

KAUNO
KOLEGIJA



MOKSLAS IR STUDIJOS: 2022

Studentų tiriamųjų darbų konferencijos pranešimų santraukų leidinys

2022



Medicinos fakultetas

MOKSLAS IR STUDIJS: 2022

Studentų tiriamųjų darbų konferencijos pranešimų santraukų leidinys

2022 m. gegužės 19 d.
Kaunas

Apsvarstyta Medicinos fakulteto posėdyje 2022 m. birželio 22 d. protokolo Nr. M10-12.

Mokslinis komitetas:

- dr. Lijana Navickienė, MF prodekanė, Burnos sveikatos katedros docentė
- dr. Rasa Tamulienė, Burnos sveikatos katedros docentė
- dr. Rasa Volskienė, Medicinos technologijų ir dietetikos katedros docentė
- dr. Viktorija Piščalkienė, Slaugos katedros docentė
- dr. Laura Žlibinaitė, Reabilitacijos katedros lektorė
- dr. Diana Barragan Ferrer, Kosmetologijos katedros docentė
- dr. Ligita Šilinė, Reabilitacijos katedros lektorė
- dr. Daiva Baltaduonienė, Reabilitacijos katedros lektorė
- dr. Vaidas Jotautis, Slaugos katedros lektorius
- Aurimas Galkontas, Farmakoteknikos katedros vedėjas, lektorius
- Milda Gintilienė, Reabilitacijos katedros vedėja, lektorė
- Kristina Perminaitė, Farmakoteknikos katedros lektorė
- Ilona Venckienė, Socialinio darbo katedros lektorė
- Sergej Sosunkevič, Medicinos technologijų ir dietetikos katedros lektorius.

Santraukos recenzuotos mokslinio komiteto narių.

Sudarė dr. Lijana Navickienė

Maketavo Dalia Kiverienė

Lietuvių kalbą redagavo Giedrutė Grigonienė

TURINYS

Fausta Alčiauskaitė Darbo vadovė – Danguolė Grūnovienė	VAISTINIUS PREPARATUS VARTOJANČIŲ PACIENTŲ, SERGANČIŲ NEURODEGENERACINĖMIS LIGOMIS, ARTIMŲJŲ PATIRTYS	8
Ugnė Andrulytė Darbo vadovė – dr. Diana Barragan Ferrer	VYRŲ NUOMONĖ APIE RIEBIOS VEIDO ODOS KOSMETINĘ PRIEŽIŪRĄ	10
Alma Bieliauskaitė Darbo vadovė – Monika Stančiauskaitė	DVISKIAUČIO GINKMEDŽIO (GINKO BILOBA L.) LAPŲ EKSTRAKTŲ BENDRO FENOLINIŲ JUNGINIŲ KIEKIO IR ANTIOKSIDACINIO AKTYVUMO VERTINIMAS	11
Einaras Chutter Darbo vadovė – Monika Stančiauskaitė	VAISTINĖS MELISOS (MELISSA OFFICINALIS L.) LAPŲ EKSTRAKTŲ BENDRO FENOLINIŲ JUNGINIŲ KIEKIO IR ANTIOKSIDACINIO AKTYVUMO VERTINIMAS	13
Akvilė Čiutaitė Darbo vadovė – Gabrielė Subačė	ERGOTERAPIJOS VEIKSMINGUMAS ASMENŲ SU PSICHIKOS SUTRIKIMAIS MIEGO KOKYBĖS GERINIMUI	15
Snieguolė Čižauskaitė Darbo vadovė – Regina Balčiūnienė	ARTIMŲJŲ VEIKSMŲ IR TAIKOMOS PRIEMONĖS PRIŽIŪRINT ASMENIS, TURINČIUS PRAGULAS	16
Tautvydė Danilčikaitė Darbo vadovė – dr. Ligita Šilinė	ŠACHMATŲ SPORTO ĮTAKA VAIKŲ FIZINEI BŪKLEI IR KOGNITYVINEI FUNKCIJAI	17
Ernesta Dereškevičiūtė Darbo vadovė – dr. Edita Kizevičienė	FARMAKOTECHNIKOS STUDIJŲ PROGRAMOS TEORIJOS IR PRAKTIKOS DERMĖ STUDENTŲ POŽIŪRIU	18
Eglė Domarkaitė Darbo vadovė – Regina Motienė	FARMACIJOS SPECIALISTŲ IR BENDROSIOS PRAKTIKOS GYDYTOJŲ PATIRTYS BENDRADARBIAUJANT DĖL KLAIDINGAI IŠRAŠYTŲ RECEPTŲ	20
Martynas Dveržekas Darbo vadovė – Vida Palaimienė	FARMACIJOS SPECIALISTŲ PATIRIAMA PSICHOLOGINĖ ĮTAMPA VISUOMENĖS VAISTINĖJE	22
Darija Gabrilavičiūtė Darbo vadovė – Evelina Dailidaitė	SAVARANKIŠKAI MAŽINUSIŲ SAVO KŪNO SVORĮ ASMENŲ MAITINIMOSI IR GYVENSENOS YPATUMAI	24
Liveta Girdauskaitė Darbo vadovė – Danguolė Grūnovienė	PACIENTŲ, SERGANČIŲ NEUROLOGINĖMIS LIGOMIS, POŽIŪRIS Į INTERVENCINĖS NEURORADIOLOGIJOS PROCEDŪRAS	26
Gerda Gudliauskaitė Darbo vadovė – dr. Ligita Šilinė	KOMBINUOTŲ JĖGOS IR KOGNITYVINIŲ PRATIMŲ POVEIKIS PREMENOPAUZINIO AMŽIAUS MOTERŲ FIZINIAMS, FUNKCINIAMS RODIKLIAMS IR KOGNITYVINĖMS FUNKCIJOMS	28
Vaida Gusaitė Darbo vadovė – dr. Diana Barragan Ferrer	MOTERŲ, TURINČIŲ PIGMENTACIJOS SUTRIKIMŲ, MASKUOJANČIŲ PRIEMONIŲ NAUDOJIMO ĮPROČIAI	30
Milona Janeikaitė Darbo vadovė – dr. Lijana Navickienė	VEIDO ODOS BŪKLĖS SAŠAJOS SU GYVENSENOS ĮPROČIAIS BEI JOS POKYČIAIS PO X MAISTO PAPILDO VARTOJIMO	32
Simona Jankutė Darbo vadovė – dr. Giedrė Jarienė	ŠUNŲ DNR PROFILIO NUSTATYMAS, NAUDOJANT TRUMPUS PASIKARTOJANČIUS TANDEMUS	34

