

# Árangur þverfaglegrar endurhæfingar fyrir fólk með parkinsonsveiki. Samanburður á fjögurra og fimm vikna hópmeðferð.

Andri Þór Sigurgeirsson sjúkraþjálfari, Elísabet Arnardóttir talmeinafræðingur, Ólöf H. Bjarnadóttir læknir. Tauga- og hæfingarvið, Reykjalundur endurhæfing.

## Inngangur

Fólki með parkinsonsveiki hefur staðið til boða að taka þátt í heilsuefingu og endurhæfingu á Reykjalundi frá árinu 1998. Í byrjun var endurhæfingartímabilið fimm vikur, en frá hausti 2002 fjórar vikur. Samantekt árangursmælinga fimm vikna endurhæfingar var gerð 2001 og gaf til kynna góðan árangur. Ekki hefur verið athugað hvort sambærileg fjögurra vikna endurhæfing skili árangri og ef svo reyndist, hvort hann væri jafn góður og eftir fimm vikna þjálfun.

## Tilgangur

Tilgangur rannsóknarinnar var tvíþættur.

1. Að athuga árangur fjögurra vikna hópendurhæfingar fyrir fólk með parkinsonsveiki.
2. Að kanna hvort munur væri á árangri eftir fjögurra og fimm vikna hópendurhæfingu fyrir fólk með parkinsonsveiki.

## Aðferð

Endurhæfing var hefðbundin þverfagleg, þar sem lögð var áhersla á að bæta andlega og líkamlega líðan og færni sjúklinga.

Ákveðnar mælingar voru gerðar fyrir meðferð, í lok meðferðar og þremur mánuðum eftir að meðferð lauk: UPDRS (Unified Parkinson's Disease Rating Scale, mat á einkennum og taugaskoðun), 6 mínútna göngupróf, TUG (Timed Up and Go) og mæling á raddstyrk.

1. Endurhæfing fór fram í fjögurra til sjö manna hópum og stóð yfir í fjórar vikur. Í hópa var valið eftir líkamlegri getu metið út frá Hoehn og Yahr flokkun (HY) og aldri.
2. Niðurstöður úr fimm vikna endurhæfingu 2001 (5v), voru bornar saman við niðurstöður úr fjögurra vikna endurhæfingu 2007 (4v).

## Þátttakendur

Þátttakendur voru 62 parkinsonssjúklingar (33 í 5v og 29 í 4v) af biðlista tauga- og hæfingarviðs Reykjalundar. Þeir voru sambærilegir að öllu leyti, fyrir utan sjúkdómslengd, en meðaltal sjúkdómslengdar í 5v var 8,1 ár (SEM=1,1 ár), en í 4v 5,4 ár (SEM=0,7 ár) ( $P = 0,0463$ ). Meðal HY fyrir alla var 2,2. Meðalaldur var 66 ár.

## Árangur eftir fjögurra vikna endurhæfingu

	Fjöldi (N)	Fyrir	Eftir (P)	3 mán (P)
UPDRS	20	30,7	28,2 (0,0665)	29,1 (0,2291)
Raddstyrkur (dB)	20	73	84 ( $<0,0001$ )	83 ( $<0,0001$ )
6 mín göngupróf (m)	21	456	505 (0,0011)	500 (0,0031)
TUG (sek)	21	9,7	7,4 ( $<0,0011$ )	8 (0,0011)

Marktektarmörk ( $\alpha$ ) sett við 5%.

Tölfræðipróf: Gerð var dreifigreining (ANOVA), en aðeins birt hér P-tala úr Fischer PLSD eftirprófi. Miðað er við gildi fyrir endurhæfingu.

## Umræða

Fjögurra vikna hópendurhæfing fyrir parkinsonsveika skilar árangri sem helst við eftirfylgd eftir þrjá mánuði. Þegar borin er saman fjögurra og fimm vikna endurhæfing kemur í ljós að árangur eftir fimm vikur er almennt meiri en eftir fjórar vikur. Við þriggja mánaða eftirfylgd hefur þessi munur jafnað út. Mögulega er framboð á þjálfun eftir útskrift meira nú en áður og því auðveldara að beina fólki í ákveðinn farveg til æfinga við hæfi.

## Samanburður á fjögurra og fimm vikna endurhæfingu

	5v–4v		5v (3 mán) – 4v (3 mán)	
	Munur	P	Munur	P
Raddstyrkur (dB)	6,2	0,0008	3,1	0,239
6 mín göngupróf (m)	37	0,0537	25	0,3474
TUG (sek)	-1,4	0,0382	-0,8	0,1926

Marktektarmörk ( $\alpha$ ) sett við 5%.

Tölfræðipróf: Óparað T-próf.

## Samantekt

➤ **Virk endurhæfing í fjórar vikur og fimm vikur skilar árangri.**

➤ **Fimm vikna endurhæfing skilar marktækt meiri árangri en fjögurra vikna.**