulos. Remiantis 2017 metais Jungtinėse Amerikos Valstijose atliktu „*International Pressure Ulcer Prevalence*“ tyrimu, pastebima, kad pragulų atsiranda 2,7–29,5 proc. visų hospitalizuotų pacientų, iš kurių 70–90 proc. sudaro pacientai vyresni nei 65 metai. Sunkiai gyjančių pooperacinių žaizdų priežiūra – tai sudėtingas procesas, kuomet sveikatos priežiūros specialistai, dalyvaujantys gydymo procese, žaizdų priežiūrai taiko inovatyviausius ir daugiafunkcinius būdus ir individualiai, priklausomai nuo pooperacinės žaizdų gijimo būklės, pacientui parenka tinkamas priemones (pvz., hidrogelinius, sidabro impregnuotus tvarščius), priklausomai nuo mikrobų sukėlėjų parenkamos antibiotikų grupės. Pooperacinių žaizdų priežiūros srityje (*A. Al-Gharibi., S. Sharstha., M. A. Al-Faras., 2018*) yra veiksmingi ir efektyvus daugiafunkciniai gydymo būdai ir ekonomiškai efektyvus tvarščių parinkimas, atsižvelgiant į žaizdos gijimo sunkumą bei žaizdos priežiūros sąlygas. Kiti tyrėjai (*E. Eriksson., P.Y. Liu., G.S. Schultz., et al., 2022*) pooperaciniame žaizdų gydymo laikotarpyje akcentuoja tarpusavyje susijusius veiksnius: paciento lūkesčius, žaizdos dydžio sumažėjimą, gijimo laiką, gyvenimo kokybės pagerėjimą. Kai sunkiai gyjančių žaizdų gijimas nėra laukiamas, (pvz., paliatyvi žaizdų priežiūra) gydymas ir žaizdų priežiūra yra nukreipta į skausmo mažinimą, eksudato, nemalonaus pūlių kvapo (dėl vyraujančių bakterijų) valdymą.

Išvados. 1. Pooperaciniam žaizdų gijimui įtakos turi pacientų amžius, gretutinės ligos, perteklinis vaistų naudojimas, infekcijos buvimas. 2. Sunkiai gyjančioms žaizdom taikomi inovaciniai daugiafunkciniai gydymo metodai, prevencijai – parenkami hidrogeliniai, impregnuoti antibakterinėmis priemonėmis tvarščiai, antibiotikai.

Reikšminiai žodžiai: sunkiai gyjančios pooperacinės žaizdos, infekcija, prevencinės priemonės.

PAKAITINĖS INKSTŲ TERAPIJOS POVEIKIS PACIENTAMS, TURINTIEMS INKSTŲ SUSIRGIMŲ: LITERATŪROS ANALIZĖ

Paulė Oksaitė, Zita Gierasimovič

Vilniaus Universiteto Medicinos fakulteto Sveikatos mokslų institutas, Lietuva

Ivadas. Inkstų ligos – labai aktuali visuomenės sveikatos problema visame pasaulyje, sukelianti labai didelių išlaidų sveikatos sistemai, ir apibūdinama kaip „labiausiai apleista lėtinė liga“. 2017 m. visame pasaulyje nuo lėtinės inkstų ligos mirė 1,2 mln. žmonių. Daugeliu atvejų inkstų susirgimai diagnozuojami per vėlai, kadangi lėtiniai inkstų ligos simptomai yra kliniškai besimptomiai.

Tikslas. Išaiškinti pakaitinės inkstų terapijos poveikį pacientams, turintiems inkstų susirgimus.

Metodai. Atlikta 2017–2022 m. mokslinės literatūros, rastos Scopus, PubMed, Scholar elektroninėje duomenų bazėje, analizė. Tikslui pasiekti buvo naudojami reikšminiai žodžiai: slaugytojas (*nurse*) pakaitinė inkstų terapija (*renal replacement therapy*), pacientų mokymai (*patient education*). Nagrinėti 9 moksliniai šaltiniai, kuriuose rasti raktiniai žodžiai ar jų kombinacijos.

Rezultatai. Pakaitinė inkstų terapija taikoma, kuomet inkstai nebeatlieka šalinimo funkcijos. Prognozuojama, kad iki 2030 m. visame pasaulyje pakaitinė inkstų terapija naudosis apie 5,5 mln. žmonių. Pakaitinės inkstų terapijos metu žmogaus kraujas išvalomas nuo kenksmingų medžiagų, o pats organizmas nuo skysčių pertekliaus. Pagrindiniai pakaitinės inkstų terapijos būdai: hemodializė, peritoninė dializė arba inkstų transplantacija. Trūkstant donorinių organų arba tenka ilgai laukti, inkstų funkciją pavaduoja hemodializė arba peritoninė dializė. Šiame etape svarbus ankstyvasis paciento mokymas, per kurį pacientas pasiruošia dializėms, atsižvelgiant į savo gyvenimo būdą, psichologiškai, fiziškai. Ruošiant pacientą gydyti hemodialize, iš anksto formuojama arterioveninė jungtis, tai dažniausiai naudojama kraujagyslinė jungtis, sujungianti hemodializuojamo paciento arteriją ir veną. Šiuolaikinėje klinikinėje praktikoje naudojamos trejos kraujagyslinės jungtys: centrinis venos kateteris, sintetinė jungtis ir natūrali. Pastaroji jungtis funkcionuoja ilgiausiai, o gydymo komplikacijų mažiausiai, ilgesnė paciento gyvenimo trukmė. Pacientų mokymas – labai svarbus peritonitų profilaktikai. Svarbus pacientų mokymas ir ši edukacinė funkcija: išmokyti pacientą stebėti infekcijos simptomus, apmokyti atlikti specialią mankštą, naudojant guminį kamuoliuką, dienomis, kai nėra atliekama dializė, odą aplink arterioveninę jungtį reikėtų tepti heparino turinčiais tepalais, padėti pacientui suvokti, jog arterinės-veninės fistulės priežiūra yra labai svarbi hemodializės procedūros dalis, kurią atlieka slaugos personalas. Peritoninės dializės atveju, pacientas mokinamas prižiūrėti peritoninės dializės kateterį: stebėti, ar vieta aplink kateterį neparaudo, nepatino, ar dializės tirpalas neatrodo drumzlinas – tai ankstyvieji peritonito požymiai; rekomenduojamas kasdieninis angos perrišimas antibakteriniais tepalais (mupirocinu ar gentamicinu). Pacientų praktinių įgūdžių patikrinimas mokymų pabaigoje yra esminis, o slaugytojos vizitas namuose yra naudingas, nustatant rizikos veiksnius infekcinėms peritoninės dializės komplikacijoms išsivystyti. Pacientą rekomenduojama kaskart permokyti, kai užsitęsia hospitalizacija, po persirgto peritonito ar peritoninės dializės kateterio angos infekcijos, sumažėjus savarankiškumui, pasikeitus paciento miklumui ar regėjimui.

Išvados. Ruošiant pacientą pakaitinei terapijai slaugyto veiksmai yra nukreipti į paciento mokymą: dializės kateterių priežiūrą, specialios mankštos išmokymą. Sumažėjus paciento savarankiškumui, užsitęsus hospitalizacijai slaugytojo veiksmai yra skirti infekcijos mažinimui ir pacientų permokymui.

Reikšminiai žodžiai: slaugytojas, pakaitinė inkstų terapija, pacientų mokymai.

ODONTOLOGINĖS PASLAUGOS NĖŠTUMO METU BEI NĖŠČIŲJŲ BURNOS SVEIKATA

Jolita Juknienė

Mykolo Romerio universitetas, Viešojo valdymo ir verslo fakultetas, Vadybos ir politikos institutas

Nėštumas yra ypatingas laikotarpis, kurio metu dėl hormoninių ir kitų organizmo pokyčių padidėja dantų ėduonies bei periodonto ligų rizika, o laiku negydomos burnos ligos gali turėti įtakos priešlaikiniam gimdymui, todėl nėščiosioms ypač svarbi gera individuali burnos higiena bei prieinamos odontologinės paslaugos. Taip pat svarbu paminėti, kad būtent nėštumas įvardijamas kaip puikus laikotarpis ankstyvajai vaikų dantų ėduonies prevencijai, kadangi nėščiosios burnos būklė ir įgytos žinios apie savo bei vaiko burnos sveikatos išsaugojimą tiesiogiai siejamos su vaiko burnos sveikata. Svarbu, kad specialistai prižiūrintys nėščiąją akcentuotų burnos sveikatos svarbą, o burnos priežiūros specialistai ne tik apžiūrėtų pacientės burną, bet ir apmokytų tinkamos priežiūros bei akcentuotų burnos ligų poveikį nėščiosios bei vaisiaus sveikatai.

Tikslas – išsiaiškinti kokios odontologinės paslaugos teikiamos nėštumo metu bei įvertinti nėščiųjų burnos sveikatą.

Metodika. 2022m. gruodžio – 2023m. vasario mėnesiais atliktas kiekybinis tyrimas, naudojant anketinės apklausos metodą. Tyrimas atliktas socialiniame tinkle Facebook, nėščiųjų grupėse. Tyrimo populiaciją sudarė 288 nėščios moterys. Tyrimo duomenys apdoroti Microsoft Office Excel 2016 ir SPSS v23 kompiuterinėmis programomis. Tyrimas atliktas laikantis anonimiškumo ir etikos principų.

Rezultatai. Išanalizavus tyrimo duomenys pastebėta, kad 35,1 proc. apklaustųjų nebuvo informuoti apie burnos priežiūros svarbą nėštumo metu, 26,8 proc. informavo gydytojas akušeris-ginekologas. 42,7 proc. nėščiųjų niekas nemokė tinkamos individualios burnos higienos principų, todėl pastebima, kad dauguma apklaustųjų naudoja tik minimas priemones burnos priežiūrai. Nėščiosios savo burnos sveikatą iki ir nėštumo metu vertina gerai, tačiau net 46,5 proc. nėštumo metu atsirado dantenų kraujavimas, 30,2 proc. atsirado dantenų jautrumas, taip pat 19,1 proc. atsirado burnos sausumas. Dauguma apklaustųjų nėštumo metu lankėsi tik dėl įrašo nėščiosios kortelėje, 43,4 proc. lankėsi profesionaliai burnos higienai, 7,6 proc. kreipėsi dėl danties skausmo. Atvykus odontologinėms paslaugos tik 6,9 proc. apklaustųjų buvo informuotos kaip prižiūrėti burnos ertmę, 2,1 proc. buvo informuotos apie kūdikio burnos priežiūrą jam gimus. 65,3 proc. nėščiųjų mano, kad trūksta informacijos apie burnos priežiūrą.

Išvados. Dažniausiai nėščiosioms buvo atlikta profilaktinė apžiūra bei profesionali burnos higiena. Nors nėščiosioms privaloma gydytojo odontologo apžiūra nėštumo metu bei buvo atliekamos įvairios odontologinės procedūros, tačiau nėščiosioms trūksta informacijos apie burnos priežiūrą nėštumo laikotarpiu. Respondentės savo burnos sveikatą vertina gerai, tačiau beveik pusė susidūrė su dantenų kraujavimu ar jautrumu.

Reikšminiai žodžiai: nėščiųjų burnos sveikata, odontologinės paslaugos nėštumo metu.

BURNOS HIGIENISTŲ TEIKIAMŲ PASLAUGŲ KOKYBĘ LEMIANTYS VEIKSNIAI FACTORS DETERMINING THE QUALITY OF SERVICES PROVIDED BY ORAL HYGIENISTS

Miglė Budrevičiūtė, Rima Adomaitienė

Panevėžio kolegija, Biomedicinos mokslų fakultetas, Lietuva

Odontologijoje didelis dėmesys skiriamas burnos ligų profilaktikai, todėl prieš daugiau kaip du dešimtmečius, pagal kitų šalių pavyzdį, Lietuvoje įdiegta burnos higienisto specialybė. Burnos higienistų teikiamos paslaugos apima asmens burnos higieną ir burnos ligų profilaktiką – tai yra veiksmingiausia burnos sveikatos gerinimo priemonė.

Burnos higienistų teikiamų paslaugų kokybė apima vykdomos veiklos procesą: kaip teikiamos paslaugos (ar kvalifikuotai, ar atitinka pacientų poreikius ir lūkesčius, ar atitinka įstaigoje patvirtintas paslaugų teikimo procedūras). Pagrindiniai pacientų lūkesčiai yra susiję su personalo pasitikėjimu, jų gebėjimu priimti sprendimus ir profesionaliai atlikti reikalingą procedūrą. Paciento pasitenkinimas priklauso nuo gautos paslaugos naudų, iššūkių, kuriuos pacientas patyrė paslaugos teikimo metu, paslaugai keliamų lūkesčių. Taip pat svarbūs kokybės aspektai yra dėmesys, pagarba, privatumas, bendravimas ir atvirumas.

Tikslas – Įvertinti burnos higienistų teikiamų paslaugų kokybę lemiančius veiksnius pacientų požiūriu.

Metodika. Anoniminė pacientų apklausa (kiekybinis tyrimo metodas), naudojant sukurta originalų klausimyną, buvo atlikta 2022 m. kovo – balandžio mėnesiais. Tiriamųjų imtį (N=65) sudarė pacientai, kurie naudojo burnos higienisto paslaugomis pasirinktoje įstaigoje. Buvo gautas įstaigos vadovo leidimas atlikti tyrimą. Tyrimas atliktas laikantis konfidencialumo ir anonimiškumo principų. Tyrimo duomenys apdoroti Microsoft Word ir Microsoft Excel kompiuterinėmis programomis.

Rezultatai. Tyrimo metu išsiaiškinta, kad respondentams labai svarbu, kad burnos higienistų teikiamų paslaugų metu būtų užtikrinta apsauga nuo pažeidimų ir infekcijų bei būtų naudojamos tinkamos apsaugos priemonės. Pagrindinis apsilankymo pas burnos higienistą tikslas yra noras palaikyti gerą burnos sveikatą arba prieš atliekant kitas odontologines procedūras. Labiausiai respondentus apsilankyti pas burnos higienistą paskatina pažįstamų ir draugų rekomendacijos, gydytojo odontologo rekomendacijos, burnos higienisto rekomendacijos, o mažiausiai – informacija internete. Rezultatai parodė, kad pacientams labai svarbi buvusi artimųjų patirtis. Respondentai nurodė, kad jų pasitenkinimą burnos higienisto teikiamomis paslaugomis labai didina estetinė išvaizda po procedūros, neskausminga procedūra ir šiuolaikinės įrangos naudojimas. Pasitenkinimą paslaugomis didina ir įstaigos patogumai, švara bei personalo elgesys.

Patys svarbiausi veiksniai renkant burnos higienistą, yra: procedūros patikimumas, šiuolaikiškos įrangos naudojimas, buvusi patirtis. Respondentams iš dalies atrodė svarbūs veiksniai – paslaugos teikimas draugiškoje aplinkoje ir burnos higienisto kompetencijos.

Išvados. Burnos higienistų teikiamų paslaugų kokybę lemia tokie rodikliai: apsaugos nuo pažeidimų ir infekcijų užtikrinimas, tinkamų apsaugos priemonių naudojimas, įstaigos patogumai pacientams. Veiksniai, lemiantys pacientų požiūrį į burnos higienistų atliekamas veiklas: estetinė dantų išvaizda po procedūros, neskausminga procedūra, šiuolaikinės įrangos naudojimas, patogumai ir švara įstaigoje, įstaigos personalo elgesys ir kompetencija.

Reikšminiai žodžiai: burnos higienistas, paslaugų kokybė, pacientų požiūris.

VYRESNIO AMŽIAUS ASMENŲ FIZINIO AKTYVUMO DIDINIMO GALIMYBĖS PER SUVOKTĄ FIZINĮ RAŠTINGUMĄ GLOBOS ĮSTAIGOSE: TEORINĖS ĮŽVALGOS

Domilė Augulė

Klaipėdos universitetas, Sveikatos mokslų fakultetas, Visuomenės sveikatos ugdymo katedra; Panevėžio kolegija, Biomedicinos mokslų fakultetas

doc. dr. Jūratė Grubliauskienė

Klaipėdos universitetas, Sveikatos mokslų fakultetas, Visuomenės sveikatos ugdymo katedra

Remiantis 2019 m. Pasaulio gyventojų perspektyvomis iki 2050 m. pasaulyje kas šešto gyventojų amžius sieks 65 m. ir daugiau. Rodikliai visame pasaulyje rodo, jog į tokias įstaigas kaip slaugos, globos namai, dienos priežiūros centrai ir kt. vis dažniau ir gausiau patenka vyresnio amžiaus žmonės. Visame pasaulyje senėjimo problema yra neišvengiama, todėl būtina imtis naujų aktyvų senėjimą stiprinančių priemonių. Moksliniais tyrimais įrodyta, jog dauguma vyresnio amžiaus yra negirdėję apie terminą „fizinis raštingumas“, tačiau didžioji dalis jų taip pat išreiškė savo susidomėjimą apie tai sužinoti daugiau. Nors tyrimų, kaip fizinis raštingumas gali turėti įtakos vyresnio amžiaus asmenų fizinio aktyvumo didinimui vis dar trūksta, tačiau naujausios studijos jau renka reikšmingus įrodymus, kad jis susijęs su fiziniu aktyvumu. Taip pat atsižvelgiant į būsimą sveikatos stiprinimo plėtrą, įstaigos, kuriose ilgą laiką praleidžia vyresnio amžiaus asmenys turėtų įgyti daugiau žinių ir supratimo apie fizinį raštingumą ir fizinę senjorų sveikatą.

Tikslas – atskleisti vyresnio amžiaus asmenų fizinio aktyvumo didinimo galimybes per suvoktą fizinį raštingumą globos įstaigose.

Metodika. 2022 m. rugsėjo – gruodžio mėnesiais atlikta mokslinės literatūros analizė siekiant rasti mokslinių publikacijų, susijusių su fiziniu raštingumu ir pagyvenusiais asmenimis naudojant elektronines duomenų bazes.

Rezultatai. Išanalizuota mokslinė literatūra leidžia manyti, jog fizinio raštingumo sąvoka vis dar yra plačiai nagrinėjama ir konstruojama jos reikšmė. Be to, kuriant vyresnio amžiaus asmenų fizinio raštingumo modelį, reikia atsižvelgti į daug faktų ir komponentų, darančių įtaką senjorams. Taip pat vis dar diskutuojama, kokie taikytini fizinio raštingumo ugdymo metodai būtų veiksmingiausi vyresnio amžiaus asmenims. Tampa aišku, jog vyresnio amžiaus asmenų fizinio aktyvumo didinimas per suvoktą fizinį raštingumą gali turėti teigiamos įtakos vyresnio amžiaus asmenų fizinei ir emocinei sveikatai bei gyvenimo kokybei, ypač globos įstaigose.

Išvados. Fizinis raštingumas dažniausiai apibrėžiamas kaip motyvacija, pasitikėjimas, fizinė kompetencija, žinios ir supratimas, susiję su fizine, pažinimo, emocine ir socialine sritimi, užsiimti fizine veikla visą gyvenimą. Vyresnio amžiaus asmenų fizinio raštingumo ugdymo modelis turėtų būti sudarytas iš ugdytinio fizinio raštingumo komponentų pagrindo ir keturių tam įtaką darančių – tarpasmeninės, organizacinės, bendruomenės ir politikos – papildomų sričių. Į fizinio raštingumo ugdymo programą vyresnio amžiaus asmenims turėtų būti įtraukti tiek pasyvūs, tiek aktyvūs metodai, tačiau naudingesni yra seminarai, diskusijos ir atvejo analizė. Ugdant vyresnio amžiaus asmenų fizinį raštingumą turi padidėti žinios su supratimu, sustiprėti motyvacija ir pasitikėjimas bei pagerėti fizinės kompetencijos, kurios prisidės prie ugdytinių fizinio aktyvumo didinimo.

Reikšminiai žodžiai: fizinis raštingumas, fizinis aktyvumas, globos įstaigos, senjorai

ŠILALĖS RAJONE GYVENANČIŲ 10-12 KLASIŲ MOKINIŲ SVEIKATOS RAŠTINGUMO IR SVEIKOS MITYBOS SĄSAJOS

Giedrė Fasci

Lietuvos sporto universitetas

Raktiniai žodžiai: sveikatos raštingumas, mityba, mokiniai, paaugliai.

Darbo objektas: mokinių sveikatos raštingumas, sveikatos raštingumo vertinimo metodai, sveika mityba.

Darbo tikslas: Nustatyti Šilalės rajono 10-12 klasių mokinių sveikatos raštingumo sąsajas su sveikos mitybos įpročiais.

Tyrimo metodai: literatūros apžvalga, anketinė apklausa.

Uždaviniai:

1. Atkleisti sveikatos raštingumo sampratą, sveikatos raštingumo vertinimo metodus, sveikos mitybos svarbą.
2. Įvertinti Šilalės rajono 10-12 klasės mokinių sveikatos raštingumo lygį.
3. Įvertinti Šilalės rajono 10-12 klasės mokinių sveikos mitybos įpročius.
4. Nustatyti sąsajas tarp Šilalės rajono 10-12 klasės mokinių sveikatos raštingumo ir sveikos mitybos įpročių.

Tyrimo hipotezė: Tikėtina, kad aukštesnį sveikatos raštingumo lygį turinčių 10-12 klasių mokinių mitybos įpročiai yra palankesni jų sveikatai, labiau atitinkantys sveikos mitybos rekomendacijas.

Mokslinė ir praktinė darbo vertė: Tyrimo apie 10-12 klasių mokinių sveikatos raštingumo ir sveikos mitybos sąsajų rezultatai turėtų būti reikšmingi ugdymo įstaigų darbuotojams, ypač visuomenės sveikatos priežiūros specialistams. Rezultatai turėtų būti kaip pagrindas informuojant mokinių tėvus apie mokinių turimą sveikatos raštingumo lygį, mitybos įpročius. Tyrimo rezultatai galėtų būti naudojami planuojant tikslingą sveikos gyvensenos politiką kiekvienoje ugdymo įstaigoje, kurioje bus atliktas šis tyrimas.

STUDENTS IN GRADES 10-12 LIVING IN THE DISTRICT OF ŠILALĖ HEALTH LITERACY AND HEALTHY EATING LINKS

Keywords: health literacy, nutrition, schoolchildren, adolescents.

Subject of work: health literacy of schoolchildren, health literacy assessment methods, healthy eating.

Purpose of work: to determine the relationship between health literacy and healthy eating habits among students in grades 10-12 in Šilalė district.

Methods: literature review, questionnaire survey.

Propositions:

1. Introduce the concept of health literacy, methods of assessing health literacy and the importance of healthy eating.
2. To assess the level of health literacy of students in grades 10-12 in Šilalė district.
3. To assess the healthy eating habits of students in grades 10-12 in Šilalė district.
4. To identify the links between health literacy and healthy eating habits among students in grades 10-12 in Šilalė district.

Hypothesis: It is likely that students with higher levels of health literacy in grades 10-12 have eating habits that are more conducive to their health and are more in line with healthy eating recommendations.

Scientific and practical value of the work: The results of the study on the links between health literacy and healthy eating among students in grades 10-12 should be of relevance to education staff, especially public health professionals. The results should serve as a basis for informing parents of pupils about their pupils' health literacy levels and eating habits. The results of the survey could be used to plan a targeted healthy lifestyle policy in each educational establishment where the survey will be conducted.

FOOD AND ETHNOPHARMACEUTICAL HERITAGE ON THE SOCIETY WELL-BEING

Dalia Marija Stančienė¹

Klaipeda University, Faculty of Health Sciences, Klaipeda, Lithuania

Research on food and ethnopharmaceutical heritage has a special place in shaping the health of modern society as it helps to inform policymakers on sustainable and ethical strategies. Written sources disclose what food was consumed by Lithuanian rulers in the 15th and 16th centuries. Meat and fish from domestic animals and beasts were popular at the court of Lithuanian rulers. The rulers and their guests used to hunt and shoot wild ducks, partridges, grouse, bison, elks, wild boars, deer, and hare. The rivers were reproductive to a variety of fish: pike, perch, bream, roach, etc. Salmon was caught in the Neris River. All of this was on the lord's banquet table. In the 16th century, the culinary and eating traditions changed with the arrival of Bona Sforza, Queen of Poland and Grand Duchess of Lithuania, at the Palace of the Sovereigns in Vilnius. New eating utensils, Italian vegetables and exotic dishes appeared on the table. With the introduction of Christianity and fasting in Europe, fish was not only a source of sustenance, but its consumption took on religious and cultural significance. Throughout Christian Europe, fish became an important part of the diet of the upper classes. Grand Duke Sigismund II Augustus of Lithuania (1544-1572), the son of Bona Sforza, was responsible for the development of fisheries by creating pond systems on his estates and overseeing their maintenance. He fasted every Friday and Saturday. During the fasting day, pike, carp, bream, and tench were prepared for the lord's table for lunch and dinner. In 17th-century Lithuania, food was filled with Christian symbolism. The priests used to preach sermons to promote a healthy lifestyle without overeating. A pig was treated as a sin of gluttony and therefore not fit to eat. The daily Christian life and food peculiarities in the 18th century Lithuania Minor are well described by the Evangelic Lutheran priest Kristijonas Donelaitis (1714-1780) in his poem "The Seasons". As the Lithuanian scholar Dainora Pociūtė notes, "Eating and food in the "The Seasons" are the codes of the values shaped by the natural philosophy of Kristijonas Donelaitis and the Protestant tradition."

The aim of the research is to generate the discussion on the impact of food and ethnic pharmaceutical heritage in solving the ethical and political challenges of health welfare.

Methods: interpretive, historical-comparative, philosophical cultural reflection and phenomenological research of scientific texts.

Results. The narrative of food and ethnopharmaceutical heritage is reinterpreted in the light of advances in medicine, biology, bioethics, philosophy and other sciences. Research on Lithuanian gastronomic and medicinal plant heritage in the context of human health well-being, considering legal and ethical aspects, will contribute to the development of a strategy for the rational consumption of food and herbal products. Research on ethnopharmaceutical heritage will help health officials to uncover the manipulation of folklore medicine and the misuse of herbs in non-traditional medicine.

Conclusions. Research on food and ethnopharmaceutical heritage is gaining an important role in the food industry, pharmacy, phytotherapy, cosmetics, and in adopting sustainable and ethical strategies for health care.

Keywords: food, medicinal herbs, heritage, health, well-being.

¹ Dalia Marija Stančienė – a Chief Researcher, Professor, Habil. Doctor of Humanities (Philosophy) at the Faculty of Health Sciences of Klaipeda University, Editor-in-Chief of the Scientific Journal *Logos – Vilnius*.

**III SEKCIJA / INTEGRUOTAS POŽIŪRIS I VISUOMENĖS SVEIKATĄ
IR SVEIKATINIMĄ/
III SECTION / INTEGRAL APPROACH TO PUBLIC HEALTH AND WELLNESS**

**SENSORIMOTOR FUNCTIONING IN CHILDREN WITH FASD AFTER THE SENSORY
INTEGRATION THERAPY: THE OPINION OF PARENTS AND GUARDIANS**

*Katarzyna Witana-Hebda¹, Marta Wicherek¹, Vaiva Seleviciene^{2,3}, Birute Strukcinskiene⁴,
Agnieszka Genowska⁵*

¹Cracow School of Health Promotion, Cracow, Poland

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

³Vilnius University Hospital Santaros Klinikos, Children's Hospital, Children Physical Medicine and
Rehabilitation Centre, Vilnius, Lithuania

⁴Klaipeda University, Faculty of Health Sciences, Department of Public Health, *Health Research and
Innovation Science Centre*, Klaipeda, Lithuania

⁵Medical University of Bialystok, Department of Public Health, Bialystok, Poland

Introduction. Fetal alcohol spectrum disorders (FASDs) are a group of conditions that can occur in a person whose mother drank alcohol during pregnancy. Among the most severe forms of the FASD condition are fetal alcohol syndrome (FAS) and partial fetal alcohol syndrome (pFAS). The disorders presented by children with fetal alcohol spectrum disorder (FASD) are mostly associated with brain damage, sensory processing disorders and failure to inhibit primitive reflexes. These disorders significantly affect the functioning of these children, who are often perceived as disobedient and misbehaved.

