

KAUNO
KOLEGIJA



MOKSLAS IR STUDIJOS: 2020

Studentų tiriamųjų darbų konferencijos pranešimų santraukų leidinys

2020



Medicinos fakultetas

MOKSLAS IR STUDIJS: 2020

Studentų tiriamųjų darbų konferencijos pranešimų santraukų leidinys

2020 m. birželio 30 d.
Kaunas

Apsvarstyta Medicinos fakulteto posėdyje 2020 m. birželio 17 d. protokolo Nr. M 10-9

Mokslinis komitetas:

dr. Lijana Navickienė, MF prodekanė

dr. Rasa Tamulienė, Burnos sveikatos katedros lektorė

dr. Rasa Volskienė, Medicinos technologijų ir dietetikos katedros docentė

dr. Viktorija Piščalkienė, Slaugos katedros docentė

dr. Daiva Bubelienė, Socialinio darbo katedros docentė

dokt. Milda Gintilienė, Reabilitacijos katedros lektorė

Sudarė: dr. Lijana Navickienė

Recenzavo:

dr. Rasa Tamulienė

dr. Lijana Navickienė

dr. Viktorija Piščalkienė

dr. Rasa Volskienė

dr. Daiva Bubelienė

dokt. Milda Gintilienė

Maketavo: Dalia Kiverienė

Redagavo: Giedrutė Grigonienė

Išleido: Kauno kolegijos Reklamos ir medijų centras

ISBN 978-9955-27-575-6

© Kauno kolegija

Turinys

Moterų žinios apie veikliąsias medžiagas koreguojančios jaunatvinių spuogų problemas	6
Tepalo su paprastosios eglės sakais gamybos technologija ir antimikrobinio poveikio tyrimas.....	8
Visuomenės žinios apie bandymus su gyvūnais ir gyvūninės kilmės ingredientų bei jų alternatyvų naudojimą kosmetikos pramonėje.....	10
Tėvų, kurių vaikai lanko Alytaus rajono X ir Y darželius, žinios apie helmintozes	12
Gyventojų nuomonė apie kūdikiams ir vaikams skirtos kosmetikos gaminius bei jų vartojimą	14
Kosmetologų žinios apie antioksidantus ir jų įtaką odai	16
Kosmetologų žinių apie peptidus ir jų poveikį odai vertinimas	18
Slaugytojų, teikiančių skubiąją medicinos pagalbą, patiriama rizika sveikatai.....	19
Gydytojų odontologų žinios apie emalio hipomineralizaciją bei klinikinę patirtis ją diagnozuojant ir gydant	21
Vitamino C poveikis odai bei pritaikymo galimybės kosmetologijoje	22
Dietos įtaka emocinei sveikatai.....	24
Vaikų odontologinio gydymo baimės: tėvų, turinčių ir neturinčių medicininio išsilavinimo, nuomonė	25
Tėvų žinios ir „Kūdikių SPA“ specialistų nuomonė apie SPA procedūrų poveikį kūdikių raidai ir savijautai	27
Vyrų žinių apie priešinės liaukos vėžio ankstyvosios diagnostikos programą vertinimas	28
Statinio ir dinaminio raumenų darbo poveikis liemens raumenų jėgai ir išstvermei	30
Rūkančiųjų seilių Ph rodiklio pokyčiai	31
Dražė, pagamintų iš liofilizuotų uogų ir daržovių, momentinis poveikis gliukozės kiekiui kapiliariniame kraujyje, sergantiems cukriniu diabetu.....	33
Gyventojų požiūris į kosmetologines kūno procedūras ir etiško aptarnavimo įtaką jų pasirinkimui	35
X liginės rentgeno skyriuje atliktų tyrimų dinamika 2017-2019 m.....	36
Moterų nuomonė apie foto pažeistos odos korekcijos galimybes kosmetinėmis priemonėmis ir procedūromis ..	38
Farmacinės paslaugos teikimo su dermatologinėmis priemonėmis su SPF faktoriumi tyrimas.....	39
Kosmetologų žinios apie balinamųjų procedūrų poveikį mikropigmentuotai odai	41
Lūpų pieštuko su liofilizuotomis avietėmis ir vaistinės melisos aliejine ištrauka gamybos technologija	43
Profesijos pasirinkimą lemiantys veiksniai, renkantis vaistininko arba vaistininko padėjėjo (farmakotechniko) profesiją: tarpkultūrinis palyginimas.....	45
Žmonių su padidėjusiu kraujospūdžiu maitinimosi bei gyvenamosios ypatumai	47
Skirtingo amžiaus žmonių grupių žinios apie pasiruošimą gliukozės tyrimui	48
„X“ gimnazijos mokinių žinios apie sveiką mitybą ir jų maitinimosi įpročiai	49
Odontologijos klinikų darbuotojų žinios apie rankų higieną	51
Gyventojų nuomonė apie kosmetinių priemonių ir procedūrų poveikį sprendžiant hiperpigmentacijos problemas	53
Natūralią ir ekologišką kosmetiką naudojančių moterų nuomonė apie šios kosmetikos privalumus ir trūkumus ..	54
Skirtingų kineziterapijos metodikų poveikis skausmui ir funkcinei būklei asmenims su smilkininio apatinio žandikaulio sąnario funkciniais sutrikimais ir apatiniu kryžminiu sindromu.....	56
Pacientų, sergančių išsėtine skleroze, gyvybinių veiklų pokyčiai bendrosios praktikos slaugytojų požiūriu	58
Dražė, pagamintų iš ekstruduočių kukurūzų, momentinis poveikis gliukozės kiekiui kapiliariniame kraujyje sergantiems cukriniu diabetu žmonėms	60
Studentų žinios apie dilgėlės, garšvos ir kiaulpienės antimikrobinį aktyvumą	62
Visuomenės vaistinėse teikiamų paskaugų prieinamumas X miesto gyventojams su judėjimo negalia Covid-19 karantino metu	64
X kolegijos studentų profesinio perdegimo apraiškos.....	66

Paruoštų valgymui salotų mikrobinis užterštumas	67
Kauno mokyklos – darželio „Rūtėlė“ vaikų maitinimosi įpročių namuose ir mokykloje tyrimas	68
Studentų žinios apie medėjančio ir tikrojo alavijo antimikrobinį veikimą	70
Socialinio darbuotojo formuojamas įvaizdis internetinėje Lietuvos žiniasklaidoje	72
Mobiliųjų kosmetologijos paslaugų poreikis gerinant įvairių socialinių grupių asmenų gyvenimo kokybę.....	73
Pacientų komforto vertinimas slaugos ir palaikomojo gydymo įstaigose	75

MOTERŲ ŽINIOS APIE VEIKLIĄS MEDŽIAGAS KOREGUOJANČIOS JAUNATVINIŲ SPUOGŲ PROBLEMAS

Jūratė Babynienė

*Kosmetologijos studijų programa
Kauno kolegija*

Darbo vadovė - dr. Diana Barragan Ferrer

Įvadas

Jaunatviniai spuogai yra viena iš labiausiai paplitusių dermatologinių sutrikimų, kurių paplitimas siekia 22 proc. Tai yra liga, pasireiškianti 70–95 proc. pacientų, kurie skundžiasi dermatologiniais odos susirgimais (Usma ir kt., 2019). Jaunatviniai spuogai dažniausiai pasireiškia paauglių tarpe (13-19 metų), tačiau gali atsirasti ir vėliau, suaugusiems žmonėms apie 25-40 metus, tai yra vadinama vėlyvąja akne (Kirvaitienė ir kt., 2013). Nors ši liga nėra mirtina, žmonės turintys jaunatvinius spuogus dažnai nepasitiki savimi, jiems kyla įvairių psichologinių problemų. Tai paliečia ne tik asmeninius, bet ir socialinius gyvenimo aspektus (McLaughlin ir kt., 2019). Žmonės turintys jaunatvinius spuogus stengiasi šią problemą išspręsti naudodami kosmetikos priemones: prausiklius, kremus, serumus, tonikus su įvairiomis veikliosiomis medžiagomis, kurios, jų nuomone, turėtų padėti palengvinti šią odos problemą. Labai dažnai naudojami ingredientai yra BHA (salicilo rūgštis), AHA (glikolio, pieno rūgštys) bei azelaino rūgštis. Nors šie ingredientai yra dažnai naudojami, tačiau ne visi žino, kokį poveikį odai jie duoda. Taip pat yra nežinoma, kokį poveikį jaunatvinių spuogų pažeistai odai duoda įvairūs aliejai.

Tyrimo tikslas atskleisti moterų žinias apie veikliąsias medžiagas koreguojančios jaunatvinių spuogų problemas ir liekamuosius reiškinius.

Tyrimo uždaviniai.

1. Išskirti veikliąsias medžiagas, kurios koreguoja jaunatvinių spuogų požymius ir liekamuosius reiškinius, jų poveikį odai.
2. Įvertinti moterų žinias apie kosmetikos produktuose esančias veikliąsias medžiagas skirtas jaunatvinių spuogų korekcijai

Raktiniai žodžiai: jaunatviniai spuogai, žinios, aliejai

Metodologija

Mokslinių šaltinių analizė ir kiekybinis tyrimas. Duomenys rinkti taikant apklausos raštu metodą. Anketa buvo pateikta internetinėje erdvėje, talpinama socialiniuose tinkluose, skirtuose kosmetologams ir atsitiktine atranka išsiųsta kosmetologams asmeniškai.

Anketą sudarė 22 uždarieji klausimai, 13 iš šių klausimų galėjo turėti tik vieną atsakymo variantą, kiti 9 klausimai turėjo kelis atsakymų variantus. Anketos tikslas - išsiaiškinti moterų žinias apie veikliąsias medžiagas, koreguojančias jaunatvinių

spuogų požymius bei jų naudojimą. Tyrime dalyvavo 103 respondentai. Tiriamųjų atrankos kriterijai: lytis – moterys; amžius – buvo išskirtos dvi amžiaus grupės: 18 – 25 m. ir 26 – 35 m. Tyrimo eigoje buvo pasirinktos toliau apklausti tik tos moterys, kurios turi jaunatvinių spuogų ar jų liekamųjų reiškinių. Surinktų duomenų sisteminiui, analizei, palyginimui ir grafiškam pavaizdavimui buvo naudota Microsoft Office Excel programa.

Rezultatai

Tyrimo rezultatai parodė, kad dalis moterų žino, kokios veikliosios medžiagos padeda jaunatvinių spuogų pažeistai odai. Dažniausiai kaip pagrindines medžiagas jaunatvinių spuogų korekcijai įvardijo salicilo, glikolio rūgštis. Iš apklausos rezultatų galime teigti, kad salicilo rūgštis yra geriausiai žinoma tarp moterų dėl savo priešuždegiminio ir poras sutraukiančio poveikio, o glikolio rūgštis - dėl odos tekstūrą lyginančio bei drėkinančio poveikio odai. Moteris mažai žino apie azelaino rūgštį ir jos savybes. Respondentės nežinojo, kad AHA ar BHA rūgštis neturi maitinančio ar odos lipidinę plėvelę atstatančio poveikio. Tyrimo rezultatai atskleidė, kad moterims trūksta žinių apie aliejų taikymą liekamųjų reiškinių korekcijai. Moterys nežinojo apie saulėgrąžų aliejaus savybes ir naudojimą spuogutos odos liekamiesiems reiškiniams koreguoti. Tik maža dalis moterų įvardijo medetkų aliejaus savybes ir jo taikymą kosmetologijoje.

Išvados

1. Veikliosios medžiagos, kurios padeda kovoti su jaunatvinių spuogų požymiais yra: glikolio, salicilo, azelaino ir pieno rūgštys, kurios lygina odos tekstūrą, veikia kaip tirozinazės inhibitorius bei skatina audinių atkūrimą. Saulėgrąžų sėklų aliejus, kuris pasižymi odos lipidinę plėvelę atstatančiomis, antioksidacinėmis, priešuždegiminėmis savybėmis, medetkų aliejus, kuris turi žaizdas gydantį, priešuždegiminį, antibakterinį priešgrybelinį poveikį, todėl šie aliejai tinka naudoti po jaunatvinių spuogų odos koregavimui.
2. Atlikus tyrimą nustatyta, kad moterys žino, kad jaunatvinių spuogų pažeistai odai padeda tokios veikliosios medžiagos, kaip salicilo ir glikolio rūgštys, tačiau moterims trūksta žinių apie hidrolizuoto saulėgrąžų sėklų aliejaus galimybes

koreguojant jaunatvinių spuogų požymius ir liekamuosius reiškinius.

Literatūra

1. Usma, I, Nakhshab, C. (2019). Serum levels of androgens in acne & their role in acne severity.” *Pakistan journal of medical sciences*, 35(1): 146-150. doi: 10.12669/pjms.35.1.131
2. Kirvaitienė, J ir kt. (2013). Jaunatvinių spuogų diagnostikos bei koregavimo galimybių kosmetinėmis priemonėmis ir procedūromis sąsajos su subjektyviai vertinama sveikata. *Sveikatos mokslai*, 23(4): 69-77. doi:10.5200/sm-hs.2013.094
3. McLaughlin, J, ir kt. (2019). Propionibacterium acnes and Acne Vulgaris: New Insights from the Integration of Population Genetic, Multi-Omic, Biochemical and Host-Microbe Studies. *Microorganisms*,7(5):128. doi.org/10.3390/microorganisms705012

TEPALO SU PAPRASTOSIOS EGLĖS SAKAIS GAMYBOS TECHNOLOGIJA IR ANTIMIKROBINIO POVEIKIO TYRIMAS

Šarūnas Bagdonas

Farmakoteknikos studijų programa
Kauno kolegija

Konsultantė – Žaneta Maželienė
Darbo vadovė – dr. Asta Marija Inkėnienė

Ivadas

Andersson (2003) teigia, kad pastarąjį dešimtmetį pastebima vis didesnė bakterijų adaptacija antibiotikams. Vis daugiau rūšių bakterijų tampa atsparios jau turimiems antibiotikams, todėl yra svarbu tirti bakterijų jautumą skirtingiems junginiams, ieškoti naujų medžiagų, pasižyminčių antimikrobinio poveikiu.

Augalinė vaistinė žaliava pasižymi cheminiais junginiais, kurie veiksmingai stabdo kliniškai reikšmingų, infekcijas sukeliančių patogeninių bakterijų augimą, tokių kaip *S. aureus*, *S. epidermidis*, *K. pneumoniae*, *P. aeruginosa* ir kt.

Kadangi oda yra didžiausias žmogaus organas ir atlieka barjerinę organizmo funkciją, didelis jos plotas nuolat kontaktuoja su potencialiai patogeninėmis bakterijomis. Anot Stulberg ir kt. (2002), bakterinės odos infekcijos yra 28-oje vietoje pagal dažniausias hospitalizacijos priežastis. Jos dažniausiai pasireiškia paviršiniaus odos pažeidimais, tokiais kaip bakterinės kilmės odos uždegimas, pūlinis plaukų folikulų uždegimas ar pūliuojančios bei kraujuojančios žaizdos.

Labiausiai tinkama vaisto forma odos ligoms gydyti yra tepalai. Jie pasižymi savybe ilgai išlikti ant odos paviršiaus, todėl yra itin tinkami paviršinėms odos infekcijoms gydyti. Taip pat tepalų bioprieinamumas yra didesnis nei geriamųjų vaisto formų, nes vaistinės medžiagos paskirstomos tiesiai į veikimo vietą, nėra metabolizuojamos kepenų.

Problema - kaip sukurti antimikrobinį natūralios kilmės preparatą, kuris būtų veiksmingas prieš kliniškai svarbius, infekcijas sukeliančius patogeninius mikroorganizmus?

Tikslas - nustatyti sukurto tepalo su paprastosios eglės sakais antimikrobinį poveikį kliniškai svarbiems patogeniniams mikroorganizmams.

Uždaviniai:

1. Aprašyti tyrimui palankius mikroorganizmus bei paprastosios eglės fitochemines savybes.
2. Sukurti antimikrobinį tepalą su paprastosios eglės spyglių maceratu ir sakais, atsižvelgiant į sudėtinių medžiagų savybes.
3. Nustatyti pagaminto tepalo antimikrobinį poveikį pasirinktiems mikroorganizmams.

Raktiniai žodžiai: paprastoji eglė, antibakterinis poveikis, tepalo gamyba.

Metodologija

Teoriniam tyrimui buvo taikyta literatūros šaltinių analizė, siekiant pasirinkti tyrimui tinkamas mikroorganizmų kultūras, nustatyti antimikrobinio poveikio pasižyminčią vaistinę žaliavą tepalui gaminti ir apžvelgti puskiečių vaisto formų gamybos technologiją.

Empirinio tyrimo metu, atsižvelgiant į literatūrą, bičių vaško pagrindu buvo pagamintas tepalas, į kurį įterpti paprastosios eglės maceratas ir sakai.

Antimikrobinis tyrimas atliktas taikant šulinėlių metodą, kurio metu tirtas atskirų sudėtinių tepalo dalių ir galutinio tepalo antimikrobinis poveikis etaloninėms *S. aureus* ATCC 25923, *S. epidermidis* ATCC 12228, *E. faecalis* ATCC 29212, *E. coli* ATCC 25922, *K. pneumoniae* ATCC 13883, *P. aeruginosa* ATCC 27853, *P. vulgaris* ATCC 8427, *B. cereus* ATCC 11778 bakterijų kultūroms ir *C. albicans* ATCC 10231 grybeliui.

Rezultatai

Empirinio tyrimo metu buvo sumodeliuota antimikrobinio tepalo sudėtis. Tepalas sudarytas iš geltonojo bičių vaško (20 %), ir aliejinės saku dervos (80 %), kuri susideda iš paprastosios eglės spyglių macerato (53 %) ir paprastosios eglės saku (27 %).

Buvo iširtas tepalo antimikrobinis poveikis 8 bakterijų kultūroms ir 1 grybeliui. Mikroorganizmų kultūrų inhibicija nustatyta milimetrais (mm) pagal skaidrią zoną apie tirtą preparatą po 21 valandos inkubacijos termostate normalioje žmogaus odos temperatūroje (apie 36 °C).

Pagamintas tepalas efektyviausiai stabdo *S. aureus* (15 mm diametro skaidri zona) ir *B. cereus* (13 mm diametro skaidri zona) bakterijų kultūrų augimą. Taip pat efektyviai stabdomas *P. aeruginosa* bakterijų augimas (12 mm skaidri zona) bei *S. epidermidis* ir *P. vulgaris* bakterijų augimas (11 mm skaidri zona). Antimikrobinis tepalas neveiksmingas prieš *E. faecalis*, *E. coli* ir *K. pneumoniae* bakterijas bei *C. albicans* grybelį (skaidrios zonos nėra).

Išvados

1. Remiantis moksline literatūra, aprašytos tyrime naudotų mikroorganizmų fiziologinės ir patogeninės savybės. Paprastoji eglė kaupia junginius, pasižyminčius antimikrobinio poveikiu

prieš gram-teigiamas ir gram-neigiamas bakterijas, taip pat ir grybelius.

2. Tepalo gamybai kaip pagrindas buvo pasirinktas geltonasis bičių vaškas, į kurį įterpta aliejinė saku derva, sudaryta iš paprastosios eglės spyglių macerato alyvuogių aliejuje ir eglės saku.
3. Nustatyta, kad pagamintas tepalas buvo veiksmingas stabdant tiek gram-teigiamų (*S. aureus*, *S. epidermidis*, *B. cereus*), tiek gram-neigiamų (*P. aeruginosa*, *P. vulgaris*) bakterijų kultūrų augimą, tačiau neveiksmingas prieš *C. albicans* grybelį.

Literatūra

1. Andersson, D. I. (2003). Persistence of antibiotic resistant bacteria. *Current opinion in microbiology*.
2. R. M. Mehta (2003). *Dispensing Pharmacy*. Vallabh Prakashan.
3. Stulberg, D. L., Penrod, M. A., & Blatny, R. A. (2002). Common bacterial skin infections. *American family physician*.
4. Xu, H. X., & Lee, S. F. (2001). Activity of plant flavonoids against antibiotic-resistant bacteria. *Phytotherapy Research: An International Journal Devoted to Pharmacological and Toxicological Evaluation of Natural Product Derivatives*.

VISUOMENĖS ŽINIOS APIE BANDYMUS SU GYVŪNAIS IR GYVŪNINĖS KILMĖS INGREDIENTŲ BEI JŲ ALTERNATYVŲ NAUDOJIMĄ KOSMETIKOS PRAMONĖJE

Gabrielė Balaišytė ir Aušrinė Vaitkutė

*Kosmetologijos studijų programa
Kauno kolegija*

Darbo vadovė – Danguolė Grūnovienė

Ivadas

Temos aktualumą lemia tai, jog gyvūnų bandymai ilgą laiką buvo, o kai kuriose valstybėse vis dar yra neišvengiami ir būtini metodai, užtikrinantys kosmetikos priemonių bei jų ingredientų saugumą. (Min, Lee ir Zhao, 2018). Tačiau pastaruoju metu, vis daugiau dėmesio atkreipiama į gyvūnų teises, todėl imta svarstyti apie žiaurių bei nehumaniškų tyrimų draudimus ir jų alternatyvas. (Vara Prasad Sakai ir kt., 2016). Prie gyvūnų teisių užtikrinimo ir jų testavimo uždraudimo stipriai prisideda ir socialiniuose tinkluose vis dažniau skelbiama informacija (Min, Lee ir Zhao, 2018).

Nors dalis visuomenės vis dar mato gyvūninės kilmės produktų pranašumą, specialistai įvairiais tyrimais ne kartą įrodė, jog tokius pat ar net geresnius rezultatus galima gauti naudojant augalinės kilmės alternatyvas (Cheng, 2019).

Tyrimo problema – kokios yra visuomenės žinios apie bandymus su gyvūnais ir gyvūninės kilmės ingredientų bei jų alternatyvų naudojimą kosmetikos pramonėje?

Tikslas – atskleisti visuomenės žinias apie bandymus su gyvūnais ir gyvūninės kilmės ingredientų bei jų alternatyvų naudojimą kosmetikos pramonėje.

Tyrimo uždaviniai:

1. Aprašyti bandymų su gyvūnais istoriją, testus, alternatyvių metodų naudojimą kosmetikos pramonėje bei socialinių tinklų įtaką vartotojų nuomonei.
2. Teoriškai pagrįsti kosmetikos pramonėje naudojamų gyvūninės kilmės ingredientų bei jų alternatyvų poveikį.
3. Įvertinti visuomenės žinias ir kosmetologų teikiamą informacijos sklaidą apie bandymus su gyvūnais, alternatyvius metodus bei gyvūninės ir augalinės kilmės ingredientų panaudojimą kosmetikos pramonėje.

Raktiniai žodžiai: bandymai su gyvūnais, alternatyvos, ingredientai.

Metodologija

Tyrimui naudojamas literatūros analizės metodas, kurio tikslas – teoriškai pagrįsti bandymus su gyvūnais ir gyvūninės kilmės ingredientų bei jų alternatyvų naudojimą kosmetikos pramonėje. Taip pat buvo vykdoma apklausa raštu (internetinė), kuria siekiama įvertinti visuomenės žinias apie bandymus su gyvūnais, alternatyvius metodus bei gyvūninės ir augalinės kilmės ingredientų naudojimą kosmetikos pramonėje. Tyrime dalyvavo 50 vartotojų ir 50 kosmetologų iš Lietuvos bei 50 vartotojų iš įvairių

užsienio šalių: 20 Latvijos piliečių, 14 Ispanijos, 10 Lenkijos ir 6 Didžiosios Britanijos piliečiai. Siekiant identifikuoti ir pateikti internetinės apklausos metu gautus rezultatus bei išvadas, buvo atliekama statistinė ir grafinė duomenų analizė.

Rezultatai

Keičiantis žmonių pasaulėžiūrai gyvūnų gerovės suvokimo prasme, bet koks neigiamas elgesys, sukkeliantis gyvūnams skausmą ir kančias, tapo smerktinas. Nuo 2001 metų dėl socialinių tinklų įtakos žymiai pakito visuomenės nuomonė prieš eksperimentus su gyvūnais. Tyrimo metu gauti rezultatai parodė, kad visuomenei trūksta žinių apie bandymus su gyvūnais, gyvūninės kilmės ingredientus ir jų alternatyvas kosmetikos pramonėje. Nustatyta nepakankama kosmetologų informacijos sklaida apie bandymų su gyvūnais alternatyvas, švietėjiškos veiklos trūkumas. Kosmetologės, rekomenduodamos ir atlikdamos procedūras, klientams pataria, kokias kosmetikos priemones ir su kokiais ingredientais vertėtų rinktis, bet tik mažuma informuoja klientus apie naudojamus gyvūninės kilmės ingredientus kosmetinėse priemonėse. Dauguma tik pataria tinkamiausius produktus, kurių sudėtyje yra įvairių ingredientų.

Išvados

1. Gyvūnų išnaudojimui buvo pritarta dar senovėje, laikui bėgant nuomonės keitėsi, kol priimta, jog gyvūnai turi teises. Nepaisant šio judėjimo, vis dar atliekami žiaurūs bandymai su gyvūnais kosmetikos pramonėje, tačiau dėl jų gerovės, siekiama atrasti alternatyvių metodų. Prie to prisideda ir socialiniuose tinkluose plintanti informacija, kuri daro įtaką priešišškai žmonių nuomonei apie bandymus su gyvūnais.
2. Daugelis ingredientų pasižymi pagrindinėmis funkcijomis, tokiomis kaip drėkinimas, minkštinimas, valymas. Šiomis savybėmis pasižymi įvairios kilmės komponentai, todėl galima teigti, kad tiek gyvūninės, tiek augalinės kilmės ingredientams būdingas panašus poveikis.
3. Gauti tyrimo rezultatai parodė, kad visuomenei trūksta žinių apie bandymus su gyvūnais kosmetikos pramonėje ir jų alternatyvas. Lietuvos ir užsienio respondentai mažai informuoti apie augalinės kilmės ingredientus - fitoestrogenus, nors pusė kosmetologų šį ingredientą nurodė. Tyrimo metu nustatyta, kad tik nedidelė dalis specialistų teikia informaciją klientams apie skirtingos kilmės sudedamąsias dalis kosmetikos priemonėse.

Literatūra

1. Cheng, A. (2019). Why you should care about vegan beauty. Skin Deep. [interaktyvus], [žiūrėta 2020 m. sausio 19 d.]. Prieiga per internetą: <https://www.nytimes.com/2019/02/26/style/why-you-should-care-about-vegan-beauty.html>.
2. **Min C., Lee E., Zhao L. (2018) Mining Social Media Data to Discover Topics of Sustainability: The Case of Luxury Cosmetics Brands and Animal Testing. Sustainability in Luxury Fashion Business. Springer Series in Fashion Business. 93 – 111. DOI: https://doi.org/10.1007/978-981-10-8878-0_6.**
3. Vara Prasad Saka, Srinivasababu., P., Himaja, V., Bhagawathi, P., Prasannanjaneyulu, Y., Venkteswara Rad, Y., Narendra Kumar. (2016). A Review on Alternatives to testing animals. PHARMANEST. [interaktyvus], 7(2), 3050-3053. [žiūrėta 2020 m. sausio 20 d.]. Prieiga per internetą: <http://www.pharmanest.net>

TĖVŲ, KURIŲ VAIKAI LANKO ALYTAUS RAJONO X IR Y DARŽELIUS, ŽINIOS APIE HELMINTOZES

Akvilė Bartnykaitė

*Biomedicinos diagnostikos studijų programa
Kauno kolegija*

Darbo vadovė – Jūratė Kazlauskienė

Įvadas

Enterobiozė, askaridozė ir toksokarozė – tai ligos, kuriomis dažniausiai užsikrečia ir serga ikimokyklinio amžiaus vaikai. Bieri ir kt. (2013) teigimu, aiškinant vaikams apie helmintus, taip pat pagal Tanner ir kt. (2011), jiems rodant tinkamą pavyzdį, galima suformuoti gerus asmens higienos įgūdžius ir sumažinti sergamumą helmintozėmis. Užkrečiamųjų ligų ir AIDS centro duomenimis (2018) Lietuvoje 66,8 proc. visų parazitinių ligų sudaro enterobiozė, 16,2 proc. - askaridozė. Lu ir kt. (2015) atliktas tyrimas parodė, jog tėvai, neturėdami pakankamai žinių apie helmintų sukeliamas infekcijas, paplitimą ir profilaktiką, padidina tikimybę vaikams užsikrėsti helmintais. Pasak Palmeirim ir kt. (2018), tobulinant žinias, galima sukelti elgsenos pokyčius, kurie padėtų išvengti helmintozių.

Tyrimo problema: kokios yra tėvų, kurių vaikai lanko X ir Y Alytaus rajono darželius, žinios apie helmintozes?

Tikslas: atskleisti, tėvų, kurių vaikai lanko Alytaus rajono X ir Y darželius, žinias apie helmintozes.

Uždaviniai:

1. Apžvelgti mokslinėje ir dalykinėje literatūroje pateiktą informaciją apie helmintozes.
2. Atskleisti tėvų, kurių vaikai lanko Alytaus rajono X ir Y darželius, žinias apie helmintozes.
3. Palyginti X ir Y darželius lankančių vaikų tėvų žinias apie helmintozes.

Tyrimo metodai:

1. Mokslinės ir dalykinės literatūros analizė apie helmintozes.
2. Kiekybinis metodas - anketinė apklausa.
3. Duomenų statistinė analizė Microsoft Excel 2016 programa.

Raktiniai žodžiai: tėvai, žinios, helmintozės.

Metodologija

Sudarytos užsakomosios sutartys. Tyrimui atlikti gautas Bioetikos komiteto leidimas. Taikytas kiekybinis tyrimo metodas - anketinė apklausa. Apklausti X ir Y Alytaus rajono darželius lankančių vaikų tėvai. Apklausoje iš viso dalyvavo 96 tėvai. Atlikta anketinės apklausos duomenų analizė. Duomenų analizei naudota Microsoft Office Excel 2016 programa.

Rezultatai

Analizuojant X ir Y tėvų žinias apie helmintozes, pastebėtas darželių sociodemografinių rodiklių

skirtumas: X darželio tėvai yra vyresnio amžiaus už Y darželio. Skiriasi ir darželių tėvų išsilavinimas: Y darželyje dominuoja profesinis išsilavinimas (51,1 proc.), o X darželyje profesinis išsilavinimas sudaro 28,6 proc.

65 proc. X darželio tėvų žinios apie ligas, kurios priklauso helmintozėms, yra labai geros, o 57 proc. Y darželio tėvų žinios šiuo klausimu yra vidutinės. 62 proc. Y darželio tėvų labai gerai žino apie profilaktines priemones, kurios padeda apsaugoti nuo helmintų sukeliamų ligų. 51 proc. X darželio tėvų apie profilaktines priemones žino vidutiniškai. 61 proc. X darželio tėvų ir 59 proc. Y darželio tėvų žinios apie užsikrėtimo kelius yra labai geros. Daugiau nei 69 proc. abiejų darželių tėvų labai gerai žino helmintozių klinikinius požymius.

Vertinant X ir Y darželio atsakymus į anketinę apklausą, X darželio tėvų žinios apie helmintozes yra platesnės nei Y darželio tėvų.

Išvados

1. Helmintozės – tai ligos, kurias sukelia įvairios kirmėlės (askaridės, kaspinočiai, trichinelės, ir kt.), parazituojančios žmogaus organizme. Helmintozėmis dažniausiai užsikrečia ir serga ikimokyklinio amžiaus vaikai.
2. Didžioji dalis apklaustųjų žino enterobiozės ir askaridozės užsikrėtimo kelius, profilaktiką ir simptomus.
3. Apie helmintų sukeliamas ligas geriau žinojo X darželio tėvai. Apie klinikinius požymius, užsikrėtimo būdus panašiai atsakė abiejų darželių respondentai, o apie profilaktines priemones teisingiau atsakė Y darželio tėvai.

Literatūra

1. Užkrečiamųjų ligų ir AIDS centras. Sergamumo užkrečiamosiomis ligomis Lietuvoje 2018 m. apžvalga [interaktyvus] [žiūrėta 2020 m. kovo 19 d.]. Prieiga per internetą: http://www.ulac.lt/uploads/downloads/leidiniai/leidiniai_2018/Apzvalga2018_web.pdf
2. Bieri, F. A., Gray, D. J., Williams, G. M., Raso, G., Yue-Sheng Li, Liping Yuan, Yongkang He, Li, R. S., Feng-Ying Guo, Sheng-Ming Li, & McManus, D. P. (2013). Health-Education Package to Prevent Worm Infections in Chinese Schoolchildren. *New England Journal of Medicine*, 368(17), 1603–1612. <https://doi-org.db.kaunokolegija.lt/10.1056/NEJMoa1204885>

3. Tanner, S., Chuquimia-Choque, M. E., Huanca, T., McDade, T. W., Leonard, W. R., & Reyes-García, V. (2011). The effects of local medicinal knowledge and hygiene on helminth infections in an Amazonian society. *Social Science & Medicine* (1982), 72(5), 701–709. <https://doi-org.db.kaunokolegija.lt/10.1016/j.socscimed.2010.12.012>
4. Lu L, Liu C, Zhang L, Medina A, Smith S, Rozelle S. Gut Instincts: Knowledge, Attitudes, and Practices regarding Soil-Transmitted Helminths in Rural China. *PLoS Neglected Tropical Diseases*. 2015;9(3):1-15. doi:10.1371/journal.pntd.0003643.
5. Palmeirim, M. S., Ouattara, M., Essé, C., Koffi, V. A., Assaré, R. K., Hürlimann, E., Coulibaly, J. T., Diakitè, N. R., Dongo, K., Bonfoh, B., Utzinger, J., N’Goran, E. K., & Raso, G. (2018). Are schoolchildren less infected if they have good knowledge about parasitic worms? A case study from rural Côte d’Ivoire. *BMC Public Health*, 18(1), 951. <https://doi-org.db.kaunokolegija.lt/10.1186/s12889-018-5776-z>

GYVENTOJŲ NUOMONĖ APIE KŪDIKIAMS IR VAIKAMS SKIRTOS KOSMETIKOS GAMINIUS BEI JŲ VARTOJIMĄ

Rugilė Bliujūtė

*Kosmetologijos studijų programa
Kauno kolegija*

Darbo vadovė – Žaneta Mickienė

Įvadas

Atsiradus didesniai kūdikiams ir vaikams skirtos kosmetikos gaminių prieinamumui, jos naudojimas auga, tačiau tinkamas jos parinkimas vaikams kelia abejonių (Baki ir Alexander, 2015). Tai rodo būtinumą didinti gyventojų informuotumą apie kūdikiams ir vaikams skirtą kosmetikos gaminių naudojimo įpročius. Tokio tipo kosmetikos gaminiai skiriami į dvi pagrindines grupes: skirti asmens higienai ir žaidimams ar suaugusiųjų kasdinių įpročių imitavimui. Tokie produktai išskirtinai negali turėti jokio antrinio toksiškumo, kadangi vaikai dažnai yra daug jautresni toksiniam poveikiui (The Committee of Experts on Cosmetic Products, 2012).

Tyrimo problema - kokia gyventojų nuomonė apie kūdikiams ir vaikams skirtus kosmetikos gaminius ir jų vartojimą?

Tyrimo tikslas - atskleisti gyventojų nuomonę apie kūdikiams ir vaikams skirtus kosmetikos gaminius ir jų vartojimą.

Tyrimo uždaviniai:

1. Teoriškai aprašyti kūdikių ir vaikų odos bei organizmo sistemų anatominius-fiziologinius skirtumus nuo suaugusiųjų.
2. Aprašyti kūdikių ir vaikų kosmetikos gaminių reglamentavimą ir gamybą.
3. Atskleisti kūdikių ir vaikų kosmetikos rūšis, naudojimo indikacijas, kosmetikos gaminių sudėtyje naudojamus toksinius ingredientus.
4. Nustatyti gyventojų nuomonę apie kūdikių ir vaikų kosmetikos gaminius ir jų vartojimą, atsižvelgiant į gyventojų amžių, išsilavinimą, turimų vaikų skaičių ir amžių.

