



## UČINAK PLUĆNE REHABILITACIJE U OSOBA S POST-COVID SINDROMOM

SMOLČIĆ V.<sup>1</sup>, Rožman A.<sup>1</sup>

<sup>1</sup> Poliklinika za bolesti dišnog sustava, Zagreb, Croatia  
*Plućna rehabilitacija*

### Objective:

**Uvod:** Post-COVID simptomi razvijaju se tijekom ili poslije COVID-19 infekcije, a nastavljaju se nakon 12 tjedana od početka bolesti. Bolesnici imaju smanjene funkcionalne sposobnosti, slabije podnošenje tjelesnog napora, otežano izvođenje aktivnosti svakodnevnog života i lošiju kvalitetu života. Stoga će veliki broj osoba s post-COVID sindromom trebati uključiti u program plućne rehabilitacije.

**Cilj:** Cilj rada je utvrditi učinkovitost postupaka plućne rehabilitacije u osoba oboljelih od post-COVID sindroma.

**Metode:** Istraživanje je provedeno u Poliklinici za bolesti dišnog sustava u Zagrebu u razdoblju od siječnja do lipnja 2021. godine na prigodnom uzorku ispitanika nakon preboljele bolesti COVID-19. U



istraživanju je sudjelovalo ukupno 55 ispitanika. Kao mjera uspješnosti terapije ispitana je plućna funkcija, snaga (MIP) i izdržljivost (T - lim) udisajnih mišića, proveden je Šest minutni test hoda, a za procjenu funkcionalnog statusa korištena je PCFS skala (Post Covid Functional Scale).

Tijekom plućne rehabilitacije koristili su se slijedeći postupci: tehnike relaksacije, različite vježbe disanja s ciljem održavanja i poboljšanja ventilacije pluća, pokretljivosti prsnog koša i dijafragme. Ostale terapijske vježbe uključivale su trening snage i izdržljivosti donjih i gornjih ekstremiteta kontinuiranim ili intervalnim oblikom treninga od niskog do umjerenog intenziteta, specifični trening inspiratornih mišića (IMT), vježbe za povećanje opsega pokreta, unaprjeđenje koordinacije i balansa.

**Rezultati:** T-testom je utvrđena značajna razlika u varijablama plućne funkcije IC, FVC, DLCOSB ( $p < 0.05$ ). U varijabli KCO nije nađena značajna razlika. U varijabli MIP kod muškaraca prije plućne rehabilitacije vrijednost je iznosila  $100 \pm 33$ , a poslije  $123 \pm 27$  ( $p < 0.05$ ). Kod žena je vrijednost MIP iznosila  $76 \pm 20$  prije plućne rehabilitacije, a nakon  $96 \pm 22$  ( $p < 0.05$ ). U varijabli T - lim vrijednost je iznosila  $17 \pm 28$  prije plućne rehabilitacije, a nakon  $85 \pm 58$  ( $p < 0.05$ ).

U duljini hodne pruge u Šest utvrđena je statistički značajna razlika u oba spola ( $p < 0.05$ ).

Za usporedbu rezultata na PCFS skali koja je ordinalna, izračunata je centralna i dominantna vrijednost. Obje vrijednosti su prije rehabilitacije iznosile 2, a nakon rehabilitacije 1. Značajnost razlike



primjenom Testa predznaka (Sign-test), nije se mogla utvrditi jer je bilo mnogo parova bez razlike između prvog i drugog mjerenja.

**Zaključak:** Plućna rehabilitacija je primjenjiva i učinkovita u osoba s post-COVID sindromom.