The aim of this study was to assess sensorimotor functioning in children with FASD after the sensory integration therapy in the opinion of parents and guardians.

Methods. The study involved 60 parents or legal guardians of children with FASD. Of the completed questionnaires, 34 concerned boys (56.7%) and 26 girls (43.3%). The research method that was used was a diagnostic survey conducted among parents and legal guardians of children with FASD, whose children attended sensory integration therapy.

Results. Most of the respondents have children with fetal alcohol syndrome (FAS) under their care (61.7% of all respondents). Partial fetal alcohol syndrome (pFAS) was diagnosed in 25% of the children surveyed, and alcohol-related neurodevelopmental disorder (ARND) was diagnosed in 13.3% children. Only 35% of the surveyed children have a mild certificate, and 2 people answered that their children are moderately and severely intellectually disabled (1.7% each). The majority of children covered by the survey are physically fit: 67% of parents and guardians stated that their child is physically fit, 28% admitted that their child has slight motor difficulties and only 5% of respondents indicated that the child has significant motor difficulties. In 96.7% of the research group, sensory integration therapy improved the functioning of the child. Only 3.3% of respondents did not notice any improvement. The greatest improvement was noticed in the sphere of the sensorimotor functioning (91.7% of all answers).

Conclusions. Almost 97% of the parents participating in the study observed a positive change in the functioning of their children after attending sensory integration therapy. The biggest change was observed in sensorimotor and emotional functioning. The greatest improvement took place in the field of gross motor skills, especially motor and visual-motor coordination and balance, as well as improved fine motor skills and body awareness.

Keywords: fetal alcohol spectrum disorder (FASD), fetal alcohol syndrome (FAS), children, sensory integration therapy, sensorimotor functioning.

WORKING ENVIRONMENT OF THE HEALTH CARE STAFF DURING THE COVID PANDEMIC: FOCUS ON THE MIDWIVES SAFETY

Krystyna Piekut¹, Weronika Maria Maciejewska¹, Katarzyna Witana-Hebda², Birute Strukcinskiene³,
Agnieszka Genowska⁴

¹Medical University of Bialystok, Department of Obstetrics, Gynaecology and Maternity Care, Bialystok, Poland

²Cracow School of Health Promotion, Cracow, Poland

³Klaipeda University, Faculty of Health Sciences, Department of Public Health, *Health Research and Innovation Science Centre*, Klaipeda, Lithuania

⁴Medical University of Bialystok, Department of Public Health, Bialystok, Poland

Introduction. During the epidemiological threat, not only physical health is at risk. Mental health is affected as well, particularly in high-risk groups such as health care professionals. The COVID-19 pandemic increased demand for personal protective equipment, disinfectants and cleaning agents, and created a shortage of these materials. A personal safety of the midwives, nurses, and other health care staff during COVID pandemic became especially important issue.

The aim of the study was to assess the impact of the COVID-19 pandemic on the working conditions of midwives: to determine what access to personal protective equipment as well as disinfectants and hand washing agents had midwives, and to determine whether the transfer to another ward affected to the working conditions and safety of midwives.

Methods. The study was performed over the 2021-2022, and 200 midwives from the Podlasie Province (Podlaskie Voivodeship) in the North-Eastern Poland were investigated. A questionnaire developed by the authors based was used for this study. Midwives were surveyed using the CAWI (Computer Assistant Web Interview) technique. Chi Square test was applied.

Results. During the study, 140 (70%) midwives self-reported that during the COVID-19 pandemic there was not adequate staffing of midwives at their place of work. Thirty-seven percent of midwives were delegated to a different place of work during the pandemic than the one where they worked; 29.50% of midwives were delegated to the COVID unit.

Most of the respondents who were delegated to another hospital ward replied that they had not been properly trained to work in the new place (n=53; 71.6%). More than half of the respondents were not properly trained to use the protective clothing to work with patients who had a positive test result of the SARS-Cov-2 infection (n=112; 56.0%). One hundred forty-six respondents (73.0%) had concerns about performing their current professional duties during the pandemic. It has been shown that there is a statistically significant association between the staff virus infection spread and work in the COVID wards (p=0.034). There were statistically significant associations between extended working hours of midwives and delegation to other departments (p=0.002).

Conclusions. The surveyed midwives confirmed the lack of continuous access to personal protective equipment, cleaning materials and disinfectants for hand hygiene during the COVID-19 pandemic. Midwives, who were delegated to the other departments, including the COVID unit, were more often infected with the SARS-Cov-2 virus infection, and had extended working hours compared to the midwives working in a permanent place of work.

Keywords: COVID pandemic, midwives, health care staff safety, working environment.

MITYBOS VAIDMUO ODOS UŽDEGIMINIŲ LIGŲ PREVENCIJAI: ŽARNYNO - ODOS AŠIS

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

Klaipėdos universitetas, Medicinos technologijų katedra¹, Slaugos katedra²

Klaipėdos valstybinė kolegija, Kineziterapijos ir grožio terapijos katedra^{1,2}

Santrauka

Uždegiminės odos ligos pasižymi sudėtinga daugiafaktorine etiologija dėl endogeninių ir egzogeninių veiksnių tarpusavio sąveikos tiek ligos atsiradimo, tiek vystymosi metu. Pastaruoju metu žarnyno - odos ašies samprata akcentuojama aiškinant uždegimines dermatozes, o mityba šiame kontekste laikoma svarbiu veiksniu. Žarnyno - odos ašies sąvoka apibūdina dvikryptę žarnyno ir odos mikrobiotos sąveiką. Nustatyta, kad žarnyno disbiozė sutrikdo žarnyno barjerą, o tai prisideda prie odos ligų, tokių kaip aknės (paprastųjų spuogų), rožinės, atopinio dermatito, psoriazės ir kt. išsivystymo ir progresavimo. Šiuo atžvilgiu mityba laikoma svarbiu žarnyno mikrobiomo reguliatoriumi.

Tikslas - įvertinti mitybos vaidmenį odos uždegiminių ligų prevencijai bei pateikti mitybos modifikacijos pavyzdžių, atsižvelgiant į naujausias ir moksliskai patvirtintas žinias.

Metodika. Analizuojamos nagrinėjama tema paskelbtos mokslinės publikacijos 4 duomenų bazėse: ScienceDirect, Pubmed, EBSCO ir SpringerLink. Atlikus pradinę paiešką iš viso buvo rastos 172 publikacijos. Atmestos senesnės nei 10 metų, nepilno teksto, ne anglų kalba parašytos, mokamos publikacijos bei dublikatai. Publikacijų analizei buvo taikomi nuoseklūs metodai remiantis sisteminės apžvalgos ir metaanalizės kontroliniu sąrašu.

Rezultatai. Mityba vaidina lemiamą vaidmenį pasireiškiant ir gydant uždegimines dermatozes. Daugeliui jų būdingi panašūs, dietos moduluojami uždegiminiai procesai, kurie išprovokuoja citokeratinų ekspresiją, keratinocitų hiperproliferaciją ir folikulinę hiperkeratozę. Maisto produktai, dėl kurių greitai didėja gliukozės ir insulino koncentracija kraujyje, turi aukštą glikemijos indeksą (GI). Tai vakarietiška dieta - maistas, kuriame gausu saldumynų ir gaiviųjų gėrimų, taip pat pramoninių kepinų, pagamintų iš perdirbtų miltų, ir „greitojo maisto“. Pavyzdžiui, rožine sergantiesiems pacientams vakarietiškos mitybos sukelti virškinimo trakto sutrikimai gali turėti įtakos žarnyno mikrobiomo disbiozei, kuri sąlygoja odos ligos eigą. Pažeidus žarnyno barjerą, patogeninė mikrobiota ir jos metabolitai patenka į kraujotaką, sukelia odos imuninę reakciją ir sutrikdo odos mikrobiomą. Žarnyno mikrobiomo disbiozei gali daryti įtaką ir pieno baltymai, ypač išrūgose esančios šakotosios grandinės aminorūgštys. Stebint akne sergančius pacientus, nustatytas omega-3 riebiųjų rūgščių ir probiotikų vaidmuo ligos progresavimui, remisijai ir prevencijai. Pasiūlyti mitybos modifikacijos pavyzdžiai, įskaitant specifines maistines medžiagas, kurios vaidina svarbų vaidmenį odos uždegiminių ligų patogenezėje, valdyje ir (arba) terapijoje bei prevencijoje. Dietos pakeitimas, mažinant pieno produktus bei produktus su aukštu GI, sąlygoja klinikinę dermatozės pagerėjimą ir netgi sumažina farmakoterapiją.

Išvados. Mityba, skatinanti odos sveikatą, turėtų būti pagrįsta šviežiu, sezoniniu ir neperdirbtu, augaliniu maistu. Vaisių, daržovių, ankštinių augalų, sėklų ir riešutų įvairovė lemia tiek žarnyno, tiek odos mikrobiomo apsaugą nuo uždegiminių odos ligų. Norint sumažinti insulino ir IGF-1 lygį kraujyje, tarp valgymų rekomenduojamas kelių valandų badavimas, atsisakant užkandžiavimo. Papildyti dietą vitaminais ir mikroelementais rekomenduojama tik esant jų trūkumui. Sunkių veido dermatozių atveju, visos mitybos rekomendacijos, turėtų būti papildytos farmakoterapija, kadangi bandymas išgyti vien tik mitybos modifikacija yra ilgas ir neproduktyvus kelias. Daugelis pacientų patys sprendžia temą „oda ir mityba“. Dažnai pasitaiko dezinformacijos ir nesusipratimų, todėl labai svarbu, kad diagnozavus odos uždegiminę ligą, gydytojas inicijuotų siuntimą pas dietologą, mitybos įvertinimui, ugdymui, planavimui ir pagalbai, prisitaikant prie modifikuotos mitybos.

Reikšminiai žodžiai: mityba, odos uždegiminės ligos, žarnyno – odos ašis.

TĖVŲ ŽINIOS APIE VAIKUS, SERGANČIUS EPILEPSIJA

Vida Elijošaitienė, Ligita Šerytė

Panevėžio kolegija, Biomedicinos mokslų fakultetas

Daugybę šimtmečių epilepsija buvo ir yra laikoma paslaptinga liga dėl netikėto bei keisto paciento elgesio priepuolio metu, dėl asmenybės pokyčių, kurie atsiranda ligai progresuojant. Beveik 1 proc. Lietuvos gyventojų serga epilepsija. Tai gana dažna liga, kuria asmuo gali susirgti nepriklausomai nuo amžiaus, lyties bei kilmės. Statistiniai duomenys nurodo, kad epilepsija dažniau serga vaikai nei suaugusieji. Epilepsija pasireiškia priepuoliais, kurie atsiranda dėl stiprios, staigos ir trumpalaikės elektros iškrovos galvos smegenyse. Epilepsijos priepuoliai labai keičia vaikų gyvenimą. Priepuoliams numalšinti neretai prireikia daug laiko, nes jie vis pasikartoja. Epilepsija sergantiems vaikams ir jų tėvams reikalinga ne tik medicininė pagalba, bet ir pagalba, padedanti suvokti savo vietą visuomenėje bei integruotis joje. Auginant tokius vaikus ir ugdant jų savarankiškumą, didelę reikšmę turi žinios apie ligą bei pagalbos suteikimą.

Tikslas - išsiaiškinti tėvų žinias apie vaikus, sergančius epilepsija.

Metodika. 2022 m. spalio – lapkričio mėnesiais atliktas kiekybinis tyrimas, naudojant anketinės apklausos raštu metodą. Tyrimas atliktas X miesto asmens sveikatos priežiūros įstaigose. Tyrimo populiaciją sudarė tėvai (globėjai), kurių vaikai serga epilepsija. Visi, sutikusiai dalyvauti tyrime, buvo supažindinti su tyrimo tikslu ir jo svarba, pabrėžiant anonimiškumo, konfidencialumo principą. Tyrimo duomenys apdoroti Microsoft Word 2010 ir Microsoft Office Excel 2010 kompiuterinėmis programomis.

Rezultatai. Išanalizavus tyrimo duomenis, nustatyta, kad tėvų žinios apie vaikus, sergančius epilepsija yra svarbios ligos valdymui bei kontrolei. Paaiškėjo, jog tėvų indelis socialinei vaiko integracijai yra labai reikšmingas.

Išvados. Tėvų žinios apie epilepsiją yra pakankamos: žino dėl ko atsiranda priepuolis, priepuolio rūšis, kaip padėti priepuolio metu, vaistų vartojimo ypatumus. Tėvai geba paaiškinti aplinkiniams, vaiko draugams, mokytojams apie ligą ir pagalbos suteikimą.

Reikšmingi žodžiai: epilepsija, vaikai, tėvų žinios.

ŠOKIO-JUDESIO TERAPIJOS POVEIKIS NĖŠČIŲJŲ PSICHOMOTORIKAI IR SAVIRAIŠKAI

Ina Salnikova¹, doc. dr. Solveiga Zvicevičienė²;

¹Vilniaus Universitetas, Medicinos fakultetas, Sveikatos mokslų institutas,

²Lietuvos Muzikos ir Teatro akademija, Šokio ir judesio katedra.

Moksliniai tyrimai atskleidžia, jog šokio-judesio terapija yra viena iš menu terapijos formų, kuri veiksminga fizinės bei psichosocialinės nėščiąjų sveikatos palaikymui: stiprinamas fizinio kūno bei proto ryšys, gerinama fizinė ir emocinė savijauta, o dalyvaujant grupiniuose užsiėmimuose atliepiamas ir socialinis funkcionavimas. Tačiau Lietuvoje šokio-judesio terapijos pritaikymas nėščiąjų sveikatos priežiūroje – menkai įgyvendinamas. Stokojama mokslinių tyrimų apie šios menu terapijos krypties poveikį nėščiąjų biopsichosocialinei sveikatai, taip pat trūksta duomenų apie šokio-judesio terapijos poveikį nėščiąjų psichomotorikai bei saviraiškai.

Tyrimo tikslas – atskleisti šokio-judesio terapijos poveikį nėščiąjų psichomotorikai ir saviraiškai.

Tyrimo metodika. Tyrimas atliktas Vilniaus gimdymo namuose 2022 m. lapkričio – gruodžio mėnesiais. Tyrimo populiaciją sudarė 6 tiriamosios, kurių atranka buvo tikslinė. Atrankos kriterijai – skirtingo laikotarpio nėštumas, konsultacijų lankymas gimdymo namuose bei dalyvavimas šokio-judesio terapijos užsiėmimuose. Tyrimo metu nėščiosioms buvo praversti 6 šokio-judesio terapijos užsiėmimai, vienos sesijos trukmė – 1 val. Kokybiniame tyrime taikytas atvejo tyrimo metodas, kurio metu tiriamajai prieš kiekvieną šokio-judesio terapijos sesiją ir po jos buvo atliekami kraujo spaudimo, pulso matavimai bei testavimas, taikant „Kūno analizės“ metodiką pagal N.J. Oganiesian ir Asmenybės saviraiškos ir savigarbos anketą, remiantis modifikuota E. Shostrom metodika. Tyrimo duomenys apdoroti Microsoft Excel 2012 kompiuterine programa. Tyrimas atliktas laikantis pagrindinių etikos principų: laisvanoriškumo, anonimiškumo, konfidencialumo bei sąžiningumo.

Rezultatai. Tyrimo duomenų analizė atskleidė, kad šokio-judesio terapija teigiamai veikia nėščiąjų fizinę sveikatą: šokio-judesio terapijos poveikyje tiriamųjų pulsas sumažėjo 46 proc., o sistolinis kraujo spaudimas – 3 proc. Šokio-judesio terapijos poveikyje pagerėjo bendrieji psichomotorinių gebėjimų rodikliai: judesių dinamika (judesio funkcijos, stiprumas, repertuaras, kryptis, šokyje dalyvaujančios kūno dalys) pagerėjo 26 proc., o socialinė sąveika (asmens elgesys bendravime, gebėjimas bendrauti poroje, santykis su šokiu) – 10 proc. Be to, šokio-judesio terapija teigiamai veikė nėščiąjų asmenybės saviraišką ir savigarbą. Tyrimo rezultatai atskleidė, kad šokio-judesio terapijos poveikyje tiriamųjų saviraiška pagerėjo 15 proc., o savigarba – 20 proc.

Išvados. Šokio-judesio terapija nevienareikšmiškai pagerino nėščiąjų psichomotorinius gebėjimus ir saviraišką. Pastebimas pokytis tiriamųjų kūno suvokime, išplėtotas judesių repertuaras ir erdvės pritaikymas. Taip pat pagerinti bendravimo gebėjimai poroje, stebimas tiriamųjų baimės mažėjimas ir didėjantis pasitikėjimo savimi jausmas. Galima teigti, kad šokio-judesio terapija padarė teigiamą poveikį nėščiąjų psichomotorikai ir saviraiškai, todėl tikslinga atlikti tęsinius tyrimus šiai tiriamųjų imčiai.

Reikšminiai žodžiai: nėščiosios, sveikata, psichomotorika, saviraiška, šokio-judesio terapija.

IŠMANIOSIOS SĄMONINGUMO MEDITACIJOS PROGRAMOS „HEADSPACE“ POVEIKIS PSICHOSOCIALINIAMS VEIKSNIAMS

Gabrielė Pakriaušytė ir Rapolas Šalaševičius

Darbo tikslas: Įvertinti išmaniosios sąmoningumo meditacijos programos „Headspace“ poveikį psichosocialiniams veiksniams.

Darbo uždaviniai:

1. Įvertinti programos „Headspace“ poveikį psichologinei gerovei.
2. Įvertinti programos „Headspace“ poveikį dėmesingam įsisamoningimui.
3. Įvertinti programos „Headspace“ poveikį atjautai.
4. Įvertinti programos „Headspace“ poveikį psichologiniam atsparumui.
5. Įvertinti programos „Headspace“ poveikį streso valdymui.
6. Įvertinti programos „Headspace“ poveikį perdegimo sindromui.

Tyrimo metodika: Atlikta sisteminė literatūros apžvalga. Mokslinės literatūros paieškai ir duomenų rinkimui naudota PubMed elektroninė duomenų bazė. Buvo renkama paskutinių 5 metų mokslinė literatūra, t.y. publikuotų nuo 2018 m. iki 2023 m., pagal raktažodžius ar jų derinius (angl.: *headspace, well-being, mindfulness, compassion, resilience, stress, burnout*). Duomenų bazėje naudoti filtrai: literatūra ne senesnė nei 5 metai, straipsniai tik anglų kalba, pilno teksto ir tyrimo tipas – klinikinis atsitiktinių imčių tyrimas.

Tyrimo rezultatai: Atlikus literatūros paiešką PubMed duomenų bazėje, iš 2786 straipsnių buvo atrinkti 7 straipsniai, kurie atitiko numatytus straipsnių įtraukimo kriterijus ir kurie atsakė į uždaviniuose nurodytus klausimus. Pagal atlikto tyrimo tipą visi tyrimai yra klinikiniai atsitiktinių imčių tyrimai.

Išvados:

1. Asmenų, kurie naudojo išmaniąją programą „Headspace“ ir atliko sąmoningas meditacijas, psichologinė gerovė buvo reikšmingai geresnė nei tų, kurie programos nenaudojo.
2. Programą „Headspace“ naudojusią asmenų dėmesingas įsisamoningimas buvo reikšmingai didesnis nei tų, kurie „Headspace“ nenaudojo. Tačiau keleto autorių duomenimis, poveikis dėmesingam įsisamoningimui buvo nedidelis.
3. Atjauta sau ir kitiems išnagrinėta vienoje publikacijoje. Nustatyta, kad programą „Headspace“ naudojusią tiriamųjų atjautos sau ir kitiems rodikliai buvo didesni nei tų, kurie naudojo kitą, streso valdymo programą „Moodzone“, nors stebėtas poveikis buvo nedidelis.
4. Vieno mėnesio trukmės „Headspace“ programos tyrimas padarė reikšmingai teigiamą įtaką psichologiniam atsparumui. Didžiausias teigiamas poveikis stebėtas po dešimties dienų naudojimo, nors teigiamas pokytis stebėtas visų trisdešimties dienų laikotarpiu. Tačiau kitame tyrime, kuriame buvo tirtas pirmo kurso universiteto studentų psichologinis atsparumas naudojant „Headspace“, reikšmingas pokytis nenustatytas.
5. Net šešiose iš septynių studijų nagrinėtas „Headspace“ poveikis stresui. Streso simptomai ir streso valdymas pagerėjo asmenims, naudojusiems sąmoningo ugdymo programą, lyginant su tais, kurie programos nenaudojo. „Headspace“ programos naudojimo dažnumas proporcingai siejosi su streso valdymo kokybe.
6. Viename tyrime farmacijos studentai, naudoję „Headspace“ programą, surinko žemesnį perdegimo balų skaičių lyginant su kontroline grupe. Tačiau kitas tyrimas nenustatė statistiškai reikšmingų perdegimo simptomų pokyčių po programos naudojimo.

EFFECTS OF “HEADSPACE”, A SMART MINDFULNESS MEDITATION APP, ON PSYCHOSOCIAL FACTORS

Gabrielė Pakriaušytė and Rapolas Šalaševičius

Objective: To assess the effects of “Headspace”, a smart mindfulness meditation app, on psychosocial factors.

Research tasks:

1. To assess the impact of the “Headspace” program on psychological well-being.
2. To assess the impact of the “Headspace” program on mindfulness.
3. To assess the impact of the “Headspace” program on compassion.
4. To assess the impact of the “Headspace” program on psychological resilience .
5. To assess the impact of the “Headspace” program on stress management.
6. To assess the impact of the “Headspace” program on burnout syndrome.

Methods: A systematic literature review was performed. The PubMed electronic database was used for research and data collection. Publications of the last 5 years were collected (published since 2018 until 2023) using keywords or their combinations (*headspace, well-being, mindfulness, compassion, resilience, stress, burnout*). Filters used in the database: literature not older than 5 years, articles in English, full text and randomized controlled trials only.

Results: Following a literature search in the PubMed database, 7 articles that met the inclusion criteria and answered the questions in the research tasks were selected from 2786 articles. According to the type of study performed, all studies are randomized controlled trials.

Conclusions:

1. Individuals who used the smart app “Headspace” and performed mindfulness meditations had significantly better psychological well-being than those who did not use the app.
2. Those who used “Headspace” had significantly higher mindfulness than those who did not use the app. However, according to several authors, the effect on mindfulness was small.
3. Self-compassion and compassion for others examined in one publication. Subjects who used the app “Headspace” were found to have higher scores on self-compassion and compassion for others than those who used another stress management app, “Moodzone”, although the observed effect was small.
4. A brief 30-day study investigating the impact of “Headspace” application program on resilience showed significantly positive results. The greatest positive effect was observed after 10 days of use of the program with the lasting effects until the end of the 30-day study period. However, another study that examined the psychological resilience of first-year university students using “Headspace” found no significant change.
5. Six out of seven studies investigated the impact of “Headspace” program on stress. Stress symptoms and stress management improved for those who used the application for a particular period of time compared to non-users. The quality of stress management was proportionally associated with the frequency of the program use.
6. In one study pharmacy students received lower scores of burnout compared to the control group after using the “Headspace” program. However, another similar study showed statistically insignificant results.

VAIKŲ IR TĖVŲ SVEIKATA IR SVEIKATOS KOMPETENCIJA: SUBJEKTYVUS TĖVŲ VERTINIMAS

*Strazdienė Neringa¹, Strukčinskienė Birutė^{2,3}, Selevičienė Vaiva^{4,5}, Mickienė Raimonda⁶, Darius Steponkus²,
Jonas Jurgaitis²*

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

²Klaipėdos universitetas, Sveikatos mokslų fakultetas, Visuomenės sveikatos katedra, Klaipėda, Lietuva

³Klaipėdos universitetas, Sveikatos mokslų fakultetas, Sveikatos tyrimų ir inovacijų mokslo centras, Klaipėda, Lietuva

⁴Vilniaus kolegija, Sveikatos priežiūros fakultetas, Reabilitacijos katedra, Vilnius, Lietuva

⁵Vilniaus universiteto ligoninė Santaros klinikos, Vaikų ligoninė, Vaikų fizinės medicinos ir reabilitacijos centras, Vilnius, Lietuva

⁶Klaipėdos miesto savivaldybė, Švietimo skyrius, Klaipėda, Lietuva

Įvadas. Tėvų sveikatos kompetencija, požiūris į savo ir vaikų sveikatą gali turėti įtakos šeimos gyvenimo būdui, vaiko sveikatos nuostatų formavimuisi.

Tikslas – atskleisti subjektyvų tėvų požiūrį į tėvų bei vaikų sveikatą ir sveikatos kompetenciją šeimoje.

Metodika. Apklausoje dalyvavo 303 tėvai, auginantys pradinį klasių vaikus ir gyvenantys Vakarų Lietuvoje. Taikytas Spearman'o koreliacijos koeficientas.

Rezultatai. Tyrimas atskleidė, kad apie 1/4 tėvų savo sveikatą vertina kaip labai gerą (24,1 proc.), apie pusę tėvų – kaip gerą (56,1 proc.), o 1/5 – kaip vidutinę (19,1 proc.). Beveik pusė tėvų savo vaiko sveikatą įvertino labai gerai (40,6%), pusė tėvų – gerai (51,5%), o 7,9% – vidutiniškai. Tėvai, kurie geriau įvertino savo sveikatą, geriau įvertino ir savo vaiko sveikatą ($R=0,524$; $p=0,000$). Apie pusę (52,1 proc.) tėvų savo sveikatos kompetenciją įvertino gerai, o 8,6 proc. – patenkinamai.

Nustatyti tėvų savišvietos būdai sveikatos kompetencijai tobulinti: dauguma tėvų naudoja informaciją apie artimųjų ir draugų patikrintas priemones (81,3 proc.), o šeimos gydytojo/pediatro patarimus taiko 81,1 proc. respondentų. 62,7% tėvų pasitiki odontologo ar burnos higienisto patarimais, o 46,5% – savišvietai naudoja mokslinę literatūrą. Deja, tik mažuma tėvų lanko sveikatos ugdymo mokymus (13,5 proc.), naudoja sveikatos projektų rezultatais (14,5 proc.). Trečdalis (29,7 proc.) tėvų pasikliauja mokytojo patarimais.

Beveik visi (99,7 proc.) tėvų mano, kad jie yra atsakingi už savo vaikų sveikatą. Tėvai pažymėjo, kad valstybės politika turėtų būti orientuota į sveikatos stiprinimą, pradedant sveikatai nepalankių produktų ribojimu, dviračių takų infrastruktūros plėtra ir kt.

Išvados. Daugiau kaip pusė tėvų savo sveikatą vertino labai gerai arba gerai, savo vaikų sveikatą buvo linkę vertinti šiek tiek geriau. Tėvai linkę manyti, jog turi sveikatos kompetencijų: žinių apie sveikatą, mokėjimų ir įgūdžių, yra susiformavę teigiamas sveikatai nuostatas.

Savo sveikatos kompetencijas tėvai tobulina įvairiais būdais, labiausiai naudoja savo artimoje aplinkoje išbandytomis priemonėmis arba gydytojo patarimais. Tėvai dar nepakankamai pasinaudoja vaiko mokytojo patarimais ir pastebėjimais. nors pradinį klasių mokytojas kiekvieną dieną vykdo individualią vaikų stebėseną ir žino individualius vaiko ypatumus, elgseną, jauseną ir kt.

Beveik visi tėvai mano, kad jie yra patys atsakingi už vaikų sveikatą, tačiau pasigenda visuotinio sveikatos stiprinimo politikos.

