



## ŠIRDIES IR KRAUJAGYSLIŲ LIGŲ RIZIKOS GRUPEI PRIKLAUSANTIEMS ASMENIMS TAIKOMŲ GRUPINIŲ MOKYMŲ, SKIRTŲ STIPRINTI SVEIKATĄ, VEIKSMINGUMO VERTINIMAS

**Vertinimo vadovė:** dr. Aušra Beržanskytė

**Atsakinga vykdytoja:** Iveta Petraitytė

**Vertinimo tipas:** išsamusis vertinimas

**Vertinimo laikotarpis:** 2016 – 2017 m.

**Pagrindimas.** Vertinimas atliktas vadovaujantis Higienos instituto 2017 m. veiklos planu (8.7 priemonė), patvirtintu Lietuvos Respublikos sveikatos apsaugos ministro 2017 m. kovo 13 d. įsakymu Nr. V– 293. Širdies ir kraujagyslių ligos Lietuvoje ir visame pasaulyje yra pagrindinė žmonių mirties priežastis. 2015 metų duomenimis 17,7 milijono žmonių mirė dėl širdies ir kraujagyslių ligų. Lietuvoje vykdoma širdies ir kraujagyslių ligų didelės rizikos grupei skirta atrankos ir prevencijos programa, 2005 m. patvirtinta Sveikatos apsaugos ministro įsakymu. Nuo 2014 m. patvirtintas širdies ir kraujagyslių ligų rizikos grupės asmenų sveikatos stiprinimo tvarkos aprašas, kuriuo siekiama pagerinti širdies ir kraujagyslių ligų rizikos grupės asmenų sveikatą, vykdant mokymus interaktyvių paskaitų, diskusijų, demonstracijų, atvejų analizės ir praktinių užsiėmimų būdu 10 – 20 asmenų grupėms.

**Vertinimo tikslas** - įvertinti grupinių mokymų, taikomų širdies kraujagyslių ligų rizikos grupei priskiriamų asmenų sveikatai stiprinti, veiksmingumą ir veiksmingų mokymų organizacinių aspektų atitiktį Lietuvos praktikai.

### **Vertinimo klausimai:**

1. Ar sveikatos ir kitų specialistų vedami grupiniai mokymai, kuriuos sudaro: interaktyvios paskaitos, diskusijos, demonstracijos, atvejų analizės ir/ar praktiniai užsiėmimai, yra veiksmingi: mažinant rūkymą, alkoholio vartojimą, keičiant mitybos įpročius, didinant fizinį aktyvumą, mažinti stresą, gerinant savijautą?
2. Kokie yra pagrindiniai veiksmingų grupinių mokymų komponentai, skirtų stiprinti, širdies ir kraujagyslių ligų rizikos grupei priklausančių asmenų, sveikatą?
3. Kokie yra pagrindiniai veiksmingų grupinių mokymų, skirtų stiprinti, širdies ir kraujagyslių ligų rizikos grupei priklausančių asmenų, sveikatą, organizaciniai aspektai?
4. Kaip grupiniai mokymai, skirti stiprinti širdies ir kraujagyslių ligų rizikos grupei priklausančių asmenų, sveikatą yra organizuojami Lietuvoje?

**Vertinimo metodai.** Siekiant įvertinti grupinių mokymų, taikomų širdies ir kraujagyslių ligų rizikos grupei priskiriamų asmenų sveikatai stiprinti, veiksmingumą, buvo atlikta sisteminių mokslinių tyrimų apžvalga. Paieška atlikta Cochrane Library, Medline (per Pubmed), Web of Science, PsycINFO, SportDiscus, Wiley Online Library, DOAJ, Springer Link bei Taylor & Francis duomenų bazėse. Tyrimų kokybė buvo vertinama naudojant Cochrane Collaboration kokybės vertinimo klausimyną. Vertinti tyrimuose pateikiami rezultatai, kurie gauti subjektyviais (apklausos būdu) ir/arba objektyviais (paremti matavimais) metodais. Buvo vertinami pirminiai

ir/arba antriniai rezultatų pokyčių/skirtumų rodikliai, su ne mažesniu nei 3 mėn. sekimo periodu (*angl. follow – up*).

**Rezultatai.** Mokslinių publikacijų duomenų bazėse rasti 60 648 moksliniai straipsniai. Atmetus straipsnių dublikatus buvo peržiūrėti 57 567 straipsniai. Į antrąjį etapą iš viso buvo atrinkti 434 straipsniai. Iš jų, į šią sistemine apžvalgą įtraukta 13 tyrimų. Tyrimuose vertintos intervencijos buvo teikiamos pirminės sveikatos priežiūros centruose, ambulatorinėse klinikose ar universitete. Pagrindiniai intervencijų teikėjai – fizioterapeutai, gydytojai dietologai, psichologai, gydytojai, fizinio parengimo treneriai. Intervencijas dažniausiai sudarė dvi dalys – fizinio parengimo treniruotės, kurias vedavo fizinio parengimo treneriai (šiaurietiškas ėjimas, vandens aerobika ir pan.) bei mitybos paskaitos paremtos elgesio keitimo modeliu. Visi 13 į apžvalgą įtrauktų tyrimų, buvo prastos kokybės, nustatyta didelė sisteminių klaidų rizika. Kai kuriuose tyrimuose buvo nustatyta, kad intervencija turėjo įtakos reikšmingam rūkančiųjų dalies sumažėjimui, riebalų vartojimo sumažėjimui, fizinio aktyvumo, daržovių vartojimo padidėjimui, kūno masės, liemens apimties, kraujospūdžio sumažėjimui, tačiau apskaičiuoti intervencijos efekto dydžiai nedideli. Nė viename tyrime nebuvo nustatytas reikšmingas alkoholio vartojimo sumažėjimas.

### **Išvados.**

1. Į sistemine apžvalgą įtraukti tyrimai rodo, kad grupinių mokymų, taikomų širdies kraujagyslių ligų rizikos grupei priskiriamų asmenų sveikatai stiprinti, veiksmingumas abejotinas, o dėl prastos tyrimų kokybės, gauti rezultatai nėra patikimi.
2. Tarp tyrimuose vertintų intervencijų nebuvo nei vienos kuri pilnai atitiktų Lietuvoje vykdomos programos komponentus ir organizacinius aspektus. Dėl šios priežasties remiantis apžvalgos rezultatais, teigti, kad ir Lietuvoje vykdoma programa yra neveiksminga, negalima.

Daugiau informacijos Jums gali suteikti Higienos instituto Visuomenės sveikatos technologijų centro Technologijų vertinimo skyriaus vyr. specialistė Iveta Petraitytė, tel. (8 5) 261 4184, el. p. [iveta.petraityte@hi.lt](mailto:iveta.petraityte@hi.lt)