Raktiniai žodžiai: kūdikių ir vaikų kosmetika, ingredientai, kosmetikos gaminiai.

Metodologija

Teorinis metodas - mokslinės literatūros analizė, kurios tikslas teoriniame lygmenyje apžvelgti kūdikių ir vaikų odos ir organizmo sistemų anatominius - fiziologinius skirtumus nuo suaugusiųjų, kūdikių ir vaikų kosmetikos gaminių reglamentavimą ir gamybą, kūdikių ir vaikų kosmetikos rūšis, naudojimo indikacijas, toksinius ingredientus, naudojamus kosmetikos gaminių sudėtyje.

Duomenų rinkimo metodas – apklausa raštu, kurios tikslas atskleisti gyventojų nuomonę apie kūdikiams ir vaikams skirtus kosmetikos gaminius bei jų vartojimo ypatybes.

Duomenų analizės metodas – anoniminės apklausos metu gauti duomenys apskaičiuoti naudojant Microsoft Office Excel 2010 programą, atliekant aprašomosios statistikos skaičiavimus.

Duomenų analizės pateikimas: Analizė atlikta raštiškai, surinktiems duomenims naudotas vaizdavimo būdas – diagramos, lentelės.

Rezultatai

Gyventojai, įsigydami vaikų kosmetikos gaminius, teikia pirmenybę asmens higienos (53 %) ir odos problemoms ir jų prevencijai (35 %) naudojamiems kosmetikos gaminiams. Daugiausiai tokio tipo gaminių įsigyja vaistinėse (42 %). Gyventojų požiūris į vartojimą yra atsakingas, gyventojai domisi kosmetikos gaminių sudėtimi, specifiniu ženklinimu. Daugiausiai informacijos apie kosmetikos gaminius gyventojai gauna iš masinės informacijos priemonių (41 %) bei pažįstamų (29 %), geba įvardinti vengtinius ingredientus, naudojamus kosmetikos gaminių sudėtyje. Gyventojams, be sudėties (80 %), taip pat labai svarbu gaminio atliekama funkcija (95 %), gamintojas (49,6 %), rekomendacijos (50 %), mažiau svarbu – reklama (26 %), pakuotės dizainas (35 %) ar gaminio spalva (37,4 %). Dauguma gyventojų (92,3 %) naudoja apsaugines priemones nuo šalčio ir saulės savo vaikams, tačiau nepakankamai (tik 13,7 % naudoja nuolatos). Kartu pastebimas ir nepakankamas profesionalių kosmetikos konsultantų vaidmuo bei aktyvumas teikiant informaciją gyventojams ir skatinant domėtis kosmetikos gaminais, nes tik pusė gyventojų nuolatos domisi kosmetikos gaminių sudėtimi. Taip pat beveik visi gyventojai (98 %) sutinka, kad renkantis kosmetikos gaminius vaikams, svarbus atsakingas vartojimas, siekiant išvengti žalos kūdikių ir vaikų organizmui.

Išvados

1. Kūdikiams ir vaikams skirtos kosmetikos specifika nulemia fiziologiniai-anatominiai odos, CNS, kvėpavimo sistemos skirtumai nuo suaugusiųjų bei specifinis vaikų elgesys. Šie skirtumai lemia didesnę toksinių ingredientų poveikio riziką.
2. Kūdikiams ir vaikams skirta kosmetika nuo suaugusiųjų kosmetikos turėtų skirtis ir sudėtimi, kuri yra reglamentuojama specialių dokumentų.
3. Vaikų kosmetikos gaminiuose naudojamos toksinį poveikį turinčios medžiagos, ir nors jų

koncentracija gaminiuose yra ribojama, neįmanoma apskaičiuoti realios rizikos organizmui dėl skirtingo naudojamų gaminių kiekio, kadangi toksinių ingredientų poveikis organizme sumuojasi.

4. Tyrimo rezultatai atskleidė, kad gyventojų požiūris į vartojimą yra atsakingas, dauguma kosmetikos gaminius, skirtus kūdikiams ir vaikams vertina teigiamai. Gyventojai domisi kosmetikos gaminių sudėtyje naudojamais ingredientais, pakuočių ženkliniu, geba įvertinti galimą žalą kūdikių ir

vaikų organizmui, neteisingai naudojant kūdikiams ir vaikams skirtus kosmetikos gaminius.

Literatūra

1. Baki, G. Alexander, K.S. (2016). Introduction to cosmetic formulation and technology.
2. Safe Cosmetics for Young Children, the Committee of Experts on Cosmetic Products (2012).

KOSMETOLOGŲ ŽINIOS APIE ANTIOKSIDANTUS IR JŲ ĮTAKĄ ODAI

Jovita Čeplauskienė

*Kosmetologijos studijų programa
Kauno kolegija*

Darbo vadovė - dr. Diana Barragan Ferrer

Įvadas

Oda – tai kūno sąsaja su aplinka, kuri keičiasi su amžiumi. Šie pokyčiai prasideda nesulaukus trisdešimties, priklauso nuo gyvenimo būdo, ultravioletinių spindulių poveikio odai, genetikos ar hormonų (Rocquet ir kt., 2012). Abuja ir Albertini (2017) teigia, kad neigiamą poveikį odai darantys veiksniai yra laisvieji radikalai. Oksidacija organizme vyksta ne tik įprastos medžiagų apykaitos proceso metu, tačiau ją taip pat skatina užteršta aplinka, cigarečių dūmai, UV spinduliai, radiacija ar netinkama mityba (Stahelin, 2016). Viena veiksmingiausių medžiagų kovojant su laisvaisiais radikalais yra antioksidantai. Tai medžiagos, kurių maži kiekiai yra pakankamai efektyvūs slopinant ar visiškai sustabdant oksidacijos procesus (Handog ir kt., 2016). Odos problemos domina mokslininkus, gydytojus, kosmetologus ir kt. Kosmetologo veikloje odos kitimo ir senėjimo problema yra aktuali, ją skatina visuomenėje vyraujanti jaunystės kulto tendencija. Dauguma pas kosmetologus besilankančių klientų, siekia spręsti tam tikras odos problemas. Kad ši veikla būtų efektyvi svarbu, ne tik esančių požymių koregavimas, bet ir tinkamų sprendimo būdų taikymas prevencijai. Odos problemų sprendimo efektyvumas dažniai priklauso nuo kosmetologų žinių apie kosmetinių priemonių ir procedūrų poveikį odai.

Tyrimo tikslas atskleisti kosmetologų žinias apie antioksidantus ir jų įtaką odai.

Tyrimo uždaviniai.

1. Atskleisti kosmetologines procedūras ir aparatinius metodus, palengvinančius antioksidantų įsiskverbimą į odą.
2. Įvertinti kosmetologų žinias apie antioksidantus ir jų įtaką odai.

Raktiniai žodžiai: antioksidantai, žinios, kosmetologai.

Metodologija

Mokslinės literatūros analizė ir empirinis tyrimas. Empirinio tyrimo instrumentu pasirinkta anketinė apklausa. Anketa buvo pateikta internetinėje erdvėje, talpinama socialiniuose tinkluose, skirtuose kosmetologams ir atsitiktine atranka išsiųsta kosmetologams asmeniškai.

Tyrimo metu buvo apklaustos 107 kosmetologės. Anketą sudarė 17 klausimų, kuriais buvo siekiama atskleisti kosmetologų žinias apie antioksidantus ir jų

įtaką odai Surinktų duomenų sisteminimui, analizei, palyginimui ir grafiškam pavaizdavimui buvo naudota Microsoft Office Exel programa.

Rezultatai

Antioksidantai – tai įvairios medžiagos, nukenksminančios laisvuosius radikalus. Jie skirstomi į natūralius ir sintetinius, vidinius ir išorinius. Pagrindinės antioksidantų funkcijos: pagerinti odos būklę, stabdyti senėjimo procesus, skatinti kolageno ir elastino sintezę, išlaikyti odos drėgmę ir elastingumą. Antioksidantų įsiskverbimą į odą pagerina įvairios kosmetinės procedūros su rūgštimis ir enzymų terapija. Aparatinės procedūros taip pat taikomos antioksidantų skvarbai pro odą pagerinti.

Tyrimo rezultatai atskleidė, kad dauguma kosmetologų tiksliai nežino, kas yra laisvieji radikalai ir koks tikslus jų poveikis organizmui. Turi mažai žinių apie antioksidantus ir jų panaudojimo galimybes kosmetologijoje. 99 proc. apklaustųjų nežino, kas yra odos glikacija, kad pasitelkus antioksidantus galima pagerinti odos būklę. Dauguma kosmetologų žino, kad antioksidantai nukenksmina laisvuosius radikalus, tačiau juos maišo su parabenais ar kitais konservantais. Antioksidantų įsiskverbimui į odą pagerinimui kosmetologai pateikė įvairius metodus ir ne visada teisingus, tokius kaip kasdieninis makiažas. Ne visi kosmetologai žino antioksidantų savybes. Daugelis kosmetologų teigia, kad naudoja priemones su antioksidantais savo darbe, tačiau ne visada įvardijo kokią funkciją atlieka produkte esantys antioksidantai.

Išvados

1. Antioksidantų įsiskverbimui į odą pagerinti naudojamos įvairios kosmetinės procedūros tokios kaip: AHA rūgštys, alginatinės kaukės ar enzymų terapija. Iš aparatinių metodikų dažniausiai taikomos procedūros su radio dažniu, jonoforeze, beadatine mezoterapija, deguonies terapija.
2. Atlikus tyrimo rezultatų analizę galima teigti, kad kosmetologams trūksta žinių apie laisvuosius radikalus ir jų poveikį organizmui. Kosmetologai įvardina populiariausius antioksidantus, tačiau daugelio kitų nežino ir maišo juos su konservantais. Tik vienas procentas kosmetologų atsakė, kas yra glikacija, kad ji stabdoma antioksidantų pagalba.

Literatūra

1. Rocquet, C, Bonte, F. (2012). Molecular aspect of skin ageing-recent data. *Acta Dermatovenerol*, 11(3):71-94.
2. Abuja, P, Albertini, R. (2017). Methods for monitoring oxidative stress, lipid peroxidation and oxidation resistance of lipoproteins. *Clinica Chimica Acta*, 306:1-17.
3. Stahelin, H. (2016). The impact of antioxidants on chronic disease in ageing and in old age. *International Journal for Vitamin and Nutrition Research*, 69:146-9
4. Handog, E, Datuin, M, Singzon, I. (2016). An open-label, single-arm trial of the safety and efficacy of a novel preparation of glutathione as a skin-lightening agent in Filipino women. *International Journal of Dermatology*, 55(2):153–157.

KOSMETOLOGŲ ŽINIŲ APIE PEPTIDUS IR JŲ POVEIKĮ ODAI VERTINIMAS

Greta Marija Damarackaitė

*Kosmetologijos studijų programa
Kauno kolegija*

Darbo vadovė – dr. Diana Barragan Ferrer

Įvadas

Grožio priemonės su peptidais – vienas naujausių pasaulinio garso dermatologijos srities laimėjimų. Tokie medicinoje jau daugiau kaip trisdešimt metų žinomi ir naudojami komponentai veiksmingumu pranoksta vienas populiariausių medžiagų kosmetikoje: elastiną, kolageną, keratiną. Pastaruoju metu atsiranda vis daugiau informacijos apie peptidų vaidmenį normaliai odos funkcijai ir odos ligoms gydyti. Plečiantis informacijai, didėja ir susidomėjimas peptidų, kaip priemonių odos ligų gydymui arba kaip kosmetikos gaminių, siekiant pagerinti odos išvaizdą, panaudojimu (Namjoshi, Benson, 2010).

Tyrimo problema. Kokios yra kosmetologų žinios apie peptidus ir jų poveikį odai?

Tyrimo objektas. Kosmetologų žinios apie peptidus ir jų poveikį odai.

Tyrimo tikslas. Įvertinti kosmetologų žinias apie peptidus ir jų poveikį odai.

Tyrimo uždaviniai:

1. Nustatyti kosmetologų žinias apie peptidus ir jų poveikį odai
2. Palyginti kosmetologų žinias apie peptidus ir jų poveikį odai pagal kosmetologų išsilavinimą.

Raktiniai žodžiai: peptidai, kosmetologai, žinios.

Metodologija

Darbo temai atskleisti ir uždaviniui apie kosmetologų žinias apie peptidus ir jų poveikį odai įvykdyti buvo atliktas empirinis tyrimas. Empiriniam tyrimui atlikti buvo pasitelkta apklausa raštu. Tyrimas vyko 2020 metų vasario mėnesio 2 – 29 dienomis, jame dalyvavo 50 kosmetologų. Duomenų analizė atlikta naudojant SPSS (Statistical Package for the Social Sciences) 17.0.0 paketą. Taip pat buvo naudojama Microsoft Excel 2013 programa. Darbe taikyta aprašomoji statistika. Rezultatai pateikiami grafikuose ir lentelėse procentine skaičių išraiška. Palyginimui naudotas χ^2 kriterijus, statistiškai reikšminga laikyta, kai $p < 0,05$.

Rezultatai

Atlikus tyrimą paaiškėjo, kad daugiau nei pusė respondentų ir dažniausiai aukštąjį išsilavinimą turintys specialistai, žinojo, kad peptidai

prasiskverbia per ląstelės membraną, patenka į jos vidų ir sąveikauja su tiksliniu receptoriumi ląstelės paviršiuje arba branduolyje. Teisingą atsakymo variantą, kad peptidai yra trumpos baltymų, kurių molekulės sudarytos iš aminorūgščių, grandinės, pasirinko mažiau nei pusė kosmetologų. Didžioji dalis respondentų žinojo, kad peptidai yra gaunami iš augalų, gyvūnų ir bakterijų. Beveik visi kosmetologai žinojo, kad peptidai naudojami norint sumažinti raukšles, odos drėkinimui ir pigmentinių dėmių mažinimui. Kad Acetil – heksapeptido – 3 pagrindinė funkcija yra veido mimikos raumenų spazmų atpalaidavimas, žinojo tik trečdalis respondentų. Apie Palmitoyl - pentapeptido savybę skatinti odos ląsteles didinti kolageno ir kitų baltymų sintezę taip pat žinojo tik trečdalis respondentų.

Išvados

1. Atlikus tyrimą paaiškėjo, kad didžioji dalis kosmetologų žino peptidų gavimo šaltinius, veikimo mechanizmą, peptidų grupes ir kokioms odos problemoms spręsti naudojami peptidai. Taip pat daugumą kosmetologų žino peptidų naudojimo kontraindikacijas bei galimą šalutinį poveikį ir peptidų vartojimo būdus. Tyrimo rezultatų duomenimis kosmetologai turi mažiau žinių apie dažniausiai kosmetinėse priemonėse naudojamų peptidų poveikį odai.
2. Lyginant kosmetologų žinias apie peptidus ir jų poveikį odai su specialistų išsilavinimu, paaiškėjo, kad daugiausiai žinių apie peptidus ir jų poveikį odai turi aukštąjį išsilavinimą įgiję kosmetologai. Šiek tiek mažiau žinių turi profesinį išsilavinimą įgiję specialistai ir kursus baigę kosmetologai.

Literatūra

1. Namjoshi, S., & Benson, H. A. (2010). Cyclic peptides as potential therapeutic agents for skin disorders. *Peptide science*, 94 (5), 673-680. doi:10.1002/bip.21476

SLAUGYTOJŲ, TEIKIANČIŲ SKUBIĄJĄ MEDICINOS PAGALBĄ, PATIRIAMA RIZIKA SVEIKATAI

Vilma Daujotaitė

*Bendrosios praktikos slaugos studijų programa
Kauno kolegija*

Darbo vadovė – Rasa Juozapavičienė

Ivadas

Slaugytojo darbas yra susijęs su daugybe biologinės, cheminės, fizinės ir psichosocialinės prigimties grėsmių, kurios ne tik daro neigiamą poveikį sveikatai, atsirandantį dėl profesinių ligų ir atsitikimų darbe, bet ir sumažina slaugytojų darbo efektyvumą arba sukelia klaidas darbo metu (Kowalczyk ir kt., 2018). Pastaraisiais metais buvo plačiai diskutuojama apie stresorius, kuriuos patiria „didelės rizikos“ profesijų nariai, o sveikatos priežiūros specialistams, ypač greitosios medicinos pagalbos skyriuose dirbantiems slaugytojams, gresia pavojus patirti kritinius įvykius (Firdousa, Santosh ir Manzoor, 2017). Greitosios medicinos pagalbos personalo darbas yra spontaniškas, nuspėjamas ir dažnai pavojingas (Cone, Brice, Delbridge ir Myers, 2014). Stresą patiriantys pacientai ir artimieji, žodinės ir fizinės prievartos rizika, nereguliarus darbo laikas, blogos fizinės sąlygos, spaudimas, atsakomybės ir sunkių sprendimų, triukšmingos aplinkos, streso, netinkamo elgesio, rizika užsikrėsti infekcinėmis ligomis ir didžiulė pacientų įvairovė yra vieni iš iššūkių, su kuriais susiduria skubios pagalbos skyriaus darbuotojai (Ustundag, 2012). Pakartotinis darbuotojų stresinių įvykių, tokių kaip staigi mirtis, traumos, pacientų, kenčiančių nuo skausmo, gaivinimo, agresijos ir smurto poveikis gali turėti neigiamos įtakos jų fizinei, psichologinei ir emocinei sveikatai (Ahwal, Arora, 2015).

Tyrimo problema – kokią riziką sveikatai patiria slaugytojai, teikiantys skubiąją medicinos pagalbą?

Tyrimo tikslas – atskleisti slaugytojų, teikiančių skubiąją medicininę pagalbą, patiriamą riziką sveikatai.

Tyrimo uždaviniai:

1. Apibrėžti skubiosios medicinos pagalbos slaugytojų patiriamus rizikos veiksnius ir jų pasireiškimo pasekmes.
2. Nustatyti slaugytojų, teikiančių skubiąją medicinos pagalbą, patiriamus rizikos veiksnius sveikatai.
3. Atskleisti slaugytojų, teikiančių skubiąją medicinos pagalbą, fizinės ir psichinės sveikatos pokyčius.

Raktiniai žodžiai: rizika, sveikatos problemos, slaugytoja, skubioji medicinos pagalba.

Metodologija

Siekiant apibrėžti slaugytojų, teikiančių skubiąją medicinos pagalbą, patiriamus rizikos veiksnius ir jų pasireiškimo pasekmes, buvo atlikta mokslinės ir profesinės literatūros analizė. Tyrimo atlikimui buvo pasirinkta kokybinio tyrimo strategija. Ši strategija pasirinkta išanalizuoti slaugytojų patiriamą riziką, teikiant skubiąją medicininę pagalbą. Šiam tikslui pasiekti reikėjo įsigilinti į kiekvieno tiriamojo asmens individualią patirtį. Kokybinio tyrimo duomenų rinkimui pasirinktas pusiau struktūruotas interviu metodas. Surinkti duomenys buvo analizuojami, vyko transkribavimas (perrašymo procesas). Kokybinio tyrimo duomenų analizės metu buvo naudojamas kodavimas. Interviu atlikimui buvo naudojami dvylika iš anksto paruoštų klausimų. Kokybinio tyrimo duomenų fiksavimui buvo pasirinkta garso įrašymo priemonė – diktofonas ir juo duomenys buvo įrašinėjami. Šis būdas buvo pasirinktas siekiant užfiksuoti svarbią informaciją. Apklausta 15 slaugytojų, dirbančių X asmens sveikatos priežiūros įstaigoje, siekiant atskleisti slaugytojų patiriamą riziką, teikiant skubiąją medicinos pagalbą. Slaugytojai apklausoje dalyvavo savanoriškai. Asmenų dalyvavimas užtikrintas laikantis anonimiškumo principų. Anonimiškumas buvo užtikrintas kiekvienam informantui priskyrus atitinkamą kodą (1, 2, 3 iki 15).

Rezultatai

Tyrimo rezultatai atskleidė, kad skubiosios medicinos pagalbos specialistų sveikatai įtakos turi įvairūs rizikos veiksniai. Informantai darbo metu susiduria su fiziniais, psichologiniais, ergonominiais, biologiniais bei cheminiais rizikos veiksniais. Vieni iš dažniausių rizikos veiksnių, su kuriais susiduriama skubiosios medicinos pagalbos specialistų darbo metu, yra fiziniai rizikos veiksniai, tokie kaip: naktinis darbas, kūno susižalojimai, užsikrėtimas įvairiomis ligomis bei didelis darbo krūvis. Be fizinių veiksnių, informantai susiduria su psichologinių veiksnių rizika, iš kurių didžiausią įtaką daro darbo metu patiriamas stresas, taip pat vidinė įtampa, baimė bei smurtas.

Prie profesinės rizikos darbe taip pat prisideda ergonominiai rizikos veiksniai, dėl kurių atsiranda kaulų ir raumenų sistemos pokyčių, pasireiškiančių įvairių kūno sričių skausmais. Galima teigti, kad

ergonominiai rizikos veiksniai sukelia šiuos kaulų ir raumenų sistemos pokyčius: stuburo skausmas, viso kūno raumenų skausmas, kaklo raumenų skausmas bei jaučiamas rankų raumenų skausmas. Visi šie pokyčiai yra nulemti netaisyklingos kūno padėties kėlimo ir nešimo metu.

Vienas iš dažniausiai pasitaikančių biologinių veiksnių, su kuriuo susiduria skubiosios medicinos pagalbos slaugytojai, yra patiriamos mikrotraumos aštriais instrumentais bei sąlytis su kūno skysčiais.

Pagrindiniai cheminiai rizikos veiksniai, su kuriais susiduriama darbo metu, yra šie: dezinfektantai, dezinfektantai ir aerozoliai, vienkartinės pirštinės ir darbo metu naudojami medikamentai.

Darbas skubiojoje medicinos pagalboje lemia tam tikrus slaugytojų fizinės ir psichinės sveikatos pokyčius, dėl šios priežasties, remiantis slaugytojų atsakymais, atsiranda įvairūs sveikatos sutrikimai, pasireiškiantys tiek fiziniiais organizmo pojūčiais, tiek psichologinės sveikatos pakitimu. Apžvelgus informantų atsakymus, galima teigti, kad skubiosios medicinos pagalbos slaugytojai susiduria su šiais fizinės sveikatos pokyčiais: miego sutrikimai, mitybos pokyčiai, medžiagų apykaitos pokyčiai, skrandžio veiklos sutrikimas, reprodukcinės sistemos sutrikimai, širdies ir kraujagyslių sistemos pokyčiai ir bendras organizmo nuovargis.

Psichologinė sveikata yra viena iš dažniausių darbuotojų sveikatos problemų. Skubiojoje medicinos pagalboje dirbantiems slaugytojams yra labai svarbi psichologinės sveikatos darna, užtikrinanti jų sveikatą ir saugumą. Tačiau, remiantis slaugytojų atsakymais, jai įtaką daro įvairūs dalykai, su kuriais susiduriama darbo metu. Skubiosios medicinos pagalbos slaugytojams pasireiškia šie psichinės sveikatos pokyčiai: baimės atsiradimas, varginančių minčių atsiradimas ir liūdesys.

Išvados

1. Teikdami skubiąją medicinos pagalbą, slaugytojai susiduria su biologiniais, cheminiais, fiziniiais, ergonominiais ir psichosocialiniais rizikos veiksniais. Šie veiksniai daro neigiamą poveikį slaugytojo sveikatai, sukeldami įvairius fizinius ir psichologinius sveikatos sutrikimus, ligas ir nelaimingus atsitikimus darbe. Įvairūs rizikos veiksniai mažina slaugytojų, dirbančių skubiosios medicinos pagalbos srityje, darbo efektyvumą.
2. Tyrimo metu buvo nustatyti slaugytojų, teikiančių skubiąją medicinos pagalbą, patiriami rizikos veiksniai sveikatai. Fiziniai rizikos veiksniai: naktinis darbas, kūno susižalojimai, užsikrėtimas įvairiomis ligomis, padidintas darbo krūvis. Psichologiniai: stresas, vidinė įtampa, baimė,

smurtas. Ergonominiai: kaulų ir raumenų sistemos pokyčiai. Biologiniai: mikrotraumos aštriais instrumentais ir sąlytis su kūno skysčiais. Cheminiai: dezinfektantai, dezinfektantai ir aerozoliai, vienkartinės pirštinės ir darbo metu naudojami medikamentai.

3. Tyrimas atskleidė, kad slaugytojai, teikiantys skubiosios medicininės pagalbos paslaugas, susiduria su fizinės ir psichinės sveikatos pokyčiais. Fizinės sveikatos pokyčiai: miego sutrikimai, mitybos ir medžiagų apykaitos pokyčiai, skrandžio veiklos sutrikimas, reprodukcinės sistemos sutrikimai, širdies ir kraujagyslių sistemos pokyčiai ir bendras organizmo nuovargis. Psichinės sveikatos pokyčiai: baimės, varginančių minčių ir liūdesio atsiradimas.

Literatūra

1. Ahwal, S. & Arora S. (2015). *Workplace Stress for Nurses in Emergency Department*. *International Journal of Emergency & Trauma Nursing*, 1(2), 17. https://www.researchgate.net/publication/288981746_Workplace_Stress_for_Nurses_in_Emergency_Department
2. Cone, D., Jane H. Brice J. H., Delbridge T. R. & Myers J. B. (2014). *Emergency Medical Services. Clinical Practice and Systems Oversight*, 2, 211. https://books.google.lt/books?id=LAwJBgAAQB-AJ&dq=ambulance+workers+injuries&hl=lt&source=gbs_navlinks_s
3. Firdousa, J., Santosh K., Manzoor A. P. (2017). *Coping Strategies Used by Staff Nurses Working in Emergency and General Wards of SKIMS Hospital: A Comparative Study*. *Annals of Medical and Health Sciences Research*. Original Article, 106.
4. <https://www.amhsr.org/articles/coping-strategies-used-by-staff-nurses-working-in-emergency-and-general-wards-of-skims-hospital-a-comparative-study.pdf>
5. Kowalczyk, A., Kulczycka, K., Stychno, E., & Chilimoniuk, B. (2018). *Characteristics of occupational hazards at the workplace of a nurse*. *Journal of Education, Health and Sport*, 8(9), 1328-1337. doi:<http://dx.doi.org/10.5281/zenodo.1433653>
6. Ustundag, M. (2012). *The Hidden Part of the Iceberg for Emergency Department Staff: The Burnout Syndrome*. *Emergency Medicine*, 2 (5), <https://www.longdom.org/open-access/the-hidden-part-of-the-iceberg-for-emergency-department-staff-the-burnout-syndrome-2165-7548.1000e118.pdf>

GYDYTOJŲ ODONTOLOGŲ ŽINIOS APIE EMALIO HIPOMINERALIZACIJĄ BEI KLINIKINĖ PATIRTIS JĄ DIAGNOZUOJANT IR GYDANT

Viltė Gintilaitė¹, Eglė Aida Bendoraitienė¹, Daiva Mačiulienė², Lukas Zinkevičius²

¹ Lietuvos sveikatos mokslų universitetas, ² Kauno kolegija

Įvadas

Emalio hipomineralizacija (KKH) – sisteminės kilmės emalio anomalija, paveikianti vieną ar kelis nuolatinius pirmus krūminius ir kartais priekinius dantis (Gamboa, Lee, Ekambaram, 2018). Tai odontologams aktuali liga, neturinti tikslios etiologijos, kuri svarbi rizikos faktorių atpažinimui ir šalinimui, o dėl klinikinės išraiškos dažnai painiojamas su kitais dantų kietųjų audinių pažeidimais (Hubbard, 2018). **Tikslas** – atskleisti gydytojų odontologų žinias apie emalio hipomineralizaciją ir palyginti jų klinikinę patirtį ją diagnozuojant bei gydant.

Tyrimo uždaviniai:

1. Apžvelgti gydytojų odontologų klinikinę patirtį diagnozuojant ir gydant dantis su emalio hipomineralizacija.
2. Sužinoti, kokias gydomasias ir restauracines medžiagas bei gydymo metodus naudoja gydytojai odontologai, gydant emalio hipomineralizacijas.
3. Palyginti gydytojų odontologų gydymo taktikos parinkimą esant skirtingo laipsnio emalio hipomineralizacijoms.
4. Išsiaiškinti, ar gydytojų odontologų žinios apie emalio hipomineralizaciją yra pakankamos.

Raktiniai žodžiai: krūminių dantų ir kandžių emalio hipomineralizacija; emalio hipomineralizacija; gydymas; klinikinė patirtis.

Metodologija

Atliktas kiekybinis tyrimas. Duomenų rinkimui naudotas apklausos raštu metodas. Anketinėje apklausoje dalyvavo 151 gydytojas odontologas. Duomenys analizuoti naudojant aprašomąją statistiką, chi-kvadrato (χ^2) kriterijų, T-testą, atlikta „Multiple response“ analizė. Lyginant rezultatus tiriamieji buvo suskirstyti į grupes pagal darbo patirtį: iki 5 metų (imtinai) ir daugiau nei 5 metų patirtį turinčius bei pagal darbo laiko, skiriamo vaikams per savaitę, dažnumą į skiriančių <30 proc. ir >30 proc. grupes. Pateikiamą anketą sudarė dvi dalys: pirmojoje buvo bendriniai klausimai ir klausimai apie gydytojų odontologų klinikinę patirtį dirbant su vaikais, turinčiais dantų su emalio hipomineralizacija, antrojoje – pateiktos trys situacijos su iliustruojančiomis ir papildančiomis aprašymus nuotraukomis, kur prašoma pasirinkti tinkamus gydymo metodus.

Rezultatai

Vertinant respondentų atsakymus, „labai gerai“ KKH paveiktus dantis atpažįsta tik ketvirtadalis didesnę nei 5 metų darbo patirtį turinčių gydytojų odontologų (26,0 proc.) ($p<0,05$). Renkantis medžiagas – fluoro lako aplikacijos – populiariausias gydytojų odontologų pasirinkimas dantų su lengvo (84,8 proc.) ir vidutinio (75,5 proc.) laipsnio KKH gydymui; esant sunkaus laipsnio KKH – 57,6 proc. rinkosi stiklo jonomerį cementą, o pažeistų dantų šalinimą pasirinko 9,1 proc. gydytojų odontologų, skiriančių mažiau nei 30 proc. darbo laiko per savaitę vaikams, kai daugiau nei 30 proc. skiriančiųjų buvo 28,85 proc. ($p<0,05$). Tarp didesnę darbo patirtį turinčių gydytojų odontologų 28,6 proc. pastebi skirtumą tarp vaikų su ir be KKH elgesio paciento kėdėje, kai 75,7 proc. mažiau patirties turintieji skirtumo nepastebi ($p<0,05$). Vaiko elgesys – kliūtis dirbant su KKH turinčiais vaikais, o tai kelia problemų 80,0 proc. daugiau nei 30 proc. per savaitę darbo laiko vaikams skiriantiems gydytojams odontologams ($p<0,05$).

Išvados

1. Dauguma gydytojų odontologų KKH dažniau pastebi pirmuose pieniniuose krūminiuose dantyse nei antruose.
2. Dantų su KKH gydymui dažniausiai renkama fluoro lako aplikacijos, danties preparavimo ir plombavimo metodai, o plombavimui – stiklo jonomerinė plombinė medžiaga.
3. Lengvo ir vidutinio laipsnio KKH gydymui dauguma renkama fluoro aplikacijas, esant sunkaus laipsnio – plombavimą stiklo jonomeriniu cementu.
4. Gydytojų odontologų žinios apie KKH nėra pakankamos, jiems trūksta žinių, kaip tiksliai gydyti tokius dantis.

Literatūra

1. Gamboa, G., Lee, G., Ekambaram M. (2018). *Knowledge, perceptions, and clinical experiences on molar incisor hypomineralization among dental care providers in Hong Kong*. Hong Kong: BMC Oral Health
2. Hubbard, MJ. (2018). *Molar hypomineralization*. United States of America: Journal of the American Dental Association

VITAMINO C POVEIKIS ODAI BEI PRITAIKYMO GALIMYBĖS KOSMETOLOGIJOJE

Nomeda Giraitienė

*Kosmetologijos studijų programa
Kauno kolegija*

Darbo vadovė – dr. Diana Barragan Ferrer

Įvadas

Vitaminas C yra žinomas dėl savo stipriai išreikšto potencialo stimuliuoti arba atkurti svarbius mechanizmus odoje. Paviršinis vitamino C naudojimas turi įtakos atkuriant ir palaikant odos anatominę struktūrą, fiziologinius procesus, gali būti puiki prevencija ir suteikti didelę apsaugą nuo nepageidaujamų odos pokyčių, taip pat pagerinti atsinaujinimo procesus, todėl yra labai reikšmingas odos sveikatai ir estetinei jos išvaizdai (Philippe et al., 2018). Dėl savo stipriai išreikšto teigiamo poveikio odai, vitaminas C yra plačiai naudojamas grožio pramonėje (Juliet et al., 2017).

Tyrimo tikslas – atskleisti vitamino C poveikį odai bei pritaikymo galimybes kosmetologijoje

Tyrimo uždaviniai.

1. Aprašyti vitamino C poveikį odai.
2. Palyginti kosmetologų žinias apie vitamino C poveikį odai bei pritaikymo galimybes kosmetologijoje, atsižvelgiant į jų išsilavinimą ir darbo patirtį

Raktiniai žodžiai: kosmetologai, vitaminas C, žinios.

Metodologija

Atlikta literatūros analizė, kuriai buvo naudojami mokslinės literatūros šaltiniai. Gauta informacija susisteminta ir panaudota tyrimo tikslui įvykdyti. Atliktas kiekybinis tyrimas. Duomenų rinkimui naudotas apklausos raštu metodas. Anketa buvo pateikta internetinėje erdvėje, talpinama socialiniuose tinkluose, skirtuose kosmetologams ir atsitiktine atranka išsiųsta kosmetologams asmeniškai.

Tyrimo dalyvavo 50 kosmetologų. Anketa sudarė 19 klausimų, kuriais buvo siekiama atskleisti kosmetologų žinias apie vitamino C poveikį odai bei panaudojimo galimybes kosmetologijoje. Surinktų duomenų sisteminimui, analizei, palyginimui ir grafiškam pavaizdavimui buvo naudota Microsoft Office Excel programa ir SPSS (Statistical Package for the Social Sciences) 17.0.0 paketas.

Rezultatai

Vitaminas C dalyvauja formuojant odos barjerą ir kolageno sintezės procese. Odoje atlieka svarbų vaidmenį kaip antioksidantas, veikia kaip senėjimą lėtinantis komponentas – mažina raukšles, yra

svarbus ląstelių augimo bei diferenciacijos procesams (Ponec et al., 1997).

Tyrimo duomenimis, vitaminas C dažnai naudojamas kosmetologų praktikoje. Tačiau specialistai dėl žinių trūkumo panaudoja ne visą jo potencialą, gerinant ir palaikant odos sveikatą. Odoje vitaminas C labiausiai koncentruotas tarpląsteliniam audinyje, didžiausias jo kiekis yra epidermyje (Mc Ardle et al., 2002). Daugiau nei pusė (60 proc.; n=30) apklaustųjų nurodė, kad vitaminas C odoje nesikaupia. Iš gautų tyrimo rezultatų matyti, kad dauguma respondentų žinojo ne visus odos fiziologinius procesus, kuriems turi įtakos vitaminas C ir savo praktikoje dažniausiai naudoja kaukes bei kremus, į kurių sudėtį jau įeina vitaminas C, šį atsakymą pažymėjo 52 proc.; n=26 respondentų, Kosmetologijoje efektyviausi yra iki 20 proc. koncentracijos L-askorbo rūgšties milteliai, kurie procedūrų metu prieš pat naudojimą yra maišomi kosmetikos gaminiu.