Reikšminiai žodžiai: sveikata, sveikatos kompetencija, šeima, tėvai, vaikai

PACIENTŲ ŽINIOS APIE ŠIRDIES IR KRAUJAGYSLIŲ LIGŲ PREVENCIJOS PROGRAMĄ

Raminta Razmutė¹, Agata Romanceva¹, doc. dr. Zyta Kuzborska^{1, 2}

¹Vilniaus kolegija, Sveikatos priežiūros fakultetas, Slaugos katedra

²Vilniaus Gedimino technikos universitetas, Mechanikos fakultetas, Biomechanikos inžinerijos katedra

Vystantis pasaulio valstybėms, vis daugiau asmenų propaguoja vakarietišką gyvenimo būdą, kuriam būdingas mažas fizinis aktyvumas, pusfabrikačių, kuriuose gausu natrio, vartojimas. Tokio gyvenimo būdo propagavimas skatina sergamumą širdies ir kraujagyslių ligomis. Šių ligų grupė yra pagrindinė asmenų mirties priežastis Lietuvoje ir Europoje.

Lietuvoje, kaip Europos Sąjungos šalyse, pastebimas mirčių, susijusių su širdies ir kraujagyslių ligomis, mažėjimas. Tokias tendencijas galima įžvelgti Higienos instituto Sveikatos informacijos centro trijų paskutinių metų pateiktuose leidiniuose „Mirties priežastys“. Statistikos analizėse atkreipiamas dėmesys, kad 2019 m. mirtys dėl šių ligų tarp vyrų ir moterų buvo atitinkamai 47%, ir 61,7%, 2020 m. mirštamumas tarp vyrų buvo 45,6%, o tarp moterų 59,5% ir 2021 m. mirštamumas tarp vyrų – 42,7%, tarp moterų – 53,4%. Nors sergamumas širdies ir kraujagyslių ligomis mažėja, šios ligos išlieka pagrindine mirčių priežastimi Lietuvoje.

Tikslas. Įvertinti pacientų žinias apie širdies ir kraujagyslių prevencijos programą.

Metodika. Tyrimas atliktas taikant kiekybinį metodą, anketinę apklausą. Tiriamųjų skaičius 176 asmenys, iš kurių 53,4% moterų ir 46,6% vyrų. Tyrimas atliktas laikantis etikos principų. Rezultatų apdorojimui buvo naudojamos Microsoft Word 2016 ir Microsoft Excel 2016 programos.

Rezultatai. Apie Lietuvoje vykdomą širdies ir kraujagyslių prevencijos programą žino arba gerai žino 65,3% apklaustųjų. Savo žinių lygį apie prevencijos programą respondentai vidutiniškai vertina 3,4 balais iš galimų 5 balų. Apie šią taikomą prevencijos programą 46,6% tiriamųjų sužinojo iš šeimos gydytojo arba slaugytojo. Tinkamiausias informacijos perdavimo būdas 60,8% respondentų – tiesioginis kontaktas su medicinos personalu. Šioje prevencinėje programoje dalyvavo 49,4% apklaustųjų.

Išvados. Analizuojant gautus rezultatus, galima teigti, kad respondentų žinios, apie širdies ir kraujagyslių prevencijos programą, yra vidutiniškos.

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

APLINKOS ŽALUMOS POVEIKIS SVEIKATOS RODIKLIAMS, SERGANT ŠIRDIES NEPAKANKAMUMU

*Dokt. Sonata Čerkauskaitė¹, prof. dr. Raimondas Kubilius², prof. dr. Audrius Dėdelė¹,
prof. dr. Jonė Vencloviėnė^{1,3}*

¹Vytauto Didžiojo universitetas, Aplinkotyros katedra

²Lietuvos sveikatos mokslų universiteto ligoninė Kauno klinikos, Reabilitacijos klinika

³Lietuvos sveikatos mokslų universitetas, Kardiologijos institutas

Gyvenamoji aplinka daro didelę įtaką bendrai žmonių savijautai. Nustatyta, kad gyvenant šalia žaliųjų plotų, gali sumažėti rizika susirgti vėžiu, širdies ir kraujagyslių ligomis (ŠKL) bei kvėpavimo sistemos sutrikimais. Didesnė aplinkos žaluma gali būti susijusi su mažesniu triukšmu, oro tarša bei skatinti fizinį aktyvumą. Tyrimai rodo, kad nuolatinis fizinis aktyvumas ir treniruotės padidina širdies nepakankamumą (ŠN) sergančių pacientų toleranciją fiziniam krūviui ir su sveikata susijusią gyvenimo kokybę. 2021 m. Europos kardiologų draugijos gairėse pateikta nauja rekomendacija – imtis priemonių oro taršos mažinimui, siekiant sumažinti sergamumą ir mirtingumą nuo ŠKL.

Tikslas – nustatyti sąsajas tarp gyvenamosios aplinkos žalumos ir pacientų, sergančių lėtiniu ŠN, klinikinės būklės, širdies ir kvėpavimo funkcijos parametrų, kai gydymui taikoma reabilitacija.

Metodika. 2006-2009 m. atliktas tyrimas, kurio metu surinkti 99 pacientų, gyvenančių mieste sveikatos duomenys. Tyrimo dalyviai atsitiktinai buvo suskirstyti į dvi grupes: kontrolinę ir treniruojamą, kuriai buvo taikomas ilgalaikis aerobinis fizinis lavinimas, t.y. fizinio krūvio intensyvumas buvo 10 % mažesnis nei tiriamųjų anaerobinis slenkstis, užregistruotas atliekant spiroergometriją. Duomenys buvo renkami tyrimo laikotarpiu bei praėjus 3, 6 ir 12 mėnesių nuo tyrimo pradžios. Tyrimui pritarė Kauno regioninis biomedicininis tyrimų etikos komitetas, visi dalyviai pateikė raštišką informuotą sutikimą. Aplinkos žaluma buvo įvertinta pagal palydoviniu būdu gautą normalizuotą augmenijos skirtumo indeksą (NDVI) zonose – 0,3, 0,5 km, 1 km, 1,5 km ir 2 km spinduliais aplink tiriamųjų gyvenamąsias vietas. Siekiant įvertinti žalumos poveikį reabilitacijos poveikiui buvo išanalizuoti pacientų sveikatos rodiklių pokyčiai praėjus 6 mėnesius nuo tyrimo pradžios mažo/didelio žalumo aplinkos grupėse. Pasirinkta didelė žaluma laikyti, kai NDVI > medianą, o maža – NDVI ≤ medianą. Statistinė analizė atlikta naudojant SPSS 20 programinę įrangą, taikytas suporuotas t testas ir daugiamatė regresija, koreguojant amžių, kūno masės indeksą, rūkymą ir oro teršalus.

Rezultatai. Nustatyta, kad žaluma 1 km spinduliu turi statistiškai reikšmingai didesnes vidutines išstūmimo frakcijos vertes, taip pat mažesnes kairiojo ir dešiniojo prieširdžio dydžių vertes. Pacientams, gyvenantiems didelio žalumo vietose, po 6 mėnesių buvo pastebėtas mažesnis diastolinio kraujospūdžio padidėjimas. Nustatyta, kad treniruočių grupėje po 6 mėnesių pagerėjo spiroergometriniai kintamieji, tokie kaip širdies metabolinis vienetas ir ventiliacinis deguonies ekvivalentas, gyvenant žalioje aplinkoje 1,5 km spinduliu.

Išvados. Rezultatai patvirtina, kad didesnė žaluma susijusi su geresniais sveikatos rodiklių parametrais pacientams, kuriems lėtinio ŠN gydymui taikoma reabilitacija.

Reikšminiai žodžiai: žaluma, sveikatos rodikliai, širdies nepakankamumas.

TEORINĖS PRIEŠGAISRINĖS TARNYBOS PAREIGŪNŲ BENDROJO FIZINIO PARENGTUMO VERTINIMO PRIELAIDOS

Egidijus Grakauskas, doc. dr. Rolandas Jančiauskas
Klaipėdos universitetas, Sveikatos mokslų fakultetas

Bendrasis Priešgaisrinės tarnybos pareigūnų fizinis parengtumas gali būti suprantamas kaip prevencinis procesas, leidžiantis sėkmingai atlikti tiesiogines pareigūnų pareigas bei sumažinti patiriamų sužeidimų ir mirčių tarnybos metu tikimybę. Todėl labai svarbu, kad pareigūnai būtų tinkamo bendrojo fizinio parengtumo, nes nuo to priklauso jų atliekamo darbo kokybė ir rizikų valdymas. Bendrasis fizinis parengtumas yra labai svarbi statutinių pareigūnų pasirengimo tarnybai dalis, nepriklausomai nuo jos pobūdžio, kadangi be tinkamo bendrojo fizinio parengtumo yra sudėtinga atlikti tarnybines užduotis, reaguoti į kritines situacijas, gaisro metu transportuoti sunkią įrangą lipant laiptais aukštyn ir pan.

Tikslas - aptarti Priešgaisrinės apsaugos ir gelbėjimo departamento prie vidaus reikalų ministerijos pareigūnų bendrojo fizinio parengtumo ypatumus.

Metodika. Mokslinės literatūros šaltinių analizė.

Rezultatai. Atlikus mokslinės literatūros šaltinių analizę paaiškėjo, kad bendrasis fizinis parengtumas Priešgaisrinės gelbėjimo tarnybos kontekste reiškia visapusišką fizinį pasirengimą susidoroti su profesijos darbo iššūkiais ir kylančiomis rizikomis.

Dauguma Priešgaisrinės tarnybos pareigūnų bendrojo fizinio parengtumo tyrimų sutelkti tik į individualių asmens fizinio pasirengimo rodiklius. Tačiau mažai tirtas ryšys tarp visų pareigūnų bendrojo fizinio pasirengimo rodiklių ir konkrečių veiklos rezultatų, kadangi vienos kurios nors raumenų grupės lavinimas gali turėti mažai įtakos viso kūno raumenų įsitraukimo reikalaujančioms užduotims atlikti. Pareigūnų bendrojo fizinio parengtumo reikalavimai kyla iš profesijos ypatybių ir joje atsirandančių rizikų. Priešgaisrinės apsaugos ir gelbėjimo pareigūnų profesija yra laikoma viena iš rizikingiausių ir reikalaujančių gero fizinio parengtumo dėl tarnybinio būtinumo nedelsiant reaguoti į staigius gaisrus, poreikio atlikti avarinių situacijų operacijas ir būti pasirengus reaguoti į įvykius bet kuriuo paros metu. Kai kuriais atvejais pareigūnams tenka dirbti ekstremaliomis sąlygomis, kurių metu kyla tiek fiziniai, tiek ir cheminiai pavojai. Darbo metu pareigūnams reikia nešti sunkią gaisro gesinimo įrangą, dėvėti apsauginius drabužius ir kvėpavimo organų apsaugos aparatus bei veikti esant aukštai temperatūrai.

Išvados. Apibendrinant galima teigti, kad Priešgaisrinės tarnybos pareigūnų profesija yra pavojinga ir reikalauja gero bendrojo fizinio parengtumo. Atsižvelgiant į Priešgaisrinės tarnybos pareigūnų darbo specifiką, jiems tarnybos metu gali tekti skubiai reaguoti į gaisrą ar sprogimą, naudoti sunkią įrangą ir apsauginius drabužius bei būti pasirengusiems įveikti didelį fizinį krūvį. Todėl norint tinkamai atlikti savo tarnybines pareigas ir kokybiškai įvykdyti didelių pastangų reikalaujančias užduotis, būtinas ypač didelis raumenų, širdies ir kvėpavimo sistemų pajėgumas.

Reikšminiai žodžiai: bendrasis fizinis parengtumas, fizinis pajėgumas, Priešgaisrinės tarnybos pareigūnai.

SERGANČIŲJŲ IŠEMININĖ ŠIRDIES LIGA INFORMUOTUMAS APIE LIGĄ

Laima Versekėnaitė¹, doc. dr. Zyta Kuzborska^{1, 2}

¹Vilniaus kolegija, Sveikatos priežiūros fakultetas, Slaugos katedra

²Vilniaus Gedimino technikos universitetas, Mechanikos fakultetas, Biomechanikos inžinerijos katedra

Informuotumas apie ligą, jos simptomus ir kontrolę turi reikšmės širdies ligų profilaktikai ir ankstyvam ligos išaiškinimui, o taip pat pacientų savirūpai bei gyvenimo kokybei. Aukštas sergamumo ir mirtingumo nuo širdies ligų lygis Lietuvoje gali būti susijęs su informacijos trūkumu. Siekiant sumažinti širdies ligų ir mirtingumo naštą, labai svarbus yra sveikos gyvensenos, fizinio aktyvumo, sveikos mitybos ir ligos kontrolės propagavimas. Čia svarbų vaidmenį atlieka slaugytojų darbas su pacientais, tinkamas savalaikis paciento informavimas apie galimybę valdyti ligos progresavimą keičiant gyvenimo būdą, paciento motyvavimas atsisakyti žalingų įpročių ir paciento mokymas siekiant pagerinti jo gyvenimo kokybę.

Tikslas. Išanalizuoti ir palyginti vyrų ir moterų, sergančių išemine širdies liga, informuotumą apie ligą.

Metodika. 2022 m. atliktas kiekybinis tyrimas, taikant anketinės apklausos metodą. Tyrime dalyvavo 96 respondentai su diagnozuota išemine širdies liga, iš jų buvo 57 (59 proc.) vyrai ir 39 (41 proc.) moteris. Tiriamųjų amžius svyravo nuo 42 iki 82 metų (amžiaus vidurkis 37,54 m.). Tyrimas atliktas laikantis etikos principų. Duomenų apdorojimui buvo naudojamos Microsoft Word 2016 ir Microsoft Excel 2016 programos.

Rezultatai. Nustatyta, kad daugiau moterų moka savarankiškai išmatuoti kraujo spaudimą bei dažniau seka arterinio kraujo spaudimo rodiklius už vyrus, didelė dalis vyrų matuoja spaudimą tik pablogėjus savijautai. Dauguma moterų vartoja gydytojo paskirtus vaistus reguliariai, palyginti su vyrais, kurie nevartoja vaistų, jei gerai jaučiasi. Tyrimo rezultatai parodė, kad daugiausia informacijos respondentai semiasi iš gydytojų, slaugytojų, interneto ir televizijos. Didelė dalis visų apklaustųjų stengiasi laikytis sveikos gyvensenos nuostatų. Abiejų lyčių atstovai norėtų gauti daugiau informacijos apie tinkamą mitybą ir jos kontrolę, sergant išemine širdies liga. Daugumai vyrų bei moterų informuotumas apie ligą ir jos kontrolę yra svarbus, suteikia saugumo jausmo bei įtakoja gyvenimo kokybę.

Išvados. Atliktas tyrimas atskleidė, kad abiejų lyčių atstovų žinios apie ligą, rizikos veiksnius bei simptomus priepuolio metu yra pakankamai geros. Tačiau moterų informuotumas apie ligos kontrolę yra geresnis už vyrų.

Reikšminiai žodžiai: išeminė širdies liga, informuotumas, ligos kontrolė

**I SEKCIJA / DARNIOS ASMENYBĖS UGDYMAS:
EDUKACINIAI, PSICHOLOGINIAI, SVEIKATOS, SOCIALINIAI KOMPONENTAI**

**DETERMINING NEEDS FOR UKRAINE'S OLYMPIC SPORTS IN WARTIME CONDITIONS:
RESULTS OF A DELPHI STUDY**

Asta Šarkauskienė, Cesar Agostinis-Sobrinho, Olga Kuvaldina
Klaipėda University, Faculty of Health Sciences, Klaipėda, Lithuania

Following the tragic events surrounding the war in Ukraine which started on February 24, 2022, Russian troops have been destroying many Olympics sports infrastructures and athletes and Olympics sport professional are suffering serious consequences, and sports talents are being lost. All civilized countries opposed the invasion and imposed severe sanctions against the aggressor country. The world of sports was also affected by the invasion. Sports stakeholders responded with incredible speed and determination. An unprecedented ban by the IOC and IPC on Russian and Belarusian athletes and officials from participating in the Winter Paralympic Games in Beijing after Russia's attack on Ukraine. To support Ukrainian athletes, the authors initiated a study aimed at identifying the most important needs of Ukrainian Olympic sports in hostile conditions. (6-10) We tried to determine the priority areas of development of Olympic sports, which will be important to support during the war and after it, in order to protect the career prospects of Ukrainian athletes.

The aim: To identify the most important needs of Ukraine Olympic sports in hostile conditions. To develop the priority areas that will be important to support during and after the war period to protect Ukrainian athletes' career prospects and identify targeted and well-informed priorities of developing of Ukraine's Olympic sports that could be promoted and prioritized in the current or future agendas to create the appropriate directions of the international supporting to protect Ukrainian athletes' career prospects.

Methods A three-round Delphi study was conducted with 42 participants who had expertise as a coach, athlete, researcher (PhD, habilitated doctor) in sport science.

Results There was strong panellist agreement in the needs of Ukraine's Olympic sports in hostile conditions identified. The list of the final top 10 needs included (I) "Develop and maintain the athlete's fitness level". This was followed by (II) "Implementation the better system of athlete recovery " and (III) " To ensure a safety training place for athletes".

Conclusions The needs identified in this study on tremendous value and provide guidance for efforts helping to the Ukraine's sports talents during the wartime and, as a result, will guide the international institutions to direct appropriate aid and international support.

Keywords: Olympics sport, support of Ukrainian athletes, sport and war, IOC.

SOCIALINIŲ DARBUOTOJŲ, DIRBANČIŲ SU INTELEKTO NEGALIĄ TURINČIAIS ASMENIMIS, EMOCINIO PERDEGIMO PRIEŽASTYS

dr. Vilma Liaudanskė, Dovilė Skužinskaitė

Šv. Ignaco Lojolos kolegija, Socialinės gerovės ir menų katedra

Tiek užsienio, tiek Lietuvos socialinio darbo mokslininkai bei praktikai diskutuoja apie socialinių darbuotojų patiriamus emocinius sunkumus darbo vietoje. Socialiniai darbuotojai dirba su įvairaus pobūdžio klientų grupėmis, tačiau asmenys, turintys intelekto negalią, yra gana specifinė klientų grupė. Darbas su intelekto negalią turinčiais asmenimis iš socialinių darbuotojų reikalauja plačios pasaulėžiūros, vidinės kantrybės ir stiprybės, taip pat kūrybiškumo, geranoriškumo, empatijos bei gebėjimo profesionaliai valdyti savo jausmus. Dėl šių priežasčių socialiniams darbuotojams gali tapti sudėtinga dirbti taikant tradicinius metodus, kurie reikalauja pasyvaus ir nuoseklaus mąstymo, nuolatos analizuojant tiek save, tiek savo klientą bei jo poreikius. Dažnai socialinis darbuotojas yra priverstas pasitelkti ne tik savo išmonę, kūrybiškumą, bet ir gebėti socialinio darbo metodus taikyti taip, kad jie būtų efektyvūs ir naudingi dirbant su intelekto negalią turinčiais žmonėmis. Tai paskatina socialinį darbuotoją dirbti ilgiau nei nustatytas jo darbo laikas, praleisti daugiau laiko ieškant informacijos, kuri padėtų klientui. Tokie faktoriai, kaip didelė atsakomybė, aukšti reikalavimai, keliami socialinių darbuotojų veiklai, paramos stoka, nesaugumas paskatina jų emocinį perdegimą.

Pranešimo tikslas – identifikuoti, kokios dažniausios priežastys sukelia emocinį perdegimą tų socialinių darbuotojų, kurie dirba su intelekto negalią turinčiais asmenimis.

Metodika. Atliekant tyrimą taikyti šie mokslinio tyrimo metodai: mokslinės literatūros analizė ir dokumentų turinio analizė; pusiau struktūruotas interviu; turinio (content) analizė. Pasirinkta ir taikyta kokybinė empirinio tyrimo prieiga. Tyrimas atliktas 2022 m. sausio – birželio mėnesiais. Duomenų surinkimui buvo pasirinktas pusiau struktūruotas interviu. Tyrime dalyvavo 6 Vidurio Lietuvos socialiniai darbuotojai, dirbantys su intelekto negalią turinčiais asmenimis. Surinkti duomenys apdoroti taikant turinio (content) analizę.

Tyrimo rezultatai. Tyrimo rezultatai atskleidžia, kad socialiniai darbuotojai emocinį perdegimą jaučia ne vien dėl to, kad jie dirba su gana specifine klientų grupe, didelę jų emocinio perdegimo riziką turi ir įtempti, konfliktiški santykiai su kolegomis, vadovais. Respondentai išskiria sunkius atvejus, kuomet klientai yra priešiški, elgiasi agresyviai ir tokioje situacijoje socialinis darbuotojas priverstas dirbti vienas, be kolegų pagalbos, nesijaučia saugus. Vis tik respondentai nurodė, kad darbdaviai yra linkę padėti savo darbuotojams šiuo klausimu – jie organizuoja mokymus socialiniams darbuotojams arba sudaro jiems galimybes mokymų ieškoti savarankiškai bei juos apmoka.

Pagrindinės išvados. Išanalizavus socialinių darbuotojų, dirbančių su intelekto negalią turinčiais asmenimis, emocinio perdegimo atsiradimo priežastis, galima teigti, kad emocinis perdegimas tai palaipsniui atsirandanti problema, kuri išsekina darbuotojų emocinę būseną bei sutrikdo pilnavertišką funkcionavimą jų darbinėje bei kasdieninėje veikloje. Dirbant su intelekto negalią turinčiais asmenimis, socialiniai darbuotojai yra emociškai iškraunami dėl klientų nuolatinio poreikio bendrauti, taip pat dėl jų kartais neprognozuojamo, priešiško ir agresyvaus elgesio. Dažnai socialiniai darbuotojai su klientais dirba vieni ir nesijaučia saugūs. Taip pat socialiniai darbuotojai susiduria su aplinkinių neigiamu požiūriu į jų pasirinktą darbą – aplinkiniai nuvertina ne tik klientus, kuriuos atstovauja socialinis darbuotojas, bet ir patį darbuotoją.

Reikšminiai žodžiai: emocinis perdegimas, intelekto negalia, socialinis darbuotojas, klientas.

PAGALBA ŠEIMOMS, AUGINANČIOMS AUTISTIŠKUS VAIKUS, ĮTRAUKIOJO UGDYMO PROCESĖ

Irmina Dobilienė, doc. dr. Asta Kiaunytė

Klaipėdos universitetas, Sveikatos mokslų fakultetas, Socialinio darbo katedra

Vis garsiau bendruomenėse yra kalbama apie autizmą bei jo poveikį vaikui ir aplink jį esantiems žmonėms. Lietuvoje ne mažas skaičius šeimų augina autistiškus vaikus ir nesulaukia tinkamos pagalbos, kuri padėtų visai šeimai pilnavertiškai funkcionuoti. Šeimos, auginančios autistiškus vaikus, susiduria su socialine atskirtimi ir diskriminacija. Dėl autistiškų vaikų specifinės elgsenos ir emocinės išraiškos šeimos patiria daug iššūkių siekdamos įtraukaus ugdymo proceso švietimo sistemoje. Kaip padėti šeimoms, auginančioms autistiškus vaikus, siekiant šalinti diskriminaciją ir skatinti įtraukų ugdymą Lietuvoje dar nėra aiškaus plano, aiškaus veikimo mechanizmo. Todėl tyrinėti pagalbos teikimą šeimoms, auginančioms autistiškus vaikus, įtraukiojo ugdymo procese lieka aktuali klausimu.

Tikslas – išanalizuoti socialinės pagalbos šeimoms, auginančioms autistiškus vaikus, galimybes įtraukiojo ugdymo proceso metu.

Metodika. Mokslinės literatūros analizė.

Rezultatai. Tyrimais įrodyta, kad autistiškų vaikų tėvai patiria: didžiulį stresą, atskirtį visuomenėje (asocijuotą diskriminaciją), asmeninės kaltės jausmą, nuovargį ir išsekimą. Mažai dėmesio skiriama tėvų asmeninei sveikatai. Be anksčiau minėtų iššūkių, šeima, kuri linkusi samdyti daugiau specialistų bei ieškoti įvairių terapijų, paslaugų vaiko gydymui, dažnai patenka į sunkią finansinę padėtį, todėl nukenčia ir šeimos gerovė. Įtraukusis ugdymas – atsivėrusi erdvė, orientuojanti tiek šeimas, tiek bendrojo ugdymo mokyklas veikti bendrai, darniai ir kūrybingai, tam, kad užtikrinant švietimo prieinamumą ir lygias galimybes, maksimaliai plėtojant vaikų švietimo aprėptį, suteikti mokiniams palankiausias galimybes išskleisti individualius gebėjimus ir tenkinti specialiuosius ugdymosi poreikius. Teikti veiksmingą pedagoginę ir psichologinę pagalbą mokiniams, patiriantiems mokymosi sunkumų. Tarp šeimos ir mokyklos institutų nuolatos turėtų plėtotis diskursas.

Moksliniuose šaltiniuose yra nemažai aprašyta apie būtiną pagalbą autistiškam vaikui įtraukiojo ugdymo proceso metu. Tačiau norint efektyviau padėti vaikui, būtina atsižvelgti į jo šeimos narių poreikius ir lūkesčius, kad būtų galima teikti efektyvią pagalbą.

Išanalizavus mokslinius šaltinius, galima teigti, kad šeima, augindama autistišką vaiką, patiria didelius emocinius sunkumus. Profesionalė pagalba gali ženkliai sumažinti patiriamą streso lygį, įgalinti šeimos narius dalyvauti kasdieniniame vaiko gyvenime bei pagerinti šeimos kompetenciją, kuri padėtų dirbant kartu su kitais specialistais, dalyvaujančiais autistiško vaiko įtraukiojo ugdymo procese. Ir atvirkščiai, neadekvati, poreikių neatitinkanti pagalba gali turėti neigiamų pasekmių, tokių kaip emocinės ir psichinės šeimos narių sveikatos pašlijimas, savęs izoliavimas nuo aplinkinių, sumažėjęs tėvų dalyvavimas bendruomeninėse užimtumo ir laisvalaikio veiklose.

Išvados. Šeimų, kurias palietė autizmo diagnozė, skaičius vis didėja, taip pat auga efektyvios socialinės pagalbos poreikis šių šeimų nariams. Individualizuotos pagalbos šeimai suteikimas labiau įgalintų jos narius susitvarkyti su įtraukiojo ugdymo procese iškilusiais sunkumais bei užtikrintų esamų poreikių patenkinimą, šeimos gerovės stiprinimą.

Reikšmingi žodžiai: autizmas, šeima, įtraukusis ugdymas, socialinė pagalba.

KUKSANDO POVEIKIS IZOMETRINEI TARPRAUMENINEI JĖGAI IR PUSIAUSVYRAI

Ligita Mielkaitienė, Jolanta Sarpalienė, prof. dr. Daiva Mockevičienė

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

Tikslas. Įvertinti Kuksando, kaip unikalios savigydos (sveikatinimo) sistemos, poveikį suaugusių asmenų izometrinės tarpraumeninės jėgos ir pusiausvyros pokyčiams.

Metodika. 2022 m. „Kuksando Bonwon Centras. Klaipėda“ tyrime dalyvavo respondentai, turintys praktikos patirties ir be praktikos patirties, moterys ir vyrai. Centre tyrimo dalyviams, neturintiems praktikos patirties, buvo organizuotos įvadinės (3 valandų trukmės) sesijos, kurių metu vyko Kuksando praktikos mokymai. Tiriamieji tyrimo metu per vieną mėnesį atliko nuo devynių iki 30 praktikų,- tyrimo intervencijų. Atliktas kiekybinis tyrimas, naudojant anketinės apklausos, klausimynų pildymo raštu metoda; matematinė statistinė analizė Microsoft Excel ir SPSS programinėmis įrangomis. Maksimalios izometrinės jėgos ir pusiausvyros testavimai prieš ir po intervencijos buvo atlikti Klaipėdos universiteto Sveikatos mokslų fakulteto Holistinės medicinos ir reabilitacijos katedros Neurosensomotorinės diagnostikos laboratorijoje. Tiriamųjų testavimas buvo atliekamas laikantis saugos reikalavimų ir vadovaujantis instrumentų naudojimo instrukcijomis. Tyrimas atliktas laikantis etikos principų.