Austėja Jaraminaitė Darbo vadovė – Regina Motienė	RINKODAROS VEIKSNIAI, LEMIANTYS GYVENTOJŲ VAISTINIŲ PREPARATŲ PASIRINKIMĄ BIRŽŲ MIESTE	36
Viktorija Jarašiūtė, Irmida Čekavičiūtė Darbo vadovė – Dalė Smaidžiūnienė	BŪSIMŲJŲ SLAUGYTOJŲ NUOMONĖ APIE PACIENTŲ KOMFORTO VERTINIMĄ	37
Monika Jurgelevičiūtė Darbo vadovė – Regina Motienė	KELMĖS MIESTO GYVENTOJŲ POŽIŪRIS Į GYVENSENOS ĮPROČIŲ POKYČIUS COVID-19 PANDEMIJOS LAIKOTARPIU	39
Karolina Jutkevičiūtė Darbo vadovė – Sigitą Zlatkuvienė	MOTERŲ NUOMONĖ APIE HIPERHIDROZĘ IR PROBLEMOS MAŽINIMO BŪDUS	40
Agnė Karvelytė Darbo vadovė – dr. Saulė Sipavičienė	PUSIAUSVYROS IR PROPRIOCEPCIJOS LAVINIMO PRATIMŲ POVEIKIS LEDO RITULIO ŽAIDĖJŲ PUSIAUSVYRAI IR KELIO KRYŽMINIŲ RAIŠČIŲ TRAUMŲ PREVENCIJAI	42
Nojus Katkevičius Darbo vadovė – Rima Januškevičiūtė	VISUOMENĖS PASIRENGIMAS TEIKTI PIRMAJĄ MEDICINOS PAGALBĄ TRAUMŲ ATVEJAI	44
Liveta Kimtytė Darbo vadovė – Danguolė Grūnovienė	VAISTINĖS PACIENTŲ NUOMONĖ APIE KOSMETINIŲ PRIEMONIŲ IR MAISTO PAPILDŲ VARTOJIMĄ ODOS PRIEŽIŪRAI	46
Austėja Kinčinėitė Darbo vadovė – dr. Giedrė Jarienė	SEROTONINO POLIMORFIZMO 1A RECEPTORIAUS NUSTATYMAS REALAUS LAIKO POLIMERAZĖS GRANDININE REAKCIJA	48
Žilvinas Kirtiklis, Elena Indrė Katinaitė Darbo vadovė – Dalė Smaidžiūnienė	VAIKŲ SERGANČIŲ ONKOLOGINĖMIS LIGOMIS PALIATYVIOJI PAGALBA	49
Enrika Mačytė Darbo vadovė – Kristina Žalnieraitienė	IKIMOKYKLINIO AMŽIAUS VAIKŲ MAITINIMOSI ĮPROČIAI IR JUOS LEMIANTYS VEIKSNIAI	51
Agnė Maminskaitė Darbo vadovė – Birutė Počekvičiūtė - Tarasovė	„EUROVAISTINĖS“ VAISTINIŲ TINKLO REKLAMOS SOCIALINIULOSE TINKLUOSE POVEIKIS VARTOTOJŲ SUVOKIAMAI EMOCINEI IR FUNKCINEI VERTEI	53
Monika Matukaitytė Darbo vadovė – Vaiva Vaikšnorienė	MAISTO PAPILDŲ X POVEIKIS SENSTANČIOS ODOS DRĖGMEI	55
Monika Mažeikaitė Darbo vadovė – dr. Asta Aleksandravičienė	MIKROORGANIZMAI, ESANTYS SMĖLIO DĖŽĖSE IR ANT SMĖLYJE ESANČIŲ ŽAISLŲ	57
Ingrida Mereškevičiūtė Darbo vadovė – Rima Januškevičiūtė	DIRBANČIŲ SLAUGOS STUDENTŲ PSICHOEMOCINĖS BŪKLĖS POKYČIAI IR SAVIAGALBOS PRIEMONĖS	59
Aringa Mieliauskaitė Darbo vadovė - dr. Diana Barragan Ferrer	MOTERŲ ŽINIOS APIE KONSERVANTŲ POVEIKĮ DEKORATYVINĖJE KOSMETIKOJE	61
Akvilė Mikalauškaitė Darbo vadovė – Žaneta Maželienė	PARKOMATŲ MIKROBINĖS TARŠOS VERTINIMAS	63
Ugnė Misiūnaitė, Skaistė Grybaitė Darbo vadovė – Alina Liepinaitienė	TAI, KO NEIŠMOKOME MOKYKLOJE: KONTRACEPČINĖS PRIEMONĖS, LYTINIAI SANTYKIAI, LYTINIŲ ORGANŲ HIGIENA	64