Išvados

1. Vitaminas C turi įtakos odos struktūrai. Reikšmingas senėjimo ir hiperpigmentacijos procesams, odos barjero formavimui, hidrobilansui, uždegiminių procesų slopinimui ir žaizdų gijimui. Efektyviausi yra L-askorbo rūgšties milteliai iki 20 proc. koncentracijos, odai teikiami manualiniais ir aparatiniais metodais, kurių metu yra naudojami kremai, serumai, kaukės ir mezoterapiniai kokteilai su vitaminu C.
2. Pakankamas žinias apie vitamino C poveikį odai turi aukštąjį išsilavinimą ir mažesnę nei 5 metų darbo patirtį turintys kosmetologai. Geriausiai vitamino C potencialą savo praktikoje išnaudoja aukštąjį išsilavinimą bei 5 ir daugiau metų darbo patirtį turintys kosmetologai.

Literatūra

1. Juliet, M., Pular, Anitra C. Carr, and Margreet Vissers. "The roles of vitamin C in skin health." *Nutrients* 9.8 (2017): 866. DOI: [10.3390/nu9080866](https://doi.org/10.3390/nu9080866)
2. Mc Ardle, F.; Rhodes, L.E.; Parslew, R.; Jack, C.I.; Friedmann, P.S.; Jackson, M.J. UVR-induced oxidative stress in human skin in vivo: Effects of oral vitamin C supplementation. *Free Radic. Biol. Med.* 2002, 33, 1355–1362. DOI: [10.1016/S0891-5849\(02\)01042-0](https://doi.org/10.1016/S0891-5849(02)01042-0)
3. Humbert, Ph., Louvrier, L., Saas, Ph., and Viennet, C. (2018). Vitamin C, Aged Skin, Skin Health,

Vitamin C - an Update on Current Uses and Functions, Jean Guy LeBlanc, IntechOpen, DOI: [10.5772/intechopen.81268](https://doi.org/10.5772/intechopen.81268)

4. Ponc, M., Weerheim, A., Kempenaar, J., Mulder, A., Gooris, G.S., Bouwstra, J., et al. (1997). The

formation of competent barrier lipids in reconstructed human epidermis requires the presence of vitamin C. *J. Invest. Dermatol.* 109, 348–355. DOI: [10.1111/1523-1747.ep12336024](https://doi.org/10.1111/1523-1747.ep12336024)

DIETOS ĮTAKA EMOCINEI SVEIKATAI

Valdemaras Girštautas

*Dietetikos studijų programa
Kauno kolegija*

Darbo vadovė – Nijolė Vasiliauskienė

Įvadas

Norint pagerinti visuomenės gyventojų emocinę sveikatą, protingiausias žingsnis būtų imtis nebrangių, bet veiksmingų strategijų. Sveikesnis gyvenimo būdas yra viena iš strategijų, ir šiuo metu viena veiksmingiausių iš jų - augaliniu pagrindu grįsta mityba (Agarwal ir kt., 2015). Šio darbo **probleminis klausimas** – koks ryšys yra tarp žmogaus emocinės sveikatos ir jo dietos įpročių?

Tyrimo tikslas – įvertinti tiriamųjų vidutiniškai per parą suvartojamų maistinių medžiagų kiekius ir emocinės sveikatos rodiklius.

Tyrimo uždaviniai:

1. Teoriškai pagrįsti dietos, maisto produktų ir maistinių medžiagų ryšį su emocine ir fizine sveikata.
2. Palyginti respondentų vidutiniškai per parą suvartojamų maistinių medžiagų kiekius, suskirsčius juos į grupes pagal jų dietą.
3. Palyginti respondentų emocinės sveikatos rodiklius, suskirsčius juos į grupes pagal jų dietą.

Raktiniai žodžiai: emocinė sveikata, mityba, dieta.

Metodologija

1. Mokslinės literatūros analizė. Šis metodas naudotas siekiant išsiaiškinti, kaip įvairios maistinės medžiagos daro įtaką emocinei sveikatai ir kokios dietos yra veiksmingiausios norint palaikyti gerą emocinę sveikatą.
2. Kiekybinis tyrimas, duomenys rinkti taikant apklausos raštu metodą. Šis metodas padėjo surinkti duomenis apie respondentų sociodemografinius padėtį, maisto produktų suvartojamų porcijų kiekius ir emocinės sveikatos rodiklius.
3. Kiekybinio tyrimo statistinė duomenų analizė, naudojant Microsoft Excel (2019) programą. Šis metodas padėjo susisteminti, apskaičiuoti vidutiniškai per parą suvartojamų maistinių medžiagų kiekius, įvertinti respondentų emocinę sveikatą pagal depresijos, nerimo, streso rodiklius ir apibendrinti apklausos metu gautus duomenis.

Tyrimas atliktas 2020 metų balandžio mėnesį. Duomenys rinkti internetu per socialinius tinklus.

Anketą sudarė 143 klausimai, iš kurių sudaryti 4 klausimų blokai, į juos atsakė 140 respondentų. Remiantis gautais tyrimo rezultatais, paruoštos mitybos rekomendacijos emocinės sveikatos sutrikimų turintiems ar jų prevenciją norintiems vykdyti asmenims.

Rezultatai

Nustatyta, jog vegetarai arachidono rūgštis suvartoja 3,5 karto mažiau nei visavalgiai, o veganų dietoje visiškai jos nebuvo. Tą patį dėsniumą galima pastebėti ir su cholesteroliu, vegetarai jo suvartoja 2 kartus mažiau nei visavalgiai, o veganai visiškai jo nesuvalgo. Atsižvelgiant į emocinės būklės respondentų vertinimą - streso, nerimo ir depresijos rodikliai visavagių grupėje buvo didžiausi, o veganų – mažiausi.

Išvados

1. Norint palaikyti sveiką emocinę būklę, vienas iš veiksmingiausių būdų yra laikytis augaliniu pagrindu pagrįstos mitybos. Šį reiškinį gali paaiškinti didesnis antioksidantų, polifenolių ir vitaminų suvartojimas bei mažesnis arachidono rūgštis ir cholesterolio suvartojimas.
2. Lyginant visas 3 dietos grupes galima teigti, jog vegetarų ir veganų maistinių medžiagų suvartojimas buvo palankesnis sveikatai.
3. Atlikus emocinės sveikatos vertinimą, paaiškėjo, jog visavagių streso, nerimo ir depresijos bei bendro nuotaikos sutrikimo rodikliai buvo aukščiausi iš visų tiriamų dietos grupių, o veganų – mažiausi.

Literatūra

1. Agarwal, U., Mishra, S., Xu, J., Levin, S., Gonzalez, J., Barnard, N. D. (2015). A multicenter randomized controlled trial of a nutrition intervention program in a multiethnic adult population in the corporate setting reduces depression and anxiety and improves quality of life: the GEICO study. *American Journal of Health Promotion*, 29(4):245-54.

VAIKŲ ODONTOLOGINIO GYDymo BAIMĖS: TĖVŲ, TURINČIŲ IR NETURINČIŲ MEDICININIO IŠSILAVINIMO, NUOMONĖ

Greta Inčirauskaitė

*Burnos higienos studijų programa
Kauno kolegija*

Darbo vadovė - dr. Rasa Tamulienė

Ivadas

Remiantis tyrimais (Alsadat ir kt., 2018; Torriani ir kt., 2014; Olak ir kt., 2013; van Wijk ir kt., 2009), 1 iš 4 vaikų jaučia odontologinio gydymo baimę, kuri yra tiesiogiai susijusi su vaikų burnos sveikata bei jaučiamu skausmu procedūrų metu. Tam įtakos turi neigiama vaiko odontologinė patirtis, tėvų elgesys ir požiūris į burnos sveikatą, auklėjimo ypatumai bei tėvų odontologinė patirtis ar odontologinio gydymo baimė (Wu ir Goa, 2018; Lee ir kt., 2018; Olak ir kt., 2013; Agostini ir kt., 2014).

Problema: kokia tėvų, turinčių ir neturinčių medicininio išsilavinimo, nuomonė apie vaikų odontologinio gydymo baimes?

Objektas: tėvų, turinčių ir neturinčių medicininio išsilavinimo, nuomonė apie vaikų odontologinio gydymo baimes.

Tikslas: atskleisti vaikų odontologinio gydymo baimes, remiantis tėvų, turinčių ir neturinčių medicininio išsilavinimo, nuomone.

Uždaviniai:

1. Apibrėžti odontologinio gydymo baimę bei veiksnius, lemiančius jos atsiradimą.
2. Aptarti tėvų įtaką vaikų elgesiui odontologijos kabinete.
3. Atskleisti tėvų, turinčių medicininį išsilavinimą, nuomonę apie vaikų odontologinio gydymo baimę.
4. Atskleisti tėvų, neturinčių medicininio išsilavinimo, nuomonę apie vaikų odontologinio gydymo baimę.

Raktiniai žodžiai: odontologinio gydymo baimė (OGB), tėvų įtaka vaikų požiūriui į odontologinį gydymą, medicininis ir nemedicininis išsilavinimas

Metodologija

Tyrimė taikyta kiekybinė tyrimo strategija, kuri parinkta atsižvelgiant į tyrimo tikslą – atskleisti tėvų nuomonę apie vaikų odontologinio gydymo baimę. Tyrimui atlikti naudotas teorinis tyrimo metodas – mokslinės literatūros analizė, ir empiriniai tyrimo metodai: duomenų rinkimo metodas – apklausa raštu; duomenų analizės metodas – aprašomosios statistikos

skaičiavimai: dažnių, vidurkių, modos, medianos, didžiausios bei mažiausios reikšmės skaičiavimai.

Tyrimo metu buvo apklausti 107 tėvai: 100 moterų, 7 vyrai, 47 tėvai, turintys medicininį išsilavinimą ir 60 tėvų, neturinčių medicininio išsilavinimo.

Rezultatai

Baimė yra emocija, kurios mes nepaveldime, bet išmokstame. Dažniausiai tėvai savo elgesiu išmoko vaikus bijoti, kadangi vaikai yra linkę mėgdžioti tėvų elgesį (Myers, 2008). Moksliniai tyrimai įrodė, jog odontologinio gydymo baimė daro neigiamą įtaką burnos sveikatai. Ją gali sukelti odontologijos klinikos aplinka, vaiko lytis, šeimos socioekonominė padėtis, karieso paplitimas, skausmo ir nuskausminimo baimė, neigiama odontologinė patirtis bei tėvų elgesys, kadangi auklėjimo ypatybės, šeimos psichologinis klimatas daro įtaką besiformuojančios asmenybės elgesiui, o tėvų sąmoningumas ir žinios apie vaikų sveikatą yra tiesiogiai susijusios su vaikų sveikata bei jų sveikatos įpročiais. (Alsadat ir kt., 2018; Wu ir Goa, 2018; Olak ir kt., 2013; Torriani ir kt., 2014; Agostini ir kt., 2014).

Tyrimo duomenimis, beveik pusė tėvų nurodė, jog jų visi auginami vaikai jaučia odontologinio gydymo baimę ir beveik pusė jų labiausiai bijo skausmo odontologinių procedūrų metu (med. 35,19 %; nemed. 43,75 %). Daugumai tėvų, nepriklausomai nuo išsilavinimo tipo, buvo sunku išskirti, kokių procedūrų metu vaikai jaučia OGB. Didžioji dalis tėvų, prieš vizitus, vaikams pasakoja apie vizito eigą bei veiksmus ir bando nuraminti (med. 52,27 %; nemed. 67,39 %), susitarti (pažadėti) (med. 43,18 %; nemed. 32,61 %), jei vaikas jaučia OGB. Tyrimo duomenimis, medicininį išsilavinimą turintys tėvai dažniausiai nuramina, paskatindami savo vaikus (52,63 %), o nemedicininį išsilavinimą turintys tėvai dažniausiai ramina vaikus sakydami: „nebijok; neišsigąsk“ (46,30 %). Tyrimo rezultatai atskleidė, jog nepriklausomai nuo tėvų išsilavinimo tipo, didžioji dalis vaikų elgėsi ramiai odontologinio vizito metu, ir tik 16 % medicininį išsilavinimą turinčių tėvų ir 10,77 % tėvų, neturinčių medicininio išsilavinimo, nurodė, jog jų vaikai išvis neišsizijojo vizito metu. Tyrimas atskleidė, jog didžioji dauguma (93,62 %) tėvų, turinčių medicininį išsilavinimą, savo vaikus veda profilaktiniam patikrinimui 1 – 2 kartus

per metus ir tik 6,38 % - atsiradus simptomams. Nemedicininį išsilavinimą turinčių tėvų: 66,67 % - veda profilaktinei apžiūrai, 33,33 % – jau atsiradus simptomams.

Išvados

1. OGB – diskomfortas, patiriamas odontologinių procedūrų, kuiram įtakos turi odontologijos klinikos aplinka, vaiko lytis, šeimos socioekonominė padėtis, karieso paplitimas, skausmo ir nuskausminimo injekcijų baimė, neigiama odontologinė patirtis.
2. Tėvai savo elgesiu išmoko vaikus bijoti, perduodami jiems savo specifines baimes. Tėvų perdėtas reagavimas į negrėšmingus stimulus, auklėjimo klaidos, lemia vaiko OGB atsiradimą.
3. Tyrimo rezultatai atskleidė, jog didžioji dalis medicininių išsilavinimą turinčių tėvų vaikų yra linkę jausti odontologinio gydymo baimę dėl skausmo, nors paskutinį kartą odontologijos kabinete vaikai elgėsi ramiai ir tik maža jų dalis visiškai neišsižiojo. Tėvai prieš vizitus dažniausiai pasakoja vaikams apie vizito eigą bei veiksmus odontologijos kabinete ir bando nuraminti ar susitarti, pažadėdami vaikams, vėliau nuveikti ką nors smagaus. Absoliuti dauguma tėvų savo vaikus veda profilaktiniams patikrinimams 1 – 2 kartus per metus.
4. Tyrimo rezultatai atskleidė, jog didžioji dalis nemedicininių išsilavinimą turinčių tėvų vaikų yra taip pat linkę jausti odontologinio gydymo baimę dėl skausmo, tačiau paskutinį kartą odontologijos kabinete taip pat elgėsi ramiai ir tik maža jų dalis visiškai neišsižiojo. Didžioji dalis tėvų prieš vizitus pasakoja vaikams apie vizito eigą bei veiksmus ir bando pažadėti (susitarti) su vaikais, bet nuramina sakydami: „nebijok, neišsigąsk“. Didžioji dauguma tėvų taip pat veda vaikus profilaktiniams vizitams, tačiau nemaža dalis tėvų kreipiasi į gydytoją ir jau suskaudus danti.

Literatūra

1. Agostini, B. A., Machry, R. V., Teixeira, C. R. da S., Piovesan, C., Oliveira, M. D. M., Bresolin, C. R., & Ardenghi, T. M. (2014). Self-perceived oral health influences tooth brushing in preschool children. *Brazilian Dental Journal*, [interaktyvus] 25(3), 248–252. [žiūrėta 2020– 01 – 11]. Prieiga per internetą: <http://search.ebscohost.com.db.kaunokolegija.lt/login.aspx?direct=true&db=cmedm&AN=25252262&site=ehost-live>
2. Alsadat, F. A., El-Housseiny, A., Alamoudi, N. M., Elderwi, D. A., Ainoso, A. M., & Dardeer, F. M. (2018). Dental fear in primary school children and its relation to dental caries. *Nigerian Journal of Clinical Practice*, 21(11), 1454-1460. DOI:10.4103/njcp.njcp_160_18
3. Lee, D., Kim, J., & Yang, Y. (2018). The influence of parenting style on child behavior and dental anxiety. *Pediatric Dentistry*, 40(5), 327-333.
4. Myers, D. G. (2008). *Psichologija*. Kaunas: Poligrafija ir informatika.
5. Olak, J., Saag, M., Honkala, S., Nömmela, R., Runnel, R., Honkala, E., & Karjalainen, S. (2013). Children's dental fear in relation to dental health and parental dental fear. *Stomatologija*, 15(1), 26-31.
6. Torriani, D. D., Ferro, R. L., Bonow, M. L. M., Santos, I. S., Matijasevich, A., Barros, A. J., . . . Peres, K. G. (2014). Dental caries is associated with dental fear in childhood: Findings from a birth cohort study. *Caries Research*, 48(4), 263-270.
7. Van Wijk, A. J., & Hoogstraten, J. (2009). Anxiety and pain during dental injections. *Journal Of Dentistry*. [interaktyvus], 37(9), 700–704. [žiūrėta 2020 – 11 – 28]. Prieiga per internetą: <https://doiorg.db.kaunokolegija.lt/10.1016/j.jdent.2009.05.023>
8. Wu, L., & Gao, X. (2018). Children's dental fear and anxiety: Exploring family related factors. *BMC Oral Health*, 18(1), 100-100. DOI:10.1186/s12903-018-0553-z

TĖVŲ ŽINIOS IR „KŪDIKIŲ SPA“ SPECIALISTŲ NUOMONĖ APIE SPA PROCEDŪRŲ POVEIKĮ KŪDIKIŲ RAIDAI IR SAVIJAUTAI

Aušrinė Janulaitė

*Kosmetologijos studijų programa
Kauno kolegija*

Darbo vadovė – Sigita Zlatkuvienė

Įvadas

Lankymasis SPA laikomas būtina sveikos gyvensenos dalimi, o ne prabanga (Guilet ir Kucukusta, 2016). Sveikatinantis technologijų, metodikų ir procedūrų kompleksas veikia ir per pagrindinius penkis žmogaus jutimus (Ada Lo ir kt., 2015). „Kūdikių SPA“ ne išimtis. Literatūros šaltinių gausa apie SPA procedūrų sveikatinantį poveikį paskatino pasidomėti tėvų ir specialistų požiūriu į SPA procedūrų poveikį kūdikiams.

Tyrimo problema: kokios tėvų žinios ir „Kūdikių SPA“ specialistų nuomonė apie SPA procedūrų poveikį kūdikių raidai ir savijautai?

Tyrimo tikslas: atskleisti tėvų žinias ir „Kūdikių SPA“ specialistų nuomonę apie SPA procedūrų poveikį kūdikių raidai ir savijautai.

Tyrimo uždaviniai:

1. Aprašyti SPA procedūrų poveikį kūdikių raidai ir savijautai.
2. Apibrėžti kūdikių raidos etapus.
3. Atskleisti tėvų žinias apie SPA procedūrų poveikį kūdikių raidai ir savijautai.
4. Nustatyti „Kūdikių SPA“ specialistų nuomonę apie SPA procedūrų poveikį kūdikių raidai ir savijautai.

Metodologija

1. Profesinės ir mokslinės literatūros analizė, siekiant išsiaiškinti kūdikių raidos dėsninumus ir galimą SPA procedūrų poveikį.
2. Kiekybinis tyrimas – apklausa raštu, kurios tikslas - atskleisti tėvų žinias apie SPA procedūrų poveikį kūdikių raidai ir savijautai. Tiriamieji: 100 tėvų.
3. Kokybinis tyrimas – interviu, siekiant atskleisti „Kūdikių SPA“ specialistų nuomonę apie SPA procedūrų poveikį kūdikių raidai ir savijautai. Informantai: 6 „Kūdikių SPA“ specialistai.

Rezultatai

SPA procedūros daro teigiamą įtaką kūdikių raidai ir savijautai (Field, 2017). Kūdikių raidos etapai stebimi įvertinant judesio, smulkiosios motorikos ir socialinės raidos bei kalbos vystymąsi (Brugha ir kt., 2015). Tėvai pakankamai daug žino apie SPA procedūrų poveikį kūdikiams. Jie pastebėjo, kad kūdikiai tapo stipresni, pradėjo greičiau vartytis, sėdėti, sumažėjo pilvo skausmai, pagerėjo miegas. „Kūdikių SPA“ specialistai patvirtino ir pabrėžė teigiamą procedūrų įtaką kūdikių judesio raidai, grūdinimuisi, emociniam stabilumui ir vystymuisi.

Išvados

1. SPA procedūros gerina kūdikių raumenų kontroliavimo įgūdžius, skatina smegenų veiklą, stiprina ir ramina nervų sistemą. Tai sukuria sąlygas kūdikiams augti emociškai ir fiziškai stipresniems.
2. Sveiko kūdikio raidos etapams būdingos aiškios, į dėsninumą rėmus telpančios sekos ir bendrybės. Normali judesio, smulkiosios motorikos bei socialinė raida ir kalba yra vieni svarbiausių vaiko sveikatos rodiklių.
3. Tėvai įsitikinę, kad SPA procedūros daro sveikatinantį poveikį ir patvirtino, jog po SPA procedūrų kūdikiai tapo stipresni, pagerėjo judesių koordinacija, pradėjo greičiau vartytis, atsisėsti, atsistoti, vaikščioti, pagerėjo jų miegas, padaugėjo teigiamų emocijų.
4. „Kūdikių SPA“ specialistai didžiausią įtaką pastebi judesio raidai, pabrėžia daromą didelį procedūrų poveikį grūdinimuisi, miego gerinimui, emociniam vystymuisi, atsipalaidavimui, socialinei raidai ir kalbai bei smulkiosios motorikos vystymuisi.

Literatūra

1. Ada Lo, Corrine Wu & Henry Tsai (2015). The Impact of Service Quality on Positive Consumption Emotions in Resort and Hotel Spa Experiences, *Journal of Hospitality Marketing & Management*, 24:2, 155-179, DOI: 10.1080/19368623.2014.885872
2. Brugha, R., Marlais, M., & Abrahamson, Ed. (2015). *Vaikų klinikinio ištyrimo vadovas: Kišeninis vadovas*. Vilnius: Vaistų žinios. p. 51.
3. Field T. (2017), *Newborn Massage Therapy*. Int J Ped & Neo Heal. 1:2, 54-64. DOI: 10.25141/2572-4355-2017-2.0054
4. Guillet, B. D., & Kucukusta, D. (2016). Spa market segmentation according to customer preference. *International Journal of Contemporary Hospitality Management* 28(2), 418- 434. DOI: 10.1108/IJCHM-07-2014-0374

VYRŲ ŽINIŲ APIE PRIEŠINĖS LIAUKOS VĖŽIO ANKSTYVOSIOS DIAGNOSTIKOS PROGRAMĄ VERTINIMAS

Aurelija Jonaitytė

*Bendrosios praktikos slaugos studijų programa
Kauno kolegija*

Darbo vadovė – Regina Balčiūnienė

Įvadas

Priešinės liaukos vėžio susirgimą aptikti padeda nuo 2006 m. įsigaliojusi priešinės liaukos vėžio ankstyvosios diagnostikos programa (Mekšriūnaitė ir kt., 2018). Vienas svarbiausių vaidmenų programoje tenka bendruomenės slaugytojui, kuris privalo tinkamai ir pakankamai informuoti, motyvuoti vyrus dalyvauti profilaktikos programoje (Molazem ir kt., 2018). **Tyrimo problema** – kokios yra vyrų žinios apie priešinės liaukos vėžio ankstyvosios diagnostikos programą? **Tikslas** – įvertinti vyrų žinias apie priešinės liaukos vėžio ankstyvosios diagnostikos programą. **Uždaviniai:** 1. Aprašyti priešinės liaukos vėžio rizikos veiksnius; 2. Įvertinti 50-69 metų amžiaus vyrų žinias apie priešinės liaukos vėžio ankstyvosios diagnostikos programą; 3. Nustatyti bendruomenės slaugytojų veiklą organizuojant ir vykdant priešinės liaukos vėžio ankstyvosios diagnostikos programą.

Raktiniai žodžiai: slaugytojas, vėžys, priešinė liauka.

Metodologija

Tyrimui atlikti naudota mokslinės literatūros analizė, kurios tikslas – apžvelgti priešinės liaukos vėžį klinikiniu požiūriu. Duomenų rinkimo metodas – apklausa raštu, kuri skirta įvertinti vyrų žinias apie priešinės liaukos vėžio ankstyvosios diagnostikos programą. Duomenys analizuoti taikant statistinius duomenų skaičiavimus. Tyrime dalyvavo 100 vyrų nuo 50 iki 69 metų. Respondentai – asmenys, besilankantys pirminėje asmens sveikatos priežiūros įstaigoje.

Rezultatai

Išskiriami keli pagrindiniai veiksniai, kurie gali lemti priešinės liaukos vėžio išsivystymą: amžius, paveldimumas, žmogaus etninė priklausomybė (rasė), alkoholio vartojimas, rūkymas, mitybos įpročiai ir kt.

Daugiau nei pusės (56 proc.) respondentų teigimu, bendruomenės slaugytojas dažniausiai įvardija, kad priešinės liaukos vėžio atsiradimą lemia amžius ir paveldimumas bei žalingi įpročiai, tokie kaip rūkymas ir alkoholio vartojimas (53 proc.). Daugiau nei pusė (66 proc.) apklaustųjų nesutinka, kad buvo informuoti apie tokius rizikos veiksnius kaip didelis sočiųjų gyvulinių riebalų ir kiaušinių suvartojimas bei

didelis pieno ir jų produktų suvartojimas (65 proc.). Su teiginiu, kad bendruomenės slaugytojas informuoja apie tokį rizikos veiksnių, kaip žmogaus etninė priklausomybė, nesutinka septyni dešimtadaliai (69 proc.) apklaustųjų.

Keturi penktadaliai (79 proc.) apklaustųjų žinojo apie vykdomą profilaktikos programą. Penktadalis (21 proc.) apklaustųjų teigė, kad apie tokią priešinės liaukos vėžio profilaktikos programą nieko nežino. Mažiau trečdalis (28 proc.) respondentų teigė, kad retai kada yra išsamiai informuojami, o beveik du penktadaliai (37 proc.), kad vizitų metu slaugytojas niekada išsamiai neinformuoja apie priešinės liaukos vėžio ankstyvosios diagnostikos programą. Daugiausia respondentams trūksta informacijos apie tai, kokie bus tolimesni veiksmai, jei kraujo tyrimas bus nenormalus, su tuo sutiko trys ketvirtadaliai (75 proc.) apklaustųjų. Respondentams taip pat trūksta informacijos apie tai, nuo kokio amžiaus galima pradėti nemokamai tikrintis (62 proc.), jie taip pat nėra informuoti, kas kiek laiko gali būti atliekami nemokami tyrimai dėl priešinės liaukos vėžio (58 proc.).

Išvados

1. Pagrindiniai rizikos veiksniai, lemiantys susirgimą priešinės liaukos vėžiu yra amžius, paveldimumas, žmogaus etninė priklausomybė.
2. Didžioji dalis respondentų teigia, kad norėtų gauti daugiau informacijos apie tyrimų metodus bei tolimesnius veiksmus (nuo kokio amžiaus ir kas kiek laiko galima nemokamai tikrintis), jei atliktas PSA (prostato specifinio antigeno) testas kraujo tyrime bus nenormalus.
3. Gauti rezultatai rodo, kad bendruomenės slaugytojas informuoja tik apie tai, kad yra vykdoma tokia profilaktikos programa, tačiau mažiau suteikia informacijos apie vykdymo priemones (atliekamų tyrimų metodus ir veiksmus, jei randama pakitimų kraujo tyrime).

Literatūra

1. Mekšriūnaitė, S., Gurevičius, R., Cicėnienė, V., Trakienė, A., Pošienė, A. (2018). Prostato vėžio, kaip pagrindinės mirties priežasties, nustatymo pagrįstumas Lietuvoje 2015–2017 m. *Visuomenės sveikata* [interaktyvus], 4(83), 40-51.

2. Molazem, Z., Ebadi, M., Khademian, M., & Zare, R. (2018). Effects of an Educational Program for Prostate Cancer Prevention on knowledge and PSA Testing in Men Over 50 Years old in Community Areas of Shiraz in 2016. *Asian Pacific journal of cancer prevention: APJCP*, 19(3), 633–637. DOI:10.22034/APJCP.2018.19.3.633

STATINIO IR DINAMINIO RAUMENŲ DARBO POVEIKIS LIEMENS RAUMENŲ JĖGAI IR IŠTVERMEI

Monika Kibildaitė

*Kineziterapijos studijų programa
Kauno kolegija*

Darbo vadovė – Diana Nemčiauskienė

Įvadas

Šiuo metu daug dėmesio skiriama statinių bei dinaminių pratimų poveikiui (El Shemy, 2018). Nors pastarieji pratimai laikomi efektyviausiu metodu norint padidinti raumenų jėgą ir ištvėrmę, tačiau rasta, kad statiniai pratimai didina raumenų funkciją efektyviau ir greičiau (Hass, Feigenbaum & Franklin, 2001). Liemens korseto raumenų jėgos ir ištvėrmės pagrindinė funkcija – stabilizuoti stuburą, sumažinti jo apkrovą bei apsaugoti nuo įvairių traumų (Barati, Safarcherati, Aghayari, Azizi & Abbasi, 2013).

Tyrimo tikslas: ištirti statinį ir dinaminį raumenų darbo poveikį liemens raumenų jėgai ir ištvėrmei.

Tyrimo problema: koks statinių ir dinaminių pratimų poveikis liemens raumenų jėgai ir ištvėrmei?

Tyrimo uždaviniai: 1. Nustatyti liemens lenkiamųjų ir tiesiamųjų raumenų jėgą prieš ir po statinių, dinaminių pratimų; 2. Nustatyti liemens lenkiamųjų ir tiesiamųjų raumenų ištvėrmę prieš ir po statinių, dinaminių pratimų; 3. Palyginti abiejų grupių rezultatus.

Rezultatai: Liemens lenkiamųjų ir tiesiamųjų raumenų jėga ir ištvėrmė statistiškai reikšmingai padidėjo po statinių ir dinaminių treniruočių. Palyginus abiejų grupių rezultatus, statistiškai reikšmingas skirtumas pastebimas tik liemens tiesiamųjų raumenų jėgos pokytyje.

Raktiniai žodžiai: statiniai ir dinaminiai pratimai, liemens korsetas, jėga, ištvėrmė.

Metodologija

Atlikto kiekybinio tyrimo metu vertinta liemens tiesiamųjų ir lenkiamųjų raumenų jėga ir ištvėrmė. Tyrimas atliktas AB „Eglės sanatorija“ įstaigoje. Jame dalyvavo 12 respondentų. Po testavimo respondentai atsitiktiniu būdu buvo paskirstyti į dvi grupes. Pirmą grupę (n=7): respondentai, atliekantys statinius pratimus, antrą grupę (n=5): respondentai, atliekantys dinaminis pratimus. Tris kartus per savaitę vyko treniruotės. Tyrimas truko 5 savaites.

Rezultatai

Prieš dinaminis pratimus antros grupės liemens lenkiamųjų raumenų jėgos vidurkis buvo $7,92 \pm 2,75$ kg, ištvėrmės – $50,43 \pm 8,99$ s., o po dinaminių pratimų jėgos vidurkis siekė $8,92 \pm 2,76$ kg, ištvėrmės – $57,54 \pm 8,75$ s. Tos pačios grupės liemens tiesiamųjų raumenų jėgos vidurkis tyrimo pradžioje

buvo $9,43 \pm 3,82$ kg, ištvėrmės – $144,07 \pm 32,08$ s., o tyrimo pabaigoje jėgos vidurkis siekė $10,52 \pm 3,73$ kg, ištvėrmės – $158,60 \pm 32,76$ s. Prieš statinius pratimus pirmos grupės liemens lenkiamųjų raumenų jėgos vidurkis buvo $9,38 \pm 3,98$ kg, ištvėrmės – $61,13 \pm 9,24$ s., o po statinių pratimų jėgos vidurkis siekė $10,19 \pm 3,94$ kg, ištvėrmės – $69,34 \pm 7,98$ s. Pastarosios grupės liemens tiesiamųjų raumenų jėgos vidurkis tyrimo pradžioje buvo $9,05 \pm 2,39$ kg, ištvėrmės – $163,74 \pm 21,64$ s., o tyrimo pabaigoje jėgos vidurkis – $9,86 \pm 2,40$ kg, ištvėrmės – $178,19 \pm 22,76$ s. Abiejų grupių rezultatų pasikeitimai visuose rodikliuose buvo statistiškai reikšmingi ($p < 0,05$). Lyginant abiejų grupių rezultatų pokytį visuose rodikliuose, statistiškai reikšmingas skirtumas nustatytas tik liemens tiesiamųjų raumenų jėgos pokytyje. Rezultatai parodė, kad antros grupės pokyčio vidurkis didesnis negu pirmos ($1,09 > 0,81$).

Išvados

1. Liemens lenkiamųjų ir tiesiamųjų raumenų jėga statistiškai reikšmingai padidėjo po statinių ir dinaminių treniruočių.
2. Liemens lenkiamųjų ir tiesiamųjų raumenų ištvėrmė statistiškai reikšmingai padidėjo po statinių ir dinaminių treniruočių.
3. Palyginus abiejų grupių rezultatus, statistiškai reikšmingas skirtumas stebimas liemens tiesiamųjų raumenų jėgos pokytyje.

Literatūra

1. Hass, C. J., Feigenbaum, M. S., & Franklin, B. A. (2001). Prescription of resistance training for healthy populations. *Sports medicine*, 31(14), 953-964. DOI: <https://doi.org/10.2165/00007256-200131140-00001>
2. El Shemy, S. A. (2018). Trunk endurance and gait changes after core stability training in children with hemiplegic cerebral palsy: A randomized controlled trial. *Journal of back and musculoskeletal rehabilitation*, 31(6), 1159-1167. DOI: 10.3233/BMR-181123
3. Barati, A., Safarcherati, A., Aghayari, A., Azizi, F., & Abbasi, H. (2013). Evaluation of Relationship between Trunk Muscle Endurance and Static Balance in Male Students. *Asian journal of sports medicine*, 4(4), 289-294. doi:10.5812/asjasm.34250

RŪKANČIŪJŲ SEILIŲ PH RODIKLIO POKYČIAI

Neda Klimavičiūtė

Biomedicinos diagnostikos studijų programa
Kauno kolegija

Darbo vadovas – Sergej Sosunkevič

Įvadas

Pasaulio sveikatos organizacijos (PSO) duomenimis, visame pasaulyje yra apie 1,1 milijardo rūkančiųjų, iš kurių apie 80 proc. gyvena mažas ir vidutines pajamas gaunančiose šalyse. Tabako vartojimo epidemija yra viena iš didžiausių grėsmių visuomenės sveikatai. Per metus rūkymas visame pasaulyje nužudo daugiau kaip 8 milijonus žmonių (World Health Organization). Remiantis įvairiais klinikiniais ir epidemiologiniais duomenimis, buvo užfiksuotas neigiamas tabako poveikis burnos sveikatai. Neigiamas rūkymo ir kitų tabako formų vartojimas susijęs su burnos gleivinės, seilių ir dantų pakitimais bei dantenų ligomis. Seilės yra sudėtingas ir svarbus sekretas, kuris yra labai svarbus burnos sveikatai. Jos pirmosios paveikiamos cigarečių dūmų, kuriuose yra daugybė toksinių medžiagų. Šios medžiagos yra atsakingos už stuktūrinius ir funkcinius seilių pokyčius (Grover ir kt., 2016).

Tyrimo problema: kaip kinta rūkančiųjų seilių pH?

Tyrimo tikslas: nustatyti rūkančiųjų seilių pH pokyčius

Tyrimo uždaviniai:

1. Atkleisti rūkymo įpročius;
2. Įvertinti rūkančiųjų seilių pH pokyčius.

Raktiniai žodžiai: rūkymas, tabakas, pH.

Metodologija

Tyrimas buvo atliekamas 2020-02–2020-03 laikotarpiu. Respondentai tyrimui buvo atrinkami atsitiktiniu būdu, nepriklausomai nuo gyvenamosios vietos, amžiaus ar lyties. Tyrime dalyvavo 50 respondentų, kuriems buvo duota anketinė apklausa raštu bei atliekamas biocheminis seilių pH tyrimas naudojant didelio jautrumo ir plataus diapozono pH indikatorines juosteles („Baltbiola“, Ionaqua a.s., Čekijos respublika). Visi respondentai buvo suskirstyti į dvi grupes: į rūkančiuosius ir nerūkančiuosius. Buvo analizuojami rūkančiųjų rūkymo įpročiai. Tyrimo metodai: sudaryta anketinė apklausa, kuria sudarė 14 uždaro tipo klausimų, kurių tikslas buvo išsiaiškinti sociodemografinius respondentų duomenis ir rūkančiųjų rūkymo įpročius. Statistiniam duomenų apdorojimui buvo naudojamos SPSS ir Excel programos.