Rezultatai. Įvertinus tiriamųjų izometrinės tarpraumeninės jėgos rodiklių kaitą prieš ir po intervencijos, reikšmingas pokytis po vieno mėnesio intervencijos pastebėtas kaklo tiesiamųjų, viršutinės kūno dalies (krūtinės srities) traukiamųjų, liemens tiesiamųjų, liemens lenkiamųjų, liemens šoninių lenkiamųjų, kairės ir dešinės pusių, kojos atitraukiamųjų, kairės ir dešinės pusių raumenų jėgoje. Palyginus suaugusiųjų liemens atskirų raumenų grupių maksimalios izometrinės išvystytos jėgos rodiklių skirtumus tarp grupių be praktikos patirties ir su praktikos patirtimi, prieš ir po intervencijos, nustatyta, kad išvystyta kaklo tiesiamųjų, kaklo šoninių lenkiamųjų, kairės ir dešinės pusių, kojos pritraukiamųjų, kairės kojos, raumenų maksimali izometrinė jėga buvo didesnė tarp tiriamųjų be praktikos patirties. Kaklo lenkiamųjų, viršutinės kūno dalies (krūtinės srities) stumiamųjų, viršutinės kūno dalies (krūtinės srities) traukiamųjų, rankos atitraukiamųjų, kairės ir dešinės rankų, liemens tiesiamųjų, liemens lenkiamųjų, liemens šoninių lenkiamųjų, kairės ir dešinės pusių, kojos atitraukiamųjų, kairės ir dešinės kojų, kojos pritraukiamųjų, dešinės kojos, klubų tiesiamųjų, kairės ir dešinės pusių, raumenų maksimali izometrinė jėga buvo didesnė tarp tiriamųjų, turinčių praktikos patirties. Po intervencijos tiriamųjų statinės pusiausvyros rodikliai pagerėjo: atmerktomis ir užmerktomis akimis svyravimas į priekį ir atgal sagitalinėje plokštumoje bei vidutinis SC svyravimo greitis sagitalinėje ir frontalinėje plokštumose sumažėjo; taip pat sumažėjo SC svyravimo ploto vidurkis ir santykis. Be to, po vieno mėnesio praktikų reikšmingai pagerėjo emocinės, socialinės, fizinės ir intelektualinės gerovės rodikliai. Sumažėjo nerimas ir įtampa, nuovargis, miego sutrikimai, žarnyno problemos.

Išvados. Atlikto tyrimo rezultatų analizė patvirtina pilnavertę Kuksando naudą žmonių fiziniam pajėgumui ir sveikatai. Efektyvus Kuksando integravimas į savo gyvenimą kasdien skiriant laiką savo kūnui ir protui per kvėpavimą, judesį, sutelktą dėmesį ir rimstantį protą, apjungiant juos į vienį, turi įtakos suvokiamai žmogaus gyvenimo gerovei. Kuksando metodo, turinčio aiškią sistemą ir mokymo perdavimą, veiksmingumas yra įrodytas tarptautiniais moksliniais tyrimais, todėl siekiant efektyvesnio sveikatos palaikymo ir stiprinimo rekomenduotina šiuo metodu papildyti gydymo įstaigose ir reabilitacijoje taikomą daugybę gydymo ir praktinių priemonių spektrą.

Reikšminiai žodžiai: *Kūno-proto praktika, kvėpavimas, Kuksando, Tandžon (angl. Daejeon), slėgio centras (SC), fizinis aktyvumas.*

BIBLIOTERAPIJOS TAIKYMAS GEŠTALTO PRAKTIKOJE: GROŽINĖS KNYGOS KAIP ASMENYBĖS TRANSFORMACIJOS STIMULIATORĖS

Doc. dr. Jurgita Girčienė

Vilniaus universitetas, Komunikacijos fakultetas,
Knygotyros, mediotyros ir leidybos tyrimų katedra

Daiva Žukauskienė

Vilniaus geštalto institutas

Nors tarpdalykinė biblioterapijos sritis gausiai tyrinėjama, o XXI a. tyrimai liudija biblioterapijos taikymo terapijoje poreikį ir poveikį, tačiau pastarųjų dešimtmečių metaduomenų analizėse apibendrinama, kad vis dar stinga tvirtesnių biblioterapijos taikymo terapinėse praktikose metodologinių pagrindų. Tyrimai rodo, kad konsultantai daugiausia apsiriboja informacinės ar savivalbos literatūros rekomendacijomis, tai yra – pasyviaja biblioterapija. Todėl skatinama atlikti daugiau tyrimų, ypač kokybinių, skirtų biblioterapijos taikymui psichologinio konsultavimo srityje. Vienas pagrindinių svarstytinų klausimų – kaip biblioterapiją sistemiškai įtraukti į praktiką, kad padidėtų terapijos poveikis. Raginama taikomojo aspektu tyrinėti biblioterapijos veiksmingumą, pristatyti įvairius jos modelius – dalytis aktyviosios, arba kitaip sąveikos, biblioterapijos taikymo pavyzdžiais. Nors holistiniu požiūriu į žmogų paremtos humanistinės geštalto terapijos teorija yra laikoma vienu iš sąveikos biblioterapijos pagrindų, tačiau biblioterapija kol kas mažai išnaudojama geštalto praktikoje. Tai rodo šių atskirai gausiai tyrinėjamų sričių derinius sistemiškai aptariančių tyrimų stoka ir profesinis geštalto specialistų diskursas.

Tikslas – pagrindus geštalto terapijos ir biblioterapijos paradigms suderinamumą, parengti realų darbą su klientais apibendrinantį sąveikos biblioterapijos taikymo geštalto praktikoje modelį, paremtą trumpais grožiniais tekstais ar jų ištraukomis, bei jo realizavimo aprašą.

Metodika. 1) Atlikta geštalto terapijos ir biblioterapijos paradigms analizė ir jų sintezė. 2) Atliktas kokybinis tyrimas – 60-ties biblioterapijos taikymo privačioje geštalto psichoterapeutės praktikoje atvejų analizė. Klientų amžius: 25–60 metų, per 90 proc. – moterys. Tyrimas atliktas laikantis etikos principų. 3) Remiantis šių tyrimų rezultatų sinteze parengtas biblioterapijos taikymo geštalto terapijoje modelis ir jo taikymo geštalto sesijose proceso aprašas, pagrindžiantis modelio poveikumą.

Rezultatai ir išvados. 1) Sąveikos biblioterapijos (toliau – biblioterapija) ir geštalto terapijos paradigms sintezės rezultatai atskleidė šių terapijų suderinamumo prielaidas. Abiem būdingas holistinis požiūris į žmogų, apimantis fizinius, emocinius, intelektualinius ir dvasinius jo aspektus. Abi plačiai taikomos: psichoterapijoje, socialinėje sferoje, švietime ir kt. Jas vienija panašūs tikslai – didinant žmogaus suvokimą skatinti pokyčius, įgalinančius autentišką gyvenimą bei harmoningą sąveiką su aplinka, – ir kūrybiškas eksperimentinis jų įgyvendinimo pobūdis, paremtas dialogu, fenomenologija, pokyčių bei lauko teorija. Taigi biblioterapija, kaip papildomas tekstų skaitymu ir jų refleksija paremtas metodas, sėkmingai integruojamas į kitų psichoterapijų mokyklų praktiką, yra tinkama taikyti ir geštalte. 2) Biblioterapijos taikymo vienoje individualioje geštalto praktikoje tyrimo rezultatai patvirtino biblioterapijos kaip papildomos priemonės tinkamumą. Išnagrinėjus šešiasdešimt darbo su klientais, kuriems 2014–2021 metais geštalto sesijose buvo taikyta biblioterapija, atvejų nustatyta, kad susidarius atitinkamoms lauko sąlygoms tinkamai parinktas grožinis tekstas – kaip mediatorius – per dialoginę jo refleksiją su terapeutu paprastai padeda klientui greičiau priartėti prie užslopintų jausmų ir pojūčių, įsisąmoninti nepatenkintus poreikius ir keistis norima linkme, t. y. paspartina asmenybės transformaciją. Grožiniai kūriniai tokiais atvejais atlieka autentiškos intraasmeninės – vidinių išgyvenimų bei jų apmąstymų – ir jų pastiprinančios tarpasmeninės komunikacijos stimuliatorių funkciją. Tai sutampa su neurologinių tyrimų duomenimis, rodančiais, kad grožinė literatūra stipriai stimuliuoja ir netgi (trans)formuoja skaitančiojo intelektualinę bei emocinę savę ir pasaulio patyrimą. 3) Empirinio tyrimo rezultatai, derinyje su geštalto ir biblioterapijos paradigms sinteze paremtu abiejų terapijų suderinamo pagrindu, sudarė prielaidas parengti apibendrinamąjį biblioterapijos taikymo geštalto praktikoje modelį. Jo pagrindas yra biblioterapiniai eksperimentai, organizuojami susidarius atitinkamoms lauko sąlygoms – susidūrus su nusijautrinusiais klientais, kuriems atsiskleisti nepadeda įprastos geštalto intervencijos, – ir vykdomi laikantis geštalto eksperimentų atlikimo bei sąveikos biblioterapijos metodinių rekomendacijų derinio. 3.1) Trijų pakopų biblioterapinis eksperimentas, kurio pagrindas – triguba teksto refleksija, paremta pakartotiniu jo skaitymu ir pakartotiniu dialoginiu aptarimu su terapeutu, paprastai užima beveik visą pirmąją geštalto sesiją, kurioje pagal susidariusias lauko sąlygas klientui pasiūlomas skaityti tam tikras tekstas. Ji apima tris sąveikos su kūriniu ir – per terapinį dialogą – terapeutu etapus: a) susipažinimą su tekstu; b) įsigilinimą į jį ir rezonanso su asmenine patirtimi paiešką: identifikaciją bei projekciją; c) jausmų paleidimą ir pakitusį suvokimą: katarsį bei insaitą ir kartais – transformacijos, arba integracijos, pradžią. 3.2) Biblioterapinis namų darbų eksperimentas, paremtas

(rašytine) kliento savirefleksija, paprastai sudaro prielaidas per ateinančią sesiją organizuojamai ne tokiai struktūruotai gilinamajai biblioterapinei refleksijai, paremtai neeksperimentinėmis geštalto intervencijomis, sudarančiai prielaidas tolesniam kliento transformacijos procesui. 4) Pristatytasis vienas iš galimų – trumpais grožiniais tekstais ar jų ištraukomis paremtas – praktinis biblioterapijos taikymo modelis gali būti naudingas ne tik praktikuojantiems geštalta, bet ir bibliotekininkams, socialiniams bei švietimo srities darbuotojams, taip pat ir kitų krypčių terapijų atstovams, ypač atsižvelgiant į literatūroje minimą sistemiskų biblioterapijos kaip papildomos priemonės, stiprinančios terapijos poveikį, taikymo aprašų stygių.

Reikšminiai žodžiai: sąveikos biblioterapija, geštalto (psicho)terapija, grožinės knygos, biblioterapijos taikymo modelis

LYTIŠKUMO UGDYMO ĮGYVENDINIMAS LIETUVOJE IR JO SVARBA JAUNO ŽMOGAUS GYVENIME

Urtė Dičmonaitė, doc. dr. Jūratė Grubliauskienė

Klaipėdos universitetas, sveikatos mokslų fakultetas, visuomenės sveikatos katedra.

Remiantis Pasaulio sveikatos organizacija (PSO), seksualinė sveikata yra labai svarbi kiekvieno asmens, poros ar šeimos sveikatai, gerovei bei socialiniam ir ekonominiam bendruomenių ir šalių vystymuisi. V. Sinicos (2021) teigimu Lietuvoje ir visame pasaulyje diskusijos dėl lytiškumo ugdymo vyksta jau keletą dešimtmečių. R. Seiler – Ramadas ir kt. (2020) pabrėžia, jog lytinis švietimas yra skirtas ne tik vaikams ir paaugliams sužinoti apie lyčių reprodukcines funkcijas ir užkirsti kelią lytiniu keliu plintančioms infekcijoms (LPI) ar neplanuotam nėštumui, bet ir suteikti jiems galimybę užmegzti stiprius bei prasmingus seksualinius santykius stiprinant jautrumą ir bendravimo įgūdžius. Tokiu būdu padedama formuoti vaiko asmenybei, ugdyti save ir savo jausmus bei taip priimti sau palankius sprendimus. Lytinis ugdymas taip pat gali veikti kaip prevencija siekiant užkirsti kelią seksualinei prievartai ar diskriminacijai. Kiekvienoje šalyje lytiškumo ugdymas ir požiūris į jį skiriasi, tačiau pagal A. Giniotaitę (2018) mokyklos nesiimdamos lytiškumo ugdymo, neatsižvelgia į šios temos ypatingą jautrumo aspektą asmens raidoje ir taip vaikai tampa palikti, neturintys atsvaros šeimoje, vieniši informacijos ir emocinio saugumo nepriteklėje. Lietuvos mokyklose sveikatos ir lytiškumo ugdymo bei rengimo šeimai programos vykdomos ilgą laiką, tačiau tai vis dar lieka tema – stigma, tai liečia tėvus, vaikus ir mokytojus. UNESCO (2019) teigimu, lytiškumo ugdymo diegimas šalyse susiduria su dviejų tipų iššūkiais. Pirmiausia, nepalankus visuomenės požiūris, daugybę žmonių vis dar laikosi klaidingų įsitikinimų apie jaunų žmonių mokymą šiomis temomis. Antra, menki šalių ištekliai siekiant gerinti pačių mokytojų išsilavinimą, mokymo programų turinį, vertinimą bei stebėseną.

Tikslas. Ištirti lytiškumo ugdymo įgyvendinimą Lietuvoje ir jo svarbą jauno žmogaus gyvenime.

Metodika. Analizuojami treji švietimo ir mokslo ministro įsakymai: 2007m. ISAK-179 „Dėl rengimo šeimai ir lytiškumo ugdymo programos patvirtinimo“, 2012m. Nr. V-1290 „Dėl sveikatos ugdymo bendrosios programos patvirtinimo“, 2016m. Nr. V-941 „Dėl sveikatos ir lytiškumo ugdymo bei rengimo šeimai bendrosios programos patvirtinimo“. Taip pat, šiam darbui pasitelkta Lietuvos bei kitų šalių moksliniai šaltiniai, kurie atskleistų lytiškumo svarbą jaunam asmeniui.

Rezultatai. Atlikus šaltinių analizę, galime pastebėti, jog visose švietimo ir mokslo ministro įsakymuose akcentuojama, jog tinkamas šių programų įgyvendinimas priklauso nuo pedagogų, ugdomų asmenų tėvų bei pačių ugdytinių, tik šiuo atveju programa įgyvendinama tikslingai. Tačiau nagrinėjant įvairius mokslinius šaltinius pastebėta, jog pedagogai ar tėvai nesijaučia pakankamai pasiruošę su ugdytiniais kalbėti įvairiomis lytiškumo temomis, dėl šios priežasties ugdytiniai jaučia šių temų trūkumą.

Išvados. Lytiškumo ugdymas mokyklose vis dar nėra tinkamai įgyvendinamas. Siekiant, tinkamo įgyvendinimo būtina atkreipti dėmesį į pedagogų ir tėvų žinių trūkumą šiomis temomis. Tik tada kai abi šios grupės turės žinių ir tinkamai galės jas perteikti ugdytiniais, lytiškumo ugdymo programos įgyvendinimas bus sėkmingas bei atlieps jauno žmogaus šių temų poreikį.

**„ŽMONIJOS EVOLIUCIJA MINTIES ENERGIJOS LAUKE“
„THE EVOLUTION OF HUMANITY IN THE THOUGHT ENERGY FIELD“**

Vilimantas Zablockis

Lietuvos menų ir mokslo asociacija „Vydūno šviesa“

„Dvasios didybei, minties jėgai ir kūrybingumui nebelieka vietos. Mūsų laikus užvaldė jėga, kuri vadinama būtinybe.“ Vydūnas

Kaip tik dabar laikas pabrėžti vieną faktą: mus, žmones sukūrė ląstelių technologijos. Kurdamos žmogaus organizmą, ląstelių bendruomenės išrado nuostabių technologijų, kurios sugeba reaguoti į aplinką ir netgi ją reguliuoti. Didžiosios dalies ląstelių pažangiųjų technologijų žmonės dar apskritai nėra išstudijavę. Iš ląstelių dar galima daug ko išmokti. Mūsų evoliucinis likimas yra, iš naujo gerai suvokti savo žemiškos kelionės prasmę. Ląstelių technologijos gyvuodamos žmogaus organizmo bendrijoje, leis mums sukurti bendruomenes, galinčias sėkmingai egzistuoti šioje planetoje. Tarpininkai tarp chromosomų, genų ir aplinkos yra mus supanti amžina kosminė energija ir žmogaus mintis.

Prieš daugiau nei 400 metų filosofas Frensis Bekonas pareiškė, kad mokslo misija yra įveikti ir užvaldyti gamtą. Mokslininkai buvo įsitikinę, kad, gerai išstudijavusi materialų pasaulį, žmonija sugebės įvaldyti natūraliąją aplinką. Gyvybės rakto puolė ieškoti tame pačiame materialame pasaulyje, jei tiksliau - genuose. Tačiau ieškant gyvybės paslapties rakto, nutiko keistas dalykas kaip ir tada, kai mokslininkai bandė įrodyti, jog svarbu yra tik materija. Dangiškasis pokštininkas iškrėtė dar vieną kosminį pokštą. Mokslininkai pamanė, kad savo rankose jau laiko gyvybės raktą, tačiau kai pamėgino juo atrakinti paslaptį saugančias duris, paaiškėjo, jog raktas netinka. Vadinasi, genų aktyvumą kontroliuoja signalai, kuriuos siunčia aplinka.

Gamta – gyvas organizmas, kurio dalį sudarome ir mes žmonės. Nors mums atrodo, kad esame skirtingų žmonių gyvenančios institucijos, tačiau glaudžiai susijusios tarpusavyje tam tikru proto lygiu. Žmogus taip pat gali mintimis nuskaityti ar perduoti informaciją dideliais atstumais. Kuo tikėjo senovės išminčiai, dabar įrodinėja fundamentalusis mokslas. Spontaniškas pagijimas, kai vieną dieną žmogus nepagydomai serga, o kitą dieną jis jau sveikas. Visa visatos istorija yra saugoma mūsų fiziniame kūne. Kas dabar vyksta mūsų planetoje – tai fizinio kūno mutacijos procesas. Žmonijos uždavinys yra – leisti savo fiziniam kūnui tobulėti iki tokio laipsnio, kad jis taptų žymiai galingesniu biologiniu kompiuteriu, galinčiu apdoroti ir kaupti šią informaciją. Žmonių DNR – jungiamoji gija. Mokslininkai iššifravo atskirų jos plotų kodus ir juos labai sudomino pertekliniai arba laisvi plotai, kurių reikšmė mokslui kol kas nežinoma. Atsižvelgiant į tai, kad pastaruoju metu nauji mokslo atradimai pranoksta nusistovėjusias nuostatas ir paradigmas apie pasaulėdarą, reikia daugiau dėmesio skirti naujoms švietimo programoms.

Metafizikos dr. Vilimantas Zablockis

Literatūra

B.H. Lipton „Spontaniška evoliucija“

O.M. Aivanchov „Minties galios“

PACIENTŲ PATIRIAMAS NERIMAS IR JO PRIEŽASTYS PRIEŠOPERACINIŲ LAIKOTARPIU COVID-19 PANDEMIJOS METU

Agnė Buivydienė, doc. dr. Agnė Jakavonytė-Akstinienė
Klaipėdos universitetas, Sveikatos mokslų fakultetas, Slaugos katedra

Priešoperacinis laikotarpis – tai laikas, nuo paciento atvykimo į ligoninę iki operacijos. Šis laikotarpis skirtas visapusiškam paciento ištyrimui bei paruošimui operacijai. Priešoperacinio laikotarpio trukmė priklauso nuo paciento sveikatos būklės, diagnostinių tyrimų apimtys. Moksliškai įrodyta, kad ruošiami operacijai pacientai – yra veikiami stipraus streso. Tokie pacientai dažniausiai nerimauja dėl ateities, nuolat mąsto apie pooperacinį skausmą ir sveikimo procesą. Netikėtai Pasaulį užklupusi COVID-19 pandemija padarė didžiulį poveikį daugeliui sričių, ypatingai reikšmingi pokyčiai įvyko sveikatos priežiūros sistemoje. Norint pacientus maksimaliai apsaugoti nuo užsikrėtimo, kuriam laikui buvo sustabdytos planinės operacijos, o vėliau draudimas buvo atšauktas. Priešoperaciniame laikotarpyje pacientai jautė nerimą dėl esamos situacijos, nepakankamos medicininės priežiūros, potencialaus užsikrėtimo, sveikimo proceso.

Tikslas – ištirti pacientų patiriamą nerimą ir jo priežastis priešoperaciniu laikotarpiu COVID-19 pandemijos metu.

Metodika. Informacija tyrimui buvo renkama apklausos metodu naudojant anonimines anketas, kurios buvo patalpintos www.apklausa.lt. Tyrime dalyvavo 110 respondentai, kuriems COVID-19 pandemijos laikotarpiu buvo atlikta operacija. Tyrimo duomenys apdoroti Microsoft Excel 2010 kompiuterine programa. Tyrimo metu buvo laikomasi etikos principų.

Rezultatai. Išanalizavus atlikto tyrimo duomenis, nustatyta, kad didžioji dalis tiriamųjų prieš operaciją jautė nerimą. Analizuojant respondentų patiriamo nerimo priežastis priešoperaciniu laikotarpiu nustatyta, kad labiausiai respondentams nerimą kėlė: įkyrios mintys dėl operacijos, jaučiamas skausmas dėl ligos, ilgai trunkantis pooperacinis gydymas, negalėjimas susitikti su artimaisiais ir baimė nepabusti po operacijos (mirties baimė).

Išvados. Priešoperacinį pacientų nerimą COVID-19 pandemijos metu lėmė veiksniai: įkyrios mintys dėl operacijos, ilgai trunkantis pooperacinis gydymas ir jaučiamas skausmas. Kiek mažiau respondentų, kaip nerimo priežastį, įvardijo negalėjimą susitikti su artimaisiais, baimę hospitalizacijos metu užsikrėsti COVID-19 liga.

Reikšminiai žodžiai: nerimas, pacientai, COVID-19 pandemija.

SOCIALINIO DARBUOTOJO VAIDMUO ĮGALINANT VAIKUS IR JAUNIMĄ KŪRYBINEI SAVANORSYTEI

Greta Šimkutė, prof. dr. Ingrida Baranauskienė

Klaipėdos universitetas, Sveikatos mokslų fakultetas, Socialinio darbo katedra

Lietuvos Respublikos parengtame dokumente Lietuvos Pažangos strategija „Lietuva 2030“, nuolat minimas žodis kūrybiškumas ar kūrybingumas. Daug minimas kūrybiškumo poreikis visuomenės gyventojams, nes kūrybiškumas sietinas su inovatyvia ir sumania valstybe. Tačiau nurodyta, kad mūsų valstybė pagal kūrybingumo rodiklį, Europos Sąjungoje užima 17 vietą. Dar blogiau yra įvertintas, 24 vietoje, kūrybingumo klimato palankumas. Tai reiškia, kad kūrybiškumui tinkamų sąlygų mūsų visuomenėje beveik nėra. Kartu ši strategija akcentuoja, kad mūsų visuomenė turi aktyviai dalyvauti socialinėse veiklose, kovoti su stereotipais ir stigmatizacija, siekti visiems lygių galimybių. Norint prisidėti prie Lietuvos pažangos strategijos įgyvendinimo, svarbu kiekvienam rasti kryptį, kurioje gali būti naudingas ir kartu siekti vizijos įgyvendinimo. 2019-2027 m. taip pat yra parengta strategija, ES lygiu, kuri numato poreikį skatinti jaunus žmones dalyvauti politiniame gyvenime, visuomenėje ir suvienyti jaunimą ne tik Lietuvoje, bet visoje Europos Sąjungoje ar net už jos ribų, taip skatinant savanorystę, mobilumą ir solidarumą. Tai skatina ieškoti naujų būdų ir galimybių, kaip būtų galima įtraukti vaikus ir jaunimą į veiklas, kurios skatintų kūrybiškumą ir savanorystę.

Tikslas – atskleisti socialinio darbuotojo vaidmenį įgalinant vaikus ir jaunimą kūrybinei savanorystei, remiantis vaikų ir jaunimo patirtimis.

Metodika. Moksliniam tyrimui atlikti naudotas mokslinės literatūros analizės metodas.

Rezultatai. Kalbant apie patį socialinį darbą, anksčiau buvo manyta, kad ši profesija labiau orientuota į pagalbą kitiems asmenims, tačiau šiandien socialinė veikla plečiasi ir aprėpia įvairias sritis: tokias kaip rekreacija, švietimas, auklėjimas, bendruomenių kūrimas (Lisauskienė, Aleksienė, 2016). Norint kryptingai siekti Lietuvos užsibrėžtų tikslų ir kelti šalies rodiklius, galime pasitelkti kūrybinę savanorystę. Kūrybinė savanorystė nėra plačiai žinoma ar aiškiai apibrėžta sąvoka. Deja, dažnai ir vaikai nėra supažindinami su savanorystės idėja, nemato pavyzdžių artimoje aplinkoje, kaip galima daryti gera nesitikint atlygio. J. Varkulevičienė (2017, p. 163) aprašė savo meninę patirtį specialiojoje mokykloje, straipsnyje autorė kūrybinę savanorystę apibrėžė kaip „<kalbinių ir kūrybinių priemonių visumą, kuri nebūtinai inspiruoja aktyviausius socialinius pokyčius, bet turi reikšmingą psichologinį poveikį...>“. Kūrybinė savanorystė skatina vaikų kūrybiškumą, sąmoningumą, plečia žinias apie socialines problemas, žmones, kurie šias problemas patiria, jų sprendimų būdus. Įtraukia į visuomenės veiklą, suteikia galimybę reikštis. Nėra apribojama amžiaus, todėl daugiau vaikų ir jaunimo turi galimybę išbandyti savanorystę. Į socialinių problemų sprendimus įtraukdami įvairaus amžiaus žmones, galime pažvelgti į problemas kitu kampu, lengviau rasti unikalius sprendimo būdus.

Išvados. Socialinis darbuotojas yra profesionalas, kuris lanksčiai prisitaiko prie kintančios aplinkos, nebijo eksperimentuoti, stengiasi išnaudoti visas galimybes. Pasitelkdamas kūrybiškumą ir įgalintojo vaidmenį inicijuoja, kuria ir įgyvendina socialiai aktyvias veiklas, motyvuoja asmenis į jas įsitraukti, taip prisidedamas prie valstybės ir visuomenės gerovės.

Reikšminiai žodžiai: socialinio darbuotojo vaidmuo, įgalinimas, vaikai, jaunimas, savanorystė, kūrybiškumas, kūrybinė savanorystė.

Literatūra:

1. Lisauskienė, Aleksienė (2016). *Socialinis darbuotojas kaip rekreacinės veiklos organizatorius, dirbantis su gatvėje laiką leidžiančiais jaunais žmonėmis*. Lietuvos edukologijos universitetas.
2. Varkulevičienė (2017). *Komunikuoti menu: asmeninė patirtis specialiojo ugdymo mokykloje*. Vilniaus dailės akademijos Kauno fakultetas. Vilnius, 163 p.

