



UČINAK PLUĆNE REHABILITACIJE U OSOBA S POST-COVID SINDROMOM

SMOLČIĆ V.¹, Rožman A.¹

¹ 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 ± 33 , a poslije 123 ± 27 ($p < 0.05$). Kod žena je vrijednost MIP iznosila 76 ± 20 prije plućne rehabilitacije, a nakon 96 ± 22 ($p < 0.05$). U varijabli T - lim vrijednost je iznosila 17 ± 28 prije plućne rehabilitacije, a nakon 85 ± 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.