Rezultatai

Iš tyrimo dalyvavusių 50 respondentų, 76 proc. sudarė moterys, o 24 proc. – vyrai. Suskirsčius respondentus

pagal amžių, rezultatai parodė, kad tyrime daugiausiai dalyvavo asmenų tarp 18-24 metų – 58 proc. 25-29 metų buvo apklausta 22 proc., 30-35 metų buvo apklausta 6 proc., 36-40 metų buvo apklausta 6 proc. Ir vyresnių nei 40 metų buvo apklausta 8 proc. Didesnioji dalis, 48 proc., dalyvavusių respondentų buvo nerūkantys. Rūkantieji sudarė 44 proc., visų dalyvavusių respondentų, o 8 proc. sudarė asmenys, kurie rūkė anksčiau, tačiau šiuo metu neberūko. Daugiau nei pusė rūkančiųjų respondentų (57,69 proc.) teigė, jog rūkyti renkasi kaitinamąjį tabaką, paprastas cigaretes rinkosi 34,62 proc. o elektronines cigaretes – 7,69 proc. Kaip svarbiausią kriterijų rūkalų pasirinkimui net 80,76 proc. visų rūkančiųjų įvardijo jų kvapą ir skonį. 11,53 proc. rūkalus renkasi pagal kainą. Daugiausiai respondentų, net 50 proc., įvardino kitą priežastį, kuri juos paskatino pirmą kartą parūkyti. Tarp įvardintų priežasčių buvo įvardinta draugų įtaką, smalsumas, patiriamas stresas bei darbas. 19,23 proc. respondentų kaip priežastį, kas paskatino pirmą kartą parūkyti, pasirinko „Tėvų rūkymas namų aplinkoje“. Po tiek pat respondentų, 15,38 proc., kaip priežastis pasirinko „Noras atrodyti suaugusiam“ ir „Matoma reklama susijusi su rūkymu“. Net 57,70 proc. respondentų teigė, kad rūkymas jiems padeda nusiraminti. 23,07 proc. pripažino turintis priklausomybę nuo nikotino. 11,54 proc. teigė, kad rūko tik pramogai, o 7,69 proc. respondentų neturėjo nuomonės.

Respondentų buvo paprašyta įvardinti pastebėtus sveikatos pokyčius, kuriuos sukėlė rūkymas. 26,92 proc. respondentų teigė, kad dėl rūkymo jie pajautė apetito stoką. Galvos skausmu skundėsi 11,54 proc. dalyvavusių respondentų. Taip pat 11,54 proc. respondentų teigė, kad dėl rūkymo susilpnėjo kvapo jutimas. Skonio jutimo susilpnėjimu skundėsi 7,69 proc. dalyvavusių respondentų. 15,39 proc. apklaustųjų skundėsi pasireiškusiu kosuliu. 26,92 proc. respondentų nerado sau tinkamo atsakymo. Tarp įrašytų atsakymų buvo: dusulys, širdies permušimai. Taip pat buvo tokių, kurie nepastebėjo jokių sveikatos pokyčių, sukeltų rūkymo. Daugiau nei ketvirtadalis rūkančiųjų respondentų (30,76 proc.) teigė, kad jie buvo bandę mesti rūkyti, tačiau nesėkmingai. 26,93 proc. nėra bandę mesti rūkyti, tačiau norėtų. 15,38 proc. respondentų sėkmingai pavyko mesti rūkyti, o 26,93 proc. respondentų nebandė mesti rūkyti, nes jiems patinka rūkyti.

Visų tiriamųjų seilių pH vidurkis buvo 7,18 (+/-0,09). Mažiausia fiksuota pH reikšmė buvo 5,5, o didžiausia

fiksuota pH reikšmė – 8. Dažniausiai pasitaikanti vertė buvo 7,5 (Mo). Variacinės eilutės vidurinė reikšmė – 7,25 (Md). Palyginus rūkančiųjų (6,95) ir nerūkančiųjų (7,417) seilių pH vidurkius, rūkančiųjų buvo reikšmingai žemesnis už nerūkančiųjų.

Išvados

1. Tyrimo rezultatai parodė, kad viena iš pagrindinių rūkymo priežasčių yra patiriamas stresas ir rūkymą įvardijo kaip būdą, kuris padeda nusiraminti. Daugeliui rūkančiųjų įtaką daro draugai ir rūkantys tėvai. Pagrindinis kriterijus, pagal ką rūkantieji renkasi rūkalus, yra jų kvapas ir skonis. Nemaža dalis rūkančiųjų yra bandę mesti rūkyti, bet nesėkmingai. Pagrindinis rūkančiuosius varginantis

sveikatos sutrikimas, kuriam turėjo įtakos rūkymas, yra apetito stoka.

2. Palyginus rūkančiųjų ir nerūkančiųjų seilių pH, paaiškėjo, kad rūkančiųjų seilių pH yra reikšmingai žemesnis.

Literatūra

1. Grover, N., Sharma, J., Sengupta, S., Singh, S., Singh, N., Kaur, H. (2016). Long-term effect of tobacco on unstimulated salivary pH. *Journal of Oral and Maxillofacial Pathology*, 20(1), 16-19.
2. World Health Organization. (2019). [žiūrėta 2020 m. balandžio 14 d.]. Prieiga per internetą: <https://www.who.int/news-room/factsheets/detail/tobacco>

DRAŽĖ, PAGAMINTŲ IŠ LIOFILIZUOTŲ UOGŲ IR DARŽOVIŲ, MOMENTINIS POVEIKIS GLIUKOZĖS KIEKIUI KAPILIARINIAME KRAUJYJE, SERGANTIEMS CUKRINIŲ DIABETU

Toma Kniečiūnaitė

*Biomedicinos diagnostikos studijų programa
Kauno kolegija*

Darbo vadovė - dr. Rasa Volskienė

Įvadas

PSO prognozuoja, kad iki 2035 m. cukriniu diabetu sirgs 592 mln. žmonių. Cukrinis diabetas 2030 m. taps 7-tąja mirties priežastimi (Lim, 2014). Cukrinio diabeto prevencijai mokslininkai išranda naujas maisto produktų gamybos technologijas. Liofilizuoti maisto produktai siūlomi cukriniu diabetu sergantiems asmenims, norint pagerinti jų sveikatos būklę (Bhatta, Janezic, Ratti, 2020).

Tyrimo problema. Koks dražė, pagamintos iš liofilizuotų uogų ir daržovių, momentinis poveikis gliukozės koncentracijai kapiliariniame kraujyje cukriniu diabetu sergantiems žmonėms?

Tyrimo tikslas. Įvertinti dražė, pagamintos iš liofilizuotų uogų ir daržovių, momentinį poveikį gliukozės koncentracijai kapiliariniame kraujyje cukriniu diabetu sergantiems žmonėms.

Tyrimo objektas. Momentinis gliukozės koncentracijos pokytis kapiliariniame kraujyje.

Tyrimo uždaviniai. 1. Atskleisti liofilizuotų maisto produktų poveikį gliukozės koncentracijai kapiliariniame kraujyje, remiantis mokslinės literatūros analize. 2. Nustatyti skirtingų skonių dražė momentinį poveikį gliukozės koncentracijai kapiliariniame kraujyje.

Raktiniai žodžiai: dražė, gliukozė, momentinis poveikis, cukrinis diabetas, liofilizacija

Metodologija

Atlikta mokslinės literatūros analizė apie liofilizuotų maisto produktų poveikį gliukozės koncentracijai kapiliariniame kraujyje. Kiekybinis tyrimo metodas, biocheminis kraujo tyrimas gliukozės koncentracijai kapiliariniame kraujyje nustatyti. Naudotas ContourPlus „Bayer“ gliukomatis. Statistinė gautų duomenų analizė – aprašomoji statistika, naudojantis „Microsoft Office Excel 2016“ programa. Atlikti 168 gliukozės koncentracijos kapiliariniame kraujyje, matavimai. Tirta 10 cukriniu diabetu sergančių savanorių (7 moterys ir 3 vyrai), kurių amžius buvo nuo 20 iki 83 metų. 8 val. ryte tiriamiesiems buvo matuojama gliukozės koncentracija kapiliariniame kraujyje, po to buvo prašoma suvalgyti 40 g dražė. Dražė buvo 6 rūšių, pagaminta iš liofilizuotų morkų, liofilizuotų burokėlių, liofilizuotų moliūgų, liofilizuotų braškių, glaistui naudojant juodąjį šokoladą, saldintą steviją ir juodąjį šokoladą, saldintą

4 proc. cukraus. Tiriamiesiems suvartojus produktą, gliukozės koncentracija buvo matuojama dar 5 kartus (praėjus 15 min., 30 min., 60 min., 90 min., ir 120 min.). 1 tiriamasis buvo tirtas vartojant visus skirtingo skonio dražė.

Rezultatai

Daugelio mokslinių literatūros šaltinių duomenimis (Caili, Quanhong, 2006; Moazen ir kt., 2013; Evans ir kt., 2014), liofilizuoti maisto produktai naudingi tiek sveikam, tiek sergančiam organizmui. Mokslininkai (Bhatta, Janezic, Ratti, 2020) nustatė, kad liofilizuoti maisto produktai gerina glikemijos kontrolę, antioksidantų aktyvumą, mažina organizmo uždegiminį atsaką, taip pat nedaro įtakos kūno svorio kitimui, cukriniu diabetu sergantiems asmenims.

Tyrimo metu nustatyta gliukozės koncentracija tiriamųjų kapiliariniame kraujyje prieš suvartojant dražė iš liofilizuotų morkų, dengtų juodoju šokoladu, saldintu stevia buvo 9,4 (±3,2) mmol/l. Praėjus 15 min. – 9,1 (±3,9) mmol/l, po 30 min. – 8,9 (±4), po 60 min. – 10,3 (±4,2) mmol/l, po 90 min. – 10,7 (±3,3) mmol/l, po 120 min. – 10,5 (±3,3) mmol/l. Gliukozės koncentracija tiriamųjų kapiliariniame kraujyje prieš suvartojant dražė iš liofilizuotų burokėlių, dengtų juodoju šokoladu saldintu stevia buvo 9,9 (±2,1) mmol/l. Praėjus 15 min. – 10,7 (±2,4) mmol/l, po 30 min. – 11 (±2,0) mmol/l, po 60 min. – 12,2 (±2,7) mmol/l, po 90 min. – 11,6 (±2,6) mmol/l, po 120 min. – 11,0 (±2,8) mmol/l. Prieš suvartojant dražė iš liofilizuotų moliūgų, dengtų juodoju šokoladu saldintu stevia, gliukozės koncentracija tiriamųjų kapiliariniame kraujyje buvo 8,7 (±1,7) mmol/l. Po 15 min. – 8,5 (±2,2) mmol/l, po 30 min. – 9,0 (±1,7) mmol/l, po 60 min. – 9,6 (±1,8) mmol/l, po 90 min. – 9,6 (±2,2) mmol/l, po 120 min. – 9,97 (±2,7) mmol/l. Gliukozės koncentracija tiriamųjų kapiliariniame kraujyje prieš suvartojant dražė iš liofilizuotų braškių, dengtų juodoju šokoladu saldintu stevia – 8,96 (±4,0) mmol/l. Po 15 min. – 9,8 (±3,8) mmol/l, po 30 min. – 11,1 (±4,3) mmol/l, po 60 min. – 12,2 (±4,7) mmol/l, po 90 min. – 12,2 (±4,4) mmol/l, po 120 min. – 12,1 (±4,4) mmol/l. Tyrimo metu nustatyta gliukozės koncentracija tiriamųjų kapiliariniame kraujyje prieš suvartojant dražė iš liofilizuotų burokėlių, dengtų juodoju šokoladu saldintu 4 proc. cukraus buvo 7,8

(±0,6) mmol/l. Po 15 min. – 8,1 (±1,3) mmol/l, po 30 min. – 8,4 (±1,7) mmol/l, po 60 min – 7,5 (±1,9) mmol/l, po 90 min. – 6,9 (±2,1) mmol/l, po 120 min. – 6,3 (±1,8) mmol/l. Prieš suvartojant dražė iš liofilizuotų moliūgų, dengtų juoduoju šokoladu saldintu 4 proc. cukraus, gliukozės koncentracija kapiliariniame kraujyje buvo 6,2 (±0,8) mmol/l. Po 15 min. – 6,3 (±0,0) mmol/l, po 30 min. – 6,6 (±0,4) mmol/l, po 60 min. – 6,3 (±0,4) mmol/l, po 90 min. – 6,1 (±0,3) mmol/l, po 120 min. – 6,0 (±0,4) mmol/l. Gliukozės koncentracija kapiliariniame kraujyje praėjus 2 val. po dražė, pagamintos iš liofilizuotų vaisių ir daržovių, dengtų juoduoju šokoladu, saldintu stevija, nežymiai padidėjo, o vartojant dražė, dengtą juoduoju šokoladu, saldintu 4 proc. cukraus, gliukozės koncentracija kapiliariniame kraujyje nežymiai sumažėjo, lyginant su gliukozės koncentracija kapiliariniame kraujyje nevalgus.

Išvados

1. Mokslinių literatūros šaltinių duomenimis, liofilizuoti vaisiai, uogos ir daržovės gerina glikemijos kontrolę, didina organizmo antioksidacinį aktyvumą, mažina organizmo uždegiminį atsaką cukriniu diabetu sergantiems žmonėms.
2. Gliukozės koncentracija kapiliariniame kraujyje praėjus 2 val. po dražė, pagamintos iš liofilizuotų vaisių ir daržovių, dengtų juoduoju šokoladu, saldintu stevija, nežymiai padidėjo, o vartojant dražė, dengtą juoduoju šokoladu, saldintu 4 proc. cukraus, gliukozės koncentracija kapiliariniame kraujyje nežymiai sumažėjo, lyginant su gliukozės koncentracija kapiliariniame kraujyje nevalgus.

Literatūra

1. Lim A. (2014). *Diabetic nephropathy – complication and treatment*. International journal of nephrology and renovascular disease, 7, 361-381. <https://doi.org/10.2147/IJNRD.S40172>
2. Bhatta S., Janezic T.S., Ratti C. (2020). *Freeze-Drying of Plant-Based Foods*. Institute of Nutrition and Functional Foods. <https://doi.org/10.3390/foods9010087>
3. Caili F., Huan S., & Quanhong Li (2006). *A Review on Pharmacological Activities and Utilization Technologies of Pumpkin*. *Plant Foods for Human Nutrition*, 61(2), 70–77. doi:10.1007/s11130-006-0016-6
4. Moazen, S., Amani, R., Homayouni Rad, A., Shabbazian, H., Ahmadi, K., & Taha Jalali, M. (2013). *Effects of Freeze-Dried Strawberry Supplementation on Metabolic Biomarkers of Atherosclerosis in Subjects with Type 2 Diabetes: A Randomized Double-Blind Controlled Trial*. *Annals of Nutrition and Metabolism*, 63(3), 256–264. doi:10.1159/000356053
5. Evans S., Meister M., Mahmood M., Eldoumi H., Peterson S., Parkins-Veazie P., L. Clarke S., Peyton M., J. Smith B., A. Lucas E. (2014). *Mango Supplementation Improves Blood Glucoses in Obese Individuals*. *Nutrition and Metabolic Insight*. p. 77-83. [Žiūrėta 2019-02-29]. Prieiga per internetą: <https://www.fasebj.org/doi/abs/10.1096/fasebj.29.1-supplement.602.12>

GYVENTOJŲ POŽIŪRIS Į KOSMETOLOGINES KŪNO PROCEDŪRAS IR ETIŠKO APTARNAVIMO ĮTAKĄ JŲ PASIRINKIMUI

Laura Kripavičiūtė

*Kosmetologijos studijų programa
Kauno kolegija*

Darbo vadovė – Sigitą Zlatkuvienė

Įvadas

Šiomis dienomis pasaulyje vis labiau akcentuojamas grožio kultas. Kosmetikos priemonėmis ir aparatinėmis metodikomis stengiamasi daryti įtaką išorinio kūno vaizdo tobulinimui, negailint nei laiko, nei pinigų (Beckmann ir kt., 2016). Prekinio ženklo „Dove“ atlikto tyrimo „Mirrors“ metu paaiškėjo, kad net 80 % moterų nėra patenkintos atvaizdu, kurį mato veidrodyje (Newswire, 2014). Tačiau netgi turėdami kūno problemų, daugelis žmonių nedrįsta kreiptis į specialistus dėl būtinybės apsinuoginti kūno procedūrų metu (Giroud, 2014).

Tyrimo problema: Koks gyventojų požiūris į kosmetologines kūno procedūras ir etiško aptarnavimo įtaką jų pasirinkimui?

Tyrimo tikslas: Atskleisti gyventojų požiūrį į kosmetologines kūno procedūras ir etiško aptarnavimo įtaką jų pasirinkimui.

Tyrimo uždaviniai:

1. Aprašyti kosmetologines kūno procedūras.
2. Teoriškai paaiškinti etiško aptarnavimo sampratą bei jo svarbą atliekant kosmetologines kūno procedūras.
3. Nustatyti gyventojų požiūrį į kosmetologines kūno procedūras.
4. Atskleisti gyventojų požiūrį į etiško aptarnavimo svarbą kūno procedūrų metu.

Raktiniai žodžiai: kosmetologinė kūno procedūra, etika, etiškas aptarnavimas.

Metodologija

1. Mokslinės ir profesinės literatūros analizė, kurios tikslas apžvelgti kosmetologines kūno procedūras bei etiško aptarnavimo svarbą jas atliekant.
2. Empirinis tyrimas, kurio tikslas atskleisti gyventojų požiūrį į kosmetines kūno procedūras ir etiško aptarnavimo įtaką jų pasirinkimui. Empiriniame tyrimui naudotas duomenų rinkimo metodas – apklausa raštu bei duomenų analizės metodas – aprašomosios statistikos skaičiavimai.

Rezultatai

Dauguma respondentų – 76,4 % tik iš dalies patenkinti savo kūno išvaizda, daugiausiai nepatenkintų – 18-35 m. moterys, visiškai patenkinti vos 16,1 % respondentų. Kūno procedūrose lankosi

beveik pusė apklaustųjų – 46,1 %. Besilankantiems kūno procedūrose būtinybė apsinuoginti procedūrų metu daugeliui – 51,1 % nepatogumų nesukelia. Neetiško aptarnavimo problema egzistuoja. Tik beveik pusei – 24 respondentams iš 47, kurie lankosi kūno procedūrose, neteko susidurti su neetišku aptarnavimu. Pagrindiniai veiksniai, kurie paskatintų lankytis kūno procedūrose asmenis, kurie nesinaudoja paslaugomis – visiškas pasitikėjimas specialistu, daugiau laisvo laiko ir pinigų.

Išvados

1. Po kosmetologinių procedūrų poveikio dėl raumenų stimuliacijos, kraujotakos ir limfotakos suaktyvinimo, detoksikuojančio poveikio, odos regeneracijos skatinimo, keratinizacijos problemų mažinimo, plaukų pašalinimo, galima tikėtis kūną stangrinančio, apimtis mažinančio ir odos estetinį vaizdą gerinančio rezultato.
2. Etiško aptarnavimo principai nusako profesines ribas, kurių negalima peržengti. Specialistai, atliekantys kūno procedūras, turi laikytis aiškių, darbo specifika atitinkančių etikos reikalavimų, pradedant nuo privatumo užtikrinimo persirengimo metu, iki maksimalaus atidumo kliento savijautai procedūros metu.
3. Tyrimo rezultatai atskleidė, kad dažniausiai gyventojai renkasi procedūras, skirtas odos estetiškos būklės gerinimui, ne kūno formų korekcijai.
4. Gyventojų nuomone, etiškas aptarnavimas labai svarbu – jis nustato atsakomybės ribas, kontroliuoja profesijos atstovus, skatina klientų pasitikėjimą ir lojalumą bei gerina profesijos įvaizdį.

Literatūra

1. Beckmann, H., Davis, C., & Gerrard, D. (2016). Level 3 advanced technical diploma in beauty and SPA therapy. London: City & Guilds.
2. Giroud, B. (2014). Ethics and professionalism for massage therapists and bodyworkers. Boston: Pearson.
3. Newswire., P. R. (2014). Dove Reveals How Women Struggle With Their Own Reflections. PR Newswire US. Prieiga per duomenų bazę EBSCOhost: <http://web.b.ebscohost.com>

X LIGONINĖS RENTGENO SKYRIUJE ATLIKTŲ TYRIMŲ DINAMIKA 2017-2019 M.

Agnė Kučinskaitė

*Radiologijos studijų programa
Kauno kolegija*

Darbo vadovė - dr. Rasa Volskienė

Įvadas

Plečiantis medicinos industrijai sparčiai tobulėja ir radiologijos technologo profesinės veiklos sritis, didėja ir radiologijos technologų darbo krūvis. Šiuo metu radiologiniai tyrimai yra vieni pagrindinių ir tiksliai ligų diagnostikai be šių tyrimų nė viena ligoninė neįsivaizduoja savo darbo (Buteikytė, 2017). Sveikatos priežiūros darbuotojai dažnai yra veikiami per didelio ir netolygaus darbo krūvio, patiria stresą dėl per trumpo laiko užduoties atlikimui (Vanckavičiūtė, 2019). Tam tikros specialybės ar kvalifikacijos funkcijos atlikimą galima laikyti apibrėžiančiais darbo krūvį kriterijais (Bradulskienė, Stašaitis, Jasinskas, Kutkevičiūtė, 2017).

Tyrimo problema. Kokia atliktų rentgeno tyrimų 2017-2019 m. dinamika?

Tyrimo tikslas. Įvertinti X ligoninės Rentgeno skyriuje atliktų tyrimų dinamiką 2017-2019 m.

Tyrimo objektas. Atliktų rentgeno tyrimų dinamika 2017-2019 m.

Tyrimo uždaviniai:

1. Atskleisti X ligoninės Rentgeno skyriuje 2017-2019 metais dažniausiai atliekamus tyrimus.
2. Išskirti savaitės dienas ir mėnesius, kuriais buvo atliekama daugiausiai rentgeno tyrimų.

Raktiniai žodžiai: radiologinis tyrimas, rentgenas, darbo krūvis, dinamika.

Metodologija

2019 metų rugsėjo-gruodžio mėn. atlikta mokslinės literatūros analizė apie rentgeno tyrimus, kiekvieno atskiro rentgeno tyrimo atlikimo būdus, darbo krūvio sampratą ir jo pasekmės bei radiologijos technologų teikiamų paslaugų kokybę. Empirinio tyrimo daliai atliktas kiekybinis tyrimas 2020 metų vasario-balandžio mėn. X ligoninės Rentgeno skyriuje. Tyrimui buvo analizuojami 2017-2019 m. radiologijos technologų darbo žurnalai, kuriuose surašyti atlikti rentgeno tyrimai rentgeno aparatu. Duomenų statistinei analizei atlikti naudota Microsoft Excel 2010 programa.

Rezultatai

2017-2019 m. duomenimis X ligoninėje iš viso buvo atlikta 26384 rentgeno tyrimai. 2017 m. sudarė 35 proc. per 3 metus atliktų rentgeno tyrimų. 2018 m. –

34 proc. 2019 m. –31 proc. Daugiausiai rentgeno tyrimų yra atliekama sausio mėnesiais. 2017 m. ši mėnesį buvo atlikta 11 proc. visų metų tyrimų, 2018 m. – 10 proc., 2019 m. – 12 proc. Tokius rezultatus būtų galima sieti su gripo sezonu. Įprastai gripo sezono kiekvienais metais pradžia laikomas spalio mėnuo, o pabaiga – gegužės mėnesio vidurys. Liepos mėnesiais atlikta mažiausiai rentgeno tyrimų. 2017-2018 metais atlikta 6 proc., visų tyrimų, 2019 m. liepos mėn. – 7 proc. Kitais metų mėnesiais atliktas panašus skaičius tyrimų, kuris sudaro apie 8 proc. Mažiausiai per analizuotą laikotarpį tyrimų atlikta gruodžio mėnesį 2019 m. – 2 proc. visų tų metų rentgeno tyrimų. 2017 ir 2018m. atitinkamai atlikta 6 ir 7 proc. visų tyrimų skaičiaus.

Duomenų analizė parodė, jog 2017-2019 m. daugiausiai rentgeno tyrimų atliekama pirmadieniais (atitinkamai 25 proc., 24 proc. ir 22 proc.). Kitomis savaitės dienomis atliekamų rentgeno nuotraukų skaičius tolygiai mažėja. Antradieniais 2017 m. atlikta 23 proc., 2018 ir 2019 metais atlikta po 21 proc. 2017 m. trečiadienį atlikta 22 proc., o 2018 ir 2019m. 18 proc. Ketvirtadienį 2017 ir 2019 m. atlikta 20 proc. rentgeno tyrimų, 2018 m. 19 proc. Penktadieniais mažiausia iš darbo dienų, 2017 m. – 19 proc., po 17 proc. 2018 m. ir 2019 m. Mažiausias darbo krūvis tenka savaitgaliais. Šeštadieniais visą tyrimo laikotarpį atlikta 1 proc., visų per savaitę atliekamų tyrimų, sekmadieniais rentgeno tyrimų skaičius 2017 m. buvo 1 proc., 2018 m. – 0,4 proc., 2019 m. – 0,5 proc.

X ligoninėje kiekvienais metais yra atliekama daugumos sričių rentgeno tyrimai. Plaučių srities rentgeno tyrimų skaičius kiekvienais metais auga. 2017 metais buvo atlikta lygiai pusė visų rentgeno tyrimų (50 proc.), 2018 m. jau 51 proc., o 2019 m. – 52 proc. Apatinių galūnių rentgeno tyrimas per trejus metus nekito. Taip pat ir viršutinių galūnių srities tyrimų atlikta po 11 proc. Stuburo srities rentgeno tyrimų 2017 m. buvo atlikta daugiausiai (14 proc.), o 2018 m. ir 2019 m. šis skaičius sumažėjo iki 13 proc. X ligoninėje pilvo srities rentgeno tyrimų atliekama mažiausiai. Šio tyrimo procentinė dalis išliko vienoda (2 proc.) Tačiau galvos srities rentgeno tyrimų skaičius svyravo. 2017 m. atlikta 5 proc. visų tų metų tyrimų. 2018 m. šis skaičius nukrito iki 4 proc., o 2019 metais vėl pakilo šios srities rentgeno tyrimų iki 5 proc.

Išvados

1. X ligoninės Rentgeno skyriuje dažniausiai yra atliekama plaučių rentgeno tyrimai ir šių tyrimų skaičius kiekvienais metais auga.
2. X ligoninės Rentgeno skyriuje daugiausiai tyrimų atlikta sausio mėnesiais ir pirmadieniais, mažiausiai liepos mėnesį ir savaitgaliais.

Literatūra

1. Vanckavičiūtė, G. (2019). Lietuvos radiologijos technologų darbo sąlygų ir sveikatos sąsajų vertinimas.
2. Bradulskienė, I., Stašaitis, K., Jasinskas, N., & Kutkevičiūtė, P. (2017). Pacientų srauto kitimo ir slaugytojų darbo grafiko paros laikotarpyje palyginimas. 2017-slaugos studijų, mokslo ir

praktikos integracija tvariai sveikatos priežiūros sistemai= 2017-Nurses: a voice to lead-achieving the sustainable development goals: tarptautinės recenzuotos konferencijos tezės: 2017 m. gegužės 10 d., Kaunas/Lietuvos sveikatos mokslų universitetas. Lietuvos sveikatos mokslų universiteto ligoninė Kauno klinikos. Lietuvos slaugytojų vadovų sąjunga;[Sudarytoja Lina Spirgienė; Recenzentės: Aurelija Blaževičienė, Viktorija Grigaliūnienė, Jurgita Gulbinienė, Daiva Kriukelytė, Vilma Raškėlienė, Olga Riklikienė [ir kt.]]. Kaunas: Lietuvos sveikatos mokslų universiteto Leidybos namai, 2017.

3. Buteikytė, J. (2017). Kauno miesto radiologijos technologų motyvacija, pasitenkinimas darbu ir tai sąlygojantys veiksniai

MOTERŲ NUOMONĖ APIE FOTO PAŽEISTOS ODOS KOREKCIJOS GALIMYBES KOSMETINĖMIS PRIEMONĖMIS IR PROCEDŪROMIS

EMA KUMŽAITĖ

*Kosmetologijos studijų programa
Kauno kolegija*

Darbo vadovė – Vaiva Vaikšnorienė

Įvadas

Ultravioletinė spinduliuotė yra pagrindinis išorinis aplinkos veiksnys, sukeliantis fotosenėjimą. UV žala kaupiama visą gyvenimą. Priešlaikiniam senėjimui būdingi klinikiniai, histologiniai ir funkciniai pokyčiai (Baumann, 2007). Norint sulėtinti priešlaikinio senėjimo procesą reikia naudoti kosmetines priemones, kurių sudėtyje yra antioksidantų, retinoidų ir AHA rūgščių (Draelos, 2016).

Tyrimo problema. Kokia moterų nuomonė apie UV pažeistos odos požymių korekcijos galimybes kosmetinėmis priemonėmis ir procedūromis?

Tyrimo tikslas. Atskleisti moterų nuomonę apie UV pažeistos odos požymių korekcijos galimybes kosmetinėmis priemonėmis ir procedūromis.

Tyrimo uždaviniai:

1. Apibrėžti fotosenėjimo mechanizmus.
2. Išskirti kosmetines priemones ir procedūras koreguojančias UV pažeistą odą.
3. Atskleisti moterų nuomonę apie UV pažeistos odos požymių korekcijos galimybes kosmetinėmis priemonėmis ir procedūromis.

Raktiniai žodžiai: fotosenėjimas, korekcija kosmetinėmis priemonėmis ir procedūromis, ultravioletinė spinduliuotė.

Metodologija

Mokslinės ir profesinės literatūros analizė, kurios tikslas – teoriškai apibrėžti fotosenėjimo mechanizmus ir išskirti kosmetines priemones bei procedūras, koreguojančias UV pažeistą odą. Pasirinktas kiekybinis tyrimas, duomenys rinkti taikant anketinės apklausos (raštu) metodą, kurio tikslas – atskleisti moterų nuomonę apie UV pažeistos odos požymių korekcijos galimybes kosmetinėmis priemonėmis ir procedūromis. Tyrimas atliktas 2020 metais kovo – balandžio mėnesiais. Anketoje pateikta 15 uždaro tipo klausimų. Tyrimo dalyvių atranka tikslinė. Tyrime dalyvavo 95 respondentės, kurios atitiko atrankos kriterijus: lytis - moterys; amžius nuo 35 iki 45 metų; turi fotosenėjimo požymių.

Rezultatai

Tyrimo rezultatai parodė, kad daugelis respondenčių kosmetines priemones su SPF pradėjo naudoti jau atsiradus fotosenėjimo požymiams ir jas naudoja tik deginandamosi saulėje. Taip pat tik trečdalis apklaustųjų kreipiasi į kosmetologus, norėdami spręsti fotosenėjimo odos problemas. Kosmetologai UV pažeistos odos korekcijai dažniausiai atlieka balinanamąsias procedūras ir cheminius šveitimus. Tačiau daugiau kaip pusė apklaustųjų kosmetines procedūras atlieka tik keletą kartų per metus, o norint pagerinti odos būklę, reikalinga reguliari, ilgalaikė priežiūra. Tyrimo duomenys rodo, kad daugiausiai apklaustųjų naudoja kosmetines priemones su vitaminu C. Respondenčių nuomone, kosmetinės priemonės ir procedūros didžiausią poveikį turėjo pigmentinėms dėmėms, hiperkeratozei ir odos spalvai.

Išvados

1. Pagrindinis išorinis aplinkos veiksnys, sukeliantis fotosenėjimą, yra UV spinduliai, kurie skatina elastinių skaidulų sustorėjimą, jos tampa pakitusios, todėl pastebimas odos stangrumo ir elastingumo sumažėjimas, oda įgauna pageltusį atspalvį.
2. Fotosenėjimo požymių korekcijai naudojamos kosmetines priemones, kurių sudėtyje yra retinolio, AHA rūgščių ir antioksidantų: vitaminų P, C, E, kofermento Q10. UV pažeistos odos požymių korekcijai atliekami cheminiai odos šveitimai, balinančios procedūros su AHA rūgštimis ar vitaminu C.
3. Respondenčių nuomone, kosmetinės priemonės ir procedūros didžiausią poveikį turėjo pigmentinėms dėmėms, hiperkeratozei ir odos spalvai.

Literatūra

1. Baumann, L. (2007). Skin ageing and its treatment. *The Journal of Pathology: A Journal of the Pathological Society of Great Britain and Ireland*, 211(2), 241251. <https://doi.org/10.1002/path.2098>
2. Draelos, Z. (2016). *Cosmetic Dermatology Products and Procedures*. UK: John Wiley & Sons, Ltd

FARMACINĖS PASLAUGOS TEIKIMO SU DERMATOLOGINĖMIS PRIEMONĖMIS SU SPF FAKTORIUMI TYRIMAS

Karolina Lankaitė

*Farmakoteknikos studijų programa
Kauno kolegija*

Darbo vadovė – Kristina Perminaitė

Išvadas

Oda – pats didžiausias žmogaus organas, kuris pirmiausia pajunta saulės spindulius. Pasaulio sveikatos organizacijos duomenimis, nemelanomos ir melanomos odos vėžio dažnis pastaraisiais dešimtmečiais didėja. Pagrindinė apsaugojimo bei profilaktikos priemonė yra dermatologinė kosmetika su SPF faktoriumi (World Health Organization).

Naudojant reikiamas profilaktikos priemones apsaugai nuo žalingo saulės spindulių poveikio bei atsakingai elgiantis saulėje, galima išvengti susirgimų arba sumažinti tikimybę susirgti.

Ryšys tarp saulės vonių naudojimo ir odos vėžio tapo labai aktuali problema visame pasaulyje (Chandrasena ir Amin, 2013). Artėjant vasarai, svarbu šviesti pacientus apie didėjančią riziką susirgti dermatologinėmis ligomis, tokiomis kaip melanoma, kuri atsiranda dėl kenksmingų saulės spindulių poveikio odai. Taip pat farmacijos specialistas turėtų patarti pacientams, kokias apsaugines dermatologines kosmetikos priemones galima naudoti apsaugojimui bei prevencijai, nes gydytojai dermatologai ne visada sprendžia šią prevencijos problemą.

Tyrimo problema. Kokie pacientų lūkesčiai dėl farmacinės paslaugos su dermatologinėmis kosmetikos priemonėmis su apsauginiais filtrais teikimo ir konsultavimo odos navikų profilaktikos klausimais vaistinėse?

Tyrimo tikslas. Atskleisti pacientų lūkesčius, susijusius su konsultavimu UV spinduliuotės sukeltų odos navikų profilaktikos klausimais vaistinėje.

Tyrimo uždaviniai.

1. Teoriškai pagrįsti UV spinduliuotės daromą žalą odai.
2. Įvertinti pacientų požiūrį į apsaugos priemones nuo kenksmingų saulės spindulių ir jų naudojimą.
3. Remiantis pacientų patirtimi, išskirti dabartinį vaistininko vaidmenį, konsultuojant UV spinduliuotės sukeltų odos navikų profilaktikos klausimais.

Raktiniai žodžiai: melanoma, dermatologinė kosmetika su SPF faktoriumi, farmacinė paslauga.

Metodologija

Siekiant išsiaiškinti farmacinės paslaugos ir farmacijos specialisto vaidmens svarbą konsultuojant dėl dermatologinės kosmetikos su SPF faktoriumi, buvo pasirinktas kiekybinio tyrimo metodas – apklausa raštu. Tiriamieji – visuomenės vaistinės

pacientai, kuriems aktualus odos apsaugojimas nuo kenksmingų saulės spindulių. Prieš pradėdant tyrimą, buvo surinkta ir susisteminta mokslinė literatūra apie UV spinduliuotę ir jos daromą žalą odai.