SOCIALINIO DARBUOTOJO PROFESINIO PERDEGIMO RAIŠKA IR ĮVEIKA ATVEJO VADYBOS SU ŠEIMA KONTEKSTE

Rūta Preibienė, prof. dr. Ingrida Baranauskienė

Klaipėdos universitetas, Sveikatos mokslų fakultetas, Socialinio darbo katedra

Socialiniai darbuotojai dirba nuolat besikeičiančioje socialinėje, politinėje ir kultūrinėje aplinkoje, kontaktuoja su skirtingos socialinės padėties, elgesio, įvairių socialinių problemų bei psichinių sutrikimų turinčiais žmonėmis, todėl savo profesinėje veikloje dažnai susiduria su agresija, neigiamomis emocijomis ir kitomis profesinėmis rizikomis, kas įtakoja profesinio perdegimo sindromą. Vis dažniau ir valstybiniu mastu pripažįstama būtinybė organizacijose kurti gerovės kultūrą, kuri, savo ruožtu, lemia didesnę organizacijų efektyvumą ir produktyvumą, geresnę darbuotojų sveikatą, padeda įveikti ir išvengti daugelio negatyvių, su darbine veikla susijusių veiksnių: streso, diskriminacijos, patyčių, nesąžiningumo, pravaikštų ir kt. Akcentuojama jei profesinio perdegimo problema nėra sprendžiama, ji gali atnešti daug žalos tiek darbuotojui, tiek organizacijai, kolegoms, klientams ar net visai visuomenei (Maslach, Leiter (2016).

Tikslas – atskleisti socialinio darbuotojo profesinio perdegimo raišką ir įveiką atvejo vadybos su šeima kontekste.

Metodika. Moksliniam tyrimui atlikti naudotas mokslinės literatūros analizės metodas.

Rezultatai. Socialinis darbas su šeimomis, patiriančiomis socialinę riziką iš ties sunkus, reikalaujantis daug profesinių žinių ir gebėjimų. Darbuotojas dirbantis šį darbą kiekvieną dieną susiduria su didele atsakomybe, iššūkiais, dileminėmis situacijomis, dideliu emocijų kiekiu siekiant padėti paslaugų gavėjams ir atlikti savo darbo funkcijas (Chernikova, Shaidukova, Nikolaeva, 2020). Socialinis darbuotojas turi rūpintis ne tik socialinių paslaugų teikimu, bet ir savo nuolatiniu tobulėjimu ir prisitaikymu prie šiandieninės visuomenės. Socialinis darbuotojas siekdamas tobulinti savo žinias, suteikiant kuo kokybiškesnes paslaugas, bei išlaikyti savo psichologinę sveikatą turi dalyvauti įvairiuose užsiėmimuose: paskaitose, seminaruose, praktiniuose užsiėmimuose, konferencijose, savanoriškoje veikloje socialinėje srityje, dalyvauti supervizijose ir intervizijose ir kt. Socialinio darbuotojo profesinio perdegimo sindromą lemiančias priežastis: darbo tipas, darbo laikas, sąlygų darbuotojams sudarymas optimaliai atlikti jų darbo funkcijas, darbo turinio aiškumas, socialinis darbuotojų palaikymas, pagalba ir parama darbe, vadovavimo stilius, darbinės veiklos motyvavimo palaikymas, bendravimo su kolegomis ir klientais reguliavimas, darbo krūvis, kontrolė, įsipareigojimas, teisingumas, darbo taisyklės, karjeros galimybės ir kt. (Gustainienė, Pranckevičienė, Bukšnytė-Marmienė, Genevičiūtė-Janonienė (2014).

Išvados. Kiekvienas žmogus yra individualus, todėl perdegimo sindromas gali pasireikšti individualiai. Svarbu analizuojant profesinio perdegimo priežastis atsižvelgti į situacinius (organizacinius) veiksnus (organizacijoje vyraujančią kultūrą, organizacijos vadybą, sudaromas darbo sąlygas), tačiau ne ką mažiau svarbu atsižvelgti į individualius profesinį perdegimą lemiančius veiksnus. Mokslinėje literatūroje aptinkamos dominuojančios subjektyviąją, asmenybinę profesijos pusę atskleidžiančios sąvokos: kvalifikacija, kompetencija, kompetentingumas, profesionalumas, kuris neatsiejamas nuo darbuotojo saviveiksmingumo ir gebėjimo stiprinti save kaip asmenybę ir kaip specialistą. Socialinio darbo lauką papildo sąvokos refleksija, reflektyvumas, kurioms skiriama vis daugiau dėmesio. Supervizija ir intervizija drąsiai galima priskirti prie prevencinių strategijų perdegimo sindromo pasireiškimui ir jo įveikai.

Reikšminiai žodžiai: socialinis darbuotojas darbu su šeimomis, profesinis perdegimas, profesinė parama.

SENJORŲ FIZINIO AKTYVUMO MOTYVAI

lekt. dr. Vytė Kontautienė, doc. dr. Genovaitė Avižonienė

Klaipėdos universitetas, Sveikatos mokslų fakultetas, Lietuvos verslo kolegija

Lietuva laikoma viena iš senėjančių Europos šalių. Senstant visuomenei keičiasi jos socialinė galia, didėja sveikatos ir socialinių paslaugų poreikis, keičiasi žmonių gyvenimo kokybė. Vyresnio amžiaus žmonių fizinės veiklos motyvaciją reikia nagrinėti plačiau todėl, kad ši sveikatinanti priemonė Lietuvoje yra naudojama nepakankamai. Moksliskai įrodyta, kad fizinis aktyvumas teigiamai veikia ilgalaikę ir trumpalaikę atmintį, suvokimą, nuotaiką, savivertę, gebėjimą savarankiškai pasirūpinti savimi, judėti ir kt. Fizinis aktyvumas yra viena iš svarbiausių sveiko gyvenimo būdo sudėtinių dalių, daranti įtaką ne tik sveikatai, bet ir padedanti gerinti vyresnio amžiaus žmonių gyvenimo kokybę. Fizinis aktyvumas pagerina fiziologinę ir psichologinę būklę, tokiu atveju, rečiau tenka gydyti ūmias ir lėtines ligas (Garber, 2011). Todėl svarbu nustatyti, ar senjorai supranta fizinio aktyvumo reikšmę, kokie motyvai svarbūs, skatinant juos būti fiziškai aktyviais.

Tyrimo tikslas – ištirti vyresnio amžiaus žmonių fizinio aktyvumo motyvus.

Metodika. Tyrimas buvo vykdomas 2021 m. sausio – vasario mėnesiais, naudojant anketinės apklausos metodą. Fizinio aktyvumo motyvacijai tirti panaudota fizinio aktyvumo motyvų skalė (*PMQO, angl. Participation Motivation Questionnaire for Older Adults*). Šią skalę sudaro 30 teiginių, kuriuos reikia įvertinti nuo „visiškai nesvarbu“ (1 balas) iki „labai svarbu“ (3 balai). Visi skalės teiginiai yra sugrupuoti į 6 subskales pagal skirtingus motyvus (socialiniai; fiziniai; pripažinimo; iššūkio/naudos; sveikatos; įsitraukimo motyvai), (Derakhshanrad ir kt., 2020). Apskaičiuojamas fizinio aktyvumo motyvacijos indeksas, kurio maksimalus įvertis yra 3 balai. Klausimynas papildytas demografiniais klausimais. Tyrime dalyvavo 106 senjorai (65 m. ir vyresni), iš jų 40,6% vyrų ir 59,4% moterų. Tyrimo duomenys apdoroti Microsoft Word ir SPSS 21 kompiuterinių programų paketais, taikant aprašomosios ir matematinės statistikos metodus.

Rezultatai. Išanalizavus vyresnio amžiaus žmonių įvardintus motyvus užsiimti fizine veikla, nustatyta, kad socialiniai motyvai buvo labai svarbūs kiek daugiau nei trečdaliui respondentų (32,84 proc.). Iššūkio/naudos, sveikatos, fizinius ir įsitraukimo motyvus vertino kaip labai svarbius panaši tiriamųjų dalis: iššūkio/naudos motyvai buvo labai svarbūs 44,59 proc. respondentų, sveikatos motyvai - 42,25 proc., fiziniai motyvai - 43,22 proc., įsitraukimo motyvai - 44,03 proc. respondentų. Pažinimo motyvus kaip labai svarbius įvertino tik 23,58 proc. tiriamųjų. Apskaičiavus bendrą fizinio aktyvumo motyvacijos indeksą, nustatyta, kad bendrai vyresnio amžiaus vyrų ir moterų fizinio aktyvumo motyvacijos balas yra 2,2. Vertinant pagal lytį, nustatyta, kad vyresnio amžiaus vyrų motyvacijos balas yra 2,28, o moterų – 2,15, tačiau tarp vyrų ir moterų fizinio aktyvumo motyvacijos statistiškai reikšmingų skirtumų nėra ($F=0,222$; $p=0,131$). Socialinio statuso aspektu nustatyta, kad egzistuoja statistiškai reikšmingi skirtumai. Nedarbančių senjorų fizinio aktyvumo motyvacija yra didesnė, nei dalinai dirbančių ar dirbančių pilnu etatu ($p<0,05=0,04$). Tuo tarpu pagal amžių, išsilavinimą, pajamas ir šeimines sudėtį statistiškai reikšmingų skirtumų nenustatyta ($p\geq 0,05$).

Išvados. Nustatyta, kad svarbiausi senjorų fizinio aktyvumo motyvai yra fiziniai, sveikatos, iššūkio/naudos ir įsitraukimo. Tuo tarpu socialiniai motyvai ir pažinimo motyvai yra mažiau svarbūs.

Reikšminiai žodžiai: fizinis aktyvumas, motyvacija, vyresnio amžiaus žmonės.

SPORTININKŲ EMOCINIAI IŠGYVENIMAI IKIVARŽYBINIU IR POVARŽYBINIU LAIKOTARPIU

Akvilė Titorenko, doc. dr. Asta Beniušienė, lekt. dr. Vytė Kontautienė

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

Emocijų valdymas turi tiesioginę įtaką rezultatams (Paridon, 2017). Svarbu ištirti, kaip teigiami bei neigiami faktoriai veikia sportininką. Sportininkai, turintys geriausius pasiekimus treniruočių metu, dažnai prastai pasirodo varžybose, nes emocinė įtampa ir nerimas lemia jų nesėkmingus pasirodymus. Nedidelis nerimas netrukdo sportininkui pasiekti gerų rezultatų, bet didelį ir ilgalaikį nerimą būtina įveikti (Kannian, 2015). Tad kiekvieno trenerio ir sporto psichologo pareiga yra padėti sportininkui įveikti arba nors kiek prislopinti tokios būsenos poveikį, kad jis neturėtų neigiamos įtakos sportininko rezultatams. Sportininkų emocinės būsenas sąlygoja: rungtynių reikšmingumas, varžovų pajėgumas, varžybų organizavimo kokybė, trenerio ir kitų svarbių žmonių elgesys, individualios sportininko savybės (Malinauskas, 2006).

Tikslas – atskleisti sportininkų (15–18 m.) emocinius išgyvenimus ikivaržybiniu ir povaržybiniu laikotarpiu.

Metodika. Tyrimo metodai: literatūros šaltinių analizė, anketinė apklausa. Duomenų analizei taikyti aprašomosios ir matematinės statistikos metodai (procentiniai dažniai, Chi kvadrato kriterijus). Tyrimo duomenys apdoroti Microsoft Word 2010 ir SPSS 21 kompiuterinėmis programomis. Kiekybinis tyrimas, naudojant anketinės apklausos raštu metodą, atliktas 2021 m. Anketinė apklausa buvo vykdoma internetinėje erdvėje per apklausa.lt. Anketa siekiama išsiaiškinti, kokias emocijas išgyvena sportininkai ikivaržybiniu ir povaržybiniu laikotarpiu. Anketa sudarė 21 klausimas (uždaro tipo). Tyrime dalyvavo 110 sportininkų, lankančių įvairias sporto šakas (krepšinį, futbolą, tinklinį, kovos menų, plaukimą, lengvąją atletiką, gatvės gimnastiką, beisbolą, rankinį, dviračių sportą). Tiriamųjų sportavimo stažas - nuo 1 iki 6 metų. Anketinę apklausa dalyviai pildė savanoriškai. Tyrimas atliktas laikantis etikos principų.

Rezultatai. Ruošiantis varžyboms, ikivaržybiniu laikotarpiu, sportininkus dažnai veikia neigiamos emocijos. 35,5% apklausos dalyvių nurodė, kad ikivaržybiniu laikotarpiu jaučiasi susijaudinę ir tik dešimtadalis (10,9%) jaučiasi ramūs. Penktadalis (20,9%) sportininkų jaučia baimę. Tačiau maždaug trečdalis (27,3%) sportininkų, rengdamiesi varžyboms, jaučiasi laimingi, o net du trečdaliai (59,1%) patiria džiaugsmą.

Nuslūgus varžybų įtampai, povaržybiniu laikotarpiu, sportininkų emocijos priklauso nuo rezultato. Nustatyta, kad daugiau nei 67% sportininkų yra patenkinti savo rezultatais ir jaučia pasididžiavimą savimi, nepaisant to, kaip sekėsi varžybose. Nors 57,3% sportininkų po pralaimėtų varžybų gėdos jausmo neišgyvena ir geba priimti pralaimėjimą, tačiau kiek daugiau nei pusė (52,7%) sportininkų jaučia kaltę, o 40% - gėdą, jei varžybų rezultatai nuvylė ir buvo prastesni, nei tikėjosi priešvaržybiniu laikotarpiu.

Išvados. Nustatyta, kad sportininkai ikivaržybiniu laikotarpiu stengiasi nepasiduoti nerimui ir džiaugsmingai rengiasi startams. Nuslūgus varžybų įtampai, povaržybiniu laikotarpiu, sportininkų emocijos priklauso nuo rezultato: du trečdaliai (67%) sportininkų nelinkę savęs smerkti, jei ir nepasisekė pasiekti planuotų rezultatų, tačiau maždaug trečdalis išgyvena gėdą ir kaltę.

Reikšminiai žodžiai: emociniai išgyvenimai, ikivaržybinis laikotarpis, povaržybinis laikotarpis.

KINEZITERAPIJOS METODŲ POVEIKIS ĮKVĖPIMO RAUMENŲ JĖGAI IR GYVENIMO KOKYBEI SERGANT LĖTINE OBSTRUKCINE PLAUČIŲ LIGA: SISTEMINĖ LITERATŪROS APŽVALGA

Dainora Ivancevičiūtė, prof. dr. Daiva Mockevičienė

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

Lėtinė obstrukcinė plaučių liga (LOPL) - lėtinis plaučių funkcijos nepakankamumas. LOPL yra trečia pasaulyje pagal mirštamumo statistiką. Sergantiems LOPL yra nustatytas įkvėpimo raumenų silpnumas ir sumažėjęs jų aktyvumas kvėpavimo cikle. Be to, LOPL yra susijusi su gyvenimo kokybės parametru sumažėjimu. Gyvenimo kokybę nulemia limitacijos, kurios trukdo pacientui įsitraukti į socialines veiklas, sumažėjusi ištvermė, hospitalizacijos, apsitarnavimo sumažėjimas bei dusulys fizinio krūvio metu. Farmakologinis gydymas nukreiptas į simptomų mažinimą ir galiausiai dėl sumažėjusio fizinio aktyvumo pacientų būklė vis tiek išlieka prasta. Norint centralizuoti LOPL simptomus keliami šie gydymo tikslai: sustabdyti ligos progresavimą, optimizuoti kvėpavimo funkciją, padidinti toleranciją fiziniam krūviui, pagerinti gyvenimo kokybę, norima išvengti komplikacijų bei sumažinti mirtingumą. Kineziterapija svarbi LOPL simptomų centralizavimui, paciento dalyvumui ir jo gyvenimo kokybės gerinimui. Išlieka augantis poreikis kurti individualiai pritaikytas kineziterapijos programas, norint palengvinti LOPL simptomus ir sumažinti komplikacijų riziką užsikrėtus COVID-19.

Tikslas. Išnagrinėti mokslinėje literatūroje pateiktus kineziterapijos metodus ir jų poveikį įkvėpimo raumenų jėgai ir gyvenimo kokybei sergant LOPL.

Metodas. Sisteminė literatūros apžvalga. Straipsnių paieška atlikta 2022.12.04 d. Straipsnių paieška vykdyta EBSCOhost ir Pubmed duomenų bazėse. Įtraukti straipsniai, publikuoti 2012 - 2022 m. laikotarpiu. Tyrimo klausimas suformuluotas pagal PICO metodą. Sisteminė apžvalga sudaryta pagal PRISMA. Straipsnių paieškai naudotas algoritmas: „COPD“ OR „chronic obstructive pulmonary disease“ OR „chronic obstructive airway disease“ OR „chronic obstructive lung disease“ AND „physiotherapy“ OR „physical therapy“ OR „rehabilitation“ AND „quality of life“ OR „well being“ OR „health-related quality of life“ AND „inspiratory muscle strength“ OR „IMT“ OR „respiratory muscle strength“. Detaliau analizuoti straipsniai apie kineziterapijos metodus įkvėpimo raumenų jėgai lavinti ir gyvenimo kokybei gerinti sergant LOPL.

Rezultatai. Į sisteminę literatūros apžvalgą įtraukti 8 straipsniai, kurie atitiko nustatytus atmetimo ir įtraukimo kriterijus. Straipsniuose analizuoti statistiškai reikšmingi rezultatai įkvėpimo raumenų jėgai didinti ir gyvenimo kokybei gerinti, kai $p < 0.05$.

Išvados. Įkvėpimo raumenų jėgai lavinti sergant LOPL veiksmingiausias kineziterapijos metodas trumpuoju laikotarpiu (3 sav.) yra ištvermės, jėgos, vibracijos prat., edukacija, ĮRT prietaiso programa. Gyvenimo kokybei pagerinti LOPL pacientams 8 – 12 sav. laikotarpyje veiksmingiausi šie kineziterapijos metodai: manualinė terapija su ĮRT prietaisu; aerobiniai prat. ir ĮRT prietaiso programa; intervaliniai aerobiniai prat. Pritaikius antrinius kriterijus ir palyginus kineziterapijos metodus tarpusavyje, nustatytas veiksmingiausias kineziterapijos metodas, įkvėpimo raumenų jėgos didinimui ir gyvenimo kokybės gerinimui sergant LOPL, yra manualinės terapijos su ĮRT prietaisu programa, trunkanti 12 sav.

Raktiniai žodžiai: lėtinė obstrukcinė plaučių liga, įkvėpimo raumenų jėga, gyvenimo kokybė, kineziterapija.

ASMENINIS AUGIMAS IR MOKYMASIS VYRESNIAME AMŽIUIJE: PSICHOSOCIALINIS KONTEKSTAS

doc. dr. Salomėja Šatienė, prof. dr. Birutė Anušienė

Klaipėdos valstybinė kolegija, Pedagogikos katedra, Klaipėdos universitetas, Tęstinių studijų centras

Laikmečio sąlygota vyresnio amžiaus žmonių charakteristika (profilis) ir vaidmenys atspindi kintančiame požiūryje į mokymąsi vyresniame amžiuje siekiant asmeninio augimo tikslų. Dabartinei vyresnio amžiaus žmonių kartai tenka susidurti su iššūkiu – priimti atsakomybę už savo asmeninį augimą, kuris didžiąja dalimi yra sąlygotas vyresnio amžiaus poreikių, psichologinių ypatumų bei socialinės aplinkos. Šiame darbe, remdamiesi užsienio bei Lietuvos mokslininkų teorinėmis išvalgomis bei empirinių tyrimų duomenimis, apžvelgsime mokymosi vyresniame amžiuje ypatumus siejamus su psichosocialiniu kontekstu. Mėginsime atsakyti į klausimą: kaip vyresnio amžiaus žmogaus psichosocialinė raida siejama su mokymosi vyresniame amžiuje? Kokie vyresnio amžiaus žmogaus psichologinės ir socialinės raidos ypatumai turi įtakos jo mokymuisi ir asmenybės augimui?

Tikslas – atskleisti, kaip psichosocialinis kontekstas lemia vyresnio amžiaus žmogaus mokymosi ir asmeninio augimo ypatumus.

Metodika. Pastarųjų dešimtmečių mokslinės literatūros apžvalga atlikta, siekiant nustatyti tyrimo problemai reikšmingus aspektus, remiantis esamos žinių situacijos analize (Brant ir Booth, 2009). Apžvalgai naudotos mokslinės publikacijos apėmė teorines studijas bei empirinius tyrimus, analizuojančius savišvietos mokymosi vyresniame amžiuje aspektus. Indukcinė tematinė analizė buvo naudojama siekiant nustatyti darbo tikslui reikšmingas temas (Braun ir Clarke, 2006).

Rezultatai. Mokymosi vyresniame amžiuje teorija iš esmės remiasi vyresnio suaugusiojo amžiaus kaip žmogaus raidos tarpsnio sąvoka, apimančia žmogaus psichologinės ir socialinės raidos perspektyvas, todėl psichosocialinės raidos vyresniame amžiuje aspektai atsiduria vyresnių žmonių mokymosi tyrimų centre. Literatūros apžvalga leido išskirti būdingus asmeninio augimo ir mokymosi vyresniame amžiuje bruožus, siejamus su psichosocialiniu kontekstu: psichologinius vyresnio amžiaus tarpsnio ypatumus, socialinės aplinkos veiksmus bei vyresnio žmogaus asmeninio augimo poreikius. Įvairiose raidos teorijose asmeninis augimas vyresniame amžiuje siejamas su raidos tarpsniui priskiriamais tikslais, apimančiais generatyvumą, ego-integralumą, transcendenciją. Generatyvumas kaip raidos tikslas, prasidedantis viduriniame suaugusiojo amžiuje, išreiškiamas vadovavimu ir rūpinimusi sekančia karta. Ego-integralumas yra apibrėžiamas kaip savęs priėmimas vyresniame amžiuje, kaip pragyvento gyvenimo elementų integracija ir priėmimas (Erikson, 1963). Transcendencija (ir gerotranscendencija) yra asocijuojama su altruizmo ir dvasingumo siekiu peržengiant savo asmeniškumo ribas. Mokslinėje literatūroje plačiai naudojama Eriksono (1963) žmogaus psichosocialinės raidos teorija suteikia tvirtą pagrindą aiškinti žmogaus brandos vyresniame amžiuje dinamiką siejant ją su žmogaus raidos tikslais bei socialine aplinka. Vėliau išvystytos gyvenimo tėkmės (angl. life-span) teorijos (Baltes et al., 2006) sutelkia dėmesį į socialinių ir psichologinių aspektų derinimą ir susieja senėjimą su bendroju individo raidos kontekstu gyvenimo tėkmėje. Pusiausvyra tarp praradimų ir įgijimų, esamos būklės išlaikymas bei praradimų reguliavimas turi esminę reikšmę siekiant raidos tikslų vyresniame amžiuje. Poreikį mokytis nulemia senėjimo ir kaitos patirtys, su kuriomis susiduria vyresnio amžiaus. Mokymosi vyresniame amžiuje ypatumai apima gyvenimo etapo poreikių sąlygotą mokymosi motyvą, mokymosi kontrolės išlaikymą senėjimo apribotomis aplinkybėmis, strategijų kūrimą siekiant susidoroti su senėjimo iššūkiais, ir saviveiksmingumą mokantis, įgytą per ankstesnę ilgametę mokymosi patirtį.

Išvados. Asmeninis augimas ir mokymasis vyresniame amžiuje conceptualizuojamas vyresnio suaugusiojo amžiaus žmogaus raidos tarpsnio kontekste, apimant sudėtingas žmonių kartos ypatumų bei kintančios socialinės kultūrinės aplinkos sąsajas. Nustatyta, kad psichosocialinis kontekstas turi svarbią įtaką mokymuisi vyresniame amžiuje. Psichosocialinis mokymosi kontekstas vyresniame amžiuje gali būti apibūdinamas dviem aspektais: (1) vyresnio suaugusiojo gyvenimo tarpsnio raidos tikslais; (2) vyresnio amžiaus pokyčių įtakota aplinka.

Reikšminiai žodžiai: mokymasis vyresniame amžiuje, psichosocialinis kontekstas

SOCIALINIO EMOCINIO UGDYMO IR PEDAGOGŲ PSICHOSOCIALINĖS SAVIJAUTOS SĄSAJOS

prof. dr. Birutė Anužienė, doc. dr. Salomėja Šatienė

Klaipėdos universitetas, Tęstinių studijų centras; Klaipėdos valstybinė kolegija, Pedagogikos katedra

Pastaruoju metu daug dėmesio skiriama socialiniam emociniam ugdymui (SEU), kurio paskirtis - pažinti ir valdyti savo emocijas, išsikelti teigiamus tikslus ir jų siekti, jausti ir rodyti rūpestį kitiems, kurti ir palaikyti pozityvius tarpusavio santykius, priimti atsakingus sprendimus (CASEL, 2018). Ikimokyklinio ir priešmokyklinio ugdymo institucijose SEU organizuojamas taip, kad ugdytiniai ir jų tėvai įgytų darniam ugdymuisi bei visapusiškai žmogaus gerovei reikalingų žinių, nuostatų, įgūdžių. Pedagogams tenka svarbus vaidmuo padedant ugdytiniams susiformuoti bei taikyti veiklos strategijas, būtinas sėkmingai sąveikai su kitais žmonėmis. Kadangi interaktyvus SEU procesas įtraukia visus jame dalyvaujančius asmenis, kyla klausimas: kokią įtaką šis procesas daro pedagogų socialinėms emocinėms kompetencijoms? Ar pedagogai gali sau pritaikyti SEU strategijas bei kaip SEU strategijų įvaldymas veikia pedagogų psichosocialinę savijautą?

Tikslas – atskleisti socialinio emocinio ugdymo ir pedagogų psichosocialinės savijautos sąsajas strategijų pritaikomumo aspektu.

Metodika. 2022 m. lapkričio – gruodžio mėnesiais atliktas kokybinis tyrimas (pusiau struktūruotas interviu), kuriame dalyvavo Klaipėdos miesto ikimokyklinio ir priešmokyklinio ugdymo įstaigų pedagogai.

Rezultatai. Išanalizavus tyrimo duomenis, nustatyta, kad SEU pedagogams suteikia ne tik priemonės, instrumentus, skirtus ugdytinių savimonei, savitvarkos, socialinio sąmoningumo ugdymui, emocijų pažinimui bei valdymui, tinkamų sprendimų priėmimui, tarpusavio santykių tobulinimui, bet tuo pačiu SEU strategijų išmanymas, jų taikymas padeda patiems pedagogams valdyti stresą, priimti tinkamus sprendimus, stiprinti tarpusavio santykius, ir kt., visapusiškai gerinant savo psichosocialinę savijautą. Teikiant pirmenybę ugdytinių poreikiams, gali atsirasti profesinės veiklos ir asmeninio gyvenimo disbalansas, turintis neigiamos įtakos pedagogų savijautai. SEU strategijų išmanymas padeda pedagogams suvokti, kada pasiekiamos savo gerovės ribos bei priimti savalaikius sprendimus, lemiančius jų pačių gerą psichosocialinę savijautą. Nustatyta, kad pedagogų taikomos SEU strategijos ir ugdytinių gerovė yra tarpusavyje susijusios ir palankiai veikia tiek ugdytinių, tiek ir pedagogų savijautą. Pedagogai, įvaldę SEU strategijas, gali padėti sau ir ugdytiniams įgyti ir sėkmingai naudoti SEU įgūdžius, siekiant užtikrinti sėkmę ugdymo įstaigose ir gyvenime, puoselėti darnius tarpusavio santykius bendruomenėse, stiprinti atsakingą elgesį visuomenėje.

Išvados. Tyrimas atskleidė, kad egzistuoja tiesioginės socialinio emocinio ugdymo strategijų išmanymo ir pedagogų psichosocialinės savijautos sąsajos. Ugdymo procese taikydami tinkamas SEU strategijas, pedagogai geriau suvokia savo pačių emocijas, auga jų savivarpa, socialinis sąmoningumas, tvirtėja tarpusavio santykiai, kas turi įtakos jų praktikai ir gerai savijautai. SEU gebėjimus, veiklos strategijas pedagogai gali pritaikyti modeliudami ne tik ugdytinių, bet ir savo pačių savivokos, savivokos, tarpusavio santykių, sprendimų priėmimo ir kt. dinamiką, užtikrindami visų ugdymo proceso dalyvių gerą savijautą, pasitenkinimą atliekama veikla.