Erika Mitraitė Darbo vadovas – Aurimas Galkontas	KAUNO KOLEGIJOS MEDICINOS FAKULTETO FARMAKOTECHNIKOS STUDIJŲ PROGRAMOS STUDENTŲ PATIRTIS SKIEPIJANTIS NUO COVID-19 LIGOS	66
Greta Mugulytė Darbo vadovė – Vaiva Kazlauskaitė	INFORMACIJOS APIE BURNOS SVEIKATĄ, SKELBIAMOS NAUJIENŲ PORTALUOSE, ANALIZĖ	68
Monika Muliulytė Darbo vadovė – dr. Asta Aleksandravičienė	DEMODEX SPP. ERKIŲ MORFOLOGINIS IDENTIFIKAVIMAS IR PAPLITIMAS	70
Norberta Mulokaitė Darbo vadovė – Kristina Perminaitė	KAUNO KOLEGIJOS MEDICINOS FAKULTETO STUDENTŲ ELGESYS LAIKANTIS COVID-19 PREVENCIJOS REIKALAVIMŲ	71
Mindaugas Pauliukas Darbo vadovas - dr. Vaidas Jotautis	LYTIŠKAI PLINTANČIŲ LIGŲ PLITIMO INTENSIVUMAS TARP JAUNIMO (13 M. - 23 M.) LIETUVOJE IR ŠVEDIJOJE	73
Neringa Petrovaitė Darbo vadovė - Albina Vaičiulevičienė	DANTŲ PASTŲ SU AKTYVIOMIS DALELĖMIS IR ŽOLELĖMIS ANTIMIKROBINIO POVEIKIO VERTINIMAS	75
Rugilė Purickaitė Darbo vadovė – Kristina Perminaitė	SUMODELIUOTŲ PASTILIŲ SU VAISTINĖS SVILAROŽĖS (ALTHAEA OFFICINALIS L.) EKSTRAKTAIS KOKYBĖS VERTINIMAS	77
Indrė Puzinaitė Darbo vadovė – Kristina Žalnieraitienė	MOKSLEIVIŲ NUOMONĖ APIE MAITINIMO ORGANIZAVIMĄ MOKYKLOSE	79
Gabija Railaitė Darbo vadovė – Daiva Jurkštienė	RŪKYMO ĮPROČIŲ ŠAŠAJOS SU HEMOGLOBINO KIEKIŲ KRAUJYJE	81
Raminta Ruseckaitė, Guoda Šurkutė Darbo vadovė – doc. dr. Rasa Volskienė	KRAUJO GRUPĖS IR SERGAMUMO COVID-19 INFEKCIJA ŠAŠAJOS	82
Rugilė Simanavičiūtė Darbo vadovė – Gabrielė Subačė	NERIMĄ MAŽINANČIŲ MOBILIŲJŲ PROGRAMĖLIŲ IR ERGOTERAPIJOS POVEIKIS ASMENIMS, SERGANTIEMS DEPRESIJA	84
Vidmantė Skarakodaitė Darbo vadovė – Inga Vasilavičiūtė	LAIKINI DANTŲ PROTEZAI, JŲ SVARBA IR ĮVAIROVĖ	86
Mindaugas Skilinskas Darbo vadovė – Giedrė Sasnauskienė	KARIŲ, GRĮŽUSIŲ IŠ KARINĖS MISIJOS, PATIRTYS	88
Gerda Skindaraitė Darbo vadovė – Ieva Prikockytė	LIETUVOJE PARDUODAMŲ RIEŠUTŲ TARŠA PELĖSINIAIS GRYBAIS	89
Samanta Skrodenytė Darbo vadovė – dr. Diana Barragan Ferrer	KOSMETOLOGŲ ŽINIOS APIE KOSMETINĖSE PRIEMONĖSE ESANČIŲ AKTYVIŲJŲ INGREDIENTŲ POVEIKĮ, SIEKiant MAŽINTI HIPERPIGMENTACIJĄ	90
Tautvydė Stankutė Darbo vadovė – Albina Vaičiulevičienė	LIETUVOJE GAMINAMŲ ARBATŲ IR ARBAMOS MIŠINIŲ ANTIMIKROBINIO POVEIKIO VERTINIMAS	92
Eglė Stankūnė Darbo vadovė – dr. Rasa Volskienė	MITYBOS REIKŠMĖ GENŲ RAIŠKAI (MOKSLINIŲ ŠALTINIŲ APŽVALGA)	93

Julija Sukurytė Darbo vadovė – Regina Motienė	REKLAMOS ĮTAKA RENKANTIS NERECEPTINIUS VAISTINIUS PREPARATUS IR VAISTINIŲ PREKES MAŽEIKIŲ MIESTE	95
Goda Šablevičiūtė Darbo vadovė – dr. Daiva Baltaduonienė	ASMENŲ, SERGANČIŲ GUILLAIN-BARRE SINDROMU, VEIKLOS PROBLEMAS	97
Loreta Šetkutė Darbo vadovė – Sigita Zlatkuvienė	MOTERŲ IR KOSMETOLOGŲ POŽIŪRIS Į NATŪRALIŲ AUGALINIŲ ALIEJŲ POVEIKĮ ODAI	98
Juozas Širmenis Darbo vadovės – Vaiva Kazlauskaitė, dr. Laura Žlibinaitė	NETINKAMOS DARBO PADĖTIES IR SUKELTO SKAUSMO ŠĄSAJA	100
Andželika Šuvajeva Darbo vadovė – Evelina Dailidaitė	DARŽOVIŲ IR VAISIŲ VARTOJIMO ĮTAKA VYRESNIO AMŽIAUS ŽMONIŲ SVEIKATOS BŪKLEI	102
Aušrinė Tališauskaitė Darbo vadovė – Kristina Perminaitė	GELIŲ SU PAPRASTOJO PUTINO (VIBURNUM OPULUS L.) UOGŲ EKSTRAKTU KOKYBĖS VERTINIMAS	104
Justė Tarvydaitė Darbo vadovas – Aurimas Galkontas	FARMACIJOS SPECIALISTŲ, DIRBANČIŲ VISUOMENĖS VAISTINĖJE, PERDEGIMO SINDROMAS COVID-19 PANDEMIJOS METU	106
Aistė Tomkevičiūtė Darbo vadovė – Evelina Bredelytė - Gruodienė	MAISTO ALERGENŲ IR MAISTO NETOLERAVIMO DIAGNOSTIKA X LABORATORIJOJE	108
Gabrielė Tukyūtė Darbo vadovė – Romualda Gaurylėnė	FARMACINĖS PASLAUGOS POREIKIS, FORMUOJANT GYVENTOJŲ POŽIŪRĮ Į STRESO VALDYMĄ	110
Sandra Vaskelė Darbo vadovė – dr. Rūta Petereit	MITYBOS NEPAKANKAMUMO NUSTATYMAS, ĮVERTINIMAS IR PROBLEMAS SPRENDIMAS SVEIKATAI PALANKIOS MITYBOS PAGALBA	112
Daina Vieraitytė Darbo vadovė – Kristina Bružė	MOTERŲ NUOMONĖ APIE ODOS SENĖJIMĄ IR PREVENCIJOS PRIEMONES	113
Agnė Viršilaitė, Silvija Skvernevičiūtė Darbo vadovė – Virginija Stankevičiūtė	MOTERŲ, PATYRUSIŲ TARPVIETĖS TRAUMAS, SEKSUALINĖ FUNKCIJA PO GIMDYMO: MOKSLINĖS LITERATŪROS ANALIZĖ	114
Kristina Vyrtosu Darbo vadovė – dr. Ligita Šilinė	VIENKARTINIS PIRTIES POVEIKIS MOTERŲ JUOSMENINĖS DALIES SKAUSMUI IR MOBILUMUI	117
Liucija Vosyliūtė Darbo vadovė – Romualda Gaurylėnė	GYVENTOJŲ POŽIŪRIS Į BIČIŲ PRODUKTŲ VARTOJIMĄ	118
Monika Zadlauskaitė, Edvina Žalytė Darbo vadovė – Dalė Smaidžiūnienė	SLAUGYTOJŲ ŽINIOS APIE PACIENTŲ, KURIEMS TAIKOMAS SPINDULINIS GYDYMAS, SLAUGĄ	119
Monika Žilinskaitė Darbo vadovė – Žaneta Maželienė	BIČIŲ DUONELĖS ANTIMIKROBINIS VEIKIMAS	121
Aistė Žukauskaitė Darbo vadovė – Kristina Žalnieraitienė	ŠEIMOS MAITINIMOSI SAVITUMAI, AUGINANT MAISTUI ALERGIŠKĄ VAIKĄ	123