Tyrimo metu išdalinta 58 anketos, atsakymus pateikė 58 respondentai. Tyrime dalyvavo 15 vyrų, 42 moterys, 1 respondentas į klausimą apie lytį neatsakė.

Rezultatai

Apklausoje duomenimis, 36 % respondentų saugo odą nuo saulės spinduliuotės, 43 % saugo tik atostogų metu, nesaugo 19 % apklaustųjų.

Kasdieniam naudojimui 26 % respondentų renkasi dermatologinius produktus su SPF15, 2 0% renkasi SPF10, 17 % renkasi SPF25, 14 % renkasi SPF30, 9 % renkasi kosmetiką su SPF50, 14% kasdien dermatologinių produktų su SPF faktoriumi nenaudoja.

Atostogų metu 29 % apklaustųjų renkasi kosmetiką su SPF30, 21 % renkasi SPF25, 18 % renkasi SPF50, 14 % renkasi SPF50+, 10 % naudoja SPF15, 7 % renkasi SPF10, 1 % dermatologinių produktų su SPF faktoriumi atostogų metu nenaudoja.

Vaikams 35 % respondentų parenka produktus su SPF50, 20 % respondentų vaikams naudoja SPF50+, 15 % renkasi SPF30, 5 % naudoja SPF15, 5 % respondentų vaikams naudoja SPF10, 20 % apklausoje dalyvavusių respondentų dermatologinių produktų su SPF faktoriumi vaikams nenaudoja.

Į vaistininką arba vaistinėje dirbantį konsultantą dėl dermatologinių produktų nuo saulės naudojimo kreipiasi 43 % respondentų, 54 % apklaustųjų nesikreipia.

Apibendrinus rezultatus, 58 % respondentų pageidautų vaistinėje sulaukti išsamesnės informacijos apie odos priežiūrą, naudojant dermatologinius produktus su SPF faktoriumi, 21 % - nepageidautų, 19 % respondentų šiuo klausimu tvirtos nuomonės neturi.

Dauguma (79 %) respondentų mano, kad kenksmingi saulės spinduliai turi įtakos melanomos atsiradimui, 10 % respondentų mano, kad neturi, 9 % neturi nuomonės.

Išvados

1. Saulėje įgytas odos įdegis yra apsauginė organizmo reakcija į UV spindulių poveikį odai. Intensyvus saulės spindulių poveikis ir nepakankama apsauga

nuo saulės yra reikšmingi odos melanomų atsiradimo rizikos veiksniai.

2. Didžioji dalis respondentų saugo savo odą nuo saulės spinduliuotės. Apklauso duomenys rodo, kad respondentai kasdieniam naudojimui renkasi mažos SPF apsaugos priemones, atostogų metu renkasi stipresnes priemones su SPF faktoriumi, o vaikams skiria stipriausias apsaugos nuo saulės priemones.
3. Apklauso duomenimis, respondentai į vaistininką arba vaistinėje dirbantį konsultantą dėl dermatologinių produktų nuo saulės naudojimo nesikreipia, tačiau pageidautų vaistinėje sulaukti išsamesnės informacijos apie odos priežiūrą, naudojant dermatologinius produktus su SPF faktoriumi.

Literatūra

1. Chandrasena, A., Amin, K. (2013). Dying for a Tan: A Survey to Assess Solarium Adherence to World Health Organization Guidelines in Australia, New Zealand, and the United Kingdom. *St. Georges Hospital, London, the United Kingdom*, 13, e62, 2-5. [žiūrėta 2020-02-28]. Prieiga per internetą: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC3881211/?fbclid=IwAR1PnBcrMfw7iPCybhejEGKx7wFXXWIHIE3-udlpgIcIBUI4fx04jFe8WTc>
2. World Health Organization, Skin cancers. [žiūrėta 2020-01-26.]. Prieiga per internetą: <https://www.who.int/uv/faq/skincancer/en/index1.html>

KOSMETOLOGŲ ŽINIOS APIE BALINAMŲJŲ PROCEDŪRŲ POVEIKĮ MIKROPIGMENTUOTAI ODAI

Rūta Lekavičiūtė ir Simona Šiugždinytė

*Kosmetologijos studijų programa
Kauno kolegija*

Darbo vadovė – Loreta Valatkevičienė

Įvadas

Permanentinis makiažas - tai kosmetinė tatuiruotė, kuri naudojama norint pagerinti išvaizdą. Patrauklumo troškimui nėra svarbus amžius (Niederer, Hauri, Kroll ir Hohl, 2017).

Atliekant kosmetines tatuiruotes rizika šalutiniams reiškiniams išlieka ta pati, kaip ir atliekant paprastas kūno tatuiruotes.

Salonuose dažniausiai atliekamos mikropigmentacijos procedūros antakiams, akių vokams ir lūpoms. Atliekant permanentinį makiažą, buvo pastebėtas įvairus neigiamas poveikis, pavyzdžiui, blukimas ir randai, uždegiminės reakcijos, alerginis kontaktinis dermatitas, fototoksiškumas, hipomelanozė ir infekcijos (Goldman, Wollina, 2014).

Laikui bėgant tatuiruotės išblunka (Serup, Kluger, Bäuml, 2015). Tatuiruočių šalinimo procesuose minimos įvairios pigmentų naikinimo metodikos, tarp jų - cheminių šveitiklių panaudojimas (Burris, Kim, 2007). **Tyrimo problema** - kokios kosmetologų žinios apie balinamųjų procedūrų poveikį mikropigmentuotai odai?

Tyrimo tikslas - atskeisti kosmetologų žinias apie balinamųjų procedūrų poveikį mikropigmentuotai odai.

Tyrimo uždaviniai:

1. Aprašyti mikropigmentacijos atlikimo metodiką ir naudojamus pigmentus.
2. Išskirti kosmetologų balinamųjų procedūrų metu dažniausiai naudojamas aktyvias medžiagas, turinčias poveikį mikropigmentuotai odai.
3. Įvertinti kosmetologų žinias apie jų darbo praktikoje dažniausiai naudojamų balinamųjų medžiagų poveikį mikropigmentacijos kokybei.

Raktiniai žodžiai: mikropigmentacija, balinamosios procedūros, tatuiruotės, kosmetologai, cheminiai šveitikliai

Metodologija

Darbo tikslui ir uždaviniams įvykdyti atlikta mokslinės, profesinės literatūros analizė ir empirinis tyrimas. Empirinio tyrimo instrumentu pasirinkta anketinė apklausa. Anketą sudarė 19 uždarų ir 1 atviras klausimas. Apklausoje dalyvavo 40 kosmetologų, kurie turi bent vienerių metų profesinio darbo patirtį. Apklausa buvo patalpinta internetinėje erdvėje, puslapyje "Apklausa.lt" ir

platinama socialinio tinklo puslapyje "Facebook". Tyrimas vyko nuo 2020 m. kovo 25 d. iki 2020 m. balandžio 25 d. Surinktų duomenų statistinei analizei ir grafiniam pavaizdavimui naudota "Microsoft Excel" programa.

Rezultatai

Dažniausiai po mikropigmentacijos procedūros skundžiamasi dėl pernelyg greitai išblunkančių pigmentų, hiperpigmentacijos, užkiritusių akių vokų ir nusileidusių antakių. Užkiritę akių vokai gali būti rizikos faktorius nepageidaujamam spalvos pokyčiui. Tai gali būti nulemta mikropigmentacijos metu naudojamų pigmentų, kadangi tatuiruočių dažų sudėtis nėra reglamentuojama, šiuose dažuose galima rasti įvairių priemonių, kurių poveikis gali būti neigiamas arba neištirtas.

Tyrimo rezultatais, dauguma kosmetologų mikropigmentaciją vertina kaip saugią procedūrą. Klientės dažniausiai pažymi mikropigmentacijos pakitimus po balinamųjų procedūrų tokiais kaip odos paraudimas, jautrumas ir permanentinio makiažo blukimas, rečiau odos šerpetojimas ir tatuiruočių pigmentų blukimas. Kosmetologės dažniausiai pastebi permanentinio makiažo blukimą, odos jautrumą, rečiau pastebėtas tatuiruočių pigmentų blukimas, šerpetojimas ir odos paraudimas. Didžiausi pakitimai po balinamųjų procedūrų pastebimi antakių srityje retesni - lūpų srityje. Dauguma kosmetologų apsaugo mikropigmentuotas vietas padengdami vazelinu.

Išvados

1. Mikropigmentacija yra nuolatinė kosmetinė tatuiruotė, kurios metu į epidermį implantuojamas pigmentas, siekiant sustiprinti ar apibrėžti bruožus. Tatuiruočių dažai susideda iš spalvinių pigmentų, kurie gali būti organiniai ir neorganiniai.
2. Dažniausiai kosmetologai balinamosioms procedūroms atlikti renkasi alfa hidroksirūgštis (glikolio, pieno, migdolų ir kt.) ir beta hidroksirūgštis (salicilo).
3. Didžioji dalis kosmetologų pastebi ir žino balinamųjų procedūrų poveikį mikropigmentuotai odai. Kosmetologai dažniausiai pastebi šalutinius poveikius naudojant cheminius šveitiklius ir pažymi, jog imasi apsaugos priemonių, kad to išvengtų. Apibendrinant tyrimo rezultatus galima

teigti, jog dauguma kosmetologų turi pakankamai žinių apie balinamųjų procedūrų poveikį mikropigmentuotai odai.

Literatūra

1. Burris, K., & Kim, K. (2007). Tattoo removal. *Clinics in dermatology*, 25(4), 388-392.
2. Goldman, A., & Wollina, U. (2014). Severe unexpected adverse effects after permanent eye makeup and their management by Q-switched Nd: YAG laser. *Clinical interventions in aging*, 9, 1305.
3. Niederer, M., Hauri, U., Kroll, L., & Hohl, C. (2017). Identification of organic pigments in tattoo inks and permanent make-ups using MALDI-TOF mass spectrometry. *FI000Research*, 6.
4. Serup, J., Kluger, N., & Bäuml, W. (Eds.). (2015). *Tattooed skin and health*. Karger Medical and Scientific Publishers.

LŪPŲ PIEŠTUKO SU LIOFILIZUOTOMIS AVIETĖMIS IR VAISTINĖS MELISOS ALIEJINE IŠTRAUKA GAMYBOS TECHNOLOGIJA

Rugilė Leonavičiūtė

*Farmakoteknikos studijų programa
Kauno kolegija*

Darbo vadovė – Birutė Pockevičiūtė

Ivadas

Langton ir kt. (2018) teigimu, žmogaus lūpų oda itin plona ir jautri išoriniams dirgikliams, todėl svarbu nuolatos rūpintis jos apsauga. Pasak Fernandes ir kt. (2013), lūpų pieštukas – tai patogaus vartojimo lūpų priežiūros priemonė, priklausomai nuo sudėties, padedanti išvengti neigiamo aplinkos poveikio, sauganti nuo išsausėjimo, skatinanti regeneracinius odos procesus. Atsižvelgiant į vis didesnį visuomenės susidomėjimą natūraliais produktais, aktualu sumodeliuoti vartotojui patrauklų, veiksmingą bei kokybišką natūralios kilmės lūpų pieštuką, kuris atitiktų organoleptinius bei stabilumo reikalavimus. Šiam tikslui įgyvendinti būtina subalansuoti pagrindinių komponentų (vaškų, sviestų, aliejų ir pagalbinių medžiagų) kiekį ir sukurti optimalų technologinį procesą, nuo kurio priklausys galutinio produkto kokybė.

Problema - kokią visuomenės poreikius atitinkančią natūralios kilmės lūpų pieštuko sudėtį ir gamybos technologiją būtų galima sukurti su liofilizuotų aviečių uogų milteliais ir vaistinės melisos aliejine ištrauka?

Tikslas - sumodeliuoti lūpų pieštuką su liofilizuotomis aviečių uogomis ir vaistinės melisos aliejine ištrauka.

Uždaviniai:

1. Susisteminti mokslinę literatūrą, išskirti optimalias natūralios kilmės medžiagas lūpų pieštuko gamybai.
2. Aprašyti vaistinės melisos aliejinės ištraukos gamybos technologiją.
3. Parengti modeliuojamo lūpų pieštuko technologinio proceso metodiką, į pagrindą įterpiančią liofilizuotų aviečių uogų miltelius.

Raktiniai žodžiai: lūpų pieštukas, liofilizuotos avietės, vaistinė melisa.

Metodologija

Teoriniam tyrimui buvo atlikta mokslinių šaltinių ir literatūros analizė, siekiant išskirti optimalius komponentus lūpų pieštuko gamybai. Empiriniam tyrimui atlikti pasirinktas eksperimento metodas, kurio tikslas – laboratorijoje pagaminti lūpų pieštuką su liofilizuotomis aviečių uogomis ir vaistinių melisų aliejine ištrauka. Aliejinė ištrauka gaminta klasikinės maceracijos būdu, ekstrahentu

pasirenkant saldžiųjų migdolų aliejų; lūpų pieštukas gamintas liejimo būdu.

Rezultatai

Eksperimentinio tyrimo metu sumodeliuota lūpų pieštuko sudėtis ir sudarytas technologinio proceso planas. Pieštuko gamybai pasirinktos medžiagos: vaistinių melisų lapai, saldžiųjų migdolų aliejus, baltasis bičių vaškas, taukmedžio ir kakavos sviestas, natūralus bičių medus, liofilizuotos avietės, vitaminas E bei kvapūs aviečių aliejus. Gamybos stadijos:

Aliejinės ištraukos gamyba. Išdžiovinta ir susmulkinta augalinė vaistinių melisų žaliava dedama į plokščiadugnę kolbą ir užpilama saldžiųjų migdolų aliejumi (santykis 1:10). Aliejinė ištrauka uždengiama ir paliekama stovėti 21 parą kambario temperatūroje, apsaugotoje nuo šviesos vietoje, kasdien pamaišant. Gauta aliejinė ištrauka košiama per trijų sluoksnių marlę (Briedis, Grinevičius, Savickas ir Švambaris, 2002).

Pigmento paruošimas. Liofilizuotos aviečių uogos smulkinamos naudojantis grūstuve bei piestele. Susmulkintų uogų milteliai sijojami naudojant 1-2 mm sietus, o tada sumaišomi su iš anksto paruošta vaistinių melisų aliejine ištrauka.

Lydimas ir maišymas. Pagrindo komponentai lydomi virš vandens vonelės, pradedant nuo aukščiausių lydymosi temperatūrą turinčių komponentų. Kai pieštuko pagrindas išlydomas, pridedamas natūralus bičių medus, liofilizuotų aviečių uogų miltelių ir vaistinės melisos aliejinės ištraukos suspensija, vitaminas E bei kvapūs aviečių aliejus. Mišinys homogenizuojamas iki vienalytės masės.

Liejimas. Liejimo metu šiek tiek atvėsinta išlydyta pieštuko masė nepertraukiama srove pilama į plastikinę talpyklę. Pravėsusioje masėje didėja jos klampa, todėl išvengiama oro tarpų atsiradimo bei pigmentinių dalelių nusėdimo, (Baki, ir Alexander, 2015).

Išvados

1. Lūpų pieštuko gamybai pasirinktos natūralios kilmės medžiagos: baltasis bičių vaškas, taukmedžio sviestas, kakavos sviestas, vaistinių melisų lapai, saldžiųjų migdolų aliejus, natūralus bičių medus, liofilizuotos aviečių uogos, vitaminas E bei kvapūs aviečių aliejus.

2. Aliejinė vaistinių melisų ištrauka gaminama klasikinės maceracijos būdu, ekstrahentu pasirenkant saldžiųjų migdolų aliejų. Augalinės vaistinių melisų žaliavos ir ekstrakto santykis 1:10. Ekstrahuojama 21 parą.
3. Lūpų pieštukas gaminamas liejimo būdu. Lūpų pieštuko technologinio proceso stadijos: vaistinės melisos aliejinės ištraukos gamyba, liofilizuotų aviečių paruošimas, pagrindo lydymas ir maišymas, liejimas. Lūpų pieštuko pagrindo komponentai lydomi virš vandens vonelės lydymosi temperatūrų mažėjimo tvarka, proceso pabaigoje įterpiant natūralų bičių medų, liofilizuotų aviečių miltelių ir vaistinės melisos aliejinės ištraukos suspensiją, vitaminą E bei kvapųjį aviečių aliejų.
2. Briedis, V., Grinevičius, J., Savickas, A., & Švambaris, L. K. (2002). *Vaistų technologija (ketvirtas tomas)*. Kaunas: KMU leidykla.
3. Fernandes, A. R., Dario, M. F., Pinto, C. A. S. D. O., Kaneko, T. M., Baby, A. R., & Velasco, M. V. R. (2013). *Stability evaluation of organic Lip Balm*. *Brazilian Journal of Pharmaceutical Sciences*, 49(2), 293-299.
4. Langton, A. K., Alessi, S., Hann, M., Chien, A. L. L., Kang, S., Griffiths, C. E. M., & Watson, R. E. B. (2018). *Aging in Skin of Color: Disruption to Elastic Fiber Organization Is Detrimental to Skin's Biomechanical Function*. *Journal of Investigative Dermatology*.

Literatūra

1. Baki, G., & Alexander, K. S. (2015). *Introduction to cosmetic formulation and technology*. John Wiley & Sons.

PROFESIJOS PASIRINKIMĄ LEMIANTYS VEIKSNIAI, RENKANTIS VAISTININKO ARBA VAISTININKO PADĖJĖJO (FARMAKOTECHNIKO) PROFESIJĄ: TARPKULTŪRINIS PALYGINIMAS

Ernesta Lisauskaitė

*Farmakoteknikos studijų programa
Kauno kolegija*

Darbo vadovas - Aurimas Galkontas

Įvadas

Temos aktualumas. Motyvacija – žmogaus psichologinė būseną, procesas, kuris leidžia pasiekti tikslą (Foktas, 2017). Tikslui pasiekti reikalingi motyvai, suprantami kaip veiklos stimulus, kuriuo asmuo siekia patenkinti savo poreikius (Šavareikienė, 2012). Visais atvejais studijų pasirinkimas – aktuali tema, pasak Pociūtės ir Isiūnaitės (2011) profesijos pasirinkimas vienas svarbiausių ir reikšmingiausių žmogaus pasirinkimų, kuris lemia tolesnio gyvenimo kokybę ir karjeros raidą. Tačiau, net ir sėkmingas profesijos pasirinkimas, kuris atitinka studento galimybes, norus ir rinkos poreikius, neužtikrina, kad asmuo, baigęs studijas, rinksis karjeros kelią, susijusį su profesija (Jokštaitė, Pociūtė, 2014).

Probleminis klausimas. Kokie yra profesijos pasirinkimą lemiantys veiksniai, renkantis vaistininko arba vaistininko padėjėjo (farmakotekniko) profesiją tarp skirtingų kultūrų?

Tyrimo tikslas. Atskleisti profesijos pasirinkimą lemiančius veiksnius, renkantis vaistininko arba vaistininko padėjėjo (farmakotekniko) profesiją tarp skirtingų kultūrų.

Tyrimo uždaviniai.

1. Atskleisti vaistininko ir vaistininko padėjėjo (farmakotekniko) profesijos pasirinkimo motyvus Lietuvoje.
2. Atskleisti vaistininko ir vaistininko padėjėjo (farmakotekniko) profesijos pasirinkimo motyvus Maltoje.

Tyrimo metodai. Mokslinės literatūros ir reglamentuojančių teisės aktų analizė, empirinis kokybinis tyrimas (anketinė apklausa internetu), statistinė duomenų analizė Microsoft Office programiniu paketu.

Tyrimo rezultatai. Lietuvos farmacijos specialistų nuomone, vaistininko ir vaistininko padėjėjo (farmakotekniko) profesijos pasirinkimui yra šie: noras padėti kitiems, noras dirbti sveikatos priežiūros sistemoje, profesija atrodė įdomi, įgyti naujų įgūdžių. Maltos farmacijos specialistų nuomone, vaistininko ir vaistininko padėjėjo (farmakotekniko) profesijos pasirinkimui yra šie: noras padėti kitiems, tikėjimasis didelio atlyginimo, noras tobulėti, siekimas gauti diplomą.

Raktiniai žodžiai: motyvacija, profesijos pasirinkimas, farmacijos specialistai.

Metodologija

Atlikus mokslinės literatūros ir reglamentuojančių teisės aktų analizę, atskleisti pagrindiniai farmacinės paslaugos teikimo principai Lietuvos ir Maltos visuomenės vaistinėse.

Kokybinio tyrimo metodu (anoniminė anketinė apklausa internetu), atskleisti Lietuvos ir Maltos farmacijos specialistų profesijos pasirinkimą lėmusieji veiksniai.

Tyrimas buvo atliktas 2020 metų balandžio mėnesį. Tyrime dalyvavo 326 farmacijos specialistai (264 Lietuvos farmacijos specialistai ir 62 Maltos farmacijos specialistai). Gauti duomenys apdoroti naudojantis Microsoft Office programinio paketo Excel 2013 ir Word 2013 programomis.

Rezultatai

Nustatyta, kad didžioji dalis tyrime dalyvavusių Lietuvos respondentų buvo moterys (88,7 proc.), o likusi dalis (11,3 proc.) buvo vyrai. Maltoje tyrime dalyvavusių respondentų sudarė 70 proc. moterys ir 30 proc. vyrai. Didžioji dalis respondentų tiek Lietuvoje, tiek Maltoje gyvena mieste. Lietuvoje daugiausiai apklaustųjų buvo vaistininkai, o Maltoje – vaistininko padėjėjai (farmakoteknikai). Beveik pusė apklaustųjų iš Lietuvos priklauso nuo 26 iki 35 metų amžiaus grupei, o Maltos respondentai – iki 25 metų amžiaus grupei.

Tiek Lietuvos, tiek Maltos farmacijos specialistų nuomone, pateikdami prašymą į aukštąją mokyklą, pirmu prioritetu įvardijo farmaciją (Lietuvoje 62 proc., Maltoje 43,3 proc.). Šiek tiek mažiau Lietuvos respondentų nei Maltos rinkosi farmakoteknikos studijas – Lietuvoje 11,3 proc., o Maltoje 23,4 proc. Likusi dalis respondentų įvardijo kitus pasirinkimus. Pagrindiniai motyvai, kodėl respondentai rinkosi farmacijos arba farmakoteknikos studijas Lietuvoje – noras padėti kitiems (24,7 proc.), noras dirbti sveikatos priežiūros sistemoje (23,2 proc.), tikėjimasis didelio atlyginimo (20,9 proc.), visada domėjosi šia specialybe, todėl nusprendė studijuoti (18,3 proc.), o likę apklaustieji (12,9 proc.) įvardijo kitus variantus. Maltos respondentų nuomone, pagrindiniai profesijos pasirinkimo motyvai yra noras padėti kitiems (16,7 proc.), tikėjimasis didelio atlyginimo (16,7 proc.), visada domėjosi šia specialybe, todėl nusprendė studijuoti (13,3 proc.),

neįstojo, kur norėjo (6,7 proc.), siekimas gauti diplomą (3,3 proc.), o likę respondentai (43,3 proc.) įvardijo savo variantus.

Jei būtų galimybė rinktis profesiją iš naujo, tą pačią specialybę pasirinktų daugiau nei pusė Lietuvos respondentų (52,6 proc.), Maltoje šiek tiek mažiau – 43,3 proc. Likę respondentai pasirinktų kitą specialybę.

Didžioji dalis respondentų Lietuvoje yra patenkinti pasirinkta specialybe (75,9 proc.), Maltoje patenkinti – 80 proc. apklaustųjų. Respondentai, kurie atsakė, kad yra nepatenkinti savo specialybės pasirinkimu, įvardijo nepasitenkinimo priežastis: nemato karjeros perspektyvų (40 proc.), ši profesija neatitinka asmeninių poreikių ir interesų (34 proc.), likę apklaustieji (26 proc.) įvardijo savo priežastis. Maltos respondentų nepasitenkinimo pasirinkta specialybe priežastys: nemato karjeros perspektyvų (48 proc.), profesija neatitinka asmeninių poreikių ir interesų (28 proc.) bei neigiamas vadovybės požiūris į specialybę (24 proc.).

Trečdalis (34,6 proc.) Lietuvos respondentų motyvacija studijų metų didėjo, 27,4 proc. apklaustųjų motyvacija mažėjo, o likę respondentai (38 proc.) pateikė kitus variantus. Motyvacijos mažėjimo priežastimi daugiau nei pusė apklaustųjų (57,1 proc.) nurodė, jog nepatiko studijų kokybė. Maltos farmacijos specialistų motyvacija didėjo 40 proc. apklaustųjų, o mažėjo – 16,7 proc., likę respondentai (43,3 proc.) pateikė savo atsakymus. Pagrindinė Maltos respondentų motyvacijos mažėjimo studijų metu priežastis, pasak didžiosios

dalies apklaustųjų, buvo, jog nemano, kad gali realizuoti savo tikslus šioje profesijoje.

Išvados

1. Lietuvos farmacijos specialistų nuomone, vaistininko ir vaistininko padėjėjo (farmakotechniko) profesijos pasirinkimai yra šie: noras padėti kitiems, noras dirbti sveikatos priežiūros sistemoje, profesija atrodė įdomi, įgyti naujų įgūdžių.
2. Maltos farmacijos specialistų nuomone, vaistininko ir vaistininko padėjėjo (farmakotechniko) profesijos pasirinkimai yra šie: noras padėti kitiems, tikėjimasis didelio atlyginimo, noras tobulėti, siekimas gauti diplomą.

Literatūra

1. Foktas, P. (2017). *Lietuvos farmacijos kompanijų y kartos darbuotojų motyvaciniai veiksniai: magistro darbas*, 15 p.
2. Jokštaitė, K., Pociūtė, B. (2014). Studentų įsipareigojimas profesijai: pasitenkinimo profesiniu pasirinkimu, karjeros aspiracijų ir karjeros adaptyvumo sąsajos. *Psichologija*, 49, 60-80 p.
3. Pociūtė, B., Isiūnaitė, V. (2011). Profesijos pasirinkimo problemos ir asmenybės savybės. *Psichologija*, 43, 78-91 p.
4. Šavareikienė, D. (2012). Motyvo interpretacija motyvacijoje. *Ekonomika ir vadyba: aktualijos ir perspektyvos*, 1(25), 46–51 p.

ŽMONIŲ SU PADIDĖJUSIU KRAUJOSPŪDŽIU MAITINIMOSI BEI GYVENSENOS YPATUMAI

Sigrīda Masaitytė

*Dietetikos studijų programa
Kauno kolegija*

Darbo vadovė – dr. Rūta Petereit

Ivadas

Padidėjęs kraujo spaudimą turi didelis procentas žmonių visame pasaulyje todėl, kad jis dažniausiai priklauso nuo gyvenimo būdo ypatumų ir maitinimosi įpročių. Visiems, turintiems aukštą arterinį kraujospūdį, reikėtų sunerimti, nes jis yra vienas iš pagrindinių rizikos faktorių susirgti kitomis širdies bei kraujagyslių ligomis, tarp jų pagrindine liga - arterine hipertenzija (Carey, Muntner, Bosworth, Whelton, 2018).

Tyrimo problema: Kokia yra žmonių maitinimosi bei gyvenimo įtaka padidėjusiam arteriniam kraujospūdžiui?

Tyrimo tikslas: Atskleisti žmonių su padidėjusiu kraujo spaudimu maitinimosi ir gyvenimo ypatumus.

Tyrimo uždaviniai:

1. Įvertinti žmonių su padidėjusiu kraujo spaudimu maitinimosi ir gyvenimo ypatumus.
2. Palyginti žmonių su padidėjusiu kraujo spaudimu maitinimosi ir gyvenimo įpročius su jais paskirtomis maitinimosi ir gyvenimo rekomendacijomis.

Raktiniai žodžiai: arterinė hipertenzija, kraujospūdis, sveika gyvenimo, maitinimosi rekomendacijos.

Metodologija

Apklausa buvo atliekama nuo 2019 gruodžio 30 d. iki 2020 sausio 27 d. Anketa buvo atspausdinta ir išdalinta tiesiai žmogui į rankas, prieš tai jo paklausiant, ar turi padidėjusį kraujospūdį, ar sutinka dalyvauti apklausoje. Išdalinta 120 anketų su 27 klausimais. Tinkamos analizuoti rezultatus buvo 112. Visi žmonės buvo pasirinkti atsitiktinai ir visi jie turėjo padidėjusį kraujospūdį. Anketa buvo sudaryta pagal analizuotą mokslinę literatūrą apie mitybos ypatumus, turint padidėjusį AKS ir/arba sergant arterine hipertenzine liga bei apie gyvenimo būdo ypatumus. Gautų duomenų statistinei analizei naudota Microsoft Office Excel 2016.

Rezultatai

Apklausoje dalyvavo 83 proc. darbingo amžiaus žmonių (nuo 26 m. iki 65 m.) Respondentų su kraujospūdžiu tarp 129 mm/Hg – 139 mm/Hg buvo 33 proc., 140 mm/Hg – 159 mm/Hg – 54 proc., o virš 160 mm/Hg – 13 proc. Respondentų su normaliu KMI buvo 24 proc., turintys antsvorį – 41 proc.,

nutukusiųjų – 35 proc. Daugiau nei trečdalis atsakiusiųjų neužsiima rekomenduojamu fizinio aktyvumo dažnumu. 68 proc. respondentų stengiasi maitintis sveikatai palankiu maistu, tačiau daugiau nei 70 proc. sudeda visa druskos rekomenduojamą paros normą per dieną į patiekalus, nors daugiau nei pusė jų dar papildomai sūdo maistą bei daugiau nei trečdalis jų vartoja 1 – 2 kartus per savaitę rūkytus mėsos gaminius bei pusgaminius. 15 proc. suvartoja rekomenduojamą skaidulinių medžiagų per parą kiekį. 2,67 proc. įgyvendina vaisių suvartojimo per parą rekomendaciją, o daržovių – 4,46 proc. Trečdalis žmonių nevirta riebaus pieno ir iš jo pagamintų gaminių, o daugiau nei pusė vartoja iš riebaus pieno pagamintus produktus. Beveik pusė respondentų renkasi keptą ant riebalų maistą, nors tai nėra rekomenduojama. Kepimui daugiau nei pusė renkasi saulėgrąžų aliejų. Valgyti rekomenduojamas riebias žuvis žmonės su padidėjusiu kraujospūdžiu renkasi mažiau nei pusė respondentų 1 – 2 kartus per savaitę. Dažniau valgančių šias žuvis beveik nėra. Atlikus rezultatų analizę, buvo įrodyta, kad daugiau nei pusė respondentų, kurie vartojo raudoną mėšą 1 – 2 kartus per savaitę turėjo kraujospūdį tarp 140 mm/Hg – 159 mm/Hg, o riebią žuvį vartojančių tokiu pačiu dažnumu su tokiu pačiu kraujospūdžiu buvo tik 40 proc.

Išvados

1. Sveikatai palankus maitinimasis bei sveikatą puoselėjantis gyvenimo būdas turi didelės įtakos mažinant padidėjusį kraujospūdį. Tačiau daugiau nei trečdalis žmonių su padidėjusiu kraujospūdžiu neužsiima aktyvia fizine veikla, daugiau nei pusė apklaustųjų nieko nedarė dėl patiriamo streso. Daugiau nei pusės respondentų maitinimasis neatitinka sveikatai palankaus maitinimosi rekomendacijų.
2. Didžioji dalis apklaustųjų žino jiems paskirtas maitinimosi bei gyvenimo rekomendacijas, bet mažiau nei trečdalis žmonių jas įgyvendina.

Literatūra

1. Carey, R. M., Muntner, P., Bosworth, H. B. & Whelton, P. K. (2018). Prevention and Control of Hypertension: JACC Health Promotion Series. *J Am Coll Cardiol* 72(11), 1278-1293 [žiūrėta 2020 02 18]. Prieiga per duomenų bazę EBSCOhost: <http://search.ebscohost.com>.

SKIRTINGO AMŽIAUS ŽMONIŲ GRUPIŲ ŽINIOS APIE PASIRUOŠIMĄ GLIUKOZĖS TYRIMUI

Monika Mockutė

*Biomedicinos diagnostikos studijų programa
Kauno kolegija*

Darbo vadovas – Sergej Sosunkevič

Įvadas

Norint išvengti cukrinio diabeto komplikacijų svarbu laiku ir tinkamai pasiruošus atlikti gliukozės profilaktinius tyrimus. Tinkamas pasiruošimas tyrimams lemia gautus tikslesnius gliukozės koncentracijos kraujyje rodiklius, kuriais remdamiesi sveikatos priežiūros specialistai gali diagnozuoti atitinkamą sutrikimą bei paskirti tolimesnį gydymą (Bathna ir kt., 2019).

Darbo problema - kokios tiriamųjų žinios apie pasiruošimą gliukozės tyrimui?

Darbo tikslas - įvertinti skirtingo amžiaus žmonių grupių žinias apie pasiruošimą gliukozės tyrimui.

Darbo uždaviniai:

1. Išskirti gliukozės testo pasiruošimo kriterijus;
2. Atskleisti tiriamųjų žinias apie pasiruošimą gliukozės tyrimui;
3. Palyginti skirtingo amžiaus grupių tiriamųjų žinias apie pasiruošimą gliukozės tyrimui.

Raktiniai žodžiai: gliukozė, tyrimas, rūkymas, stresas, mityba.

Metodologija

1. Mokslinės ir dalykinės literatūros analizė apie gliukozės testo pasiruošimo kriterijus;
2. Kiekybinis tyrimas, duomenų rinkimui taikytas raštu apklausos metodas. Tyrime dalyvavo 163 respondentai. Apklaustieji buvo Kauno kolegijos studentai ir jų šeimos nariai;
3. Statistinė duomenų analizė – aprašomoji statistika naudojant „Microsoft Office Excel“.

Rezultatai

Išanalizavus mokslinę literatūrą apibrėžti pagrindiniai gliukozės testo pasiruošimo kriterijai. Prieš tyrimą svarbu nevalgyti 8 – 12 val. (American Diabetes Association, 2020), nerūkyti, vengti aktyvios fizinės veiklos (Asmat, Abad, Ismail 2016), streso, įprastai maitintis (Sacks, 2019). Pagal amžių tiriamieji buvo suskirstyti į 3 grupes. Pirmojoje grupėje dalyvavo 96 respondentai – nuo 18 iki 35 m., antrojoje grupėje 48 respondentai – nuo 36 – 60 m., trečiojoje amžiaus grupėje dalyvavo 19 respondentų. Visose tiriamųjų grupėse didžioji dalis apklaustųjų atsakė, kad nevalgius reikia būti 12 – 8 val., o daugiausia į šį klausimą teisingai atsakusių respondentų buvo iš 36 – 60 m. grupės. Apie rūkymo įtaką gliukozės koncentracijai kraujyje tiriamosios

grupės atsakė skirtingai. Daugiau nei pusė apklaustųjų iš 18 – 35 m. grupės teigė, kad rūkymas gali turėti įtakos, o likusiose tiriamųjų grupėse didesnioji dalis atsakė, kad gliukozės tyrimams rūkymas neturi įtakos. Apie mitybos įtaką gliukozės koncentracijai visose tiriamosiose grupėse didesnioji dalis apklaustųjų atsakė, kad prieš tyrimą nereikia badauti, vartoti pakankamą angliavandenių kiekį. Alkoholio, kavos, arbatos, fizinės veiklos daugiausia vengtų apklaustųjų iš 18 – 35 m. grupės, streso – iš daugiau nei 60 m. grupės. Vitaminų ir rūgštingumą mažinančių vaistų, kurie neturi įtakos gliukozės koncentracijai kraujyje, vengtų daugiausia respondentų iš 18 – 35 m. grupės.

Išvados

1. Prieš gliukozės tyrimą svarbu bent 8 val. būti nevalgius, nerūkyti, vengti aktyvios fizinės veiklos, streso.
2. Dauguma apklaustųjų žino apie tinkamą pasiruošimą gliukozės tyrimui, tačiau beveik pusė apklaustųjų nežino, kad prieš tyrimą svarbu nerūkyti.
3. Labiausiai informuoti respondentai buvo iš 35 – 60 m. grupės, mažiausiai - iš 18 – 35 m. grupės.