Reikšminiai žodžiai: socialinių emocinių kompetencijų ugdymas, psichosocialinė savijauta

FIZINIO AKTYVUMO POVEIKIS SUAUGUSIŲ SU PROTINE NEGALIA FIZINEI IR FUNKCINEI BŪKLEI

Dr. Laura Žalienė, Vitalija Valionytė, Dalius Bartauskas, Viktorija Preikšaitė
Klaipėdos universitetas Holistinės medicinos ir reabilitacijos katedra

Irina Arup

Klaipėdos valstybinė kolegija

Monika Kibildaitė

UAB “Mano šeimos gydytojas”

Ivadas. Pasaulio sveikatos organizacija teigia, kad neįgalumą turinčių žmonių skaičius sparčiai didėja dėl išaugusio lėtinių ligų skaičiaus. Yra žinoma, kad asmenys turintys negalią, yra mažiau fiziškai aktyvūs, būdingas sumažėjęs pajėgumas, rečiau dalyvauja fizinėje veikloje lyginant su tipinės raidos bendraamžiais (Lankhorst et al., 2015). Kitos studijos rodo, kad suaugusieji su negalia, linkę daugiau laiko praleisti sėdint ir todėl rizika susirgti lėtinėmis ligomis didėja 4-5 kartus (Thorpe, 2009). Vis dar trūksta įrodymų, kaip fizinis aktyvumas veikia asmenų su negalia psichosocialinę, fizinę sveikatą, kognityvinius gebėjimus, griuvimo riziką (Lankhorst et al., 2015), intervencijų veiksmingumą fizinėms-funkcinėms savybėms, sveikatos gerinimui (O’Brien et al., 2016). Kadangi asmenų su protine negalia širdies ir kraujagyslių sistemos pajėgumas, raumenų jėga, fizinis aktyvumas mažesnis, tad manoma jog fizinio aktyvumo trūkumas – tai faktoriai sąlygojantys metabolinių sindromų atsiradimo, nutukimo, hiperlipidemijos, diabeto padidintą riziką. Kaip alternatyvi priemonė fizinio pajėgumo gerinimui, lėtinių ligų pasireiškimo rizikos mažinimui, rekomenduojamas fizinis aktyvumas, judėjimas, kuomet sunaudojama didesnė energija, nei sėdint (Verschuren et al., 2016).

Tikslas - įvertinti fizinio aktyvumo poveikį suaugusių asmenų su negalia fiziniam ir funkciniam pajėgumui.

Tyrimo metodai ir instrumentai: testavimas (širdies-kvėpavimo sistemos pajėgumas, funkcinė kojų raumenų jėga, pusiausvyra ir koordinacija), eksperimentas, aprašomoji matematinė statistika.

Tyrimo organizavimas ir imtis: tyrimas vyko Klaipėdos Melnragės Neįgaliųjų papludimyje. Tyrimo dalyvavo 19 tiriamųjų (M=7, V=12) nuo 19–64 metų su autizmo su protine negalia, savo noru pateikusiaisiais pageidavimais dalyvauti tyrime. Tyrimo dalyvavę asmenys buvo suskirstyti į dvi grupes: I grupė –fizinio aktyvumo užsiėmimai vyko vieną kartą per savaitę; II grupė –fizinio aktyvumo užsiėmimai vyko 2 kartus per savaitę. Tyrimo trukmė – 2022 m. birželio-rugpjūčio mėn.

Tyrimo rezultatai: 12 savaičių fizinio aktyvumo pratybos padidino pacientų aerobinį pajėgumą - statistiškai reikšmingai pagerėjo širdies ir kraujagyslių sistemos funkcijos, fizinio krūvio tolerancija ($p<0,05$). Asmenų, kurie lankė užsiėmimus du kartus per savaitę, mobilumas gerėjo statistiškai reikšmingai, tuo tarpu, vieną kartą per savaitę dalyvavusių fizinėje veikloje, mobilumas turėjo tendenciją gerėti, bet negautas statistiškai reikšmingas skirtumas. Pusiauvyros, koordinacijos, eisenos rezultatai abiejose suaugusiųjų grupėse statistiškai reikšmingai gerėjo ($p>0,05$).

Išvados: funkcinė kojų raumenų jėga reikšmingai pagerėjo abiejų grupių tiriamiesiems. Tiek statinė, tiek dinaminė pusiausvyra turėjo tendenciją gerėti. Užteko dviejų mėnesių, kad reikšmingai gerėtų visų tiriamųjų širdies-kraujagyslių sistemos rodikliai, ir tolerancija fiziniam krūviui.

Raktiniai žodžiai: protinė negalia, suaugusieji, funkcinė kojų raumenų jėga, pusiausvyra, koordinacija, širdies ir kraujagyslių sistemos pajėgumas.

LIETUVOS PROFESIONALIŲ FUTBOLININKŲ PSICHOLOGINIS RENGIMAS

Roma Romerienė, lekt. dr. Vytė Kontautienė

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

Lietuvoje yra atlikta nemažai mokslinių darbų, kuriuose analizuojami jaunųjų futbolininkų fiziniai gebėjimai, technikos taktikos veiksmų stebėjimas, futbolininkų varžybinė veikla bei psichosocialiniai aspektai, tokie kaip motyvacija ir socialiniai įgūdžiai (Gražulis, 2013; Girdauskas, 1998; Paulauskas, 2007; Lemežis, 2010; Butkus, 2011). Iki šiol stokojama tyrimų, kuriuose būtų nagrinėjami Lietuvos didelio meistriškumo futbolininkai. Taigi, psichologinių įgūdžių lavinimo nebuvimas – problema, kuri reikalauja svarbių pokyčių, norint gerinti Lietuvos sportininkų pasirodymus aukščiausiose lygose bei pasaulyje. Tai reiškia, kad norint žaisti aukšto lygio futbolą, komandai privalu būti gerai pasiruošusiai fiziškai, taktiškai, techniškai bei psichologiškai.

Tikslas – atskleisti Lietuvos jaunių (B lygos) ir pažengusiųjų (profesionalų lygos) futbolininkų psichologinio rengimo ypatumus.

Metodika. Anketinė apklausa raštu atlikta elektroniniu būdu per apklausa.lt. Anketa sudaryta darbo autorės Romerienės, remiantis Miškinio (2002); Everard ir Morris (1997), Meyers ir Bourgeois (1999), Malinausko (2003), Grakauskaitės ir Kropaitės (2004) tyrimais. Tyrimas atliktas 2023 m. sausio - vasario mėnesį. Tiriamųjų imtį sudarė 96 profesionalūs Lietuvos futbolininkai, kurie pagal žaidimo profesionalų lygoje stažą suskirstyti į jaunių (B lygos) ir pažengusiųjų (profesionalų lygos) žaidėjus. Tiriamųjų amžius – 16-36 m. Tyrimo metu gauti duomenys analizuojami taikant aprašomąją ir matematinę statistinę duomenų analizę (IBM SPSS statistics, MS Excel). Tyrimas atliktas laikantis etikos principų.

Rezultatai. Vienas iš pagrindinių tyrimo uždavinių buvo atskleisti jaunių (B lygos) ir pažengusiųjų (profesionalų lygos) futbolininkų nuomonę apie psichologinio rengimo reikšmę ir išsiaiškinti jų psichologinio rengimo skirtumus. Atlikus tyrimą, paaiškėjo, kad didžiausias dėmesys jaunių (B lygoje) skiriamas techniniam pasiruošimui (65,7%), o pažengusiųjų (profesionalų lygoje) svaresnį vaidmenį atlieka taktinis pasiruošimas (53,3%). Jauniams asmeniškai yra svarbiausias technikos veiksmų ugdymas (72,4%), tuo tarpu tai svarbu tik 27,6% profesionalų, - jiems svarbesnis yra psichologinis rengimas (57,1%). Skiriasi, kokie psichologiniai įgūdžiai ugdomi jaunių ir profesionalų lygos futbolininkams. Dėmesio sutelkimo įgūdį nurodė 62,3% jaunių (B lygos) ir tik 37,7% profesionalų lygos futbolininkų; tikslo užsibrėžimo įgūdį - 54,1% jaunių ir 46% pažengusių (profesionalų lygos) futbolininkų. Motyvacijos stiprinimo įgūdis svarbesnis jauniams (68,2%), o profesionalams - tik 31,8%. Ugdomą pasitikėjimą savimi taip pat labiau jaučia jaunieji (69%), profesionalai - tik 39,1%. Tyrimo rezultatai rodo, jog B lygos futbolininkams labiausiai trūksta vaizdinių kūrimo (85,5%), streso valdymo įgūdžių (58,1%), pasitikėjimo savimi (63,3%). Tuo tarpu profesionalų lygos futbolininkams šių įgūdžių ugdymo poreikis yra minimalus, tačiau statistiškai reikšmingų skirtumų tarp B lygos ir profesionalų lygos futbolininkų psichologinių įgūdžių nenustatyta ($p>0,05$).

Išvados. Tiek jaunių (B lygos), tiek pažengusiųjų (profesionalų lygos) futbolininkų požiūris į psichologinio rengimo naudą sporte yra vienareikšmiškai teigiamas, tačiau jaunių (B lygoje) didžiausias dėmesys skiriamas techniniam (65,7%), o pažengusiųjų (profesionalų lygoje) - taktiniam pasiruošimui (53,3%). Jauniams asmeniškai yra svarbiausias technikos veiksmų ugdymas (72,4%), o profesionalams - psichologinis rengimas (57,1%). Socialiniame ir asmeniniame gyvenime psichologinis rengimo naudą labiau įvertina jaunių (B lygos) žaidėjai (65,6%). Vaikinių požiūriu, tokių asmeninių įgūdžių kaip skausmo(sunkumų) įveikimas ugdymas yra svarbus abiejose futbolininkų grupėse (po 97,8% atsakymų).

Reikšminiai žodžiai: psichologinis rengimas, psichologiniai įgūdžiai, jaunieji ir profesionalūs futbolininkai.

SPECIALIZUOTOS IŠMANIOS RELAKSACINĖS SISTEMOS POVEIKIS AUTIZMO SPEKTRO VAIKŲ FIZINEI IR PSICHOEMOCINEI BŪKLEI

Dr. Laura Žalienė¹, dr. Eugenijus Mačerauskas², Viktorija Mizgerienė³, dr. Miglė Dovydaitytė⁴

¹Klaipėdos universitetas Holistinės medicinos ir reabilitacijos katedra, ²Vilniaus valstybinė kolegija, ³UAB NP5, ⁴VŠĮ Santaros plėtra

Ivadas. Vaikams su autizmo spektro sutrikimu (AAS) yra būdingas padidėjęs nerimas, negebėjimas savarankiškai atlikti tam tikrų veiksmų, negebėjimas ilgam sutelkti dėmesio, o svetima aplinka kelia stresą ir dar labiau didina nerimą. Pagrindiniams autizmo sutrikimo simptomams koreguoti taikomos terapijos yra orientuotos į socialinius, bendravimo ir elgesio ypatumus. Dažniausiai jos integruoja ergoterapijos ar logopedinių užsiėmimų elementus. Intervencijų derinimas yra geras būdas, galintis padėti vaikams greičiau vystytis bei adaptuotis visuomenėje, tačiau privaloma išlaikyti bendrą individualios programos vientisumą ir mokymosi formą. Dėl nemokėjimo reikšti emocijas, hiperaktyvumo, savęs žalojimo, neklausymo, miego sutrikimo, epilepsijos šie asmenys nesugeba suprasti savo emocijų, norų. Todėl dėl šių priežasčių buvo sukurta išmanioji relaksacinė sistema – „Recass“ kėdė (angl. relaxation education chair for ASS) su įmontuotu dirbtiniu intelektu – galinti padėti žmonėms su ASS sindromu pagerinti susikaupimą, suteikti atsipalaidavimo pojūtį. Į išmaniąją kėdę yra įdiegta emocijų atpažinimo sistema, edukacinis kompiuteris, garso terapijos sistema, masažo sistema, spalvinė šviesos terapijos sistema, video kamera ir programinė įranga su dirbtiniu intelektu, susisteminančiu gautus tyrimo duomenis. „Recass“ kėdė yra galima naudoti ne tik namuose, bet ir mokymosi įstaigose.

Tikslas - įvertinti specializuotos išmanios relaksacinės sistemos prototipo poveikį autizmo spektro vaikų fizinei ir psichoemocinei būklei.

Tyrimo metodai ir instrumentai: testavimas (elektromiografija), kiekybinis stebėjimas (kūno elgsenos ir psichoemocinės būsenos stebėjimas), eksperimentas, aprašomoji matematinė statistika.

Tyrimo organizavimas ir imtis: tyrimas vyko Klaipėdos universiteto Holistinės medicinos ir reabilitacijos katedros laboratorijoje (Universiteto a. 19, Klaipėda), Šiaulių Ringuvos mokykloje ir Vilniaus valstybinėje kolegijoje. Tyrime dalyvavo 28 (N=28) tiriamieji nuo 6–16 metų tik su autizmo spektro sutrikimo diagnozę turinčiais vaikais, savo noru pateikusiais pageidavimą dalyvauti tyrime.

Tyrimo rezultatai: kėdės prototipas tiriamiesiems nesukėlė reikšmingų kūno elgsenos pakitimų. Stebimi, kai kurių tiriamųjų laikysenos komponentų nuokrypiai, tačiau tai labiau susiję su autizmo spektru būdingais laikysenos požymiais. Specializuotos išmanios relaksacinės sistemos kėdės prototipas turėjo teigiamą poveikį 26 tiriamųjų psichoemocinei būklei. Dvigalvio žasto abiejų pusių raumenų elektrinis aktyvumas vienodas. Viršutinio trapecinio raumens kairės pusės elektrinis aktyvumas didesnis, bet negautas statistiškai reikšmingas skirtumas. Tačiau dešinės pusės tiesiojo pilvo raumens elektrinis aktyvumas buvo statistiškai reikšmingai didesnis už kairės ($p>0,05$).

Išvados: išmaniosios relaksacinės sistemos prototipas nesukėlė kūno elgsenos ir raumenų elektromiografinio aktyvumo pokyčių. Tiriamųjų psichoemocinė būsena po užsiėmimo turėjo tendenciją gerėti 26 tiriamiesiems iš 28.

Raktiniai žodžiai: autizmo spektro sutrikimas, išmani relaksacinė sistema, elektromiografija, psichoemocinės būsena, kūno elgsena.

II SEKCIJA / DARNIOS ASMENYBĖS UGDYMAS: EDUKACINIAI, PSICHOLOGINIAI, SVEIKATOS, SOCIALINIAI KOMPONENTAI

TINKLININKŲ TRENERIŲ POŽIŪRIS Į TARPASMENINIŲ SANTYKIŲ SĄVEIKĄ SISTEMOJE: TRENERIS –SPORTININKAS – TĖVAI

Sigutė Kažukauskaitė, lekt. dr. Vytė Kontautienė

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

Sporto pagrindą sudaro tarpasmeniniai santykiai, kuriuos kuria treneris, ugdydamas sportininką, tėvai, teikiantys moralinę ir finansinę paramą bei pats sportininkas, kuris siekia sportinio rezultato (Reinboth ir Duda, 2006). Šiuolaikiniame sportininko rengimo procese visi šie dalyviai sudaro sąveiką - vadinamąjį atletišką trikampį (T-S-T), kuris laikomas kertiniu sporto sėkmės aspektu (Zhestkova et al., 2019, Lisinskienė et al., 2019). Mokslinėje literatūroje galima rasti tyrimų, kurie nagrinėja atskirus trenerio, sportininko ar tėvų vaidmenis sportinėje veikloje. Tačiau Lisinskienė su bendraautoriais (2019) pažymi, kad vienas iš labiausiai iki galo neištirtų sporto aspektų yra santykių trikampis tarp trenerių, sportininkų ir tėvų bei šių sistemų sąveika. **Tyrimo tikslas** – atskleisti trenerių požiūrį į tarpasmeninių santykių sąveiką tarp tinklinio trenerių, jų ugdomų 13-15 metų auklėtinių ir tėvų.

Metodika. Tyrimas buvo vykdomas 2023 m. sausio – vasario mėnesiais, naudojant anketinės apklausos metodą. Tarpasmeniniai santykiai buvo vertinami pagal Lisinskienės, Lochbaum, May ir Huml (2019) sudarytą T-S-T santykių skalę PNPCAP (angl. *Positive and Negative Processes in Coach-Athlete-Parent interpersonal relationships*). Anketą sudarė 19 klausimų. Anketinė apklausa atlikta mišriu būtu, užpildant anketą internetu per apklausa.lt., taip pat popierinės anketos pildytos Lietuvos tinklinio U16 ir U15 čempionatų metu. Tyrimas atliktas laikantis etikos principų. Tyrimo dalyvavo tinklinio treneriai iš visos Lietuvos (n=46), jų ugdomi 13-15 metų amžiaus tinklininkai (n=340) ir jų tėvai (n=250). Pristatyme pateikiami tik trenerių apklausos rezultatai. Tyrimo duomenys apdoroti Microsoft Word ir SPSS 21 kompiuterinių programų paketais, taikant aprašomosios ir matematinės statistikos metodus.

Rezultatai. Išanalizavus tyrimo duomenis buvo nustatyta, kad tinklinio trenerių tarpasmeniniuose santykiuose vyrauja pozityvūs santykiai su sportininkais ir jų tėvais (pozityvūs $3,62 \pm 0,85$; negatyvūs $3,134 \pm 0,90$). Nors su tėvais treneriai minimaliai palaiko ryšį, perduoda tik svarbiausią informaciją (58,7 proc.), tačiau su vaikais stengiasi kartu kurti bendras taisykles, formuoti kultūrą, tradicijas (50 proc.). Treneriai tarpasmeniniuose santykiuose svarbiausiu komponentu įvertino komunikaciją ($3,78 \pm 0,79$); komunikuoti svarbiau yra treneriams vyrams ($4,13 \pm 0,74$) lyginant su trenerėmis moterimis ($3,61 \pm 0,76$) ($p > 0,05$). Mažiausiai svarbus tiriamiesiems yra komandinis darbas ($3,67 \pm 0,89$). Tarpasmeniniuose santykiuose svarbiausia, kad treneris būtų pasitikėjimo vertas pavyzdys ($2,30 \pm 1,80$), kuris užsitarnauja vaikų pasitikėjimą; šią nuomonę reikšmingesnė trenerėms moterims (54,8 proc.) nei treneriams vyrams (20 proc.), ($p > 0,05$). Trenerio, kaip autoriteto vaidmuo, respondentų nuomone tarpasmeniniuose santykiuose yra mažiausiai svarbus $4,33 \pm 2,17$).

Išvados. Trenerių požiūriu pozityvūs tarpasmeniniai santykiai skatina sportininką tobulėti, siekti aukštesnių tikslų, tėvus - aktyviau dalyvauti vaiko sportinėje veikloje, motyvuoti ir palaikyti savo vaikus sėkmės ar nesėkmės atveju, o trenerius – efektyviau dirbti ir ugdyti aukšto meistriškumo sportininkus. Treneris yra vienas iš svarbiausių dalyvių tarpasmeniniuose sporto santykiuose, kuris gali sukurti artimą ryšį ir gerą psichologinį klimatą su sportininkais ir jų tėvais.

Reikšminiai žodžiai: tarpasmeniniai santykiai, treneris, sportininkai, tėvai, tinklinis.

ŠIAULIŲ MIESTO SPECIALIOJO UGDYMO MOKYKLŲ DARBUOTOJŲ FIZINIS AKTYVUMAS IR FIZINIO PASYVUMO PRIEŽASTYS

Gabrielė Pociūtė, lekt. dr. Vytė Kontautienė

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

Remiantis Lietuvos sveikatos 2014 – 2025 metų programa, „sveikata yra žmogaus vertybė ir gyvenimo pagrindas, kuris turi būti pakankamai tvirtas, kad būtų sėkmingai sprendžiami kasdienio gyvenimo klausimai bei įveikiami socialiniai ir ekonominiai iššūkiai“. Dėl vykstančių pokyčių pasaulyje bei mechanizuoto transporto vystymo mažėja žmonių fizinis aktyvumas. Fizinio aktyvumą svarbą sveikatai supranta dauguma mokyklose dirbančių darbuotojų, tai ypač aktualu darbuotojams, kurie dirba su specialiojo ugdymo poreikių turinčiais vaikais, nes aktyvus judėjimas gerina tokių vaikų fizinę būklę ir psichinę savijautą. Labai svarbu nustatyti šių darbuotojų fizinio aktyvumo nuostatas ir įvertinti jų fizinį aktyvumą. Lietuvoje trūksta mokslinių tyrimų, kurie tirtų specialiojo ugdymo mokyklų darbuotojų fizinį aktyvumą ir fizinio pasyvumo priežastis.

Tikslas – įvertinti Šiaulių m. specialiojo ugdymo mokyklų darbuotojų fizinį aktyvumą ir nustatyti fizinio pasyvumo priežastis.

Metodika. Atlikta anketinė apklausa, naudojant *Tarptautinį fizinio aktyvumo klausimyną (ilgoji forma, lietuviška versija)* ir pateikti klausimai apie fizinio pasyvumo priežastis. Tyrimas atliktas Šiaulių m. specialiojo ugdymo mokyklose, 2023 m. vasario mėnesį. Tyrimo imtį sudarė 95 respondentai, kurie pagal profesiją pasiskirstė į tris grupes – pedagogai (n=50), medicinos darbuotojai (n=35), administracijos darbuotojai (n=10). Tiriamųjų amžius – 20-65 m., tiriamieji pagal amžių suskirstyti į 5 grupes - 18-25 m., 25-35 m., 35-45 m., 46-55 m., 56-65 m. Tyrimo metu gauti duomenys analizuojami taikant aprašomąją statistinę duomenų analizę (IBM SPSS statistics, MS Excel). Tyrimas atliktas laikantis etikos principų.

Rezultatai. Įvertinus respondentų atsakymus apie jų vidutinio ir didelio intensyvumo veiklą darbo, laisvalaikio metu bei judant iš vienos vietos į kitą, aukšto fizinio aktyvumo grupei priskirti 15,79 proc. darbuotojų, iš kurių pedagogų - 9,47 proc., medicinos darbuotojų - 5,26 proc., administracijos darbuotojų - 1,05 proc. Vidutinio fizinio aktyvumo grupei priskirti 42,11 proc. darbuotojų – iš jų 21,05 proc. pedagogų, 17,89 proc. medicinos darbuotojų, 3,16 proc. administracijos darbuotojų. Žemo fizinio aktyvumo grupę sudarė 42,11 proc. darbuotojų – 22,11 proc. pedagogų, 13,68 proc. medicinos darbuotojų ir 6,32 proc. administracijos darbuotojų. Palyginus fizinį aktyvumą tarp amžiaus grupių, nustatyta, jog 76,84 proc. fiziškai aktyvių darbuotojų priskiriami 36-45 m. ir 46-55 m. amžiaus grupėms, iš kurių 52,05 proc. būdingas aukštas arba vidutinis fizinis aktyvumas, likę 47,94 proc. yra nepakankamai fiziškai aktyvūs. Kitose amžiaus grupėse 18,94 proc. darbuotojų būdingas vidutinis fizinis aktyvumas, o 5,26 proc. darbuotojų yra nepakankamai fiziškai aktyvūs. Specialiojo ugdymo mokyklų darbuotojai įvardina šias fizinio pasyvumo priežastis: laiko trūkumas (21 proc.), motyvacijos stoka (29 proc.), nuovargis (27 proc.), sveikatos sutrikimai (15 proc.) ir kt.

Išvados. Nustatyta, kad 15,79 proc. Šiaulių m. specialiojo ugdymo mokyklų darbuotojų galima priskirti aukšto fizinio aktyvumo grupei, 42,11 proc. – vidutinio, 42,11 proc. - žemo fizinio aktyvumo grupei. Palyginus darbuotojų fizinį aktyvumą tarp amžiaus grupių, nustatyta, jog 76,84 proc. fiziškai aktyvių darbuotojų priskiriami 36-55 m. amžiaus grupei; jų fizinis aktyvumas yra pakankamas ir atitinka fizinio aktyvumo normą. Įvertinus kitų darbuotojų fizinį aktyvumą išsiaiškinta, jog jų nepakankamam fiziniui aktyvumui įtaką daro – motyvacijos stoka, nuovargis, laiko trūkumas ir kt. Darbas su specialiojo ugdymo poreikių reikalaujančiais vaikais gali daryti teigiamą įtaką fizinio aktyvumo vertinimui ir supratimui apie jo naudą.

Reikšminiai žodžiai: fizinis aktyvumas, pasyvumas, specialusis ugdymas, mokyklų darbuotojai.

DARBO HIGIENOS IR ERGONOMIKOS SĄSAJOS SU SVEIKATOS PRIEŽIŪROS DARBUOTOJŲ DARBO APLINKA

Žaneta Valiulienė^{1,2}, Zita Gierasimovič³

¹Utenos kolegija; ²Šv. Klaros palaikomojo gydymo ir slaugos ligoninė, Lietuva

²Vilniaus Universiteto Medicinos fakulteto Sveikatos mokslų institutas, Lietuva

Ivadas. Sveikatos priežiūros darbuotojai ilgas darbo valandas dirba nepatogioje statiškoje kūno padėtyje, rizikuodami perkrovimo pažeidimo išsivystymu.

Tikslas. Apžvelgti darbo higienos ir ergonomikos sąsajas su sveikatos priežiūros darbuotojų darbo aplinka.

Metodai. Apžvelgiama darbo higienos ir ergonomikos poveikis sveikatos priežiūros darbuotojų darbo aplinkai. Mokslinės literatūros paieška atlikta PubMed, UpToDate duomenų bazėse, informacijos paieškos sistemoje Google Scholar.

Rezultatai. Tarptautinė profesinės higienos asociacija (*The International Occupational Hygiene Association, IOHA*) darbo higieną nurodo kaip numatymo, vertinimo ir kontrolės discipliną, kurios tikslas apsaugoti darbuotojų sveikatą nuo pavojingų sveikatai rizikos veiksnių darbo aplinkoje. Didžiosios Britanijos profesinės higienos draugija (*The British Occupational Hygiene Society, BOHS*) apibrėžia, kad „darbo higiena yra darbuotojų sveikatos prevencija, įvertinant ir kontroliuojant nepalankių veiksnių riziką darbo aplinkoje. Veiksniai darbo aplinkoje skirstomi į kategorijas: biologiniai, cheminiai, fiziniai, ergonominiai ir psichosocialiniai. Pagrindinis darbo higienos uždavinys – apsaugoti ir stiprinti darbuotojo sveikatą ir darbingumą. Bent kokių medicininių manipuliacinių intervencijų metų didėja sužalojimų (mikrotraumų) skaičius, tai turi įtakos profesinių ligų atsiradimui. Sveikatos pakenkimo galimybę, gali sukelti vienas ar daugiau kenksmingų ir pavojingų darbo aplinkos veiksnių poveikis, tarp jų ir mikrotraumos. Lietuvoje, 2021 metais profesinių ligų atvejų pasiskirstymas pagal ligų grupes (TLK-10-AM) dominavo jungiamojo audinio ir raumenų sistemos ligos – 62,3 proc., nervų sistemos ligos – 20 proc., infekcinės ligos, odos ligos – 10 proc. 2021 m. Registro duomenų bazėje užregistruotas pirmasis ligos atvejis pagal TLK-10-AM klasifikaciją U07.4 – „Būklė po COVID-19 ligos“. Vertinant profesinių ligų priežastį ir palyginus jų atsiradimą su 2020 m. stebėtas 1,3 proc. dažnesnis fizikinių veiksnių ir 0,4 proc. biologinių veiksnių poveikis. Didžioji dauguma, 98,5 proc., atvejų buvo sukelti fizikinių ir ergonominių veiksnių. Analizuojant atvejų skaičių pagal profesijų grupes, 3,7 proc. profesinių ligų atvejų patiria sveikatos priežiūros specialistai. Sveikatos priežiūros srityje, mažinant kryžminių užteršimą ir infekcijų plitimą, atsižvelgiant į mokslinius klinikinius įrodymus, veiksminga rankų higienos praktika. Kiti tyrimai (*Mark Dexter Hillier., 2020*) rodo, kad darbo higienos taisyklės, susijusios su sveikatos priežiūros darbuotojais ir jų dėvima apranga, kuri nusitęsia žemiau alkūnės, nurodymai, kad papuošalai turėtų būti ribojami, o bet kokie įpjovimai ar įtrūkimai odoje turi būti padengti vandeniu atspariu tvarsčiu. Intervencinių manipuliacijų atlikimas yra susijęs su padidėjusia mikrobine tarša, o kai kuriais atvejais, tai gali būti susiję su hospitalinių infekcijų protrūkiu. Tyrimu (*C. Van Eiff., et al, 2018*) nustatyta: 20,5 proc. kryžminės mikrobinės taršos nusėda ant medicinos personalo rankų, o, atliekant intervencines procedūras, apie 28 proc. mikrobinės taršos nusėda ant slaugytojų rankų, paliečiant nosies gleivinę rankų tarša didėja iki 32,5 proc.