VAISTINIUS PREPARATUS VARTOJANČIŲ PACIENTŲ, SERGANČIŲ NEURODEGENERACINĖMIS LIGOMIS, ARTIMŲJŲ PATIRTYS

Fausta Alčauskaitė

Farmakotechnikos studijų programa

Kauno kolegija

Darbo vadovė – Danguolė Grūnovienė

Išvadas

Neurodegeneracinės ligos yra nuo amžiaus priklausantys sutrikimai, turintys labai skirtingą patofiziologiją, šių ligų atsiradimas ir mechanizmai nėra aiškūs, dėl to sunku paskirti gydymą. Pasaulio gyventojams vis senėjant, didėja ir šių ligų paplitimas, jos pakenkia atminčiai, pažinimui ir judėjimui. Pasaulio sveikatos organizacija prognozuoja, kad po 20 metų neurodegeneracinės ligos, kurios paveikia motorines funkcijas, aplenks vėžį ir taps antra labiausiai paplitusia mirties priežastimi po širdies ir kraujagyslių ligų (Durães ir kt., 2018). Tyrimu bus siekiama išsiaiškinti vaistinių preparatų vartojimo, sergančiųjų neurodegeneracinėmis ligomis, artimųjų patirtis.

Tyrimo problema – kokios artimųjų patirtys, neurodegeneracine liga sergančiam artimajam vartojant vaistinius preparatus?

Tyrimo tikslas – atskleisti vaistinių preparatų vartojimo, sergant neurodegeneracinėmis ligomis, pacientų artimųjų patirtis.

Tyrimo uždaviniai:

1. Apibrėžti neurodegeneracinių ligų sampratą ir simptomus.
2. Aprašyti vaistų poveikį neurodegeneracinių ligų simptomams mažinti.
3. Nustatyti vaistų vartojimo problemas, patiriamas neurodegeneracinėmis ligomis sergančių pacientų artimųjų.

Reikšminiai žodžiai: vaistinių preparatų vartojimas, neurodegeneracinės ligos, artimųjų patirtys.

Metodologija

1. Mokslinės literatūros analizė, kurios tikslas – apibrėžti neurodegeneracinių ligų sampratą ir simptomus, aprašyti vaistų poveikį neurodegeneracinių ligų simptomams mažinti.

2. Kokybinio tyrimo duomenų rinkimo metodas – individualus neformalizuotas interviu, kurio tikslas – sužinoti patirtis asmenų, slaugančių neurodegeneracinėmis ligomis sergančius artimuosius, vaistų vartojimo problemas.

Tiriamieji. Imties dydžio reikalavimai kokybiniam tyrimui atlikti nėra griežtai nustatomi, todėl numatyta, kad tyrime dalyvaus šeši asmenys, slaugantys neurodegeneracinėmis ligomis sergančius artimuosius. Tikslinė tiriamųjų grupė - pilnamečiai asmenys, kurie yra veiksniūs ir turi visišką apsisprendimo teisę, galintys savanoriškai dalyvauti

tyrime. Tiriamųjų vardai ir pavardės neminimi, kad būtų užtikrintas anonimiškumas.

Rezultatai

Tyrimo dalyvavo 6 informantai, slaugantys neurodegeneracinėmis ligomis sergančius artimuosius. Tyrimo rezultatai rodo, kad informantų artimiesiems, pasireiškus pirmies ligos simptomams, pagalbos priežiūroje ar buityje nereikėjo, jos prireikė tik ligai pažengus ar simptomams sustiprėjus. Informantai teigė, jog dažniausiai, slaugant asmenis, sergančius neurodegeneracinėmis ligomis, patiriamos vaistų vartojimo bei priežiūros problemos. Dažniausia vaistų vartojimo problema, kurią įvardijo informantai, kad vaistus reikia sugirdyti su maistu ar gėrimais, vaistus reikia smulkinti, nes sunkiai nuryja, o maža dalis informantų problemų su vaistų vartojimu nepatyrė. Informantai teigė, jog paskirti vaistai padeda kontroliuoti simptomus, tačiau vien jų nepakanka. Pusė informantų nurodė, kad nepageidaujamo vaistų poveikio nepastebėjo, o kita pusė teigė, kad nepageidaujamas poveikis, pasireiškė miego sutrikimais, galūnių tinimais, haliucinacijomis, galvos skausmu ir kt. Informantų rekomendacijos kitiems asmenims, slaugantiems neurodegeneracinėmis ligomis sergančius artimuosius: fizinis aktyvumas, vaikščiojimas lauke, gryname ore, mankštos, smulkiosios motorikos ir atminties lavinimas. Kita dalis informantų rekomendavo leisti ligoniams patiems daryti lengvus darbus, ir tik kai paprašys pagalbos padėti ir, žinoma, turėti kantrybės.

Apibendrinant galima teigti, jog dažniausiai patiriama problema - vaistų vartojimas. Dažniausiai vaistus reikia sugirdyti su maistu ar gėrimais, juos smulkinti, nes nuryja sunkiai. Vartojant paskirtus vaistinius preparatus pasireiškia nepageidaujamas jų poveikis: miego sutrikimai, galvos skausmas, galūnių tinimas.

Išvados

1. Pasaulio gyventojų populiacijai senstant, daugėja ir neurodegeneracinėmis ligomis sergančių žmonių. Šios ligos, pažeisdamos smegenų nervines ląsteles, sukelia motorinius bei nemotorinius sutrikimus, kurie pasireiškia sulaukus vidutinio amžiaus ar jaunesniems gyventojams. Simptomų atsiradimo priežastys nėra aiškios, gali būti dėl genų mutacijos ar kitų

veiksnių įtakos, todėl sunku būna paskirti gydymą.