Literatūra

1. American Diabetes Association. Classification and Diagnosis of Diabetes: *Standards of Medical Care in Diabetes—2020*. Prieiga per internetą: https://care.diabetesjournals.org/content/43/Supplement_1/S14;
2. Asmat, U., Abad, K., Ismail, K. (2016). Diabetes mellitus and oxidative stress—A concise review. *Saudi Pharmaceutical Journal*. 24(5), 547 – 553. DOI: 10.1016/j.jsps.2015.03.013;
3. Bathna, Sule J., Jacob A. Dunga, Nura H. Alkali, Jafiada J. Musa, Abubakar A. Gombe, Sulaiman Y. Yusuf, Ojobi Joseph, and Shamaki R. Baba. (2019). Cigarette Smoking, Alcohol Intake and the Risk of Diabetes Mellitus in Gombe State, Northeast Nigeria. *Annals of African Medical Research* 2 (1). DOI: 10.4081/aamr.2019.71;
4. Sacks, D. (2019). Comment on Cheung and Moses. Gestational Diabetes Mellitus: Is It Time to Reconsider the Diagnostic Criteria? *Diabetes Care.*; 41:1337–1338 DOI: 10.2337/dc18-1941;

„X“ GIMNAZIJOS MOKINIŲ ŽINIOS APIE SVEIKĄ MITYBĄ IR JŲ MAITINIMOSI ĮPROČIAI

Rūta Nevedomskaitė

*Dietetikos studijų programa
Kauno kolegija*

Darbo vadovė – dr. Rasa Volskienė

Įvadas

Pasaulio sveikatos organizacijos duomenimis, žmonių sveikata priklauso nuo gyvenamos ir mitybos (Lietuvos Respublikos sveikatos organizacija, 2020). Europos Sąjungos Taryba (2018), pabrėžia, kad Europos ateitis priklauso nuo jaunosios kartos, tad sveikatos ir gerovės kūrimas jų rankose. Svarbu užtikrinti tinkamą žinių bei sveikų maitinimosi įpročių įsisavinimą mokykliniame amžiuje (Sharma, Sheehy, Kolahdooz, Barasi, 2017). **Tyrimo problema** — kokios gimnazistų žinios apie sveiką mitybą ir kokie jų maitinimosi įpročiai? **Tyrimo tikslas** — atskleisti gimnazistų žinias apie sveiką mitybą ir jų maitinimosi įpročius. **Tyrimo uždaviniai:** 1. Atskleisti maitinimosi įpročius tarp „X“ gimnazijos Kaišiadorių miesto gimnazistų 2. Nustatyti gimnazistų žinias ir jų maitinimosi įpročius **Tyrimo metodai:** mokslinės literatūros apie sveiką mitybą analizė. Anoniminė anketinė apklausa apdorota naudojant Microsoft Excel programinį įrankį.

Tyrimo rezultatai: Mokinių žinios apie sveikos mitybos piramidės pagrindu esančius produktus yra puikios, dauguma respondentų žino, kad pagrindą sudaro daržovės, vaisiai bei grūdiniai produktai. Taip pat dauguma apklaustųjų šių rekomendacijų laikosi ir valgo minėtus produktus kasdien. Daugiau nei puse mokinių žino suvartojamo cukraus normas per parą, tačiau cukraus suvartojimo tendencijos išlieka aukštos. Dauguma respondentų saldumynus valgo kasdien bei papildomai cukrų beria į karštuosius gėrimus.

Raktiniai žodžiai: sveika mityba, maitinimosi įpročiai, žinios.

Metodologija

Taikytas kiekybinis tyrimo metodas — anoniminė anketinė apklausa. Anketą sudarė klausimai, leidžiantys įvertinti abiturientų žinias apie sveikos mitybos principus ir atskleisti jų maitinimosi įpročius. Pasirašyta sutartis su „X“ gimnazija, leidžianti vykdyti tiriamąją veiklą. Spausdintos anketos perduotos „X“ x gimnazijos dvyliktokams. Apklausa vyko nuo 2020-02-01 iki 2020-02-14. Išdalintos 110 anketų, iš kurių grįžo 100.. Gauti rezultatai apdoroti „Microsoft Office Excel 2007“ programa.

Rezultatai

Gauti duomenys parodė, kad mokinių žinios apie sveikos mitybos piramidės pagrindą sudarančius produktus yra puikios, 71 proc. respondentų žino, kad pagrindą sudaro daržovės, vaisiai bei grūdiniai produktai. Kiti 26 proc. mano, jog pienas, jo produktai ir mėsa sudaro piramidės pagrindą ir šiuos produktus reikia vartoti dažniausiai, dar 3 proc. galvoja, kad saldumynai yra dažniausiai vartojami produktai. Apklausa parodė, jog mokiniai laikosi rekomendacijų ir mitybos piramidės pagrindą sudarančius produktus vartoja kasdien. 73 proc. grūdinius produktus ir 81 proc. daržoves bei vaisius valgo kasdien. 19 proc. respondentų mityba neatitinka rekomendacijų, jie daržovių ir vaisių suvartoja per mažai, taip pat 27 proc. per retai valgo grūdinius produktus. Cukraus normas per parą žino dauguma respondentų, 61 proc. žino, kad rekomenduojama norma siekia vos 5 gramus per dieną, 32 proc. mano, jog ši norma kiek didesnė ir yra apie 10 gramų, o 7 proc. mano, kad ši norma yra ganėtinai aukšta ir siekia net 15 gramų. Maitinimosi įpročiai atskleidė, kad net 90 proc. apklaustųjų saldumynų suvartojimas neatitinka rekomendacijų, šie mokiniai saldumynus valgė kasdien, taip pat 82 proc. kasdien papildomai cukrų beria į karštuosius gėrimus. 10 proc. saldumynus vartoja retai arba jų visai atsisako ir 18 proc. neberia cukraus į karštuosius gėrimus. Atlikta koreliacija tarp žinių ir maitinimosi įpročių parodė, kad sąsaja tarp žinių apie sveikos mitybos pagrindą bei maitinimosi įpročių, kurie atitinka rekomendacijas yra stipri ir lygi 1. Atvirkščiai yra su cukraus suvartojimu bei žiniomis apie jo normas, koreliacija tarp jų lygi -1, tai parodo atvirkštinį stiprumą.

Išvados

1. Daugumos „X“ gimnazijos mokinių maitinimosi įpročiai atitinka tik maisto pasirinkimo piramidės pagrindą sudarančių produktų vartojimą, tik dešimtadalio apklaustųjų racioną sudaro tinkamas saldumynų bei pridėtinio cukraus kiekis.
2. Daugumos „X“ gimnazijos mokinių žinios apie sveiką mitybą yra puikios. Mokiniai žino, kas sudaro sveikos mitybos pagrindą bei teisingai pasirenka suvartojamo per parą cukraus normą.

Literatūra

1. Europos sąjungos taryba. (2018). Sveika vaiku mityba – sveika Europos ateitis. In *Europos Sąjungos institucijų, įtaigų ir organų pranešimai: Europos Sąjungos oficialus leidinys*, 3-11. Liuksemburgas: Europos Sąjungos leidinių biuras.
2. Lietuvos Respublikos sveikatos apsaugos ministerija. Lietuvos gyventojų mityba ir jos priežiūra. [žiūrėta 2020-05-25]. Prieiga per internetą: <http://sam.lrv.lt/lt/veiklos-sritys/visuomenes-sveikatos-prieziura/mityba-ir-fizinis-aktyvumas-2/mityba>
3. Sharma, S., Sheehy, T., Kolahdooz, F., Barasi, M. (2017). *Mityba*. Vilnius: Vaistų žinios.

ODONTOLOGIJOS KLINIKŲ DARBUOTOJŲ ŽINIOS APIE RANKŲ HIGIENĄ

Aistė Pavelčikaitė

*Odontologinės priežiūros studijų programa
Kauno kolegija*

Darbo vadovė – Vaiva Kazlauskaitė

Įvadas

Medicinos įstaigų darbuotojai darbo metu turi kontaktą su pacientų mikroorganizmais. Teikdami odontologinės priežiūros paslaugas darbuotojai turi kontaktą su paciento kūno skysčiais ir aerozoliais iš žmogaus burnos. Personalas paslaugas teikia kontaktuodamas su daugiausia mikroorganizmų turinčia burna, seilėmis, dantimis. Darbuotojai gali būti pacientų atneštų mikroorganizmų platintojai. Pasak Budginaitės ir kt. (2002), personalo rankos yra vienas svarbiausių rizikos faktorių, perduodant mikroorganizmus nuo vieno asmens kitam. Todėl rankų plovimas ir antiseptika yra svarbios ir efektyvios procedūros, siekiant išvengti infekcijų plitimo. Remiantis Abalikštaitės ir kt. (2018) atlikto tyrimo duomenimis, nustatyta, kad dalis darbuotojų, teikiančių odontologines paslaugas neskiria situacijų, kada reikia plauti rankas muilu ir vandeniui, o kada atlikti rankų antiseptiką.

Tyrimo problema: kokios odontologijos klinikų darbuotojų žinios apie rankų higieną?

Tyrimo tikslas: nustatyti odontologijos klinikų darbuotojų žinias apie rankų higieną.

Tyrimo uždaviniai:

1. Teoriškai pagrįsti rankų higienos svarbą.
2. Aprašyti rankų higienai keliamus reikalavimus.
3. Nustatyti gydytojų odontologų, gydytojų odontologų padėjėjų ir burnos higienistų žinias apie rankų higieną darbo vietoje.

Tyrimo objektas: Odontologijos klinikų darbuotojų žinios apie rankų higieną darbo vietoje.

Tyrimo metodai

1. Teorinis tyrimo metodas - mokslinės literatūros analizė, skirta teoriškai atskleisti rankų higienos svarbą, aprašyti rankų higienai keliamus reikalavimus.
2. Empirinis duomenų rinkimo metodas – apklausa raštu, skirta nustatyti odontologų ir burnos priežiūros specialistų žinias apie rankų higieną darbo vietoje. Taip pat naudojamas aprašomosios statistikos skaičiavimas.

Raktiniai žodžiai: rankų higienos svarba, rankų antiseptika, rankų plovimas, odontologijos klinikos.

Metodologija

Teorinės dalies tyrimui atlikti buvo naudojama mokslinės literatūros analizė, skirta atskleisti rankų higienos svarbą, aprašyti rankų higienai keliamus reikalavimus.

Empirinei tyrimo daliai atlikti buvo panaudota anoniminė anketinė apklausa. Anketa buvo pateikta internetinėje erdvėje. Tyrimo dalyviai atrinkti netikimybinės proginės imties būdu. Tyrimo instrumentą – anketą – sudarė 25 klausimai, kurie buvo skirti nustatyti odontologijos klinikų darbuotojų žinioms apie rankų higieną bei duomenims apie respondentus.

Duomenų rinkimas vyko 2019 metų kovo 18 – balandžio 30 dienomis, apklausoje dalyvavo 110 respondentų, po 37 respondentus buvo – gydytojai odontologai ir gydytojo odontologo padėjėjai, bei 36 respondentai buvo burnos higienistai. Diagramos ir grafikai buvo sudaryti naudojant MS Excel 2010 programą.

Rezultatai

Analizuojant gautus rezultatus matyti, kad 94,60 % odontologijos klinikų darbuotojų savo žinias apie rankų higieną vertina gerai. Viena iš pagrindinių priežasčių, kodėl retai atliekama rankų antiseptika, 41,84 % darbuotojų nurodė tai, kad antiseptinės medžiagos labai dirgina rankų odą. Taip pat tyrimo metu nustatyta, kad rankų plovimas - 45,45 % atliekamas dažniau negu rankų antiseptika - 17,27 %, nes darbuotojai maišo, kada ir kokią rankų higienos procedūrą reikia atlikti. Net 29,09 % respondentų klaidingai mano, kad pirštinių naudojimas gali pakeisti rankų antiseptiką. Apklaustieji pateikė duomenis, kad darbo metu dėvi rankų papuošalus: 32,70 % - žiedus, 34,50 % - laikrodžius ir 10,00 % - apyrankes, kurie yra puiki terpė kolonizuotis mikroorganizmams. 47,18 % atsakiusių į anketos klausimus teigia, kad antiseptikas labiau dirgina odą, nors nurodo, kad didesnę rankų odos sudirgimą jaučia dėl dažno rankų plovimo. Net 51,82 % apklaustųjų nurodė, kad trūksta papildomų mokymų apie rankų higienos reikalavimus darbo vietoje. Pasak 13,43 % respondentų gavus daugiau skatinimo iš darbdavio labiau domėtis rankų higienos procedūrų svarba. Taip pat 27,31 % nurodo, jog darbo metu trūksta pertraukėlių tarp pacientų, todėl nespėja atlikti rankų higienos.

Išvados

1. Norint užtikrinti pacientų ir darbuotojų saugumą būtina rankų antiseptika ir plovimas. Tinkamai atliekant rankų higieną yra sunaikinami laikinieji ir sumažinami pastovieji odos mikroorganizmai bei jų sukeltos infekcinės ligos ir komplikacijos.

2. PSO rankų higienos rekomendacijose bei Lietuvos higienos normoje HN 47:1 – 2012 „Sveikatos priežiūros įstaigos. Infekcijų kontrolės reikalavimai“ nustatyta, kada būtina plauti rankas bei atlikti rankų odos antiseptiką, taip pat numatyta atlikimo technika. Plovimas ir antiseptika turi būti vykdoma pagal keliamus reikalavimus.
3. Tyrimas atskleidė, kad odontologijos klinikų darbuotojai gerai vertina savo žinias apie rankų higieną. Tyrimo metu nustatyta, kad rankų plovimas atliekamas dažniau negu rankų antiseptika, nes darbuotojai maišo, kada ir kokią rankų higienos procedūrą reikia atlikti. Respondentai mano, kad pirštinių naudojimas gali pakeisti rankų antiseptiką. Apklaustieji nurodo, kad trūksta papildomų mokymų apie rankų higienos reikalavimus darbo vietoje.
2. Lietuvos Respublikos sveikatos apsaugos ministro įsakyme dėl Lietuvos higienos norma HN 47-1:2012 „Sveikatos priežiūros įstaigos. Infekcijų kontrolės reikalavimai“ patvirtinimo Nr. V – 946. [interaktyvus]. (2012). Vilnius: Lietuvos Respublikos Sveikatos apsaugos ministerija. [žiūrėta 2019 m. kovo 19d.]. Prieiga per internetą: <https://e-seimas.lrs.lt/portal/legalAct/lt/TAD/TAIS.435637>
3. Abalikštaitė, J., Eičaitė-Stulginskienė, S., Pečiulienė, V., Pūrienė, A., Gendvilienė, I. (2018). Odontologijos darbuotojų rankų higiena ir sveikata. Nacionalinė užkrečiamųjų ligų konferencija. Tezių knyga:[interaktyvus]. Žiūrėta 2019 m. kovo 19d.]. prieiga per internetą: http://www.ulac.lt/uploads/downloads/konferencijos/Teziu_knyga_nuk_18.pdf

Literatūra

1. Budginaitė, R., Gailienė, G., Januškevičius, V. (2002). Higieniniai reikalavimai sveikatos priežiūros įstaigoms. I dalis. ; 169. Kaunas.

GYVENTOJŲ NUOMONĖ APIE KOSMETINIŲ PRIEMONIŲ IR PROCEDŪRŲ POVEIKĮ SPRENDŽIANT HIPERPIGMENTACIJOS PROBLEMAS

Ugnė Petrėytė

*Kosmetologijos studijų programa
Kauno kolegija*

Darbo vadovė – Vaiva Sulachat Vaikšnorienė

Ivadas

Temos aktualumas. Sutrikus melanino gamybai ant odos atsiranda įvairių rudų atspalvių, formų pigmentinių dėmių. Pagrindiniai faktoriai, kurie provokuoja pigmentacijos sutrikimus yra genetinis polinkis, hormoniniai veiksniai ir UV spinduliuotė (Schalka, 2017). Atsiradusi pigmentacija paveikia žmogaus išvaizdą, gali sukelti emocinę bei psichologinę kančią ir pabloginti gyvenimo kokybę (Kumari, Thng, 2018). Siekiant panaikinti dėmes yra išskiriamos pagrindinės priemonės sprendžiančios hiperpigmentacijos problemą – vitaminas C, arbutinas, kojinių rūgštis, hidrochinonas. Procedūros - klasikinės balinamosios, cheminiai šveitimai ir estetinės medicinos procedūros (Polla, Pouillot, 2015).

Problema - kokia gyventojų nuomonė apie kosmetinių priemonių ir procedūrų poveikį sprendžiant hiperpigmentacijos problemas?

Tikslas – išsiaiškinti gyventojų nuomonę apie kosmetinių priemonių ir procedūrų poveikį sprendžiant hiperpigmentacijos problemas.

Uždaviniai:

1. Aprašyti pagrindines hiperpigmentacijų rūšis ir jų atsiradimo priežastis.
2. Išskirti balinamuosius aktyvius ingredientus ir procedūras, jų poveikį pigmentacijai.
3. Išsiaiškinti gyventojų nuomonę apie kosmetinių priemonių ir procedūrų poveikį sprendžiant hiperpigmentacijos problemas.

Raktiniai žodžiai – hiperpigmentacija, melaninas, tirozinazė, balinamieji ingredientai.

Metodologija

Atlikta mokslinės ir profesinės literatūros analizė, kurios tikslas – aprašyti pagrindines hiperpigmentacijų rūšis ir jų atsiradimo priežastis, išskirti balinamuosius aktyvius ingredientus ir procedūras, jų poveikį pigmentacijai. Buvo vykdoma anketinė apklausa (raštu), siekiant išsiaiškinti gyventojų nuomonę apie kosmetinių priemonių ir procedūrų poveikį sprendžiant hiperpigmentacijos problemas.

Duomenų analizė. Tyrime dalyvavo 81 gyventojas, kurių amžius nuo 20 metų ir kurie turi ar turėjo hiperpigmentinių dėmių ant veido odos.

Rezultatai

Tyrimo duomenys parodė, kad didžioji dalis respondentų pigmentinių dėmių atsiradimą pastebėjo po uždegiminių spuogų ir intensyvaus deginimosi saulėje. Pigmentinių dėmių balinimui dauguma respondentų naudoja priemones su vitaminu C. Respondentams, kurie lankosi pas kosmetologus, dažniausiai atliekamos cheminio šveitimo procedūros su AHA rūgštimis, kurios daugumai apklaustųjų pašviesino pigmentines dėmes, tačiau tik penktadaliui jos išnyko.

Išvados

1. Suaktyvėjusią melanino gamybą provokuoja genetiniai veiksniai, hormoniniai procesai, UV spinduliuotė ir odos uždegiminiai procesai. Dažniausiai kosmetologijos praktikoje pasitaiko šios hiperpigmentacijos rūšys: melazma, použdegiminė pigmentacija, lentigo.
2. Balinamieji aktyvūs elementai yra skirstomi į fermento tirozinazės inhibitorius, medžiagas, slopinančias melanino susidarymą ir į medžiagas, veikiančias tiesiogiai epidermio apykaitos procesus. Balinamosios procedūros yra skirstomos į turinčias nusluoksniuojamąjį poveikį, mažinančias melanino gamybą.
3. Respondentų nuomone, balinamosios kosmetinės priemonės ir procedūros gali koreguoti, bet ne visiškai išspręsti hiperpigmentacijos problemas.

Literatūra

1. Kumari, S., Thng, S. T. G., Verma, N. K., Gautam, H. K., (2018). Melanogenesis Inhibitors. *Acta Dermato-Venereologica*, 98(8), 924-931. DOI: 10.2340/00015555-3002
2. Polla, A. S., Pouillot, A., (2015). Seeking the Perfect Complexion. *Global Cosmetic Industry*, 183(2), 18-20.
3. Schalka, S. (2017). New data on hyperpigmentation disorders. *Journal of the European Academy of Dermatology and Venereology*, 31(5), 18-21. <https://doi.org/10.1111/jdv.14411>

NATŪRALIĄ IR EKOLOGIŠKĄ KOSMETIKĄ NAUDOJANČIŲ MOTERŲ NUOMONĖ APIE ŠIOS KOSMETIKOS PRIVALUMUS IR TRŪKUMUS

Viktorija Pikelytė

*Kosmetologijos studijų programa
Kauno kolegija*

Darbo vadovė - dr. Diana Barragan-Ferrer

Ivadas

Pasak Hsu ir kt. (2017), padidėjęs bendruomenės informuotumas apie aplinkosaugos problemas pakeitė vartotojų elgesį ir paskatino pirkti natūralesnius produktus. Statistikos specialistai prognozuoja, kad natūralios ir ekologiškos kosmetikos pasaulinės rinkos pajamos per kelis metus padidės nuo 11,6 milijardų iki 21,78 milijardų JAV dolerių (Statista, 2016). Svarbu paminėti, kad susidomėjimas galima sintetinių ingredientų žala sveikatai taip pat sparčiai auga, o kosmetikos gaminiuose draudžiamų medžiagų sąrašas siekia 1328. Beveik visos sąrašo nurodytos medžiagos – sintetinės kilmės (Europos parlamento ir tarybos reglamentas Nr. 1223/2009 dėl kosmetikos gaminių).

Tyrimo tikslas - atskleisti natūralią ir ekologišką kosmetiką naudojančių moterų nuomonę apie šios kosmetikos privalumus ir trūkumus.

Tyrimo problema - kokia natūralią ir ekologišką kosmetiką naudojančių moterų nuomonė apie šios kosmetikos privalumus ir trūkumus?

Tyrimo objektas - natūralią ir ekologišką kosmetiką naudojančių moterų nuomonė apie šios kosmetikos privalumus ir trūkumus.

Tyrimo uždaviniai:

1. Aprašyti natūralios ir ekologiškos kosmetikos sampratą bei ją sertifikuojančius standartus;
2. Išskirti galimus natūralios ir ekologiškos kosmetikos privalumus ir trūkumus;
3. Atskleisti moterų, naudojančių natūralią ir ekologišką kosmetiką, nuomonę apie šios kosmetikos privalumus ir trūkumus.

Raktiniai žodžiai: natūrali kosmetika, ekologiška kosmetika.

Metodologija

Tyrimui atlikti buvo pasitelkti 3 metodai. Tai mokslinės literatūros analizė, kurios tikslas apibrėžti, kas yra vadinama natūralia ir ekologiška kosmetika ir išskirti šios kosmetikos privalumus bei trūkumus. Taip pat kiekybinis tyrimas (apklausa internetu), kurio tikslas atskleisti moterų, naudojančių natūralią ir ekologišką kosmetiką, nuomonę apie šios kosmetikos privalumus ir trūkumus, bei statistinė ir grafinė duomenų analizė, kurios tikslas išanalizuoti bei grafiškai pavaizduoti anketinės apklausos rezultatus.

Rezultatai

Tyrimo rezultatai atskleidė, kad, tiriamųjų nuomone, kosmetika gali vadintis natūralia, jei yra sudaryta iš augalinių ingredientų (80,5 proc.), sudėtyje neturi dažiklių ar kvapiklių (67,8 proc.) bei nėra testuojama su gyvūnais (50,8 proc.). Pastebėta, kad jaunesnio amžiaus tiriamosios natūraliai kosmetikai kelia griežtesnius reikalavimus. Didžiajai daliai tiriamųjų (72 proc.) svarbu, kad naudojama natūrali kosmetika būtų ekologiška. Didžiausią dėmesį gaminio ekologiškumui tiriamosios kelia veido odos priežiūros priemonėms (63,6 proc. tiriamųjų svarbus naudojamų veido kremų ekologiškumas, 46,6 proc. veido serumų, 40,7 proc. veido prausiklio) o pusė tiriamųjų išskyrė, kad joms svarbu, jog ekologiška būtų visa jų naudojama kosmetika (48,3 proc.). Didžiausias natūralios ir/ar ekologiškos kosmetikos privalumas – palankios sudėtinės dalys (83,1 proc.), o didžiausias trūkumas – aukštesnė kaina (48,3 proc.). Vis dėlto, tiriamosios linkusios pastebėtų trūkumų nepaisyti (82,2 proc.).

Išvados

1. Natūralios kosmetikos samprata nėra reglamentuojama teisės aktuose. Tuo tarpu ekologiška kosmetika privalo būti sertifikuota, atitikti jai keliamus griežtus reikalavimus.
2. Mokslinėje literatūroje išskiriami natūralios ir ekologiškos kosmetikos privalumai: palankumas aplinkai ir žmogaus sveikatai. Trūkumai: aukštesnė kaina, sudėtingesnis prieinamumas bei pasitikėjimo priemonių natūralumu stoka.
3. Tyrimo rezultatai atskleidė, kad natūrali kosmetika, tiriamųjų nuomone, turėtų būti sudaryta iš augalinių ingredientų bei netestuojama su gyvūnais. Dažniausiai išskirtas privalumas – palankūs ingredientai, o trūkumas – aukštesnė kaina.

Literatūra

1. Hsu, C., Chang, C., & Yansritakul, C. (2017). Exploring purchase intention of green skincare products using the theory of planned behavior: Testing the moderating effects of country of origin and price sensitivity. *Journal of Retailing and Consumer Services*, 34, 145-152.
2. Statista (2016). Global natural and organic beauty forecasted market size 2016-2024.

3. Europos parlamento ir tarybos reglamentas dėl
kosmetikos gaminių (2009 m. lapkričio 30 d. Nr.

1223/2009). Europos Sąjungos oficialusis leidinys,
2009, L 342/59.

SKIRTINGŲ KINEZITERAPIJOS METODIKŲ POVEIKIS SKAUSMUI IR FUNKCINEI BŪKLEI ASMENIMS SU SMILKININIO APATINIO ŽANDIKAULIO SĄNARIO FUNKCINIAIS SUTRIKIMAIS IR APATINIŲ KRYŽMINIŲ SINDROMŲ

Karolina Plaušinytė

*Kineziterapijos studijų programa
Lietuvos sporto universitetas*

Darbo vadovas - doc. dr. Pavelas Zachovajevas

Išvadas

Tyrimo aktualumas ir problema: Netaisyklinga laikysena turi įtakos asmenims, besiskundžiantiems juosmeninės stuburo dalies (JSD) skausmu, o dantų sąkandžio ir kūno laikysenos tarpusavio ryšys - tai pagrindas diskusijai apie diagnostikos ir gydymo įtraukimą, įvertinus kūno laikysenos pokyčius asmenims, turintiems netaisyklingą sąkandį ir smilkininio apatinio žandikaulio

sąnario (SAŽS) funkcinis sutrikimas (Rodríguez-Blanco et al., 2015). Deja, dauguma kineziterapeutų į kuriuos kreipiasi pacientai, nėra susipažinę su šiais pokyčiais bei tarpusavio ryšio problema, o mokslinė literatūra dažniausiai paneigia arba patvirtina tik labai silpną tarpusavio sąsają.

Tyrimo tikslas: Nustatyti skirtingų kineziterapijos metodikų poveikį skausmui ir funkcinei būklei asmenims su SAŽS funkciniais sutrikimais ir apatiniu kryžminiu sindromu.

Tyrimo uždaviniai:

1. Įvertinti SAŽS funkciją ir sąkandį prieš ir po taikytų skirtingų kineziterapijos metodikų.
2. Įvertinti JSD funkciją ir dubens padėtį prieš ir po taikytų skirtingų kineziterapijos metodikų.
3. Įvertinti užpakalinių šlaunies raumenų judesių ir klubo kontraktūros amplitudes prieš ir po taikytų skirtingų kineziterapijos metodikų.
4. Įvertinti SAŽS ir JSD skausmo intensyvumą prieš ir po taikytų skirtingų kineziterapijos metodikų.
5. Nustatyti koreliacinius ryšius tarp vertintų rodiklių po skirtingų kineziterapijos metodikų.

Tyrimo metodai: Sąkandžio, SAŽS ir JSD aktyvių judesių, SAŽS ir JSD skausmo, dubens padėties, šlaunies raumenų judesių amplitudžių vertinimas.

Raktiniai žodžiai: SAŽS, funkciniai sutrikimai, apatinis kryžminis sindromas, kineziterapija.

Metodologija

Tyrimui atlikti buvo naudojamas vizualinis sąkandžio vertinimas pagal Angle klasifikaciją, aktyvių SAŽS judesių vertinimas goniometrijos metodu, aktyvių juosmeninės stuburo dalies judesių vertinimas goniometrijos metodu. Dubens padėties vertinimas pagal W.W.K. Hoeger (1987) laikysenos vertinimo skalę. Užpakalinių šlaunies raumenų judesių ir klubo

kontraktūros amplitudžių matavimas ir vertinimas Thomas, Kendall, 90-90 testais. SAŽS ir juosmeninės stuburo dalies skausmo intensyvumo vertinimas, naudojantis skaitmenine analogine skausmo skale (SAS). Tyrimo duomenys buvo apskaičiuoti naudojant kompiuterinę SPSS 21 ir Excel 2013 programas. Buvo skaičiuojami rodiklių aritmetiniai vidurkiai ir standartinis nuokrypis. Požymių paplitimas lyties ir grupės aspektu buvo išreiškiamas procentais. Statistinis patikimumas buvo vertinamas pagal Wilcoxon'o testą. Jei $p < 0,05$, skirtumas patikimas ir rezultatas yra statistiškai reikšmingas, jei $p > 0,05$ – skirtumas nepatikimas, rezultatas statistiškai nereikšmingas. Taip pat buvo vertinamas koreliacijos stiprumas (r) bei statistinis reikšmingumas - p . Koreliacijos stiprumas vertinamas skalėje nuo 0 iki 1 arba nuo 0 iki -1. Jeigu $r = 0$, tai priklausomybės tarp kintamųjų nėra, o jeigu 1 arba -1, vadinasi, kintamieji visiškai priklausomi. Ranginiams duomenims, taip pat skaitmeniniams, nenormaliems skirstiniams arba mažiems stebėjimams, kai $N < 20$, sąsajoms tarp kintamųjų nustatyti naudojamas Spearman'o koeficientas (Pukėnas, 2004).

Rezultatai

1. Smilkininio apatinio žandikaulio sąnario funkcija ir sąkandis, taip pat juosmeninės stuburo dalies funkcija ir dubens padėtis, užpakalinių šlaunies raumenų judesių ir klubo kontraktūros amplitudės ir smilkininio apatinio žandikaulio sąnario bei juosmeninės stuburo dalies skausmo intensyvumas po skirtingų kineziterapijos metodikų taikymo statistiškai reikšmingai nepakito.
2. Stiprių ir statistiškai reikšmingų sąsajų tarp vertintų rodiklių nenustatyta.

Išvados

1. Smilkininio apatinio žandikaulio sąnario funkcija ir sąkandis po skirtingų kineziterapijos metodikų taikymo statistiškai reikšmingai nepakito, tačiau buvo pastebėta smilkininio apatinio žandikaulio sąnario funkcijos gerėjimo tendencija.
2. Juosmeninės stuburo dalies funkcija ir dubens padėtis po skirtingų kineziterapijos metodikų taikymo statistiškai reikšmingai nepakito, tačiau

buvo pastebėta juosmeninės stuburo dalies funkcijos gerėjimo tendencija.

3. Užpakalinių šlaunies raumenų judesių ir klubo kontraktūros amplitudės po skirtingų kineziterapijos metodikų taikymo statistiškai reikšmingai nepakito, tačiau buvo pastebėta užpakalinių šlaunies raumenų judesių ir klubo kontraktūros amplitudžių gerėjimo tendencija.
4. Smilkininio apatinio žandikaulio ir juosmeninės stuburo dalies skausmo intensyvumas po skirtingų kineziterapijos metodikų taikymo statistiškai reikšmingai nepakito, tačiau buvo pastebėta smilkininio apatinio žandikaulio ir juosmeninės stuburo dalies skausmo intensyvumo mažėjimo tendencija.
5. Stiprių ir statistiškai reikšmingų sąsajų tarp vertintų rodiklių nenustatyta.

Literatūra

1. Hoeger, W. W. K., Hoeger, S. A. (2010). Principles And Labs For Fitness & Wellness, 10th Edition, Wadsworth (USA), Cengage Learning.
2. Pukėnas, K. (2004). Sportinių tyrimų duomenų analizė SPSS programa. Kaunas: Lietuvos Kūno Kultūros Akademija.
3. Rodriguez-Blanco, C., Cocera-Morata, F.M., Heredia-Rizo, A.M., ois Ricard, F., Almaza'n-Campos, G., Oliva-Pascual-Vaca, A. (2015). Immediate effects of combining local techniques in the craniomandibular area and hamstring muscle stretching in subjects with temporomandibular disorders: A randomized controlled study. *The journal of alternative and complementary medicine*, 21(8), 1-9.

PACIENTŲ, SERGANČIŲ IŠSĖTINE SKLEROZE, GYVYBINIŲ VEIKLŲ POKYČIAI BENDROSIOS PRAKTIKOS SLAUGYTOJŲ POŽIŪRIU

Viktorija Pociūtė, Gostė Sirijatavičiūtė

*Bendrosios praktikos slaugos studijų programa
Kauno kolegija*

Darbo vadovė – Regina Balčiūnienė

Išvadas

Pasaulyje išsėtine skleroze serga apie 2,3 milijono gyventojų (Valadkevičienė, Žukauskaitė, Jatužis, 2018). Lietuva priskiriama didelio sergamumo zonai (Andrijauskis, 2019). Šia liga dažniau serga jauni, 20-40 metų žmonės, tačiau gali sirgti ir vaikai ar vyresnio amžiaus asmenys (Balnytė ir kt., 2016). Ši liga yra viena dažniausių neurologinių jaunų žmonių neįgalumo priežasčių (Vėbraitė, Mickevičienė, 2014). Išsėtine skleroze yra nepagydoma liga, tačiau yra bandoma sustabdyti jos progresavimą (Kalaušytė, 2016). **Tyrimo problema** – kokie pacientų, sergančių išsėtine skleroze, gyvybinių veiklų pokyčiai bendrosios praktikos slaugytojų požiūriu? **Tyrimo tikslas** – įvertinti pacientų, sergančių išsėtine skleroze, gyvybinių veiklų pokyčius bendrosios praktikos slaugytojų požiūriu. **Tyrimo uždaviniai:** 1. aprašyti išsėtinę sklerozę klinikiškai, mediciniškai, socialiniu mokslų požiūriais; 2. įvertinti pacientų, sergančių išsėtine skleroze, gyvybinių veiklų pokyčius bendrosios praktikos slaugytojų požiūriu; 3. atskleisti bendrosios praktikos slaugytojų edukacinę veiklą slaugant pacientus, sergančius išsėtine skleroze; 4. nustatyti išsėtinei sklerozei vartojamų medikamentų šalutinį poveikį bendrosios praktikos slaugytojų požiūriu.

Raktiniai žodžiai: išsėtine skleroze, gyvybinės veiklos, slaugytojų požiūris.

Metodologija

Tyrimo tipas – kiekybinis. Tyrimui atlikti naudojama mokslinės literatūros analizė, siekiant išsiaiškinti aktualius klausimus. Duomenų rinkimui naudotas apklausos raštu metodas, duomenys analizuoti taikant aprašomąją statistinę duomenų analizę. Tiriamieji – bendrosios praktikos slaugytojai. Tyrime dalyvavo 83 respondentai.

Rezultatai

Išsėtine skleroze pasireiškia nuolat atsinaujinančiais neurologiniais simptomais, kurie yra viena dažniausių sergančių žmonių neįgalumo priežasčių. Dauguma respondentų teigė, kad dažniausi gyvybinių veiklų pokyčiai yra nuovargis, raumenų silpnumas, dažnas šlapinimasis, kvėpavimo raumenų silpnumas, atšalimas, skausmas, įkyrios mintys, priverstinė padėtis, negalėjimas užsiimti aktyvia veikla (sportu), priklausomybė nuo kitų asmenų. Tyrimo dalyviai

dažniausiai taikė pokalbių mokymo metodą. Dažniausiai pacientams informavo, kuriuo paros metu vartojami medikamentai, o artimuosius – apie paciento asmens higieną. Respondentai, skirdami medikamentus, dažniausiai stebėjo arterinį kraujo spaudimą, o kaip dažniausių medikamentų sukeltą šalutinį poveikį įvardijo bradikardiją ir tachikardiją.