Europos tyrimo rezultatai parodė, kad didelė dalis sveikatos priežiūros darbuotojų susiduria su nepalankiomis ergonominėmis darbo sąlygomis. Dėl darbo ypatumų, darbo vietos pritaikymo dirbančiajam, sudarant sąlyginai optimalias darbo sąlygas, beveik pusė darbuotojų nurodė, jog jiems tenka dirbti varginančioje ir skausmą keliančioje padėtyje. Apie 80 proc. darbuotojų teigė, jog jiems tenka dažnai stovėti ar vaikščioti. Sveikatos priežiūros darbuotojų darbas reikalaujantis daug fizinių pastangų, todėl susiduriama su įvairiais sveikatos sutrikimais, pagrindiniai iš jų yra kaulų-raumenų sistemos ligos. Daugeliui sveikatos priežiūros darbuotojų, dirbančių tiek ligoninėse, tiek poliklinikose, būdingas įvairaus pobūdžio fizinis aktyvumas per visą darbo dieną. Jie taip pat susiduria su įvairiomis profesinėmis pozomis, kurios neretai būna nepatogios ir netaisyklingos, viena iš priežasčių – vietos trūkumas darbams atlikti bei laisvai judėti, dėl ko ir tenka dirbti esant nepatogiai, nenatūraliai kūno pozai. Taip pat didelis fizinis darbo krūvis gali sukelti diskomfortą nugaros srityje bei pusiausvyros sutrikimus. Atliktas tyrimas vertinant slaugytojų ir gydytojų darbo sąlygas rodo, kad 90 proc. slaugytojų ir 80 proc. gydytojų darbas yra susijęs su nepatogia kūno padėtimi.

Viena iš pagrindinių sveikatos priežiūros darbuotojų grupių, kuriai tenka vienas didžiausių fizinių krūvių tai slaugytojai. Šiai darbuotojų grupei tenka tiek kilnoti pacientus, tiek juos maudyti, taip pat kloti lovas bei keisti patalynę. Nenatūralios kūno pozos, atliekant manipuliacijas ar pacientų, kurie negali judėti, kėlimas gali sukelti įvairius kaulų-raumenų sistemos sutrikimus. Darbinių veiksmų atlikimas, reikalaujantis nuolatinio rankos, sąnario ar kūno sukimo, darbas sulenkta nugara, sunkaus svorio kėlimas, statiška darbo padėtis prideda profesinio perkrovimo sindromo atsiradimą. Atsirado nauja problema – su darbu susijusių patologijų

paplitimas – tai kaulų ir raumenų sistemos pažeidimai, streso sukeltos ligos, profesinės ligos. Pastebima ir nauja bendra tendencija: darbuotojų sveikatai ir saugai vis didesnę poveikį daro keli vienu metu veikiantys veiksniai. Darbai, kurie pagal darbo pobūdį privalomi atlikti greitai arba apima ilgus pasikartojančio darbo periodus be adekvačių pertraukų, darbuotojas yra priverstas dirbti nustatytu tempu. Tai labai didelis profesinio perkrovimo sindromo vystymosi rizikos veiksnys.

Išvados. 1. Tinkamai organizuotos ergonominės darbo sąlygos, pagalbinių priemonių naudojimas didina darbuotojų produktyvumą. Kaulų-raumenų sistemos sutrikimai yra susiję su netinkamomis ergonominėmis darbo sąlygomis, tokiomis kaip nenatūralios kūno pozos bei pacientų kėlimas.

Raktiniai žodžiai: darbo higiena, ergonomika, darbuotojai.

SOCIALINĖ PAGALBA ŠEIMAI PREVENTUOJANT VAIKO INSTITUCINĘ GLOBĄ (RŪPYBĄ)

Aušra Meškauskienė, doc. dr. Asta Kiaunytė

Klaipėdos universitetas, Sveikatos mokslų fakultetas, Socialinio darbo katedra

Pastaruosius kelerius metus mažėja vaikų, kuriems nustatoma globa (rūpyba) bei dvigubai mažėja vaikų, apgyvendinamų globos institucijose. 2020 metais 18,2 proc. (2019 m. – 23,2 proc.) atvejų tėvų globos (rūpybos) netekusiems vaikams globa (rūpyba) buvo nustatyta globos įstaigose. Gerėjantys vaiko gerovės užtikrinimo rodikliai susiję su deinstitutionalizacijos procesu, kai kuriama ir plėtojama kompleksiskai teikiamų paslaugų šeimai sistema, siekiama užtikrinti paslaugų individualizavimą, prieinamumą bendruomenėje, vaikų, kurie negali grįžti į biologinę šeimą, globą šeimoje ir įvaikinimo skatinimą. Itin svarbu, kad vaikų patekimas į globos institucijas ir ateityje mažėtų, o visi vaikai galėtų augti šeimose, jiems saugioje aplinkoje. Covid -19 pandemijos pasekmės, situacija Lietuvoje dėl karo Ukrainoje, pakeitimai Lietuvos Respublikos socialinių paslaugų kataloge (2006) -liudija kitokios socialinės pagalbos šeimai reikalingumą, socialinės rizikos veiksnių įvairovę. Todėl tikslinga tyrinėti socialinę pagalbą šeimai, preventuojant vaiko institucinę globą (rūpybą).

Tikslas – išanalizuoti socialinę pagalbą šeimai, preventuojant vaiko institucinę globą (rūpybą).

Metodika. Mokslinės literatūros analizė, dokumentų analizė, pusiau struktūruotas interviu, turinio analizė. Empiriniame tyrime dalyvavo 8 tyrimo dalyviai, susiję su socialinės pagalbos šeimai teikimu.

Rezultatai.

Esminiai tyrimo instrumento blokai: demografiniai duomenys, šeimos rizikos, krizės situacijoje, sisteminė vaiko globos pertvarka, socialinė pagalba, kaip šeimos krizės prevencija. Empirinis tyrimas atskleidė pagrindines priežastis, susijusias su socialinės pagalbos šeimoms poreikiu, tai yra šeimų skrybės, priklausomybės, nedarbas, silpni tėvystės įgūdžiai, vaikų netinkamas elgesys, vaikų ir tėvų psichinės ligos, tėvų, grįžusių iš įkalinimo įstaigų, integracijos problemos. O didžiausios pasitvirtinusios rizikos tokiose šeimose ateityje -pakartoti savo biologinių šeimų gyvenimo modelius savo šeimose, atsidurti gatvėje dėl įsiskolinimų bei ,kraštutiniu atveju, vaikams patekti į institucinę globą. Empirinis tyrimas atskleidė, kad neretai tarpinstitucinio bendradarbiavimo nesklandumai kelia iššūkių sėkmingos socialinės pagalbos šeimai suteikimui. Pastebėta, kad provincijų miesteliuose, pasibaigus ES projektams, trūksta kompleksinių paslaugų šeimai, vaikų psichologų, savarankiško gyvenimo namų, suaugusiųjų psichiatro, psichoterapijų, šeimos mediacijos, šeimos konferencijos, psichologinės ir socialinės pagalbos šeimoms. Dažnu atveju šeimos, patiriančios sunkumų, nelinkusios priimti pagalbos, trūksta motyvacijos, neretai tai daro tik dėl atvejo vadybos proceso metu padėto pliuso, „varnelės“. Pastebimas mažų miestelių socialinių darbuotojų perdegimas, nes vienas socialinis darbuotojas kuruoja per didelį šeimų skaičių. Tyrimas atskleidė akivaizdų individualios priežiūros darbuotojų šeimose trūkumą. Atsiradęs suminės darbo laiko apskaitos praktinis reikalingumas nenustatytas, nes socialinio darbuotojo prerogatyva nėra prižiūrėti šeimų, o šeima pati turi „įsigalinti“. Pastebima atsiradusi „mėgėjų“ būdinčių globotojų karta: trūksta socialinio darbo kompetencijų, rizikingos elgsenos paaugliai perkeltami iš būdinčių globotojų šeimų į Bendruomeninius vaikų globos namus. Siekiant užtikrinti vaiko teisę augti savo įstatyminių atstovų (fizinį asmenų) globoje (rūpyboje), reikalinga daugiau dėmesio skirti biologinių, globėjų, būdinčių globotojų šeimų krizės rizikų atskleidimui, socialinės pagalbos, kaip šeimų krizės prevencijos analizei. Tai padėtų suprasti, kaip teikti socialinę pagalbą šeimai, preventuojant vaiko institucinę globą (rūpybą).

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

Reikšminiai žodžiai: socialinė pagalba šeimai, prevencija, vaiko institucinė globa (rūpyba).

SAVANORIŲ, KAIP MENTORIŲ, VEIKLA TEIKIANT PAGALBĄ VAIKAMS, DALYVAUJANTIEMS "BIG BROTHERS BIG SISTERS" PROGRAMOJE.

Alina Glybina
Klaipėdos universitetas

Socialinės pedagogikos studijų programos magistro baigiamasis darbas. Darbo vadovas: prof. dr. Ilona Klanienė, Klaipėdos universitetas: Klaipėda, 2021 – 135p.

Vaiko nepriežiūra, o juo labiau smurtas, sutrikdo vaiko raidą, sukelia skaudžias ir ilgalaikes pasekmes: emocinės sveikatos problemas, vienišumo jausmą, mokymosi bei bendravimo tarp suaugusiųjų ir bendraamžių problemas. Vaikams, kurie tuo laikotarpiu patiria įvairius sunkumus, yra svarbi kokybiška bei tinkamai parinkta pagalba, kuri padėtų sustiprinti vaiko socialinę, emocinę būklę. Prie pagalbos teikimo prisideda ir nevyriausybinių organizacijų, kurios vykdo įvairias prevencines programas. "Big Brothers Big Sisters" savanoriška programa yra žinoma kaip viena iš sėkmingiausių mentorystės programų pasaulyje, kuri skirta padėti vaikams, programa laikoma viena iš geriausių metodų, kaip pagalbos modelis kitiems specialistams. Vaiko emocinei sveikatai svarbus pastovus, ilgalaikis ryšys su pasitikėjimą keliančiu suaugusiuoju, kuriuo gali būti savanoris (mentorius), kuris yra oficialiai apmokytas ir savanoriauja "Big Brothers Big Sisters" programoje. Analizuojant mokslinę medžiagą apie savanorišką veiklą Big Brothers Big Sisters programoje, buvo rasti vos keletą tyrimų. Vienas jų buvo atliktas 1995 m. Amerikoje. Tyrimo autoriai J. Tierney, J. Baldwin Grossman ir kt. (2005). Lietuvoje "Big Brothers Big Sisters" programą tyrinėjo J. Čižauskaitė, E. Petkutė (2007). Pagal atliktus tyrimų metus galime matyti, jog "Big Brothers Big Sisters" programos savanorių kaip mentorių veikla mažai tyrinėta. Šiuo empiriniu tyrimu aktualu ištyrinėti savanorių kaip mentorių veiklą, teikiant pagalbą vaikams, dalyvaujantiems "Big Brothers Big Sisters" programoje.

Tikslas. atskleisti savanorių, kaip mentorių, veiklos galimybes teikiant pagalbą vaikams, dalyvaujantiems "Big Brothers Big Sisters" programoje.

Metodika. Tyrimo tikslui pasiekti, atliktas kokybinis tyrimas, Klaipėdos mieste 2021m. kovo mėnesį. Tyrimo dalyviai – tiriamaisiais pasirinkti šiuo metu savanoriaujantys "Big Brothers Big Sisters" programoje 6 savanoriai (mentoriai), 5 vaikai, dalyvaujantys "Big Brothers Big Sisters" programoje bei 5 vaikų tėvai (globėjai). Tyrimo atlikimui, buvo pasirinkta kriterinė atranka. Kokybinio tyrimo metodu pasirinktas pusiau struktūruotas interviu. Klausimyną sudarė atviro tipo klausimai: 13 klausimų savanoriams (mentoriams), 8 klausimai vaikams bei 6 klausimai tėvams (globėjams).

Išvados. Mokslinėje literatūroje pastaraisiais metais tokia savanoriška kryptis, kaip mentorystė, aktyviai vystosi. Mentorystės programos tapo pagrindinės pagalbininkės įvairiems specialistams. "Big Brothers Big Sisters" programa tai didžiausia savarankiška mentorystės programa, kuri skirta padėti 7-14 metų vaikams.

Raktažodžiai: savanorystė, mentoriai, pagalba, vaikai, dalyvaujantys, "Big Brothers Big Sisters".

INDIVIDUALIOS PRIEŽIŪROS DARBUOTOJŲ LŪKESČIAI PROFESINEI PARAMAI: PAGALBA SENIEMS IR PAGYVENUSIEMS ASMENIMS NAMUOSE

Agnė Jazbutytė, doc. dr. Asta Kiaunytė

Klaipėdos universitetas, Sveikatos mokslų fakultetas, Socialinio darbo katedra

Lietuvos statistikos departamento duomenys rodo, kad pagalbos seniems ir pagyvenusiems asmenims namuose poreikis kiekvienais metais tik didėja. Individualios priežiūros darbuotojams, dirbantiems su senais ir pagyvenusiais asmenimis, tenka didelis bendravimo ir bendradarbiavimo krūvis, šie darbuotojai turi atkakliai siekti tikslo, visada tikėti savo darbo sėkme ir atrasti įvairių sprendimo būdų, nes jų darbo lauke yra įvairiausių iššūkių, o tai palaipsniui suformuoja psichosocialinį reiškinį – socialinių darbuotojų profesinį „perdegimo“ sindromą. Individualios priežiūros darbuotojai dirba nuolat besikeičiančioje socialinėje, politinėje ir kultūrinėje aplinkoje, kontaktuoja su skirtingos socialinės padėties, elgesio, įvairių socialinių problemų bei psichinių sutrikimų turinčiais žmonėmis, todėl savo profesinėje veikloje dažnai susiduria su agresija, smurtu ir kitomis profesinėmis rizikomis. Socialinis darbas priskiriamas rizikos profesijų grupei, ieškoma naujų ir inovatyvių profesinės paramos būdų, siekiant profesinio streso prevencijos.

Tikslas – išsiaiškinti individualios priežiūros darbuotojų lūkesčius profesinei paramai gauti teikiant pagalbą seniems ir pagyvenusiems asmenims namuose.

Metodika. Moksliniam tyrimui atlikti naudotas mokslinės literatūros analizės metodas, pusiau struktūruotas interviu, turinio (content) analizė.

Rezultatai. Teikiant socialines paslaugas seniems ir pagyvenusiems asmenims namuose, itin svarbiu aspektu tampa gebėjimas įsijauti į kito padėtį, emocinę būseną, tinkamai suprasti asmens jausmus, motyvuoti dalyvauti bendruomeninėje veikloje siekiant užtikrinti asmens užimtumą, kad šių asmenų gyvenimo kokybė pagerėtų. Individualios priežiūros darbuotojų veikla yra labai įvairiapusė ir sudėtinga, jų darbe yra būdingi įvairūs rizikos veiksniai, profesiniai iššūkiai, darbuotojai turi labai dirbti su savimi, motyvuoti save, sudėtingose situacijose privalo išlikti stiprūs ir suprasti, kad darbo rezultatai kartais būna nepasiekiami. Empirinio tyrimo metu išaiškėjo, kad kasdienis bendradarbiavimas su paslaugų gavėjais, didelis darbo krūvis, darbo funkcijų neapibrėžtumas, mažas užmokestis, konfliktiniai klientai ir jų artimieji, jų sukeliančios nemalonios situacijos, nesaugios darbo aplinkos, baimė, įtampa, mažas profesinės paramos iš organizacijos užtikrinimas, supervizijų, intervizių stoka, psichologiškai neigiama darbinė aplinka, nesutarimai su kolegomis, vadovais, nuvertinimas darbo specifikos, dideli reikalavimai, kurie neatitinka realybės – tai pagrindiniai veiksniai, kurie sąlygoja profesinio „perdegimo“ sindromo atsiradimą socialinio darbo specialistui. Šiandieniniame, skubančiame gyvenime streso pasekmės daro blogą įtaką darbuotojų sveikatai, taip pat ne išimtis, kad tai paveikia ir organizaciją bei jos vykdomą veiklą. Todėl dėl savo sudėtingo ir įtempto darbo, nuolatinių akistatų su sudėtingomis žmonių gyvenimo egzistencinėmis situacijomis, dėl nuolat patiriamo nuovargio, nerimo ar baimių, individualios priežiūros darbuotojai dažnai „perdega“, todėl jiems svarbu laiku ir vietoje gauti profesinę paramą. Analizuojant individualios priežiūros darbuotojų profesinės paramos gavimo lūkesčius, galima išskirti asmeninius, organizacinius, profesionalios pagalbos šaltinius. Taigi, individualios priežiūros darbuotojams svarbūs visi žmogiškieji paramos ištekliai: vadovo, kolegų parama, supervizorių profesionali pagalba, artimųjų palaikymas.

Išvados. Individualios priežiūros darbuotojų darbe išaiškėjo svarbus jų poreikis visokeriopai profesinei paramai tiek iš kolegų, tiek iš organizacijos, tiek gauti profesionalią paramą superviziją ir interviziją, kad individualios priežiūros darbuotojas jaustų savyje vidinę ramybę ir galėtų teikti profesionalią pagalbą seniems ir pagyvenusiems asmenims namuose.

Reikšminiai žodžiai: individualios priežiūros darbuotojas, profesinis perdegimas, profesinė parama.

PACIENTŲ, SERGANČIŲ MIELOLEUKEMIJA, ŽINIOS APIE LIGĄ

Agnė Želvytė, doc. dr. Zyta Kuzborska

Vilniaus kolegija, Sveikatos priežiūros fakultetas, Slaugos katedra

Lietuvoje kiekvienais metais nustatoma 18 tūkst. naujų onkologinių susirgimų atvejų, o mirštamumo nuo šių ligų santykis yra vienas didžiausių Europoje. Numanoma, kad 2030 metais mirtingumas nuo onkologinių susirgimų bus didesnis negu mirtingumas nuo šiuo metu pirmaujančių širdies ir kraujagyslių ligų.

Naujausiame PSO Tarptautinės vėžio tyrimų agentūros, statistikos duomenimis 2020 metais pasaulyje leukemija sergančiųjų skaičius siekia 474 519 tūkstančių, o pasaulinis mirtingumas nuo šio onkologinio susirgimo apėmė 311 594 mirčių. Lietuvoje diagnozuoti – 523 leukemijos atvejai ir 284 mirtys nuo šios ligos. Svarbu analizuoti pasaulinį leukemijos paplitimą, rizikos veiksnius ir tendencijas, vėliau pritaikant prevencines programas. Onkologinių susirgimų negalima visiškai išgydyti, tačiau įmanoma pasiekti remisiją, todėl labai svarbios yra sergančiųjų žinios apie mieloleukemiją. Onkologinėmis ligomis sergantys pacientai susiduria su daugybe slaugos problemų. Kiekvieno slaugytojo darbe aktuali ir reikšminga yra praktinė onkologijos tema.

Tikslas. Įvertinti pacientų, sergančių mieloleukemija žinias apie ligą.

Metodika. Kiekybinis tyrimas, taikant anketinės apklausos metodą, atliktas 2022 m.. Tiriamųjų grupė suformuota iš pilnamečių pacientų, sergančių mieloleukemija. Tyrime dalyvavo 30 respondentų (vyrų – 53 proc., moterų – 47 proc.). Jauniausiam respondentui – 44 metai, vyriausiam – 69 metai. Amžiaus vidurkis – 60,3 metai. Tyrimas atliktas laikantis etikos principų. Duomenys buvo apdorojami Microsoft Word 2016 ir Microsoft Excel 2016 programomis.

Rezultatai. Pastebėta, kad daugiau nei du trečdaliai tyrimo dalyvių savo žinias vertina patenkinamai bei nei vienas respondentas savęs neįvertino kaip turinčio puikias žinias, tai parodo, kad apklaustieji domisi ir siekia žinių apie savo ligą. Tai leidžia manyti, kad apklaustiesiems trūksta žinių, tačiau didžioji dalis, mažiau nei trys trečdaliai, apklausos dalyvių pateikė norą gauti papildomos informacijos apie ligą; visi respondentai teigė, žinantys savo ligos pavadinimą; beveik pusė sergančiųjų ūmine mieloleukemija ir daugiau nei du penktadaliai sergančiųjų lėtine mieloleukemija, nurodė, žinantys savo ligos formą.

Išvados. Analizuojant pateiktus pacientų, sergančių mieloleukemija žinių apie ligą duomenis, galima matyti, kad apklaustiesiems trūksta informacijos tam, kad jie galėtų įvardinti savo mieloleukemijos formą bei jos gydymo metodus, tačiau jie nori gauti žinių apie jų ligą.

Reikšminiai žodžiai: mieloleukemija, žinios, onkologija

ĮGALINANTI KINEZITERAPIJA PACIENTAMS PO STUBURO SMEGENŲ SUŽALOJIMO: ILIUSTRATYVI NAMŲ PRATIMŲ PROGRAMA

Lektorė Jurgita Boltutienė, lektorė Vaida Piekuvienė
Klaipėdos valstybinė kolegija, Sveikatos mokslų fakultetas

Po nugaros smegenų sužalojimo (NSS) dažnai neįgalieji patiria fizinį, emocinį bei psichologinį stresą, todėl tampa nesavarankiški, pasyvūs, nesistengia aktyviai dalyvauti kasdieniame gyvenime. Neįvardinant kritinių kliūčių, susijusių su pacientų patyrusių nugaros smegenų sužalojimą dalyvavimu kasdieniniame gyvenime turbūt būtų sunku sukurti veiksmingą namų pratimų programą, kuri duotų tvarių ir ilgalaikių rezultatų. Naujausi įrodymai rodo, kad fizinis ir kasdieninis aktyvumas, įgalinimu pagrįstos terapijos yra veiksmingos suaugusiesiems po nugaros smegenų sužalojimo ir padeda suaktyvinti neuroraumeninę sistemą žemiau sužalojimo lygio, pagerina kasdienį aktyvumą.

Tikslas - atskleisti veiksnius kurie įtakoja asmenų patyrusių nugaros smegenų sužalojimą fizinį ir kasdieninį aktyvumą grįžus namo po reabilitacijos bei pristatyti įtraukią namų pratimų programą.

Metodika. Tyrimas buvo atliekamas 2021 metais, Sveikatos priežiūros įstaigoje. Duomenų rinkimui buvo naudota anketinė apklausa ir du standartizuoti klausimynai.

Tyrimo populiaciją sudarė grupė asmenų, kurie buvo patyrę nugaros smegenų sužalojimą, naudojami neįgaliojo vežimėliu, po traumos praėję ne daugiau nei 5 metai. Tyrimas atliktas laikantis etikos principų.

Rezultatai. Išanalizavus tyrimo duomenis, nustatyta, kad aktyvus paciento įtraukimas ir bendravimas yra svarbus veiksnys, gerinantis judėjimo aktyvumo lygį, pacientams patyrusiems nugaros smegenų sužalojimą. Paprastos, prieinamos namų pratimų programų strategijos buvo susijusios su rekomendacijų pateikimu, artimųjų įtraukimu ir grįžtamuoju ryšiu.

Namų pratimų programa grindžiama paciento aktyvinimu, kas leidžia individualiai veikti asmens nervų ir raumenų sistema, esantį žemiau pažeidimo, naudojant konkrečioms užduotims skirtą mokymą ir patirtį, sumažinant kompensavimo strategijas skirtas funkcijų atkūrimui.

Išvados. Atlikta gautų duomenų turinio analizė, parodė, kad nedidelė dalis tiriamųjų grįžę, namuose užsiima aktyvia veikla. Tiriamieji nurodė, kad tam įtakos turi nepritaikyta aplinka ir asmeninės kliūtys susijusios žemu pasitikėjimu savimi, motyvacija, laiko bei energijos stoka.

Reikšminiai žodžiai: nugaros smegenų sužalojimas, kineziterapija, namų pratimų.

IKIMOKYKLINIO AMŽIAUS VAIKŲ HIPERAKTYVUMO MAŽINIMAS TAIKANT FIZINIO UGDYMO METODUS

Simona Venckienė, doc. dr. Rolandas Jančiauskas
Klaipėdos universitetas, Sveikatos mokslų fakultetas

Vaikai turintys dėmesio stokos ir hiperaktyvumo sindromo (ADHD) požymius yra labai judrūs, nenustygstantys vietoje, norintys iš karto ir viską žinoti bei pažinti, pastebima, kad tokio elgesio vaikų pastaraisiais metais tik daugėja. Tokie vaikai ugdymo įstaigose tampa engiami bendraamžių, neretai nemėgstami pedagogų. Hiperaktyviems vaikams reikia specialaus ugdymo modelio, kuris padėtų ne tik susikaupti, bet ir siekti socialinių įgūdžių bei gerų mokymosi rezultatų. Siekiant mažinti vaikų hiperaktyvumą, ieškoma įvairių sprendimų ir išeičių.

Tikslas – išanalizuoti ikimokyklinio amžiaus vaikų hiperaktyvumo mažinimą taikant fizinio ugdymo metodus.

Metodika. 2021-12-20 m. buvo atliktas kokybinis tyrimas Šilutės rajono, Kintų pagrindinės mokyklos ikimokyklinėje ugdymo įstaigoje, naudojant interviu metodą. Tyrime dalyvavo keturi pedagogai, dirbantys ikimokyklinio ugdymo institucijoje. Informantai buvo atrinkti naudojant tikslinę atranką. Pagrindinis kriterijus, kuriuo remiantis buvo atrinkti informantai – tai mokytojai dirbantys arba dirbę su vaikais, turinčiais hiperaktyvumą ikimokyklinio ugdymo įstaigoje. Tyrimas atliktas laikantis etikos principų.

Rezultatai. Tyrimo duomenų analizė atskleidė, kad ikimokyklinėje ugdymo įstaigoje ugdant hiperaktyvius vaikus, didžiausią įtaką daro tinkamai organizuota aplinka, taip pat svarbią vietą užima ugdomosios veiklos, saugi aplinka įstaigos viduje ir lauke. Ugdomųjų veiklų metu mokytojai dažniausiai derina grupinį darbą, taiko struktūruoto ugdymo elementus, tačiau retai naudoja kitus efektyvius ugdymo metodus: vaizdinės medžiagos demonstravimą, tyrinėjimą, stebėjimą, eksperimentavimą, judriuosius žaidimus. Vaikų ugdymo veiklose svarbu suderintas fizinis aktyvumas, rekomenduojama sukurti ramybės kampelį, atskirą erdvę nusiramimui. Ugdymo procese patariama kuo dažniau keisti veiklos pobūdį, o tarp veiklų daryti pertraukėles, užduotis vaikams rengti labiau prieinamas ir jiems gerai suprantamas.