2. Vaistiniai preparatai, kurie skiriami neurodegeneracinių ligų gydymui, kontroliuoja tik pasireiškusius ligos simptomus, tačiau pačios ligos negydo. Parkinsono ligai skiriami levodopos ir dekarboksilazės inhibitoriai, monoamino oksidazės B inhibitoriai, benzodiazepinai; Alzheimerio ligai skiriami acetilcholinesterazės inhibitoriai, priešdemenciniai vaistai, o išsėtinės sklerozės ligai – selektyvūs imunosupresantai, imunomodulatoriai.
3. Gauti tyrimo rezultatai atskleidė, kad dažniausia vaistų vartojimo problema yra vaistų kramtymas, sunkiai nuryja, vaistus geria nenoriai, todėl vaistus reikia sugirdyti su maistu ar gėrimais. Vartojant paskirtus vaistinius preparatus, pasireiškia ir nepageidaujamas poveikis: miego sutrikimai, galūnių tinimas, haliucinacijos, orientacijos sutrikimas, raumenų sąstingis.

Literatūra

1. Cruz-Haces, M., Tang, J., Acosta, G., Fernandez, J., and Shi, R. (2017). Pathological correlations between traumatic brain injury and chronic neurodegenerative diseases. *Translational neurodegeneration*, 6(1), 1-10. [Žiūrėta: 2021-12-29].
2. Durães, F., Pinto, M., and Sousa, E. (2018). Old drugs as new treatments for neurodegenerative diseases. *Pharmaceuticals*, 11(2), 44. [Žiūrėta: 2021-12-29]. Internetinė prieiga: <https://doi.org/10.3390/ph11020044>
3. Strafella, C., Caputo, V., Galota, M. R., Zampatti, S., Marella, G., Mauriello, S., ... and Giardina, E. (2018). Application of precision medicine in neurodegenerative diseases. *Frontiers in neurology*, 9, 701. [Žiūrėta: 2021-12-05]. Internetinė prieiga: <https://doi.org/10.3389/fneur.2018.00701>

VYRŲ NUOMONĖ APIE RIEBIOS VEIDO ODOS KOSMETINĘ PRIEŽIŪRĄ

Ugnė Andrulytė

Kosmetologijos studijų programa

Kauno kolegija

Darbo vadovė – dr. Diana Barragan Ferrer

Ivadas

Oda – tai didžiausias žmogaus organas, kuris atlieka tarpininko vaidmenį tarp žmogaus organizmo ir aplinkos. Jis apsaugo nuo ultravioletinės spinduliuotės, užkerta kelią mikroorganizmų įsiskverbimui ir cheminių medžiagų patekimui, kontroliuoja elektrolitų ir vandens prisiskverbimą, dalyvauja termoreguliacijos procese (Dąbrowska ir kt., 2018). Riebi veido oda identifikuojama kaip stora, blizgi, pasižymi didelėmis poromis T zonoje (kakta, nosis, smakras), papildėjusi dėl raginių ląstelių susikaupimo ir ne visada geba sugerti drėgmę (Patricia, 2019). Urbanavičienės (2017) teigimu, vyrų ir moterų oda fiziologiškai skiriasi: vyrų oda yra storesnė, tvirtesnė ir elastingesnė dėl didesnio kolageno ir elastino skaidulų kiekio, vyrų hidrolipidinė plėvelė yra storesnė ir geriau apsaugo odą nuo drėgmės netekimo, vyriški hormonai stipriau stimuliuoja riebalų gamybą, vyrų odos pH yra žemesnis nei moterų, todėl jų oda labiau apsaugota nuo uždegimo.

Problema – kokia vyrų nuomonė apie riebios veido odos kosmetinę priežiūrą?

Objektas – vyrų nuomonė apie riebios veido odos kosmetinę priežiūrą

Tikslas – atskleisti vyrų nuomonę apie riebios veido odos kosmetinę priežiūrą.

Uždaviniai:

1. Aprašyti vyrų riebios veido odos ypatumus ir problemas.
2. Atskleisti riebios vyrų odos priežiūrą.

Reikšminiai žodžiai: riebi oda, priežiūra, vyrai.

Metodologija

Tyrimė taikyta kiekybinė tyrimo strategija. Duomenų rinkimo metodas – internetinė apklausa; duomenų analizės metodas – aprašomosios statistikos skaičiavimai. Tyrimė dalyvavo 103 18-40 m. amžiaus vyrai, turintys riebią odą.

Rezultatai

Gauti rezultatai atskleidė, kad 95 proc. vyrų riebios odos estetinėmis problemomis įvardija bėrimus, dehidrataciją, plaukų įauginėjimą barzdos srityje ir odos jautrumą. Respondentai riebios odos priežiūrai renkasi kosmetiką su aktyviais ingredientais, tokiais kaip: salicilas, cinko oksidas, arbatmedžių aliejus, molis, žaliosios arbatos ekstraktas, niacinamidas,

retinolis, alavijas ir hamamelis. 25 proc. respondentų dažniausiai atliekamos manualinės procedūros, skirtos riebiai odai: klasikinės procedūros, mechaninis veido valymas, cheminiai šveitimai ir drėkinamosios procedūros. Vyrai nesirenka aparatinių metodikų riebios odos priežiūrai. 65 proc. vyrų teigia, kad namuose naudoja tik veido prausiklį riebios odos priežiūrai. Tik nedidelė dalis (3 proc.) respondentų naudoja drėkinamąjį kremą ir serumą kasdien ryte ir vakare. Kosmetikos produktus dažnai įsigyja prekybos centruose, jie neskaito produktų sudėties. Dažniausiai riebios odos problemų sprendimui priemonės nuperka žmona, draugė ar mama.