Išvados

1. Išsėtine skleroze pasireiškia nuolat atsinaujinančiais neurologiniais simptomais. Jos priežastys nėra tiksliai žinomos. Slaugant pacientus, sergančius šia liga, svarbu įvertinti ir kontroliuoti sutrikusias gyvybines veiklas.
2. Respondentų teigimu, gyvybinėse veiklose dažniausiai išskylantys pokyčiai yra nuovargis ir raumenų silpnumas.
3. Tyrime dalyviai dažniausiai taikė pokalbių mokymo metodą, pacientams teikė informaciją apie saugų medikamentų vartojimą ir kuriuo paros metu jie vartojami, o pacientų artimiesiems – apie paciento asmens higieną.
4. Tyrimo dalyviai mano, kad tachikardija ir bradikardija yra vieni dažniausių medikamentų sukeltų šalutinių poveikių.

Literatūra

1. Andrijauskis, D., (2019). Paveldimumo reikšmė išsėtinės sklerozės eigai ir negaliai: Baigiamasis magistro darbas, 41.
2. Balnytė, R., Rastenyte, D., Vaitkus, A., & Mickevičienė, D. (2016). Išsėtinės sklerozės diagnostikos ypatumai: Mokomoji priemonė. Kaunas: LSMU Leidybos namai.
3. Kalaušytė, A. (2016). Stuburo stabilizavimo ir sensomotorikos pratimų poveikis sergančiųjų išsėtine skleroze pusiausvyrai ir eisenai: Magistro darbas, 63.
4. Valadkevičienė, D., Žukauskaitė, I., & Jatužis, D. (2018). Sergančiųjų išsėtine skleroze biopsichosocialinis vertinimas, taikant Tarptautinės funkcionavimo, neįgalumo ir sveikatos klasifikacijos trumpąjį kategorijų rinkinį, ir jo sąsajos su darbingumo lygiu. Neurologijos seminarai, 22(77), 201-212. DOI: 10.29014/ns.2018.25.
5. Vėbraitė, B., & Mickevičienė, D. (2014). Dubens organų funkcijų sutrikimai sergant išsėtine skleroze. Neurologijos seminarai [interaktyvus],

18(61), 189-195. [žiūrėta 2019 m. rugsėjo 23 d].
Prieiga per internetą: <http://www.neuroseminarai.lt>

DRAŽĖ, PAGAMINTŲ IŠ EKSTRUOTŲ KUKURŪZŲ, MOMENTINIS POVEIKIS GLIUKOZĖS KIEKIUI KAPILIARINIAME KRAUJYJE SERGANTIEMS CUKRINIU DIABETU ŽMONĖMS

Goda Račkauskaitė

*Biomedicinos diagnostikos studijų programa
Kauno kolegija*

Darbo vadovė — dr. Rasa Volskienė

Įvadas

Sergant cukriniu diabetu būdinga padidėjusi gliukozės koncentracija kraujyje (Adnette ir kt., 2019). Tinkama mityba yra viena pagrindinių prevencijos priemonių, siekiant išvengti cukrinio diabeto vystymosi (Asif, 2014). Anot Rudinskienės (2015), norint kontroliuoti gliukozės kiekį kraujyje, labai svarbu laikytis maitinimosi rekomendacijų. Mokslininkai Liu ir kt. (2018); Phanindra ir kt. (2018) nustatė, kad ekstruduoti maisto produktai mažina gliukozės koncentraciją kraujyje.

Tyrimo problema. Koks dražė, pagamintos iš ekstruduotų kukurūzų, momentinis poveikis gliukozės koncentracijai kapiliariniame kraujyje sergantiems cukriniu diabetu žmonėms?

Tyrimo tikslas. Įvertinti dražė, pagamintos iš ekstruduotų kukurūzų, momentinį poveikį gliukozės koncentracijai kapiliariniame kraujyje sergantiems cukriniu diabetu žmonėms.

Tyrimo objektas. Momentinis gliukozės koncentracijos pokytis kapiliariniame kraujyje.

Tyrimo uždaviniai.

1. Apžvelgti mokslinę literatūrą apie ekstruduotų maisto produktų poveikį gliukozės koncentracijai kraujyje.
2. Nustatyti momentinį gliukozės koncentracijos kapiliariniame kraujyje pokytį vartojant skirtingų skonių dražė.

Tyrimo metodai.

1. Mokslinės literatūros apie ekstruduotų maisto produktų poveikį gliukozės koncentracijai kraujyje analizė.
2. Kiekybinis tyrimo metodas, biocheminis kraujo tyrimas gliukozės koncentracijai kapiliariniame kraujyje nustatyti.
3. Statistinė gautų duomenų analizė — aprašomoji statistika naudojantis „Microsoft Office Excel 2007“ programa.

Raktiniai žodžiai: cukrinis diabetas, gliukozė, momentinis poveikis, dražė.

Metodologija

2019 metų rugsėjo-lapkričio mėn. atlikta mokslinės literatūros analizė apie ekstruduotų maisto produktų poveikį gliukozės kiekiui kraujyje. Empirinis tyrimas atliktas 2020 metų sausio-vasario mėn. Gliukozės koncentracijos kapiliariniame kraujyje nustatymui

naudotas Bayer firmos ContourPlus gliukomatis. Tirta 10 cukriniu diabetu sergančių, savanoriškai tyrime dalyvauti sutikusių asmenų (6 moterys ir 4 vyrai) nuo 19 iki 81 metų amžiaus. 8 val. ryte, pamatavus gliukozės koncentraciją kapiliariniame kraujyje, tiriamojo buvo prašoma suvalgyti 40 g dražė. Dražė buvo 2 skonių: dražė, pagamintos iš ekstruduotų kukurūzų, dengtų juodoju šokoladu su 4 proc. cukraus; dražė, pagamintos iš ekstruduotų kukurūzų, dengtų juodoju šokoladu su 30 proc. cukraus. Suvalgius dražė, tiriamiesiems gliukozės koncentracija buvo matuojama dar 5 kartus (po 15 min., po 30 min., po 60 min., po 90 min. ir po 120 min.). Iš viso atlikta 120 gliukozės koncentracijos matavimų. Vienas tiriamasis skirtingomis dienomis vartojo abu produktus.

Rezultatai

Liu ir kt. (2018) atlikto tyrimo metu nustatyta, kad vartojant ekstruduotas raudonąsias japonines (adzuki) pupeles su kitais maisto produktais, mažėja gliukozės kiekis kraujyje cukriniu diabetu sergantiems žmonėms. Mokslininkai Phanindra ir kt. (2018) taip pat nustatė sąsają tarp ekstruduotų maisto produktų ir gliukozės kiekio kraujyje sumažėjimo. Tyrėjai stebėjo gliukozės kiekio nuokrypius tarp skirtingų amžiaus grupių. Nustatė, kad 40-50 metų respondentams, suvalgius ekstruduotus užkandžius, paruoštus iš grūdinių ir ankštinių augalų, gliukozės kiekis kraujyje sumažėjo po 10 dienų, o 50-60 metų respondentams – po 15 dienų.

Kakavos naudojimas ekstruduotų maisto produktų gamyboje pasižymi didėjančiu skaidulų, baltymų ir antioksidantų kiekiu (Ondo ir kt., 2013). Anot Shah ir kt. (2017), kakavos sudėtyje esantys flavonoidai pasižymi antioksidaciniu poveikiu: sumažina ląstelių atsparumą insulinui, didina β ląstelių veikimą bei insulino gamybą ir išsiskyrimą.

Tyrimo metu nustatyta gliukozės koncentracija tiriamųjų kapiliariniame kraujyje nevalgius — 9,3 (\pm 2,2) mmol/l. Vartojant dražė iš ekstruduotų kukurūzų, dengtų juodoju šokoladu su 4 proc. cukraus, gliukozės koncentracija kapiliariniame kraujyje po 15 min. buvo 11,5 (\pm 3,0) mmol/l, vartojant kukurūzų dražė, dengtų juodoju šokoladu su 30 proc. cukraus, gliukozės koncentracija kapiliariniame kraujyje buvo 12,1 (\pm 2,7) mmol/l, po 30 min. su 4 proc. cukraus — 11,7 (\pm 3,0) mmol/l, o su 30 proc. cukraus — 12,2 (\pm

2,5) mmol/l, po 60 min. su 4 proc. cukraus — 9,5 (\pm 2,2) mmol/l, o su 30 proc. cukraus — 10,7 (\pm 1,9) mmol/l, po 90 min. su 4 proc. cukraus — 8,9 (\pm 2,1) mmol/l, o su 30 proc. cukraus — 9,9 (\pm 2,1) mmol/l ir po 120 min. su 4 proc. cukraus — 8,5 (\pm 2,2) mmol/l, o su 30 proc. cukraus — 9,5 (\pm 2,2) mmol/l. Lyginant gliukozės koncentraciją kapiliariniame kraujyje tarp abiejų produktų nustatyta, kad vartojant dražė iš ekstruduočių kukurūzų, dengtų juodoju šokoladu su 30 proc. cukraus, pokytis po 15 min. — 0,6 mmol/l, po 30 min — 0,5 mmol/l, po 60 min. — 1,2 mmol/l, po 90 min. ir 120 min. — 1,0 mmol/l buvo didesnis, nei vartojant dražė iš ekstruduočių kukurūzų, dengtų juodoju šokoladu su 4 proc. cukraus.

Išvados

1. Mokslinės literatūros šaltinių duomenimis ekstruduoti maisto produktai mažina gliukozės koncentraciją kraujyje cukriniu diabetu sergantiems žmonėms.
2. Vartojant dražė iš ekstruduočių kukurūzų, dengtų juodoju šokoladu su 30 proc. cukraus, gliukozės koncentracija kapiliariniame kraujyje praėjus 2 val. nežymiai padidėjo, o vartojant dražė iš ekstruduočių kukurūzų, dengtų juodoju šokoladu su 4 proc. cukraus, gliukozės koncentracija kapiliariniame kraujyje nežymiai sumažėjo, lyginant su gliukozės koncentracija kapiliariniame kraujyje nevalgius.

Literatūra

1. Adnette, F. N., Ulbad, T. P., Magloire, N., Ruffine, F., Kountinhoin, G. B., & Akadiri, Y. (2019). Diabetes mellitus: classification, epidemiology, physiopathology, immunology, risk factors, prevention and nutrition. *International Journal of Advanced Research (IJAR)*, 7(7), 855-863 [žiūrėta 2020-03-21]. doi: 10.21474/IJAR01/ 9433

2. Asif, M. (2014). The prevention and control the type-2 diabetes by changing lifestyle and dietary pattern. *Journal of Education and Health Promotion*, 3, 1-8 [žiūrėta 2020-03-21]. doi: 10.4103/2277-9531.127541
3. Liu, Y., Wang, Q., Li, S., Yue, Y., Ma, Y., & Ren, G. (2018). Convenient food made of extruded adzuki bean attenuates inflammation and improves glycemic control in patients with type 2 diabetes: a randomized controlled trial. *Therapeutics and Clinical Risk Management*, 14, 871-884 [žiūrėta 2020-03-20]. doi: 10.2147/TCRM.S161649
4. Ondo, S. E., & Ryu, G.-H. (2013). Physicochemical and antioxidant properties of extruded cornmeal with natural cocoa powder. *Food Science and Biotechnology*, 22(S1), 167-175, [žiūrėta 2020-03-23]. doi: 10.1007/s10068-013-0063-3
5. Phanindra, P., Poshadri, A., Ramesh, P., & Srinu Naik, S. (2018). Efficacy of therapeutic extruded snack food consumption on glycemic response in type-2 diabetic patients. *International Journal of Scientific & Engineering Research*, 9(5), 1731-1740 [žiūrėta 2020-03-20]. Prieiga per internetą: <https://www.ijser.org/researchpaper/EFFICACYO-F-THERAPEUTIC-EXTRUDED-SNACKFOOD-CONSUMPTION-ON-GLYCEMIC-RESPONSE-IN-TYPE-2-DIABETIC-PATIENTS.pdf>
6. Rudinskienė, E. (2015). Cukrinis diabetas ir angliavandeniai. *Diabetas*, 3(87), 26-29 [žiūrėta 2020-03-22]. Prieiga per internetą: http://www.ndt.lt/wpcontent/uploads/Diabetas2015-3_Visas-g2-GALUTINIS-spaudai.pdf
7. Shah, S. R., Alweis, R., Najim, N. I., Dharani, A. M., Jangda, M. A., Shahid, M., ... Shah, S. A. (2017). Use of dark chocolate for diabetic patients: a review of the literature and current evidence. *Journal of Community Hospital Internal Medicine Perspectives*, 7(4), 2018-221 [žiūrėta 2020-03-24]. doi: 10.1080/20009666.2017.1361293

STUDENTŲ ŽINIOS APIE DILGĖLĖS, GARŠVOS IR KIAULPIENĖS ANTIMIKROBINĮ AKTYVUMĄ

Viktorija Ranonytė

Biomedicinos diagnostikos studijų programa
Kauno kolegija

Darbo vadovė – Žaneta Maželienė

Įvadas

Pastaruoju metu vis daugiau dėmesio skiriama vaistažolėms dėl jose esančių aktyvių komponentų, kurie vartojami gydant įvairias infekcines ligas (Motamedi, Seyyednejad, Bakhtiari ir Vafaei, 2014). Be to, vengiama sintetinių vaistų dėl jų nepageidaujamo šalutinio poveikio. Bakterinių infekcijų galima išvengti jas valdant ir gydant antibiotikais – tačiau dėl netinkamo jų vartojimo arba bakterijų mutacijų išsivysto atsparios bakterijų rūšys, kurios sukelia vis sunkiau pagydomas infekcijas (Stefanović, Radojević, Čomić ir Vasić, 2012). Dėl šių priežasčių atliekama vis daugiau mokslinių tyrimų, norint nustatyti vaistinių augalų antimikrobines ir kitas gydomąsias savybes (Koszegi, Kocsis, Vatai ir Bekassy-Molnar, 2017).

Tyrimo problema: kokios studentų žinios apie didžiosios dilgėlės, paprastosios garšvos ir paprastosios kiaulpienės gydomąsias savybes bei antimikrobinį aktyvumą?

Tikslas: įvertinti studentų žinias apie didžiosios dilgėlės, paprastosios garšvos ir paprastosios kiaulpienės gydomąsias savybes bei antimikrobinį aktyvumą.

Uždaviniai:

1. Parengti mokslinėje literatūroje pateiktų tyrimų analizę apie didžiosios dilgėlės, paprastosios garšvos ir paprastosios kiaulpienės antimikrobinį aktyvumą.
2. Atskleisti studentų žinias apie didžiosios dilgėlės, paprastosios garšvos ir paprastosios kiaulpienės gydomąsias savybes bei antimikrobinį aktyvumą.

Raktiniai žodžiai: vaistažolės, gydomosios savybės, antimikrobinis aktyvumas.

Metodologija

Teorinio tyrimo metu buvo nagrinėjami įvairūs moksliniai šaltiniai ir pateiktos jautriausios mikroorganizmų rūšys didžiosios dilgėlės, paprastosios garšvos ir paprastosios kiaulpienės ekstraktams. Empirinio tyrimo metu taikytas anketinės apklausos metodas, siekiant išanalizuoti respondentų žinias apie nagrinėjamų augalų gydomąsias savybes ir antimikrobinį aktyvumą. Tyrime dalyvavo 222 Biomedicinos diagnostikos, Dietetikos, Ergoterapijos, Farmakotechnikos, Kineziterapijos, Radiologijos studijų programų

studentai. Gauti anketinės apklausos duomenys apdoroti Microsoft Excel (2016) programa.

Rezultatai

Didžioji dilgėlė pasižymi stipriausiu antimikrobinio veikimu prieš *Bacillus cereus*, *Klebsiella pneumoniae*, *Staphylococcus aureus* bakterijų rūšis. Paprastajai garšvai jautriausios *Bacillus subtilis*, *Klebsiella pneumoniae*, *Staphylococcus aureus* bakterijos, o paprastoji kiaulpienė stipriausiai veikia *Enterococcus faecalis*, *Escherichia coli* ir *Staphylococcus aureus* bakterijas (Kriegel, Pawlikowska ir Antolak, 2018; Pannek, Gach, Boratyński ir Olejniczak, 2018; Sohail ir kt., 2014).

Tyrimo rezultatai parodė, jog 48 proc. studentų gydomi šiomis arbatomis. Apie antimikrobines savybes daugiausiai respondentų (32 proc., $p=0,001$) žinojo, jog kiaulpienių lapų arbata veikia burnoje esančias bakterijas, o mažiausiai (28,5 proc.) žinojo, jog visi trys augalai pasižymi fungicidinėmis savybėmis. Apie kitas naudingas šių augalų savybes daugiausiai studentų (49,5 proc., $p=0,001$) žinojo, jog paprastosios kiaulpienės lapų preparatais gydomos odos ligos ir nudegimai, o mažiausias studentų skaičius (25,2 proc.) žinojo apie tai, kad paprastųjų garšvų arbata palengvina cistito simptomus.

Išvados

1. Didžiosios dilgėlės, paprastosios garšvos ir paprastosios kiaulpienės ekstraktams jautriausios *Bacillus*, *Klebsiella* ir *Staphylococcus* genčių bakterijos.
2. Tyrimo metu gauti duomenys rodo, jog trečdalis respondentų žinojo apie šių augalų antimikrobines savybes, o apie kitas gydomąsias savybes žinojo pusė tyrime dalyvavusių studentų.

Literatūra

1. Kőszegi, K., Kocsis, J. M., Vatai, G., & Bekassy-Molnar, E. (2017). Antimicrobial Effects of the Stinging Nettle (*Urtica Dioica* L.). *Analecta Technica Szegedinensia*, 11(2), 10-15. DOI: 10.14232/analecta.2017.2.10-15.
2. Motamedi, H., Seyyednejad, S. M., Bakhtiari, A., & Vafaei, M. (2014). Introducing *Urtica dioica*, a native plant of Khuzestan, as an antibacterial medicinal plant. *Jundishapur journal of natural pharmaceutical products*, 9(4). Prieiga per internetą:

- <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC4302403/>.
3. Stefanović, O., Radojević, I., Vasić, S., & Čomić, L. (2012). Antibacterial activity of naturally occurring compounds from selected plants. *Antimicrobial Agents*, 1-25. Prieiga per internetą: https://cdn.intechopen.com/pdfs/38642/intech-antibacterial_activity_of_naturally_occurring_compounds_from_selected_plants.pdf.
 4. Pannek, J., Gach, J., Boratyński, F., & Olejniczak, T. (2018). Antimicrobial activity of extracts and phthalides occurring in Apiaceae plants. *Phytotherapy Research*, 32(8), 1459-1487. DOI: 10.1002/ptr.6098.
 5. Kregiel, D., Pawlikowska, E., & Antolak, H. (2018). *Urtica* spp.: Ordinary plants with extraordinary properties. *Molecules*, 23(7), 1664. DOI: 10.3390/molecules23071664.
 6. Sohail, M., Iqbal, Z., Afzal, M., Afzal, A., Ur Rahman, I., & Shad, S. (2014). In vitro antibacterial study of *Taraxacum officinale* leaves extracts against different bacterial pathogenic strains. *Journal of Pharmacognosy and Phytochemistry*, 3(2), 15-17.

VISUOMENĖS VAISTINĖSE TEIKIAMŲ PASLAUGŲ PRIEINAMUMAS X MIESTO GYVENTOJAMS SU JUDĖJIMO NEGALIA COVID-19 KARANTINO METU

Ingrida Romaškaitė

*Farmakoteknikos studijų programa
Kauno kolegija*

Darbo vadovė – Regina Motienė

Išvadas

2004 m. gegužės 11 dieną LR seimas priėmė Lietuvos Respublikos neįgaliųjų socialinės integracijos įstatymą⁴⁴. Šiuo įstatymo yra tikimasi užtikrinti lygias neįgaliųjų teises ir galimybes visuomenėje, nustatyti neįgaliųjų integracijos principus, apibūdinti socialinės integracijos sistemą, jos prielaidas bei sąlygas, neįgaliųjų integraciją vydančias institucijas (LR neįgaliųjų socialinės integracijos įstatymas 2004 m. Vilnius)

2020 m. kovo 11 d. PSO paskelbė pasaulyje COVID-19 pandemiją, Lietuvos Vyriausybė 2020 kovo 16 d paskelbė karantiną valstybės mastu (Dėl karantino LR teritorijoje paskelbimo. 2020 m. Vilnius). Žmonės su negalia turi didesnę riziką užsikrėsti COVID-19 dėl kliūčių įgyvendinant pagrindines higienos procedūras, tokias kaip rankų higieną. Dėl socialinio atsiribojimo vykdymo, kai papildoma, kitų žmonių parama, jiems yra būtina, dėl susidariusių klūčių, naudotis sveikatos priežiūros paslaugomis (Dėl Covid-19 ligos (koronaviruso infekcijos) valdymo priemonių vaistinėms. 2020 m. Vilnius).

Tyrimo problema – koks yra visuomenės vaistinėse teikiamų paslaugų prieinamumas X miesto gyventojams su judėjimo negalia Covid-19 karantino metu?

Tyrimo objektas - visuomenės vaistinėse teikiamų paslaugų prieinamumas X miesto gyventojams su judėjimo negalia Covid-19 karantino metu.

Tyrimo tikslas - nustatyti visuomenės vaistinėse teikiamų paslaugų prieinamumą turintiems judėjimo negalia X miesto gyventojams Covid-19 karantino metu.

Tyrimo uždaviniai:

1. Aprašyti visuomenės vaistinėse teikiamų paslaugų svarbą gyventojams, turintiems negalia.
2. Išskirti reglamentuojančių ir karantino metu teikiamų COVID-19 valdymo priemonių teisės aktus.
3. Atskleisti visuomenės vaistinių paslaugų prieinamumą X miesto gyventojams, turintiems judėjimo negalia karantino metu.

Raktiniai žodžiai: visuomenės vaistinė, farmacijos specialistas, judėjimo negalia, farmacinės paslaugos prieinamumas Covid-19 metu.

Metodologija

Mokslinės literatūros analizė, skirta atskleisti visuomenės vaistinėse teikiamų paslaugų prieinamumą gyventojams, turintiems negalia. Stebėjimo metodas skirtas išsiaiškinti visuomenės vaistinių prieinamumą. Stebėjimo metodo duomenų rinkimo instrumentas – anketa. Sudarant anketą buvo suformuluota 32 klausimai. Vertinant visuomenės vaistinių prieinamumą neįgaliesiems, buvo vertinama išorinė ir vidinė vaistinių aplinka, stebima farmacijos specialisto reakcija į pacientą su neįgaliojo vėžimėliu. Tyrimo duomenų analizei atlikti naudoti aprašomosios statistikos metodai. Gauti duomenys apdoroti ir grafinė analizė atlikta naudojant Microsoft Excel programą. Tyrimo duomenys pateikiami ir analizuojami procentine išraiška.

Rezultatai

Atsižvelgiant į surinktus duomenis paaiškėjo, kad 7 proc. aplankytojų visuomenės vaistinių yra neprieinamos judėjimo negalia turintiems gyventojams. Didžiausią aplankytojų vaistinių dalį (79 proc.) sudaro vaistinės, kurios neįgaliesiems prieinamos savarankiškai, o 14 proc. sudaro riboto prieinamumo vaistinės, t. y. žmogus, judantis neįgaliojo vėžimėlyje, į vaistinę gali patekti tik padedamas kito asmens. Didžiausia vaistinių neprieinamumo problema yra pandusų nebuvimas arba netinkamas jų įrengimas. Visi farmacijos specialistai skyrė pakankamai dėmesio, konsultavo apie vaistinius preparatus ir jų vartojimą. Vaistinės yra tinkamai paruoštos norint sumažinti kontaktą tarp paciento ir farmacijos specialisto, taip pat yra sudarytos sąlygos dezinfekcijai ir socialiniam atstumui palaikyti.

Išvados

1. Vaistinėse galima lengvai ir teisingai naudotis viešosiomis sveikatos priežiūros paslaugomis, kurias per dieną aplanko didelė dalis populiacijos. Dėl šios priežasties vaistinėms imasi didesnio vaidmens, skatindami sveikatą ir gerovę tiems, kurie naudojasi jų paslaugomis. Fizinę negalia turintis žmogus turi tokių pačių poreikių, kaip ir sveikas žmogus. Laisvai judėti po miestą, įeiti į viešąsias įstaigas, dalyvauti visuomenės susibūrimuose ar nusipirkti vaistų vaistinėje.
2. Organizuojant gyventojų srautus, atsižvelgiant į vaistinės plotą, siekiant išvengti grūsčių, sudarant

galimybę tinkamai rankų higienai, galėjo kilti sunkumų judėti neįgaliojo vežimėliu. Skatinant gyventojus eilėse prie kasų ar savitarnos kasų laikytis saugaus, ne mažesnio kaip 1 metro atstumo, galėjo kilti kliūčių patogiam judėjimui vaistinėje. Imantis priemonių apsaugant darbuotojus ir pacientus, (įdiegus pertvaras) galėjo kilti sunkumų neįgaliesiems pacientams patogiai bendrauti su farmacijos specialistu.

3. Didžiausia vaistinių neprieinamumo problema yra pandusų nebuvimas arba netinkamas jų įrengimas, taip pat automobilių stovėjimo aikštelių nebuvimas ir ribotos galimybės judėjimo vaistinės viduje. Visi farmacijos specialistai skyrė pakankamai dėmesio, konsultavo apie vaistinius preparatus ir jų

vartojimą. Vaistinės yra tinkamai paruoštos, norint sumažinti kontaktą tarp paciento ir farmacijos specialisto, taip pat yra sudarytos sąlygos dezinfekcijai ir socialiniam atstumui palaikyti.

Literatūra

1. Dėl Covid-19 ligos (koronaviruso infekcijos) valdymo priemonių vaistinėms. 2020 m. Kovo 16 d. Nr. V-378, Vilnius.
2. Dėl karantino Lietuvos Respublikos teritorijoje paskelbimo. 2020 m. Kovo 14 d. Nr. 207, Vilnius.
3. Lietuvos Respublikos neįgalųjų socialinės integracijos įstatymas 2004 m. gegužės 11 d. Nr. IX-2228 Vilnius.

X KOLEGIJOS STUDENTŲ PROFESINIO PERDEGIMO APRAIŠKOS

Dovilė Songailaitė

Socialinio darbo studijų programa
Kauno kolegija

Darbo vadovė – dr. Daiva Bubelienė

Įvadas

Studentų profesinis perdegimas šiandien tampa vis aktualesnis. Didelis mokymosi krūvis, aukšti studijų reikalavimai, studentų motyvacijos stoka, laisvalaikio stoka tampa priežastimis, kad studentai patirtų perdegimo sindromą, kuris įtakoja tokias pasekmes, kaip psichoaktyvių medžiagų vartojimas, savižudybių skaičiaus didėjimas ir pan. (Leskaukas ir kt., 2016). Studentų profesinis (*dar vadinamas akademiniu*) perdegimas tyrinėjamas taikant Schaufeli (2002) tyrimų metodikas, instrumentus. Šio darbo autorė adaptavo mokytojų profesinio perdegimo klausimyną (Bubelienė, Merkys, 2016) studentų profesiniam perdegimui tirti bei nustatyti studentų profesinio perdegimo apraiškas.

Tyrimo problema: kokios yra X kolegijos studentų profesinio perdegimo apraiškos?

Tyrimo tikslas: Nustatyti X kolegijos studentų profesinio perdegimo apraiškas.

Tyrimo uždaviniai:

1. Aptarti profesinio perdegimo prielaidas.
2. Atskleisti X kolegijos studentų profesinio perdegimo apraiškas.

Tyrimo metodai:

1. Mokslinės literatūros analizė.
2. Apklausa raštu.
3. Duomenų statistinė analizė Microsoft Excel 2016 programa.

Raktiniai žodžiai: savijauta, profesinis perdegimas, akademinė aplinka.

Metodologija

Tyrimas buvo atliekamas 2020 metų balandžio – gegužės mėnesiais, taikant *online* apklausą raštu. Tyrimo imtis: 60 X kolegijos studentų. Studentų profesiniam perdegimui matuoti buvo naudoti 45 pirminiai indikatoriai. Taikytas 5-ių pakopų Likert'o tipo atsakymų formatas. Buvo sudarytos 8 poskalės - dvasinis išsekimas; nebepavyksta pailsėti, atgauti jėgas net per ilgesnį laiką; ženkliai kritęs darbingumas, rezultatyvumas; nuolat jaučiu įtampa - namuose, laisvalaikiu; išsekimas; atsiribojimas nuo studijų; kontrolės ir savikontrolės praradimo pojūtis studijose; profesinės savivertės kritimas.

Rezultatai

Mokslinių šaltinių analizė rodo, kad tyrimuose apie studentų perdegimo sindromą ypatingai pabrėžiama akademinės aplinkos poveikis studento psichologinei savijautai. Todėl labai svarbu išsiaiškinti stresorius, kurie kelia studentams stresą, įtampą. Apklausos duomenys rodo, kad pirmiausia profesinis perdegimas veikia studentų psichinę būseną, kas turi įtakos studento psichiniam išsekimui. Atlikus gautų tyrimo duomenų analizę, nustatyta, kad vidutiniškai kas trečias X kolegijos studentas jaučia vidinę psichologinę įtampą. Kas penktas studentas subjektyviai sistemingai jaučiasi prastos dvasinės ir psichosomatinės būklės, kaip profesinio perdegimo sindromą.

Išvados

1. Studentų profesinis perdegimas tampa vis aktualesniu šiandienos mokslo tyrimų objektu įvairiose mokslo srityse.
2. Tyrimo rezultatai rodo, kad studentai jaučiasi prastos dvasinės būklės, jaučia profesinį perdegimą ir psichologinę įtampą. Tai rodo, kad X kolegijoje svarbu palaikyti teigiamą socialinį-psichologinį klimatą, bei teikti psichologinio konsultavimo paslaugas.

Literatūra

1. Bubelienė, D., Merkys, G. (2016). Occupational stress and its impact on teachers' health: survey results. *Sveikatos mokslai// Health sciences in Eastern Europe*. T. 26, Nr. 6, p. 58-64.
2. Leskaukas, D., Lygnugarytė-Grikšienė, A., Jasinskas, N., Masiukienė, A. (2016). Šašajos tarp skubią pagalbą teikiančių darbuotojų sociodemografinių – profesinių charakteristikų, nuostatų savižudybių prevencijos atžvilgiu, psichikos sveikatos, streso įveikos strategijų, perdegimo sindromo, savižudybių intervencijos žinių bei įgūdžių. *Sveikatos mokslai// Health sciences in Eastern Europe*. T. 26, Nr. 1, p. 81-87.
3. Schaufeli, W.B., Martinez, M.B., Pinto, M.A., Salanova, M., Bakker, B.A. (2002). Burnout and Engagement in University Students. *Journal of Cross-Cultural Psychology*; Vol. 33(5), 464-481.

PARUOŠTŲ VALGYMUI SALOTŲ MIKROBINIS UŽTERŠTUMAS

Reda Šatinskaitė

*Biomedicinos diagnostikos studijų programa
Kauno kolegija*

Darbo vadovė - Žaneta Maželienė

Įvadas

Temos aktualumas - maistu plintančios ligos perduodamos per salotas, nes jų pagrindą sudaro šviežios, termiškai neapdorotos daržovės (Younus ir kt., 2020). Pagal PSO kasmet maistu apsinuodija 2 milijardai žmonių (Užkrečiamų ligų ir AIDS centras, 2015).

Tyrimo problema – ar paruoštos valgymui salotos užterštos mikroorganizmais?

Tyrimo tikslas – įvertinti valgymui paruoštų salotų užterštumą mikroorganizmais.

Darbo uždaviniai:

1. Aprašyti mokslinėje ir dalykinėje literatūroje pateiktą informaciją apie mikroorganizmus, randamus salotose.
2. Nustatyti ar paruoštos valgymui salotos užterštos ir kokiais mikroorganizmais.
3. Palyginti valgymui paruoštų salotų mikrobinį užterštumą skirtinguose prekybos centruose.

Raktiniai žodžiai: salotos, E. coli, maistas.

Metodologija

Atliktas kiekybinis mikrobiologinis laboratorinis tyrimas, naudojant maisto standartus. Tiriamos bakterijos pasirinktos pagal Lietuvos Respublikos sveikatos apsaugos ministro įsakymą dėl Lietuvos higienos normos HN 26:2006 „Maisto produktų mikrobiologiniai kriterijai“. Tyrimui surinkti mėginiai homogenizuoti, sumaišyti su gausinamąja terpe, inkubuoti, persėti į mitybinę terpę, vėl inkubuoti ir tuomet vertintas augimas. Iširti 24 paruoštų valgymui salotų mėginiai, iš dviejų X ir Y prekybos centrų. Buvo tirtos *Salmonella* spp., *Esherichia coli* ir *Staphylococcus aureus* bakterijos.

Rezultatai

Ištyrus 24 paruoštų valgymui salotų mėginius nustatyta, kad šeši mėginiai buvo užteršti *Esherichia*

coli bakterija, o kitų ieškotų bakterijų neaptikta. Užterštų mėginių pasiskirstymas – 2 mėginiai X parduotuvėje ir 4 mėginiai Y parduotuvėje. Nustatyta, kad Y parduotuvėje užterštų mėginių skaičius buvo dvigubai didesnis nei X parduotuvėje.

Išvados

1. Išanalizavus teoriją, paaiškėjo, kad ant maisto auga daug įvairių mikroorganizmų, dauguma jų gali sukelti ligas ar net mirtis.
2. Ištyrus paruoštas valgymui salotas, nustatyta, kad ne visi mėginiai užteršti patogeninėmis bakterijomis. Ketvirtadalyje tirtų mėginių aptikta E. coli bakterija.
3. Iš skirtingų prekybos centrų paimtų mėginių užterštumas buvo skirtingas. Prekybos centre Y užterštų mėginių dvigubai daugiau nei X prekybos centre.

Literatūra

1. Younus, I., Sabuj, A. A. M., Haque, Z. F., Sayem, S. M., Majumder, S., Parvin, S., Islam, A. & Saha, S. (2020). Microbial risk assessment of ready-to-eat mixed vegetable salads from different restaurants of Bangladesh Agricultural University campus. *Journal of Advanced Veterinary and Animal Research*, 7(1), 34-41. Doi: 10.5455/javar.2020.g390
2. Užkrečiamų ligų ir AIDS centras. (2015). [žiūrėta 2019 m. gruodžio 19d.]. Prieiga per internetą: <http://www.ulac.lt/lt>
3. Lietuvos Respublikos sveikatos apsaugos ministro įsakyme dėl Lietuvos higienos normos HN 26:2006 „Maisto produktų mikrobiologiniai kriterijai“ patvirtinimo, Nr. V-168 [interaktyvus]. (2006). Vilnius: Lietuvos Respublikos Sveikatos apsaugos ministerija. [žiūrėta 2020 kovo 30d.]. Prieiga per internetą: <https://e-seimas.lrs.lt/portal/legalAct/lt/TAD/TAIS.272707?jfwid=q86m1vqfs>

KAUNO MOKYKLOS – DARŽELIO „RŪTELĖ“ VAIKŲ MAITINIMOSI ĮPROČIŲ NAMUOSE IR MOKYKLOJE TYRIMAS

Simona Ulerytė

*Dietetikos studijų programa
Kauno kolegija*

Darbo vadovė – dr. Rasa Volskienė

Įvadas

Vaikų mitybos įpročiai formuojasi šeimoje, nes vaikų mitybą lemia šeimos mitybos įpročiai. Moksliniai tyrimai rodo, kad vaikystėje susiformavę ir paauglystėje įsitvirtinę mitybos įpročiai lemia suaugusio žmogaus sveikatą ir gyvenimo kokybę. Vaikų sveikos gyvensenos įpročių ugdymas tiek šeimoje, tiek ugdymo įstaigoje – reikšmingas sveikatos tausojimo ir stiprinimo veiksnys, tolimesnio gyvenimo kokybės prielaida (Strukčinskienė, Strazdienė, Griškonis, 2015).