Išvados. Išanalizavus hiperaktyvumą turinčių vaikų sunkumus galima teigti, kad ugdant šiuos vaikus ikimokyklinio ugdymo įstaigoje labai svarbiu tampa specialistų, pedagogų, medikų ir tėvų glaudus bendradarbiavimas. Todėl siekiant suteikti vaikui visokeriopą pagalbą, būtinas nuolatinis šeimos konsultavimas, mokytojų kompetencijų tobulinimas ir specialistų parengtų metodinių rekomendacijų naudojimas. Organizuojant vaikų ugdymo procesą, mokytojui siūloma sukurti teigiamą ugdymo(si) aplinką ir pozityvią bendravimo atmosferą, tuo pačiu laikantis griežtos dienos tvarkės bei nuoseklių reikalavimų sistemos tiek namuose, tiek ir ugdymo įstaigoje.

Reikšminiai žodžiai: ADHD, hiperaktyvumas, hiperkinezinis sutrikimas.

ĮSITRAUKIMAS Į BENDRUS ERGOTERAPIJOS UŽSIĖMIMUS: KĄ TĖVAI SUŽINO APIE SAVO VAIKUS, TURINČIUS RAIDOS SUTRIKIMŲ

Juventa Mudėnienė

Vilniaus kolegija, Sveikatos priežiūros fakultetas, Reabilitacijos katedra (Lietuva)

Įvadas. Holistinis požiūris į vaikus pabrėžia dvasinio, kultūrinio, socialinio konteksto svarbą jų fizinei, psichinei, psichosocialinei raidai. Atkreipiamas dėmesys į abipusius vaikų, turinčių raidos sutrikimų, ir konteksto ryšius. Esminį vaidmenį čia atlieka veikla, kurios sėkmę apibrėžia motyvacija, įsitraukimas, pasitenkinimas pasiektais rezultatais bei socialinės sąveikos. Sėkmingam ergoterapijos procesui reikalingos visos minėtos sudedamosios dalys. Yra prasminga įtraukti į bendras veiklas tėvus, kurie vaikų gyvenime vaidina svarbiausią vaidmenį, tačiau ergoterapijos procese neretai lieka tik stebėtojai. Būtų tikslinga priartinti šeimose turimas patirtis, tradicijas, požiūrius, nukreipiant juos vieninga linkme, suteikiant ergoterapiniams užsiėmimams kokybiškai kitą, bendradarbiavimu grįstą poveikį. Tėvų įsitraukimas, atrodytų, nėra problemiškas laukas tyrimui. Deja, nedalyvaujant ergoterapiniuose užsiėmimuose, jie negeba įgyvendinti ergoterapinių veiklų tęstinumo, menkai pasitiki savo vaiku, yra pernelyg globėjimiški, ir tokia tėvų nuostata mažina vaiko motyvaciją stengtis dėl savo sveikatos būklės. Šios problemos yra mažai tyrinėtos, stinga duomenų, kaip betarpiškas tėvų dalyvavimas užsiėmimuose suteiktų galimybę geriau pažinti savo vaiką, jo stipriąsias ir silpnąsias puses, padėtų išvengti nepagrįstų lūkesčių, perdėtos globos ir galimo nepasitenkinimo.

Tikslas. Atskleisti, kaip tėvų dalyvavimas bendruose ergoterapijos užsiėmimuose suteikia išsamesnių žinių apie vaiko veiklų atlikimo gebėjimus.

Metodologija. Taikytas kokybinis tyrimo dizainas. Duomenys rinkti iš tyrimo dalyvių (tėvų) imant po du pusiau struktūruotus interviu – prieš ir po ergoterapinių intervencijų ciklo. Tyrime dalyvavo dešimt asmenų: penkios mamos ir penki vaikai. Tyrimo medžiaga buvo interviu ir tyrėjo užrašų tekstai, kurie analizuoti Teksto turinio analizės metodu.

Laikantis etikos principų ir gerbiant asmenų privatumą, tyrimo dalyvių vardai buvo pakeisti, sutikimai dalyvauti tyrime – gauti. Tyrimas vyko Vilniuje, 2022 metais.

Rezultatai. Pirmojo etapo interviu buvo siekiama sužinoti, kokias stipriąsias ir silpnąsias puses tėvai išskiria savo vaikuose, turinčiuose mišrius raidos sutrikimus, atskleisti teigiamas ir neigiamas bendravimo, kasdienių bei laisvalaikio veiklų patirtis, socialinių sąveikų ypatumus, tėvų lūkesčius. Rezultatai parodė ribotą tėvų pasitikėjimą savo vaikų komunikaciniais, socialiniais įgūdžiais, menkus pozityvių pokyčių lūkesčius. Tėvai minėjo silpnus vaikų žaidybiškumo gebėjimus ir dėl to kylantį pastovios tėvų pagalbos poreikį, vadovavimą žaidimams, trumpalaikį įsitraukimą į veiklas bei motyvacijos stoką. Stipriausia motyvacijos praradimo priežastimi buvo įvardinta nesėkmė veiklos metu, susierzinimas. Dažniausi motyvuojantys stimulai yra išoriniai – skanėstai, kompiuteriniai žaidimai, filmukai.

Antrojo etapo interviu metu pastebėta tyrimo dalyvių emocinė kaita. Pažymėtinas didesnis optimizmas ir pasitenkinimas dalyvavimu tyrime. Tėvai tvirtino pamatę akivaizdžius pokyčius: greitą vaikų įsitraukimą į veiklas, gebėjimą ilgam laikui sutelkti dėmesį, ergoterapeuto instrukcijų vykdymą. Kai kurios mamos teigė nemaniusios, kad vaikai susidomės siūlomomis veiklomis, kad sugebės atlikti sudėtingus veiksmus, išvengs pasipriešinimo, susierzinimo. Pažymėtinas ir nustebimas, kad vaikas klausosi ergoterapeuto ir atsako neverbaline komunikacija, kad nevengia bendrauti. Atkreiptinas dėmesys ir į kūrybinės raiškos kaitą bei augimą, improvizacines apraiškas, nes tai nėra charakteringa vaikams su mišriais raidos sutrikimais. Paminėtos ir ergoterapinės užduotys bei jų pateikimo būdai, kurie sudomino bei motyvavo vaikus, taip išvengiant išorinių motyvacinių stimulų. Tyrimo dalyviai teigė norintys perimti kai kurias ergoterapines veiklas ir tęsti jas namuose, nes tikisi, kad jos suteiks džiaugsmo ir kitiems šeimos nariams. Pažymėtinas ir pačių tėvų emocinis pasitenkinimas užsiėmimų metu, buvimo su vaiku ir bendro veikimo pilnatvė, kūrybiškumas.

Išvados. Tyrimo rezultatai parodė, kad tėvų dalyvavimas ergoterapijos procese drauge su vaikais, turinčiais raidos sutrikimų, sudaro galimybes geriau pažinti savo vaikus bei jų gebėjimus. Išryškėjo pozityvūs tėvų pasitikėjimo savo vaikais pokyčiai, išaugęs bendrumo jausmas. Pastebėta teigiama vidinės vaikų motyvacijos raida. Šie pokyčiai sąlygoja didesnę pasitikėjimą ergoterapeutu ir jo atliekamomis intervencijomis, geresnius ergoterapinius rezultatus, reikiamų veiklų perimamumą bei įgūdžių formavimo namuose tęstinumą.

Reikšminiai žodžiai: ergoterapija, vaikai, raidos sutrikimai, tėvai.

BALETO ARTISČIŲ PSICHOSOCIALINĖS SVEIKATOS RAIŠKA THE EXPRESSION OF PSYCHOSOCIAL HEALTH IN BALLET DANCERS

Eimantė Šeškutė, doc. dr. Laimutė Samsonienė

Vilniaus universitetas, Medicinos fakultetas, Sveikatos mokslų institutas

Baleto pasaulis yra gana uždaras ir neretai daugeliu legendų, gandais apipintas ekologinis laukas. Nors į šios profesijos darbą pažiūrėti susirenka pilnos salės, deja, niekas iš tiesų nežino ir tarsi nenori net pagalvoti, ką reiškia būti balerina. Kiek ir ko reikia paaugoti, atsisakyti, atiduoti, kad galima būtų šokti. Pati šokdama 23 metus bei 9 metus būdama LNOBT teatro artistė jaučiu ypatingą prielankumą savo kolegoms. Kiekvienas iš mūsų šios specialybės nesirinkome, ši specialybė tarsi pasirinko mus, todėl išgirsti istorijas, klausti ir kalbėtis apie tai, kas artima yra daugiau nei pokalbis ar interviu.

Tikslas: Identifikuoti baleto profesijos skaudžiausias puses bei charakterio bruožus, reikalingus tapti profesionalia šokėja.

Metodika. Tyrimo atlikimo laikotarpis 2022 m. lapkričio, gruodžio mėnesiais. Tyrimo metodologija remiasi Lauko teorija (Lewin, 1951). Patogiosios atrankos būdu buvo atrinktos keturios šokančios baleto artistės, kurių profesinis darbo stažas: tarp 26 ir 18 metų. Tyrimo tipas indukcinė tematinė analizė. Duomenys buvo renkami pusiau struktūruoto -individualaus interviu metodu tam, kad baleto artistės jaustųsi saugiai, galėtų matyti klausimus, išsiplėsti tose vietose, kuriose nori ir galėtų atvirai pasidalinti savo asmenine patirtimi, išgyvenimais ir tuo, kas per daugelį metų nugulė šokio patirtyje. Interventėms buvo pateikti klausimai apie patiriamus išgyvenimus, sietinus su baletu vaikystėje, paauglystėje bei šiuo metu jaučiamus poreikius. Pokalbis vyko įprastoje interventėms teatro aplinkoje, kurioje jos praleidžia laiko daugiau nei namuose. Jauki, pažįstama aplinka suteikė ir žavėsio, ir jaukumo, kalbėti apie tai, kas yra neatsiejama profesinio gyvenimo dalis - baletas. Vieno interviu trukmė daugiau nei 30 minučių. Duomenims analizuoti taikytas kontentinės analizės metodas. Gauti duomenys buvo koduojami, jungiami į potemes ir temas. Tyrimas atliktas laikantis visų etikos reikalavimų.

Rezultatai. Atlikus individualaus interviu turinio kontentinę analizę kodai buvo jungiami į pirmines potemes ir atlikta temų peržiūra: 1. Ankstyvoji baleto patirtis: a) impulsai, skatinę pasirinkti balerinos kelią; b) kelias link tikslo. 2. Paauglystė – besikeičiantis kūnas ir būdai būti geriausia: a) pavydas – apsunkinanti aplinkybė; b) nerimas dėl kūno pokyčių; c) išlikimo mokykla. 3. Mityba praėjus „n“ metų arba išlikusios valgymo tradicijos: a) (ne)valgau ir lieknėju. 4. Balerinos charakterio bruožai: a) valia, kaip varomoji jėga; b) brandumas lyginant su bendraamžiais; c) gebėjimas mėgautis procesu.

Išvados. Tyrimas atskleidė, kad baleto šokėjų charakterio bruožai, lemiantys sėkmingą baleto karjerą, susiformuoja ankstyvoje vaikystėje. Ekspertinė baleto artisčių patirtis rodo, kad baleto šokėjos patiria psichologinius, socialinius sunkumus, dažniausiai suprantamus kaip profesinius reikalavimus bei aukštus standartus.

Reikšminiai žodžiai: baleto artistės, psichosocialinė sveikata, charakterio bruožai

SUPERVIZIJA SVEIKATOS PRIEŽIŪROS SISTEMOJE

Doc. dr. Indrė Dirgėlienė

Klaipėdos universitetas, Sveikatos mokslų fakultetas, Socialinio darbo katedra

Supervizijos paslauga yra gana naujas reiškinys Lietuvos profesinėje bendruomenėje. Pasaulio praktikoje tai nėra nauja, supervizija kaip profesinių santykių konsultavimo forma yra naudojama pagalbos žmogui profesijose, ji populiari medicinoje, švietimo sistemoje, socialiniame darbe ir kitur, kur darbuotojai susiduria su psichologine ir emocine įtampa, profesinės veikos neapibrėžtumu, kur gresia perdegimo (išsisėmimo) sindromo rizika.

Lietuvos sveikatos priežiūros sistemoje vyksta intensyvūs pokyčiai, vyksta vertybiniai konfliktai, išryškėja mobingo ir institucinio smurto atvejai.

Tad akivaizdu, medicinos darbuotojams yra reikalingos naujos ir inovatyvios pagalbos formos, tokios kaip supervizija. Pastaruoju metu supervizijos praktika tampa vis geriau žinoma medicinos profesiniame lauke, vykdomi projektai, kurių iniciatorė yra ir Sveikatos apsaugos ministerija. Straipsnio autorei teko dalyvauti viename iš jų, pozityvi supervizijų patirtis teikia galimybę pasidalinti.

Tikslas – atskleisti supervizijos patirtį sveikatos priežiūros sistemoje.

Metodika. Naudojama kritinė refleksija, supervizijos proceso dalyviams bendru susitarimu pateikiant klausimus apie vykusį procesą, pasitelkiant pasirinktą refleksijos modelį.

Rezultatai. Supervizija „įtraukė“ dalyvius į patirtinio mokymosi procesą, kai apjungiamas ugdymas, profesinė veikla ir asmenybės augimas. Pripažinta, kad supervizija yra vertinga kvalifikacijos kėlimo forma, pažymima, kad supervizija yra puiki ne tik prevencinė, bet ir postvencinė priemonė perdegimo sindromo situacijoje. Daugelis proceso dalyvių siūlo superviziją įtraukti į kvalifikacijos kėlimo sistemą. Efektyvios būtų ne tik grupės ar komandos, bet ir individualios supervizijos.

Išvados. Supervizija gali padėti medicinos darbuotojams išvengti perdegimo sindromo, padėti jiems ugdytis reflektyviuosius įgūdžius. Kalbėjimas ir reflektavimas grupėje kuria pasitikėjimo atmosferą, gimsta drąsa dalintis, prašyti pagalbos, kai to reikia. Tai asmeninės profesinės kompetencijos bei organizacijos kultūros kėlimo ir tobulinimo priemonė.

Reikšminiai žodžiai: supervizija sveikatos priežiūroje, perdegimo sindromas, refleksija, profesinė gerovė.

Literatūra:

1. Dirgėlienė, I., Kavaliauskienė, V. 2016. Existential Issues of Supervision: Practical Discourse. Scientific Proceedings No 6. Latvian Christian Academy, p.117 – 125
2. Dirgėlienė, I., Alėjūnė, R. 2019. Supervizija atvejo vadyboje. Tiltai, Klaipėdos universiteto leidykla, p. 51 – 74.
3. Hawkins, P., & Shohet, R. 2012. Supervision in the Helping Professions. Maidenhead: Open University Press, 4st Edition.
4. Guiffreda, D. A. 2015. Constructive Clinical Supervision in Counseling and Psychotherapy. Routledge, 1st Edition.

PSICHOSOCIALINĖS SVEIKATOS POREIKIŲ RAIŠKA, TAIKANT DRAMOS TERAPINIUS ŽAIDIMUS PACIENTĖMS PATIRIANČIOMS DEPRESIJĄ

Rimantė Markauskienė^{1,2}, doc. dr. Violeta Rimkevičienė², doc. dr. Laimutė Samsonienė¹

*Vilniaus universitetas, Medicinos fakultetas, Sveikatos mokslų institutas¹,
Lietuvos muzikos ir teatro akademija²*

Remiantis PSO duomenimis, depresija yra viena labiausiai paplitusių pasaulyje psichikos sveikatos susirgimų. Šiuo susirgimu žmonės serga nepaisant amžiaus, lyties, socialinio statuso. Depresija yra sunkus ir sekinantis nuotaikos sutrikimas. Atlikta nemažai tyrimų, kurie skirti suprasti, kodėl žmonės susergera depresija, jos priežastį, trukmę, atkryčius, kurie pacientui sukelia kančias ir trikdo normalų jo funkcionavimą. Dramos terapija stacionarios reabilitacijos laikotarpiu taikoma viena arba kartu su medikamentiniu gydymu. Atlikta labai nedaug mokslinių tyrimų, kuriose pastebėta, kuriais pastebėta, kad dramos terapija leidžia sustiprinti žmogaus savastį, įsiklausyti ir įsisąmoninti savo pojūčius, poreikius, įvardinti savo jausmus, suprasti savo veiksmus, skatinti socialinius įgūdžius, skatinti emocinį atsparumą ir padėti spręsti psichologines problemas. Tačiau stinga įrodymų apie dramos terapijos poveikį pacientų sergančių depresiją, psichosocialinei sveikatai stacionarios reabilitacijos laikotarpiu.

Tikslas – atskleisti moterų, sergančių depresija, draminių žaidimų (DŽ) patyrimą jų psichosocialinės sveikatos poreikiams, stacionarios reabilitacijos laikotarpiu.

Metodika. Po grupinės dramos terapijos žaidimų naudojimo: 12 grupinių užsiėmimų, kurių trukmė 60 minučių, 2022 m. spalio – gruodžio mėnesiais buvo atliktas kokybinis tyrimas miesto psichiatrijos stacionare, naudojant pusiau struktūrizuotą interviu metodą. Tyrimo metodologija remiasi Maslow poreikių teorijos nuostatomis. Pasirinktas tyrimo tipas – indukcinė tematinė analizė (TA). Kadangi TA nėra griežtai apibrėžta, laisvesnė pokalbio eiga suteikia galimybę tiriamiesiems giliau atsiskleisti, išlaikant pokalbio struktūrą. Pagrindiniai interviu klausimai atliepė tiriamųjų fiziologinius, saugumo ir bendravimo bei saviraiškos poreikius. Patogiosios atrankos būdu į tyrimą atrinktos septynios moterys sergančios depresiją. Pusiau struktūrizuoto interviu trukmė - 30-60 min.. Gauti TA analizės duomenys buvo transkribuojami, suteikiant pirminius kodus, kodai skirstyti į potemes, o vėliau temas. Tyrimas atliktas laikantis etikos principų.

Rezultatai. Atlikus teminę analizę išryškėjo 5 pagrindinės temos su potėmis: 1. Dramos terapijos veiksmingumas: a) dramos terapija, kaip nauja veikla; b) dramos terapija, kaip laisvė veikti. 2. Psichosomatinės būsenos DT žaidimų procese: (a) mintys – skatinančios vidinius procesus; b) prasmės ieškojimas ir pagarba sau; c) emocijų raiška. 3. Dramos terapijos funkcionalumas: (a) kūnas mena viską; b) depresija ir „aš“; 4. Tyrimo dalyvių savivoka: a) savęs vertinimas; b) santykiai su artima aplinka. 5. Dalyvių buvimas „čia ir dabar“: a) spontaniškumas ir/ar veiksmas; b) dabarties momentas – įsisąmoninimas.

Apibendrinančios išvados. Atlikus TA rezultatų analizę, atsiskleidė tiriamųjų psichosocialinės sveikatos poreikiai: (1) fiziologiniai – sumažėjo kūno skausmas, išnyko nemalonūs pojūčiai, pagerėjo miegas, kvėpavimas, svorio pokyčiai, virškinimas; (2) saugumo – pagerėjo santykis su savimi ir kitais žmonėmis, išaugo savigarba; (3) asmenybės saviraiškos poreikiai: noras tobulėti ir save realizuoti naujose veiklose, kūrybiškumas.

Reikšminiai žodžiai: depresija, psichosocialinės sveikatos poreikiai, dramos terapija, žaidimai.

SVEIKATINIMO VEIKSMINGUMAS IR SPECIALIEJI POREIKIAI HEALTH EFFECTIVENESS AND SPECIAL NEEDS

Audronė Pakalėkaitė, doc.dr.Laimutė Samsonienė

Vilniaus Kolegija Sveikatos priežiūros fakultetas, Reabilitacijos katedra

Oficialiame Europos sąjungos puslapyje nurodoma, kad 2006 metais gimė tik 2 kūdikiai su Cerebrinio paralyžiaus (CP) simptomais per 1000 gyvų gimusių kūdikių, o tuo tarpu Lietuvoje 2020 metais apie 5 kūdikius. Priežastys CP ir jo poveikis asmens funkcijai labai skiriasi, kadangi vieni gali vaikščioti, o kitiems reikia maksimalios pagalbos ir priemonių. Kai kurie žmonės turi intelekto negalią, kiti – ne. Taip pat gali pasireikšti epilepsija, aklumas ar kurtumas bei kiti negalavimai. Ši negalia yra visą gyvenimą trunkantis sutrikimas, todėl būtina laikytis nuostatų, kad tyrimai ir gydymas turi būti patikimi, individualizuoti bei saugūs. Moksliniai tyrimai, atlikti remtis naujausiomis žiniomis bei visuotinai pripažintais etikos principais, gali padėti pagerinti asmens su CP funkcinę veiklą, o tuo pačiu ir gyvenimo gerovę.

Tikslas – aptarti individualizuotos kineziterapijos programos (Programa) taikymą 13 metų berniukui, kuriam pasireiškia CP (spastinė diplegija) namų reabilitacijos sąlygomis.

Metodika. Sistemingas nestruktūrizuotas atvejo tyrimas buvo atliktas gavus tėvų ir tiriamojo sutikimus, bei laikantis visų etikos principų. Tyrimo laikotarpis nuo 2021-12-07d. iki 2022-05-10d.; tyrimo vieta – sporto klubas „FITUS“ ir tiriamojo namai. Taikyta Programa atliepanti į tiriamojo sveikatinimo poreikius. Pravesti 39 užsiėmimai, vieno užsiėmimo trukmė iki 65 min. Tyrimo instrumentai: PSO geros savijautos vertinimo anketa, Paauglio psichologinio funkcionavimo klausimynas, testai: „Sėstis ir siekti“, Liemens lenkimas į šoną, Bergo pusiausvyros skalė, 6 minučių ėjimas, Liemens raumenų ištvermė pagal McGill. *Atvejis – tiriamojo diagnozė:* pagal (TLK-10-AM) ligų kodus (G80.01) Spazminis dipleginis cerebrinis paralyžius (TLK-10-AM / ACHI / ACS elektroninis vadovas). 2010 m. konsultuotas neurologo ir nustatytas vaikų cerebrinis paralyžius (VCP). Pagal BFMF – I lygis. MACS – I lygis. Pagal GMFCS – II lygis. Gretutinių susirgimų nenustatyta.

Rezultatai. Tyrimo rezultatai parodė, kad vaiko savijauta ir emocijų raiška buvo dinamiška. Programa suteikė teigiamų emocijų ir davė pozityvų efektą. Po Programos taikymo geros savijautos balas padidėjo net 36 proc., o paauglio psichologinis funkcionavimas siekė net 60 balų (max 65b.), emocijos ir elgesys pagerėjo 3,45 proc. Antrojo testavimo gauti rezultatai parodė: tiriamasis galėjo lengviau judėti, emocinė būklė tapo stabilesnė; lankstumas į šonus pagerėjo 12,50 proc., o testo „Sėstis ir siekti“ rezultatas pagerėjo net 83 proc.; pusiausvyros balas pagerėjo 17 proc., 6 min ėjimo testas- 17,5 proc.; tiriamasis savarankiškai nuėjo net 50 m. daugiau nei prieš KP taikymą; pilvo preso įstrižinio kairės ir dešinės pusės raumenų santykis su nugaros raumenimis po pagerėjo 7 proc.; nugaros raumenų ir pilvo tiesiojo raumens statinės ištvermės laikas padidėjo 54,91proc..

Išvados. Nustatyta, kad Programa buvo saugi ir efektyvi tiriamojo fizinei ir emocinei sveikatai. Visi tirti judesio funkcijos parametrai ir emocinė sveikata pagerėjo. Atliktas taikomas tyrimas galėtų prisidėti prie žinių kaupimo bei teikiamų paslaugų kokybės, asmenims su cerebrinio paralyžiaus simptomais.

Reikšminiai žodžiai: spastinis paralyžius, judesio funkcijos parametrai, emocinė sveikata, kineziterapijos programa.

INTEGRALŪS SVEIKATOS VEIKSNIAI: AMŽIUS, FIZINIS AKTYVUMAS IR SOMATINIAI NEGALAVIMAI

INTEGRAL DETERMINANTS OF HEALTH: AGE, PHYSICAL ACTIVITY AND THE EXPRESSION OF SOMATISATION

Gailė Kašėtaitė, doc. dr. Laimutė Samsonienė

Vilniaus Kolegija Sveikatos priežiūros fakultetas, Reabilitacijos katedra

PSO duomenimis 5 procentai visos populiacijos suaugusiųjų serga depresija. Didžiausią grupę, kuriai pasireiškia somatizacijos simptomai, sudaro vyresni asmenys sergantys depresiją. Atlikta nemažai mokslinių tyrimų teigiančių, kad mažas fizinis aktyvumas yra sietinas su sumažėjusia depresijos rizika, o sėdimas laikas - su padidėjusia depresijos rizika. Be to yra mokslinių įrodymų, kad fizinio aktyvumo nauda gali reikšmingai nesiskirti nuo gydymo vaistais ir/ar psichoterapijos.

Tikslas – nustatyti suaugusių žmonių somatizacijos pasireiškimo ir bendro fizinio aktyvumo ryšį.

Metodika. Vienmomentinis skerspjūvio tyrimas atliktas miesto reabilitacinėje ligoninėje, suaugusių žmonių visuomeninėje organizacijoje bei internete. Tyrimas atliktas: laikotarpis 2022m. vasario – gegužės mėn.; gavus tiriamųjų bei įstaigos sutikimus ir laikantis visų etikos principų. Apklausta 120 respondentų, 64proc. – moterų, 36 proc. – vyrų, amžiaus vidurkis $68 \pm 5,2$ metai. Tyrimo dalyviams anketos pateiktos – spausdintu ir/ar internetiniu būdu. Įtraukimo į tyrimą kriterijai: (1) vyresni nei 55 metų asmenys; (2) taisyklingai užpildę anketą; (3) savanoriškai sutikę dalyvauti tyrime. Tyrimo duomenys apdoroti Microsoft Excel 2013 ir SPSS 25.0 kompiuterinėmis programomis.

Rezultatai. Pastebėta, kad tiriamųjų fizinis aktyvumas (FA) svyravo ribose nuo 20b. iki 118 b., todėl yra labai prastas (max galimi 400 FA b.). Tyrimo duomenimis somatizacija labiau pasireiškė tarp 64 <... m. tiriamųjų, nei jaunesnių 64>...m.. Absoliuti dauguma (77 proc.) jautė somatizacijos simptomus, kaip lengvą formą 68 proc., o sunkią formą 9 proc.. Nustatyta, kad sunkūs somatizacijos simptomai pas moteris pasireiškė dažniau (10 proc.) nei pas vyrus (2 proc.) . Tyrimo duomenimis nustatytas silpnas atvirkštinis koreliacinis ryšys tarp bendro fizinio FA ir somatizacijos pasireiškimo.

Išvados. Pagal gautus tyrimo rezultatus galima teigti, kad respondentų fizinis aktyvumas nepakankamas ir su amžiumi mažėjo. Tiriamųjų somatizacijos pasireiškimo formos priklausė nuo: amžiaus, lyties bei bendro fizinio aktyvumo. Nustatytas silpnas ryšys tarp tiriamųjų bendro fizinio aktyvumo ir somatizacijos pasireiškimo, skatina šioje srityje atlikti platesnius ir gilesnius tyrimus siekiant, kad vis daugiau fiziškai ir psichologiškai sveikų žmonių perkoptų 80-90 m. amžiaus ribą.

Reikšminiai žodžiai: fizinis aktyvumas, somatizacija, suaugę žmonės

Klaipėdos universiteto leidykla

TARPTAUTINĖ MOKSLINĖ KONFERENCIJA
„SAUGI, TVARI IR INOVATYVI APLINKA
SVEIKAM IR KOKYBIŠKAM GYVENIMUI“
Pranešimų tezės

Klaipėda, 2023

Išleido Klaipėdos universiteto leidykla, Herkaus Manto g. 84, 92294 Klaipėda
Tel. (8 46) 398 891, el. paštas: leidykla@ku.lt; interneto adresas: <http://www.ku.lt/leidykla/>