Išvados

1. Vyrų oda yra storesnė, tvirtesnė ir elastingesnė dėl didesnio kolageno ir elastino skaidulų kiekio; hidrolipidinė plėvelė yra tvirtesnė ir geriau apsaugo odą nuo drėgmės netekimo; vyriški hormonai stipriau stimuliuoja riebalų gamybą; vyrų odos pH yra žemesnis nei moterų, todėl jų oda labiau apsaugota nuo uždegimų; vyrai turi šerinius plaukus veido srityje. Dažniausios estetinės problemos: bėrimo elementai, odos jautrumas, dehidratacija, plaukų įauginėjimas barzdos srityje ir odos senėjimas.
2. Vyrai nepakankamai rūpinasi veido oda, daugumai kosmetinė priežiūra nėra aktuali, o kosmetikos produktus įsigyja didžiuosiuose prekybos centruose. Veido priežiūrai dažniausiai naudoja tik veido prausiklį. Vyrai, kurie lankosi pas kosmetologą, dažniausiai atlieka veido valymo procedūras. Vyrai neskaito produktų sudėties, rinkdamiesi kosmetikos produktus.

Literatūra

1. Dąbrowska A. K., Spano F., Derler S., Adlhart C., Spencer N. D., Rossi R. M. (2018). The relationship between skin function, barrier properties, and body-dependent factors. *Skin Research & Technology*. 24 (2), 165-174
2. Patricia, M. B. G., Campos, M., M. & G. Mercurio. (2019). Use of Advanced Imaging Techniques for the Characterization of Oily Skin. Published online, rev. 47, 777-780.
3. Urbanavičienė, Indrė. (2017). Protingas grožis: švytinčios odos biblija. Kaunas: Obuolys.

DVISKIAUČIO GINKMEDŽIO (GINKO BILOBA L.) LAPŲ EKSTRAKTŲ BENDRO FENOLINIŲ JUNGINIŲ KIEKIO IR ANTIOKSIDACINIO AKTYVUMO VERTINIMAS

Alma Bieliauskaitė

Farmakotechnikos studijų programa

Kauno kolegija

Darbo vadovė – Monika Stančiauskaitė

Išvadas

Du trečdaliai pasaulio augalų rūšių turi gydomąją vertę. Daugelis vaistinių augalų turi didelį antioksidacinį potencialą (Krishnaiah, Sarbatly, & Nithyanandam, 2011). Unikalus XXI amžiaus iššūkiams – nesveikas maistas, gyvenimo būdas, aplinkos veiksniai, ultravioletinė spinduliuotė ir kiti veiksniai yra atsakingi už perteklinę oksidaciją, kuri generuoja laisvuosius radikalus ir sukelia oksidacinį stresą, ląstelių pažeidimus ir galiausiai įvairias lėtines ligas (Islam, Ganesan, & Xu, 2019). Žoliniai produktai sudaro didelę dabartinio susidomėjimo alternatyviais gydymo būdais dalį, o ginkmedis šiuo metu yra labai perspektyvus ir daug žadantis vaistinis augalas (Diamond et al., 2000).

Problema – koks yra bendras fenolinių junginių kiekis ir antioksidacinis aktyvumas dviskiaučio ginkmedžio (Ginkgo biloba L.) lapų ekstraktuose?

Tikslas – palyginti bendrą fenolinių junginių kiekį ir antioksidacinį aktyvumą dviskiaučio ginkmedžio (Ginkgo biloba L.) lapų ekstraktuose.

Uždaviniai:

1. Pagaminti dviskiaučio ginkmedžio (Ginkgo biloba L.) lapų ekstraktus, taikant skirtingas ekstrakcijos sąlygas.
2. Įvertinti bendrą fenolinių junginių kiekį išskirtuose dviskiaučio ginkmedžio (Ginkgo biloba L.) lapų ekstraktuose, taikant spektrofotometrinius metodus.
3. Įvertinti gautą dviskiaučio ginkmedžio (Ginkgo biloba L.) lapų ekstraktų antioksidacinį aktyvumą spektrofotometriiniu metodu, naudojant DPPH reagentą.

Reikšminiai žodžiai: antioksidacinis aktyvumas, dviskiautis ginkmedis, fenoliai, vaistiniai preparatai.

Metodologija

Eksperimentinėje dalyje tyrimui atlikti taikyti metodai yra maceracija ir ekstrakcija ultragarsu. Ekstrakcija atlikta skirtingais laiko intervalais - 15 min, 30 min ir 45 min. Naudoti tirpikliai - išgrynintas vanduo, 70 proc. etanolis (v/v) ir 30 proc. etanolis (v/v). Pagamintuose ekstraktuose bendras fenolinių junginių kiekis nustatytas spektrofotometrijos metodu, naudojant Folin – Ciocalteu reagentą. Antioksidacinis aktyvumas dviskiaučio ginkmedžio lapų ekstraktuose vertintas spektrofotometriškai, naudojant DPPH reagentą.

Rezultatai

Ekstraktai paruošti iš Kauno botanikos sode surinktų ir namų sąlygomis pagal Europos farmakopėjos reikalavimus paruoštų ginkmedžio lapų. Bendras fenolinių junginių kiekis visuose gautuose ekstraktuose vyravo nuo 3,65 mg GRE/ml iki 6,93 mg GRE/ml. Didžiausias bendras fenolinių junginių kiekis gautas vykdant ekstrakciją ultragarsu (6,93 mg GRE/ml), kaip tirpiklį naudojant 70 proc. etanolį (v/v). Mažiausias fenolinių junginių kiekis (3,65 mg GRE/ml) nustatytas ekstrakto, taikant maceraciją, kai kaip ekstrahentas naudotas išgrynintas vanduo.

Visi tirtieji ekstraktai pasižymėjo antioksidaciniu aktyvumu atliekant reakciją su DPPH reagentu. Antioksidacinis aktyvumas pagamintuose ekstraktuose vyravo nuo 6,2 proc. iki 94 proc. Tyrimų metu nustatyta, kad stipriausiu antioksidaciniu aktyvumu pasižymėjo ginkmedžio lapų ekstraktai, kuriuose nustatytas didesnis bendras fenolinių junginių kiekis. Didžiausias antioksidacinis aktyvumas (86,8 proc.) gautas vykdant ekstrakciją 45 min ultragarsu, kai kaip tirpiklis naudotas 70 proc. etanolis (v/v). Mažiausiu antioksidaciniu aktyvumu (6,2 proc.) pasižymėjo vandeninis ekstraktas, gautas maceracijos metodu. Antioksidacinio aktyvumo rezultatai siejasi su ekstrakto kokybe: naudojamu tirpikliu, laiko trukme bei tyrimo atlikimo metodu.

