



Značaj šestominutnog testa u respiratornoj rehabilitaciji

Brankica Bošković

Specijalna bolnica „Sokobanja”

Apstrakt

Uvod: Šestominutni test hoda (6MWT-six-minute Walk Test) je standardizovani funkcionalni test, koji se često koristi u respiratornoj rehabilitaciji, kako bi se procenila tolerancija na napor (za fizičku aktivnost i kardiopulmonalnu izdržljivost) i fizička izdržljivost pacijenata sa različitim respiratornim obolenjima, kao što su hronična opstruktivna bolest pluća (HOBP), astma, intersticijske bolesti pluća. Značaj šestominutnog testa ogleda se u nekoliko ključnih aspekata, a to su: procena funkcionalne sposobnosti (omogućava procenu kako pacijenti funkcionišu u svakodnevnim aktivnostima), prilagođavanje rehabilitacije (na osnovu rezultata testa terapeuti mogu prilagoditi programe rehabilitacije da bi bolje odgovarali potrebama pacijenata), praćenje napretka (šestominutni test može se ponavljati tokom rehabilitacije kako bi se pratila promena u fizičkoj izdržljivosti tokom vremena, što može biti važno za motivaciju pacijenata i procenu efikasnosti terapije), identifikacija rizičnih faktora (pomaže u identifikaciji pacijenata koji su u većem riziku od komplikacija ili pogoršanja stanja, što bi omogućilo pravovremenu intervenciju), obuka i edukacija pacijenata (test može poslužiti kao alat za edukaciju pacijenata o njihovim zdravstvenim stanjima i ukazuje na važnost fizičke aktivnosti u rehabilitaciji), kvalitet života (poboljšanje rezultata šestominutnog testa često korelira sa poboljšanjem kvaliteta života pacijenata, što je važan cilj u respiratornoj rehabilitaciji).

Cilj: Ukazati na značaj šestominutnog testa u respiratornoj rehabilitaciji kako bi se kvalitetnije i sigurnije sproveda respiratorna rehabilitacija pacijenata sa respiratornim bolestima i kako bi se napravio individualni plan lečenja i rehabilitacije.

Metodologija rada: U metodologiji rada korišćena je deskriptivna metoda – analiza medicinske dokumentacije pacijenata. Analiziranjem dokumentacije posmatrani su sledeći parametri: pol, starosno doba, vrednosti FEV1 u spirometriji i vrednosti saturacije kiseonikom prilikom izvođenja šestominutnog testa. Pre uključivanja u istraživanje svi pacijenti

lečeni su od strane pulmologa medikamentoznom terapijom (dugodelujućim bronhodilatatorima, kratkodelujućim inhalacionim bronhodilatatorima, po potrebi inhalacionim bronhodilatatorima i teofilinima).

Rezultati rada: Rezultati su različiti, zavisno od stanja pacijenta, ciljeva rehabilitacije i pacijentovog napretka. Međutim, rezultati se mogu podeliti u nekoliko ključnih kategorija koje mogu pomoći u lečenju i rehabilitaciji fizičkog stanja pacijenata. Rezultati mogu biti sledeći: procena fizičkog kapaciteta (pređeni broj metara), povećanje izdržljivosti i smanjenje simptoma, promene u vitalnim parametrima (saturacija kiseonikom, puls i krvni pritisak), praćenje napretka tokom rehabilitacije, kvalitativne promene u simptomima i svakodnevnim aktivnostima, identifikacija područja za dalji rad i predikcija prognoze bolesti. U ovom istraživanju pacijenti koji su bili na fizičkom treningu, kao delu plućne rehabilitacije, povećali su snagu treniranih mišića, a samim tim i fizičku kondiciju i pokretljivost, a kao rezultat toga došlo je do povećanja vrednosti šestominutnog testa i vrednosti saturacije.

Zaključak: Rezultati primene šestominutnog testa hodanja u respiratornoj rehabilitaciji omogućavaju ključnu procenu funkcionalne sposobnosti pacijenta, praćenje napretka, prilagođavanje terapije i predviđanje prognoze bolesti. Test pomaže u identifikaciji područja koja zahtevaju dodatnu pažnju i omogućava prilagođavanje prema specifičnim potrebama pacijenta. Na kraju, rezultati šestominutnog testa igraju ključnu ulogu u optimizaciji terapijskog pristupa, povećanju fizičke izdržljivosti pacijenata i poboljšanju kvaliteta njihovog života. Ukratko, šestominutni test hodanjakoristan je alat za kvantifikaciju fizičkog kapaciteta i procenu napretka pacijenata tokom respiratorne rehabilitacije. Dokazan je značaj šestominutnog testa u proceni efekta respiratorne rehabilitacije, a došlo je i do poboljšanja subjektivnih i objektivnih simptoma bolesti.