Tyrimo problema – kaip mokyklos-darželio „Rūtelė“ vaikų maitinimasis namuose lemia maitinimąsi mokykloje?

Tyrimo tikslas – įvertinti vaikų, lankančių mokyklą-darželį „Rūtelė“, maitinimosi įpročius namuose ir mokykloje. **Tyrimo uždaviniai:** 1. Atskleisti vaikų, lankančių mokyklą-darželį „Rūtelė“, maitinimosi įpročius. 2. Nustatyti vaikų, maitinimosi įpročių namuose ir mokykloje sąsajas.

Pagrindiniai žodžiai: vaikų maitinimosi įpročiai, maitinimosi rekomendacijos, sveikatai palankus maistas.

Metodologija

Tyrimo metodai. Kiekybinis tyrimo metodas – anketinė tiriamųjų apklausa. Statistinė gautų duomenų analizė „Microsoft Office Excel 2007“ programa.

Tyrimui atlikti sudaryta trišalė bendradarbiavimo sutartis Nr. F23-89. Tyrimas atliktas 2020 m. vasario-kovo mėn. Kauno mokykloje-darželyje „Rūtelė“. Tėvų susirinkimų metu buvo pristatytas atliekamas tyrimas ir išdalinta 130 anoniminių anketų. Iš 130 anoniminių anketų, sugrįžo 120, iš jų visiškai užpildytų buvo 103.

Rezultatai

Anketinėje apklausoje aktyviausios buvo vaikų mamos – 77 proc. respondentų. 20 proc. anketų užpildė vaikų tėvai, 1 proc. – seneliai ir 2 proc. – sesės. Anketinės apklausos duomenimis mokykloje-darželyje „Rūtelė“ pastebėta, jog beveik pusė (46 proc.) vaikų pusryčiams renkasi įvairias košes, tokias kaip manų, grikių, avižų ar kt. Penktadalis (20 proc.) vaikų rytais mėgsta valgyti kiaušinių patiekalus (kiaušinienes, omlėtus), 5 proc. miltinius patiekalus

(blynus, varškėčius). 10 proc. vaikų renkasi sumuštinčius, 9 proc. pusryčiams renkasi saldumynus ir pieno produktų patiekalus renkasi 10 proc. vaikų. Ketvirtadalis vaikų pietums renkasi mėsos kepsnius (23 proc.) ir bulvinius patiekalus (24 proc.). Mažesnę dalis vaikų renkasi troškinius (10 proc.), makaronus (12 proc.), taip pat atsižvelgiant į tai, jog vaikas pietus namuose dažniausiai valgo savaitgaliais ar atostogų metu, pastebėta, jog tėvai leidžia vaikams pietums rinktis picas (14 proc.), pusfabrikačius (7 proc.) bei greitą maistą (10 proc.).

Vakarienei vaikai renkasi dažniausiai troškinius (22 proc.) ir blynus (19 proc.). Taip pat labai tolygiai pasiskirstė tokie patiekalai kaip plovos (12 proc.), įvairūs pusfabrikačiai (12 proc.) ir varškės patiekalai (12 proc.). Beveik penktadalis vaikų vakarienei renkasi makaronus (16 proc.) ir maža dalis vaikų vakarienes metu valgo daržovių salotas (7 proc.).

Taip pat pastebėta stipri teigiama koreliacija ($r = 0,99$) tarp to, kiek vaikai užkandžiauja namuose ir mokykloje. Daugiau nei pusė vaikų užkandžiauja vieną-du kartus (55 proc. – mokykloje ir 56 proc. – namuose) per dieną, taip pat nemaža dalis vaikų užkandžiauja tris-keturis kartus (39 proc. – namuose ir 39 proc. – mokykloje) ir labai maža dalis vaikų visai neužkandžiauja (3 proc. – namuose ir 3 proc. – mokykloje) ar užkandžiauja keturis ir daugiau kartų per dieną (3 proc. – mokykloje ir 2 proc. – namuose). Nustatyta teigiamos sąsajos ($r = 0,94$) tarp to, kiek pagrindinių patiekalų vaikai valgo namuose ir kiek mokykloje. Tiek mokykloje, tiek namuose didžioji dalis vaikų valgo tris kartus per dieną (86 proc. – namuose ir 61 proc. – mokykloje) Pastebėta, jog darbo dienomis, kai vaikai eina į mokyklą, jie dažnai valgo du kartus per dieną (31 proc. – mokykloje ir 14 proc. – namuose), o kad vieną kartą (2 proc. – mokykloje) ar keturis ir daugiau (6 proc. – mokykloje) kartų valgytų atsakė labai maža dalis respondentų.

Atliktame tyrime pastebėta stipri teigiama koreliacija ($r = 0,97$) tarp suvalgomų daržovių porcijų kiekio per dieną namuose ir mokykloje. Didžioji dalis vaikų suvalgo vieną porciją daržovių per dieną (83 proc. – mokykloje ir 58 proc. – namuose). Dvi porcijas daržovių suvalgo 31 proc. vaikų namuose ir 17 proc. – mokykloje ir labai maža dalis vaikų suvalgo tris porcijas daržovių namuose (11 proc.)

Išvados

1. Didesnė dalis mokyklos-darželio „Rūtelė“ vaikų turi tinkamus mitybos įpročius. Pusryčiams dažniausiai vaikai renkasi košes; pietums – bulvinius ir mėsos patiekalus; vakarienei – troškinius. Mokyklos-darželio vaikai vartoja pakankamai skysčių bei daržovių.
2. Nustatyta stipri teigiama koreliacija tarp mokinių maitinimosi įpročių namuose ir mokykloje.

Pastebėta, kad kaip vaikai maitinasi namuose, taip maitinasi ir ugdymo įstaigoje.

Literatūra

1. Strukčinskienė, B., Strazdienė, N., Griškonis, S. (2015). Pradinių klasių mokinių mitybos namuose ir mokykloje ypatumai. Visuomenės sveikata, 5-9 [žiūrėta 2020 m. kovo 1d.]. Prieiga per internetą: <https://sm-hs.eu/wp-content/uploads/2019/03/784-2599-1-PB.pdf>

STUDENTŲ ŽINIOS APIE MEDĖJANČIO IR TIKROJO ALAVIJO ANTIMIKROBINĮ VEIKIMĄ

Agnė Valatkevičiūtė

*Biomedicinos diagnostikos studijų programa
Kauno kolegija*

Darbo vadovė – Žaneta Maželienė

Įvadas

Šiuo metu farmacijos, kosmetikos ir maisto pramonės ieško naujų, natūralių šaltinių, kurie turėtų naudingų savybių organizmui. Vienas iš plačiausiai pramonėje naudojamų vaistinių augalų yra alavijas. Atlikta daugybė tyrimų, įrodančių, kad alavijas turi priešvėžinių, priešuždegiminių, antimikrobinių, antivirusinių ir antioksidantinių savybių, stimuliuoja imuninę sistemą, žaizdų gyjimą, reguliuoja cukraus kiekį kraujyje. Dažniausiai auginamos ir pramonėje naudojamos alavijų rūšys – tikrasis ir medėjantis alavijai (Sánchez-Machado, López-Cervantes, Sendón ir Sanchez-Silva, 2018). Moksliniais tyrimais įrodyta, jog medėjantis alavijas sudėtyje turi daugiau nei du šimtus vertingų medžiagų (Rajeswari ir kt., 2012). Tikrasis alavijas odontologijoje naudojamas atliekant įvairias operacijas, dantų šaknų kanalų gydymui, taip pat kaip sudedamoji dalis dantų geliuose, skalavimo skysčiuose, protezų klijuose dėl alavijo priešuždegiminių ir antimikrobinių savybių. Tikrajame alavijyje esančios antiseptiškai veikiančios medžiagos, tokios kaip lupeolis, karbamido azotas, siera, salicilo ir cinamono rūgštys slopina bakterijų ir virusų augimą (Isadkar, Palaskar, Narang ir Bartake 2018).

Darbo tikslas: Nustatyti studentų žinias apie medėjančio ir tikrojo alavijo antimikrobinį veikimą.

Uždaviniai:

1. Aprašyti mokslinėje ir dalykinėje literatūroje pateiktą informaciją apie medėjančio ir tikrojo alavijų veikliąsias medžiagas ir antimikrobinį veikimą;
2. Nustatyti studentų, studijuojančių burnos higienos, kosmetologijos, farmakoteknikos ir bendrosios praktikos slaugos programose, žinias apie alavijo antimikrobinį veikimą.

Raktiniai žodžiai: alavijas, antimikrobinis veikimas, studentų žinios.

Metodologija

Dalykinės ir mokslinės literatūros analizė apie alavijo biologines ir chemines savybes. Atliktas kiekybinis tyrimas – apklausa raštu. Tyrimas atliktas siekiant nustatyti Kauno kolegijos Medicinos fakulteto burnos higienos, kosmetologijos, farmakoteknikos ir bendrosios praktikos slaugos programų studentų, kurie sutiko atsakyti į apklausą, žinias apie medėjančio ir tikrojo alavijų antimikrobinį veikimą.

Duomenų apdorojimui naudota *Microsoft Excel (2016)* programa.

Rezultatai

Didžioji dalis respondentų (75 proc.) atsakė, kad žino jog alavijas veikia antimikrobiškai, iš visų studentų apie šią savybę daugiausiai žino farmakoteknikos studentai (84 proc.). 65 proc. respondentų alaviją naudoja kasdieninėje rutinoje, iš kurių daugiausiai burnos higienos studentai (71 proc.). Tyrimo rezultatai atskleidė, kad studentai alaviją dažniausiai naudoja odos drėkinimui, odos nudegimų ir spuogų gydymui. Ypatingai geromis žiniomis apie alavijo naudingąsias savybes pasižymėjo farmakoteknikos studentai, 51 proc. žino, kad fenoliniai junginiai mažina riziką susirgti širdies ir kraujagyslių ligomis. Mažiausiai respondentai žino, kad medėjančio alavijo sudėtyje esantys glikoproteinai citotoksiškai veikia vėžines ląsteles, daugiausiai respondentai žino apie alavijo naudojimą aknės ir nudegimų gydymui. Geriausiomis žiniomis apie alavijo antimikrobines savybes pasižymėjo farmakoteknikos studentai. Daugiausiai apie alavijo antimikrobinį veikimą burnos ertmėje žino burnos higienos studentai (t.y. 47 proc.). Mažiausias kiekis (22 proc.) studentų žino, jog alavijas slopina Herpes simplex viruso dauginimąsi ir jog medėjančio alavijo pagrindinė veiklioji medžiaga, pasižyminti stipriu antibakteriniu veikimu, yra antrachinonai.

Išvados

1. Alavijų antimikrobinis veikimas siejamas su jų sudėtinėmis medžiagomis ir jų sinergišku veikimu. Tikrojo alavijo antimikrobinis veikimas daugiausiai siejamas su lupeoliu, salicilo rūgštimi, karbamido azotu, cinamono rūgštimi, fenoliais ir siera, medėjančio – su antrachinonais.
2. Tyrimo rezultatai atskleidė, kad geriausiomis žiniomis apie alavijo antimikrobines ir naudingąsias savybes pasižymėjo farmakoteknikos studentai, mažiausiai žinių apie šias alavijų savybes turi bendrosios praktikos slaugos programos studentai.

Literatūra

1. Isadkar, Y. S., Palaskar, S. J., Narang, B., & Bartake, A. R. (2018). Aloe vera as denture cleanser. *Journal of Dental and Allied Sciences*, 7(1), 23.
2. Rajeswari, R., Umadevi, M., Rahale, C. S., Pushpa, R., Selvavenkadesh, S., Kumar, K. S., & Bhowmik,

D. (2012). Aloe vera: the miracle plant its medicinal and traditional uses in India. *Journal of Pharmacognosy and Phytochemistry*, 1(4), 118-124.3. Pounikar, Yogesh, Jain, Pushpendra, Khurana, Navneet, Omray, L. K., Patil, S., & Gajbhiye, Asmita (2012). Formulation and

characterization of Aloe vera cosmetic herbal hydrogel. *Int J Pharm Pharm Sci*, 4(4), 85-86.
3. Sánchez-Machado, D. I., López-Cervantes, J., Sendón, R., & Sanches-Silva, A. (2017). Aloe vera: Ancient knowledge with new frontiers. *Trends in Food Science & Technology*, 61, 94-102.

SOCIALINIO DARBUOTOJO FORMUOJAMAS ĮVAIZDIS INTERNETINĖJE LIETUVOS ŽINIASKLAIDOJE

Rugilė Veselgaitė

*Socialinio darbo studijų programa
Kauno kolegija*

Darbo vadovė - dr. Daiva Bubelienė

Įvadas

Socialinio darbo profesija Lietuvoje nauja, o jos prigimtis lemia nuolatinę kaitą ir vystymąsi, prisitaikant prie kintančių visuomenės sąlygų. Visuomenė dažnai socialinį darbą apibūdina gan nepalankiai. Didžiausią įtaką visuomenės nuomonės formavimui turi žiniasklaida, kuri socialinio darbo profesiją dažnai vaizduoja pateikiant dvireikšmišką informaciją (Pivorienė ir Večerskytė, 2005). Socialinio darbuotojo įvaizdžio vaizdavimo žiniasklaidoje tyrimų Lietuvoje atlikta keletas (Pivorienė ir Večerskytė, 2005; Varžinskienė, 2008; Vaškūnaitė, 2012).

Tyrimo problema: koks socialinio darbuotojo įvaizdis formuojamas Lietuvos dienraščiuose?

Tyrimo objektas: socialinio darbuotojo formuojamas įvaizdis Lietuvos elektroninėje žiniasklaidoje.

Tyrimo tikslas – atskleisti, kokį socialinio darbuotojo įvaizdį formuoja Lietuvos žiniasklaida.

Tyrimo uždaviniai:

1. Aprašyti socialinio darbuotojo sampratą.
2. Aptarti žiniasklaidos vaidmenį visuomenės gyvenime.
3. Atskleisti socialinio darbuotojo formuojamą įvaizdį Lietuvos internetinėje žiniasklaidoje.

Raktiniai žodžiai: socialinis darbuotojas, įvaizdis, žiniasklaida.

Metodologija

Koks socialinio darbuotojo įvaizdis formuojamas Lietuvos internetinėje spaudoje? Kad būtų gakima atsakyti į šį tyrimo klausimą, analizuota mokslinė literatūra bei teisiniai dokumentai, taip pat pasirinktas *empirinis* tyrimo metodas – turinio (*content*) analizė. Interneto portaluose (“Alfa”; “Delfi”; “Lietuvos rytas” ir kt.) pateiktuose straipsniuose buvo ieškoma žodžių, sąvokų, paveikslų ar nuotraukų, kuriuose minimas socialinis darbuotojas. Analizuoti: 1. straipsnių antraštės; 2. straipsniuose pateikiamos nuotraukos, paveikslai; 3. straipsnio turinys – išskiriant svarbiausias kategorijas, kuriose pasisakoma apie socialinį darbuotoją. Atsitiktinai pasirinkti 23 dienraščių straipsniai. Straipsnių analizė atlikta pasitelkiant kokybiniais tyrimo metodais gautų duomenų analizės įrankiu MAXQDA.

Rezultatai

Atlikto tyrimo metu paaiškėjo, kad socialinis darbuotojas Lietuvos internetinėje žiniasklaidoje vaizduojamas: a) straipsnių antraštėse daugiau vyrauja neigiamos sąvokos („kaltas“; „sunkus“; „pavojingas“), kurios pirmiausia visuomenei siunčia žinutę apie socialinį darbą kaip neigiamą profesiją; b) straipsnių turinyje socialinis darbuotojas vaizduojamas kaip sunkaus, pavojingo bei mažai apmokamo darbo profesionalas. Tačiau yra vienas kitas straipsnis, kurio tikslas socialinį darbuotoją apginti, parodyti kaip profesionalumo reikalaujančią profesiją; c) straipsniuose nuotraukos ir paveikslai daugiausiai vaizduoja prislėgtus, vienišus ar nuliūdusius asmenis, vyrauja šaltos, niūrios spalvos; d) socialinis darbuotojas vaizduojamas dažniau neigiamame nei teigiamame kontekste, tai lemia mažą profesijos patrauklumą.

Išvados

1. Atlikus mokslinės literatūros analizę, matyti, kad socialinio darbo profesija pristatoma bei tyrinėjama kaip jauna bei gan sparčiai besiplėtojanti profesija.
2. Mokslinės literatūros analizė rodo, kad daugelis tyrimų patvirtina žiniasklaidos galią ne tik informuoti visuomenę, bet ir formuoja jos nuomonę, požiūrį į tam tikrus reiškinius.
3. Straipsnių turinio analizės rezultatai parodė, kad žiniasklaidoje yra pateikiama ne itin teigiama bei pozityvi informacija apie socialinio darbo profesiją, tad galimai formuojama neigiama visuomenės nuomonė apie profesijos patrauklumą. Pabrėžiama, kad socialinio darbo profesija sunki, mažai apmokama bei nesaugi profesija.

Literatūra

1. Pivorienė, J., Večerskytė, J. (2005). *Socialinio darbo įvaizdis interneto svetainėse*. Socialinis darbas. Vilnius, Nr. 4(2), psl. 132-141.
2. Varžinskienė, L. (2008). *Socialinio darbo profesijos statuso ypatumai socialinių darbuotojų ir jų partnerių požiūriu*. Socialinis darbas. Vilnius, Nr. 7(1), psl. 100-107.
3. Vaškūnaitė, R. (2012). *Socialinio darbuotojo įvaizdis žiniasklaidoje*. Magistro darbas. Mykolo Romerio universitetas.

MOBILIŪJŲ KOSMETOLOGIJOS PASLAUGŲ POREIKIS GERINANT ĮVAIRIŲ SOCIALINIŲ GRUPIŲ ASMENŲ GYVENIMO KOKYBĘ

Karolina Zakaitė – Juchnevičienė, Monika Bagdonaitė

*Kosmetologijos studijų programa
Kauno kolegija*

Darbo vadovė – Loreta Valatkevičienė

Įvadas

Gerėjant gyvenimo kokybei ir sveikatos priežiūros paslaugoms, ilgėja ir žmonių gyvenimo vidurkis. Ilgesnė gyvenimo trukmė yra didelis pasiekimas, tačiau tai padidina įvairias rizikas, tokias, kaip neįgalumas ir kiti sveikatos aspektai, o tai kelia didesnius reikalavimus paslaugų sektoriui, tarp jų ir grožio paslaugų. Dabartinėje visuomenėje vis labiau yra kreipiamas dėmesys į tokias socialines grupes kaip pagyvenę žmonės ir negalią turintys asmenys. Abi minimos socialinės grupės turėtų gauti visapusiškas paslaugas, kurių jiems reikia gyvenimo kokybės gerinimui, į tai įeina įvairios grožio procedūros, nepaisant jų gyvenimo vietos.

Tyrimo problema:

Koks mobiliųjų kosmetologijos paslaugų poreikis, gerinant įvairių socialinių grupių asmenų gyvenimo kokybę?

Darbo objektas – mobiliųjų kosmetologijos paslaugų poreikis gerinant gyvenimo kokybę įvairių socialinių asmenų grupėse.

Darbo tikslas – atskleisti mobiliųjų kosmetologijos paslaugų poreikį gerinant gyvenimo kokybę įvairiose socialinių asmenų grupėse.

Tyrimo uždaviniai:

1. Apibendrinti gyvenimo kokybės ir socialinių grupių asmenų sampratą, kurioms, teikiant mobiliąsias kosmetologijos paslaugas, gerinama gyvenimo kokybė.
2. Aprašyti mobiliųjų kosmetologijos paslaugų aspektus, kuriais vadovaujantis gerinama įvairių socialinių grupių asmenų gyvenimo kokybė.
3. Nustatyti įvairių socialinių grupių asmenų poreikį mobiliosios kosmetologijos paslaugoms gerinant gyvenimo kokybę.

Raktiniai žodžiai: pagyvenęs asmuo, neįgalumas, gyvenimo kokybė, mobilioji kosmetologija, socialinės grupės.

Metodologija

Profesinės ir mokslinės literatūros analizė, kurios tikslas – aprašyti įvairių socialinių grupių gyvenimo kokybės gerinimą teikiant mobiliosios kosmetologijos paslaugas ir įvairių socialinių grupių gyvenimo kokybės aspektus.

Kokybinis tyrimas – pusiau struktūrinis interviu, kurio tikslas – atskleisti mobiliųjų kosmetologijos paslaugų poreikį gerinant įvairių socialinių grupių asmenų gyvenimo kokybę. Kokybiniai tyrimai yra

aiškinami kaip sistemingi individų grupės ar situacijos tyrimai atliekami natūralioje aplinkoje, siekiant suprasti pagrindines nuomones, priežastis ir motyvus. Jie leidžia suprasti tiriamuosius reiškinius ir pateikti interpretacinį paaiškinimą. Kokybinių tyrimų metodai yra lankstūs, nes dėmesys yra sutelktas ne į matavimus, skaičiavimus, o į interpretaciją, situacijos ir elgesio ryšį (Kardelis, 2002).

Tyrimo organizavimas: tyrimas vykdytas nuo 2020 m. sausio 20 iki kovo 6 d., apklausta 10 respondentų, iš kurių - 5 negalią turintys asmenys ir 5 pagyvenę žmonės. Respondentų vardai buvo pakeisti, taip užtikrinant jų anonimiškumą.

Rezultatai

Fizinis senėjimas siejamas su išoriniais išvaizdos pokyčiais ir su pastangomis jų išvengti, ir fizinių galimybių apiribojimu (Bikmanienė ir kt, 2002). Neįgalumas apibrėžiamas kaip dėl asmens kūno sandaros ir funkcijų sutrikimo bei nepalankių aplinkos veiksnių sąveikos atsiradęs ilgalaikis sveikatos būklės pablogėjimas, dalyvavimo visuomenės gyvenime ir veiklos galimybių sumažėjimas (Ruolytė, 2005).

Gyvenimo kokybės vertinimas amžiui bėgant nuolat kinta, nes kinta ir veiksniai, darantys jai įtaką: sveikatos bei finansinė būklė, statusas, išsilavinimas ir t.t. (Staškutė, 2014). Tačiau nėra vieno bendro gyvenimo kokybės apibrėžimo.

Mobiliosios kosmetologinės paslaugos - tai grožio paslaugos, kurias teikiame nespecializuotose vietose, nepažeidžiant asmens odos ar gleivinės. Šiomis procedūromis stengiamasi pagerinti žmogaus savijautą, nuotaiką, pagerinti išvaizdą jam neišėjus iš namų (Jocienė ir kt., 2010). Kosmetologijos specialistas gali būti apibūdinamas kaip higienos ir dekoratyvinės kosmetikos technologas, grožio terapeutas, kuris, siekdamas pagerinti žmogaus išvaizdą, naudoja įvairias priemones ir būdus (Jocienė ir Ramanauskaitė, 2015).

Tyrimas parodė, kad didesnė dalis pagyvenusių žmonių, gyvenančių senelių namuose, teigia, jog teikiamos mobiliosios paslaugos ženkliai prisideda prie jų gyvenimo kokybės gerinimo, suteikiant galimybę pasigražinti, bendrauti, o tai suteikia prasmę gyvenimui „*Taip, aš visada tų mergaičių taip laikiu, po jų apsilankymo pati pastebiu, kaip likusių dienų šypsaisi. Skambinu savo šeimai ir pasakoju,*

*koks grožio salonas buvo padarytas iš mūsų liūdny palatų. Labai gera savijauta po visko“ (Janina)
„...Juk tu ir gražesnis patampė, ir pabendraves būni. Kas į mus tokius jau senus žiūrės, bet mums irgi norisi gražiai atrodyti, o jūs, mergaitės, labai padedat. Dar man patinka, kai papasakoja kokią priemonę dės, arba kokį šepetėlį naudos, labai smagu ir pasimokai truputį“ (Sigita)*

Tik maža dalis apklaustųjų mano, kad tai nėra taip svarbu „...kas iš to vieno ar dviejų kartų? Nieko.“ (Ieva)

Neįgalūs asmenys taip pat teigia, kad teikiamos mobiliosios kosmetologijos paslaugos prisideda prie jų gyvenimo kokybės gerinimo „Rankų masažas yra nuostabu, galėčiau kiekvieną dieną darytis. Atrodo, net kitaip judėti jos padeda. Tikrai padeda jaustis geriau“ (Diana)

„... smagu tas papildomas dėmesys. O kai sutvarko antakius ir masažą padaro, tai nuostabu. Man, sėdint invalido vėžimėlyje, išvaizda svarbu labai yra.“ (Kristina)

Buvo ir tokių, kurie tokių paslaugų yra neišbandę, tačiau tiki, kad jos gerina gyvenimo kokybę:

„Tokių paslaugų nesu gavusi, bet norėčiau tikėti, kad tikrai geras jausmas“ (Aurelija)

Išvados

1. Socialinė grupė – tai individai, palaikantys sisteminius tarpusavio ryšius. Pagyvenę asmenys yra linkę laikyti save prastesniais už kitus, nes nuvertina save dėl neišvengiamų fiziologinių organizmo pokyčių, o taip yra todėl, kad perima visuomenės nuostatas ir požiūrį į senatvę kaip į bejėgiškumo, beprasmiško buvimo ir pradeda save tapatinti su seno žmogaus vaizdu. Neįgalūs asmenys apibūdinami kaip dėl asmens kūno sandaros ir funkcijų sutrikimo bei nepalankių aplinkos veiksnių sąveikos atsiradęs ilgalaikis sveikatos būklės pablogėjimas, dalyvavimo visuomenės gyvenime ir veiklos galimybių sumažėjimas. Gyvenimo kokybės vertinimas amžiui bėgant nuolat kinta, nes kinta ir veiksniai, darantys jai įtaką: sveikatos bei finansinė būklė, statusas, išsilavinimas ir t.t. Todėl nėra vieno šios sąvokos apibrėžimo.
2. Mobiliosios kosmetologijos paslaugos yra procedūros, atliekamos tam nepritaikytose, nespecializuotose vietose. Kosmetologijos specialistas yra grožio terapeutas, higienos ir dekoratyvinės kosmetikos technologas, kuris, siekdamas pagerinti žmogaus išvaizdą, naudoja įvairias priemones ir būdus tam pasiekti. Mobiliosios kosmetologijos paslaugų teikimo metu galimos tik B kategorijos paslaugos. Kosmetologas privalo mokėti atlikti visas grožio paslaugas. Mobiliosios kosmetologijos paslaugų

vartotojai yra norintys pagerinti savo išvaizdą, negalintys sau leisti dėl gyvenamosios vietos, sveikatos sutrikimų arba neturintys laiko eiti į grožio salonus, įvairių socialinių grupių asmenų atstovai.

3. Atliktas tyrimas parodė, kad mobiliosios kosmetologijos paslaugos yra svarbios ir pageidautinos tiek pagyvenusių žmonių, tiek neįgalųjų asmenų socialinėse grupėse gerinant jų gyvenimo kokybę. Šioms socialinėms grupėms gyvenimo kokybę gerina: mobiliosios kosmetologijos paslaugos, į kurias įeina grožio procedūros, bendravimas ir prisilietimas. Ypatingai svarbi išvaizda, dėl kurios socialinės grupės jaučia diskomfortą. Suteikiamos paslaugos šiems asmenims suteikia fizinius bei emocinius pokyčius, taip jie įgyja daugiau pasitikėjimo savimi, todėl jaučiasi visavertiškesni. Pagyvenę žmonės labiau vertina išorinį grožį, o neįgalieji pageidauja kūno procedūrų. Mobiliosios kosmetologijos paslaugos yra labai reikalingos šioms socialinėms grupėms, todėl, kad gerina gyvenimo kokybę kosmetologiniu, socialiniu, pažintiniu aspektais. Tiek neįgalūs asmenys, tiek pagyvenę žmonės teigia, jog norėtų, kad šios paslaugos būtų suteikiamos dažniau arba nuolat.

Literatūra

1. Bikmanienė, R., Danusevičienė, L., kun. Doc. Dr. Jagelavičius, A., Kimbrienė B., prof. Koskinen, S., prof. Lesauskaitė, V., ... & dr. Žalimienė, L. (2004). Socialinė Gerontologija: Ištakos Ir Perspektyvos: Mokymo Knyga. 2-asis Leid. ed. Kaunas: Vytauto Didžiojo Universiteto Leidykla.
2. Jocienė, J. ir kt. (2010). Projektas „profesijos mokytojų ir dėstytojų technologinių kompetencijų tobulinimo sistemos sukūrimas ir įdiegimas“. Prieiga per internetą: <http://www.pmdtkt.upc.smm.lt/dokumentai/Medziaga/komunaline/mm8/komunaline8medziaga.pdf>
3. Jocienė, J. ir Ramanauskatė, A. (2015). „Grožio terapijos specialistų rengimas Lietuvoje: grožio terapeuto kompetencijų grupė“ Išleista Tiltai.
4. Kardelis, K. (2002). Mokslinių tyrimų metodologija ir metodai. Kaunas: Judex
5. Ruolytė, R. (2005) „Pažink negalią: Praktiniai patarimai negalios etiketo klausimais“
6. Staškutė, I. (2014). „Su sveikata susijusios gyvenimo kokybės samprata, stebėsenos ir vertinimo metodai bei reikšmė sveikatos politikoje.“ Prieiga per internetą: <https://www.mruni.eu/upload/iblock/b0f/SPV-14-1-6-01.pdf>.

PACIENTŲ KOMFORTO VERTINIMAS SLAUGOS IR PALAIKOMOJO GYDYMO ĮSTAIGOSE

Aistė Zybartaitė

*Bendrosios praktikos slaugos studijų programa
Kauno kolegija*

Darbo vadovė – Dalė Smaidžiūnienė

Įvadas

Stebint Lietuvos demografinę situaciją 2009 – 2019 m. šimtui vaikų teko maždaug 131 pagyvenęs žmogus (Lietuvos gyventojai, 2019). Dėl globalizacijos vis daugiau žmonių gyvenimo saulėlydį sutinka slaugos ir palaikomojo gydymo įstaigose. (Smaidžiūnienė, 2008) Ilgalaikės priežiūros įstaigose paprastai gyvena tie žmonės, kurie yra seni ir turi daugybę gretutinių ligų (Sun, 2020). Komfortas - tai subjektyvus, individualus žmogaus poreikis ar pageidaujama būklė (Vaitiekienė, 2018). Komforto supratimas nėra stabilus, jis kinta pagal žmogaus gyvenimo poreikius (Endoflife, 2010). Komfortas - tai labai natūralus poreikis, kuris sieja visas gyvybines veiklas ir yra skirstomas į penkias grupes. Dalis palaikomojo gydymo ir slaugos įstaigų pacientų yra dvasingi, prisitaikę psichologiškai prie savo būklės, nenorėtų gyventi namuose (Pinto, 2017). Norint palaikyti paciento patogumą, reikalinga pagalba: artimųjų, slaugytojų, gydytojų ir kt. (Januškevičiūtė, 2015).

Tyrimo problema – kokia pacientų, besigydančių slaugos ir palaikomojo gydymo įstaigose, komforto raiška? **Tyrimo objektas** – pacientų, besigydančių slaugos ir palaikomojo gydymo įstaigose, komfortas. **Tyrimo tikslas** – įvertinti pacientų komfortą slaugos ir palaikomojo gydymo įstaigose. **Uždaviniai:** 1. Nustatyti pacientų, besigydančių palaikomojo gydymo ir slaugos institucijose, fizinio komforto raišką ir ją lemiančias priežastis. 2. Nustatyti dvasinio, psichologinio, socialinio ir aplinkos komforto raišką.

Raktiniai žodžiai: komfortas, pacientas, slauga

Metodologija

Metodai: buvo atliktas kiekybinis tyrimas bei kokybinis tyrimas. Duomenys buvo rinkti atliekant pusiau struktūrizuotą interviu, kurį atliko studentai šiam tyrimui parengti Kolbio metodu. Paliatyviosios slaugos ciklo metu, studentai apklausė 66 pacientus apie jų patiriamą komfortą. Respondentų atsakymai buvo užrašyti ir pateikti studentų refleksijose. Refleksijų turinys buvo išanalizuotas, komfortas vertintas balais nuo -5 iki 5 bei iš turinio buvo išskirti studentų cituoti autentiški pacientų pasisakymai apie komfortą

Rezultatai

Fizinį komfortą slaugos ir palaikomojo gydymo ligoninėje besigydantys pacientai vertino nuo -1 iki -5 balų. Dažniausios diskomforto priežastys, pacientų nuomone, buvo skausmas ir negalėjimas vaikščioti. Fizinį komfortą beveik du dešimtadaliai (16 proc.) pacientų įvertino teigiamai, bet analogiška dalis jautė -2 balų diskomfortą. Beveik šeši dešimtadaliai (59 proc.) dvasinį, psichologinį, aplinkos ir socialinį – kultūrinį komfortą vertino teigiamai, beveik trečdalis (48 proc.) dvasinį ir psichologinį komfortą įvertino 4 balais.

Išvados

1. Fizinį komfortą slaugos ir palaikomojo gydymo ligoninėje besigydantys pacientai vertino blogiausiai - daugiau nei pusė pažymėjo nuo -1 iki -5 balų, nes jautė skausmą, negalėjo patys vaikščioti.
2. Daugiau negu pusė respondentų dvasinį, psichologinį, aplinkos ir socialinį-kultūrinį komfortą vertino teigiamai, beveik trečdalis dvasinį komfortą įvertino 4 balais. Išanalizavus studentų refleksijų turinį, paaiškėjo, kad didžioji dauguma apklausoje dalyvavusių pacientų yra dvasingi, psichologiškai stabilūs ir teigė, kad nenorėtų gyventi namuose.

Literatūra

1. Endoflife. HelpingWithComfortand Care. (2010). U.S. DepartmentofHealthandHumanServices.[žiūrėta 2020.02.28] Prieiga per internetą: <http://www.hadassah-med.com/media/2023722/EndofLifeHelpingwithComfortCare.pdf>
2. Januškevičiūrė, R., Markevičienė, B., Balčiūnienė, R. (2015). Slaugos diagnozių formulavimo pagrindai. 90 – 95. Kauno kolegija
3. Lietuvos gyventojai (2019 m. eidimas). *Gyventojų senėjimas*. Oficialios statistikos portalas. [žiūrėta: 2020. 03.11]. Prieiga per internetą: <https://osp.stat.gov.lt/lietuvos-gyventojai/lietuvos-gyventojai-2019/salies-gyventojai/gyventoju-senejimas>
4. Miron,L., Grigorescu., A. (2018). *Palliative care for end-of-life stage in oncologic disease*.

Copyright of Oncolog-Hematolog is the property of medicub media.

5. Pinto, S., Caldeira, S. (2017). *A qualitative study about palliative care patients' experiences of comfort: Implications for nursing diagnosis and interventions. Journal of Nursing Education and Practice.*
6. Smidžiūnienė, D. (2008). *Paliatyvioji slauga.* Kaunas.
7. Sun, H., Lee, J., Meyer, B. J., Myers, E. L., Nishikawa, M. S., Tischler, J. L., & Blinderman, C. D. (2020). Characteristics and Palliative Care Needs of COVID-19 Patients Receiving Comfort-Directed Care. *Journal of the American Geriatrics Society.* <https://doi.org/10.1111/jgs.16507>
8. Palliative care. There is relief you need when you're re-experiencing the symptoms of serious illness. (2009). National Institute of Nursing Research [žiūrėta: 2020.02.28] Prieiga per internetą: <http://cancer.ucsf.edu/docs/sms/PalliativeCare.pdf>
9. Vaitiekienė, J. (2018). *Slaugos procesų valdymas ligoninėse.* Klaipėdos universitetinė leidykla.