Išvados

1. Pagaminti dviskiaučio ginkmedžio (Ginkgo biloba L.) lapų ekstraktai, taikant maceraciją ir ekstrakciją ultragarsu, naudojant išgryninto vandens, 70 proc. (v/v) ir 30 proc. etanolio (v/v) tirpiklius.
2. Didžiausias bendras fenolinių junginių kiekis išekstrahuotas, kaip tirpiklį naudojant 70 proc. etanolį (v/v) vykdant ekstrakciją ultragarsu 45 min. Mažiausias bendras fenolinių junginių kiekis gautas taikant maceracijos metodą, kaip tirpiklį naudojant išgrynintą vandenį.
3. Visi tirtieji dviskiaučio ginkmedžio lapų ekstraktai pasižymėjo antioksidaciniu aktyvumu. Stipriausiu antioksidaciniu aktyvumu pasižymėjo dviskiaučio ginkmedžio lapų ekstraktas, ekstrahuojant ultragarsu 45 min, kaip ekstrahentą naudojant 70 proc. etanolį (v/v). Silpniausias antioksidacinis aktyvumas nustatytas maceracijos metodu gamintuose ekstraktuose, kai kaip ekstrahentas naudotas išgrynintas vanduo.

Literatūra

1. Diamond, B. J., Shiflett, S. C., Feiwel, N., Matheis, R. J., Noskin, O., Richards, J. A., & Schoenberger, N. E. (2000), p. 668.
2. Islam, T., Ganesan, K., & Xu, B. B. (2019). New insight into mycochemical profiles and antioxidant potential of edible and medicinal mushrooms: A review. *International journal of medicinal mushrooms*, 21(3) p. 237.
3. Krishnaiah, D., Sarbatly, R., & Nithyanandam, R. (2011). A review of the antioxidant potential of medicinal plant species. *Food and bioproducts processing*, 89(3), 217-233.

VAISTINĖS MELISOS (*MELISSA OFFICINALIS L.*) LAPŲ EKSTRAKTŲ BENDRO FENOLINIŲ JUNGINIŲ KIEKIO IR ANTIOKSIDACINIO AKTYVUMO VERTINIMAS

Einaras Chutter

Farmakotechnikos studijų programa

Kauno kolegija

Darbo vadovė – Monika Stančiauskaitė

Ivadas

Pastaraisiais metais visame pasaulyje daugėja žmonių, kurie serga įvairiomis neurologinėmis ligomis, ypač gerai išsivysčiusiose šalyse. Oksidacinis stresas yra tiesiogiai susijęs su neurodegeneracinėmis ligomis. Perteklinė reaktyvių deguonies rūšių gamyba gali sukelti DNR mutacijas ir baltymų bei lipidų oksidaciją, sukeliančią ląstelių senėjimą ir neuronų žūtį. Natūralūs antioksidantai apsaugo žmogaus organizmą nuo laisvųjų radikalų, padeda užkirsti kelią tam tikroms ligoms. Nuo senų laikų gerai žinoma vaistažolė melisa (*Melissa officinalis L.*) yra antioksidantų šaltinis, turintis antioksidacinį poveikį nuo oksidacinio streso (López, ir kt, 2009).

Problema – kaip kinta bendras fenolinių junginių kiekis ir antioksidacinis aktyvumas vaistinės melisos lapų ekstraktuose?

Tikslas – palyginti bendrą fenolinių junginių kiekį ir antioksidacinį aktyvumą vaistinės melisos lapų ekstraktuose.

Uždaviniai.

1. Išskirti vaistinės melisos vandeninius ekstraktus, taikant skirtingas ekstrakcijos sąlygas.
2. Palyginti bendrą fenolinių junginių kiekį išskirtuose vaistinės melisos ekstraktuose, taikant spektrofotometrinius analizės metodus.
3. Įvertinti gautų vaistinės melisos ekstraktų antioksidacinį aktyvumą, naudojant DPPH reagentą.

Reikšminiai žodžiai: antioksidacinis aktyvumas, bendras fenolinių junginių kiekis, ekstraktai, vaistinė melisa.

Metodologija

Tyrimui taikomi metodai: vandeninių ištraukų gamyba ir ultragarsinė ekstrakcija iš vaistinės melisos lapų. Atliekami spektrofotometriniai analizės metodai, norint įvertinti bendrą fenolinių junginių kiekį Folin–Ciocalteu reagentu (Giuffrè, Louadj, Rizzo, Sicari, 2019). Antioksidacinis aktyvumas įvertintas DPPH reagentu in vitro (Purewal, Sandhu, Salar ir Kaur, 2019).

Rezultatai

Didžiausias bendras fenolinių junginių kiekis buvo nustatytas (16,95 mg GRE/ml) taikant ultragarsinę ekstrakciją 60 minučių, kaip tirpiklis naudotas išgrynintas vanduo. Mažiausias bendras fenolinių junginių kiekis buvo nustatytas (6,30 mg GRE/ml)

vandeninėje ištraukoje, ruoštoje 15 minučių intervale, kaip ekstrahentas naudotas verdantis išgrynintas vanduo. Atliktame tyrime pasirinkti vandeniniai PEG 400 tirpikliai reikšmingos teigiamos įtakos ekstrakcijos išėigai nepadarė. 45 minučių ir 60 minučių laiko intervaluose ekstraktų išėiga visuose tirpikliuose buvo panaši. Dėl to galima teigti, kad 45 minučių ekstrahavimo laiko užtenka, norint pasiekti kokybišką fenolinių junginių išėigą. Didžiausias antioksidacinis aktyvumas nustatytas vandeninėje ištraukoje, ruoštoje 60 minučių intervale (75,00 %). Mažiausias antioksidacinis aktyvumas nustatytas ekstrakte, taikant ultragarsą 15 minučių (17,52 %), kaip tirpiklis naudotas vandeninis 10% PEG400. Pagal gautus rezultatus stebima tendencija, kad vandeninės vaistinės melisos lapų ištraukos pasižymėjo geresniu antioksidaciniu aktyvumu, nei vandeniniai ekstraktai, ruošti ultragarsu.

Išvados

1. Ekstrakcijai pasirinkti du skirtingi ekstrahavimo metodai – ekstrakcija ultragarsu ir vandeninių ištraukų gamyba verdančiu išgrynintu vandeniu. Ekstrakcijos trukmė - 15, 30, 45 ir 60 minučių. Ekstrahentais pasirinkta išgrynintas vanduo ir vandeniniai 10% PEG400 ir 20% PEG400 tirpikliai.
2. Didžiausias bendras fenolinių junginių kiekis nustatytas ekstraktuose, pagamintuose taikant ultragarsą 60 minučių, kaip tirpiklis naudojamas išgrynintas vanduo. Mažiausias fenolinių junginių kiekis nustatytas vandeninėje ištraukoje, ruoštoje 15 minučių intervale.
3. Didžiausios antioksidacinio aktyvumo reikšmės nustatytos vandeninėse vaistinės melisos ištraukose 45 ir 60 minučių intervale. Mažiausia antioksidacinio aktyvumo reikšmė buvo nustatyta ekstrakte, taikant ultragarsą 15 minučių intervale, kai ekstrakcijai naudotas vandeninis 10 % PEG400 tirpiklis.

Literatūra

1. Giuffrè, A. M., Louadj, L., Rizzo, P., De Salvo, E., & Sicari, V. (2019). The influence of film and storage on the phenolic and antioxidant properties of red raspberries (*Rubus idaeus L.*) cv. Erika. *Antioxidants*, 8(8), 254. Prieiga per internetą: <https://doi.org/10.3390/antiox8080254>
2. López, V., Martín, S., Gómez-Serranillos, M. P., Carretero, M. E., Jäger, A. K., & Calvo, M. I. (2009). Neuroprotective and neurological

- properties of *Melissa officinalis* L.. *Neurochemical research*, 34(11), 1955-1961. Prieiga per duomenų bazę SpringerLink: <https://link.springer.com>
3. Purewal, S. S., Sandhu, K. S., Salar, R. K., & Kaur, P. (2019). Fermented pearl millet: a product with enhanced bioactive compounds and DNA damage protection activity. *Journal of Food Measurement and Characterization*, 13(2), 1479-1488. Prieiga per duomenų bazę SpringerLink: <https://link.springer.com>

ERGOTERAPIJOS VEIKSMINGUMAS ASMENŲ SU PSICHIKOS SUTRIKIMAIS MIEGO KOKYBĖS GERINIMUI

Akvilė Čiutaitė

Ergoterapijos studijų programa

Kauno kolegija

Darbo vadovė – Gabrielė Subačė

Ivadas

Miegas ir psichinė būklė yra susiję. Patyrus psichinės sveikatos sutrikimus, bet kokie miego pakitimai gali neigiamai paveikti savijautą (Harvardo sveikatos leidyba, 2021). Philips (2019) teigia, jog 62 proc. suaugusių žmonių visame pasaulyje nemiega taip gerai kaip jie norėtų, o 8 iš 10 žmonių pasaulyje norėtų pagerinti savo miego kokybę, bet tik 40 proc. iš jų kreipiasi pagalbos į sveikatos specialistus dėl miego kokybės supratėjimo. Amerikos ergoterapijos asociacija (2017) teigia, jog ergoterapeutai naudoja žinias apie miego fiziologiją, miego sutrikimus ir įrodymais pagrįstą miego skatinimo praktiką, kad įvertintų ir spręstų miego nepakankamumo ar miego sutrikimų pasekmes profesinei veiklai ir gyvenimui. Eris ir Andrew (2018) teigia, kad ergoterapija padeda miego kokybės gerinimui taikant įvairius metodus. Tyrimo problema: ar ergoterapija veiksminga asmenų su psichikos sutrikimais miego kokybės gerinimui? Tyrimo tikslas – nustatyti ergoterapijos veiksmingumą asmenų su psichikos sutrikimais miego kokybės gerinimui.

Uždaviniai:

1. Išskirti asmenų su psichikos sutrikimais miego problemas prieš ergoterapijos užsiėmimus.
2. Įvertinti asmenų su psichikos sutrikimais miego kokybę po ergoterapijos užsiėmimų.

Reikšminiai žodžiai: ergoterapija, psichikos sutrikimai, nuotaikos afektiniai sutrikimai, miego kokybė.

Metodologija

Tyrimui atlikti pasirinkta kiekybinė tyrimo strategija. Taikytas duomenų rinkimo metodas, duomenų rinkimo įrankiai – anketa, ESS ir PMKI testai, kuriais buvo vertinama miego kokybė. Statistinei duomenų analizei buvo naudojamos Microsoft Excel 2010 ir SPSS 24 programos. Tyrime dalyvavo 20 asmenų su psichikos sutrikimais.

Rezultatai

Tyrimo duomenimis, asmenys su psichikos sutrikimais dažniausiai pabudavo nakties metu ar anksti ryte, juos vargino blogi sapnai, negebėjimas užmigti ir mieguistumas dienos metu. Bendra tiriamųjų miego kokybė tyrimo pradžioje buvo prasta – 10,05 ($p < 0,05$) pagal PMKI, o po ergoterapinių užsiėmimų tiriamųjų miego kokybė žymiai pagerėjo – 4,4 ($p < 0,05$) pagal PMKI. Tikslingi ergoterapijos

užsiėmimai ir miego higiena veiksmingai gerino miego kokybę.

Išvados

1. Asmenys su psichikos sutrikimais dažnai pabudavo nakties metu, nesugebėjo greitai užmigti, juos kankino blogi sapnai, dienos metu buvo mieguisti. Bendra tiriamųjų miego kokybė tyrimo pradžioje buvo prasta.
2. Tikslingi ergoterapijos užsiėmimai ir miego higiena veiksmingai gerino tiriamųjų su psichikos sutrikimais miego kokybę

Literatūra

1. Harvard Health Publishing (2021). Sleep and mental health. Prieiga per internetą: [https://www.health.harvard.edu/newsletter_article/sleep-and-mental-health#:~:text=Chronic%20sleep%20problems%20affect%2050,deficit%20hyperactivity%20disorder%20\(ADHD\).](https://www.health.harvard.edu/newsletter_article/sleep-and-mental-health#:~:text=Chronic%20sleep%20problems%20affect%2050,deficit%20hyperactivity%20disorder%20(ADHD).)
2. Philips (2019). Philips global sleep survey shows we want better sleep, but only if it comes easily. Prieiga per internetą: <https://www.philips.com/a-w/about/news/archive/standard/news/press/2019/20190307-philips-global-sleep-survey-shows-we-want-better-sleep-but-only-if-it-comes-easily.html>
3. Eris C. M. Ho ir Andrew M. H. Siu (2018). Occupational Therapy Practice in Sleep Management: A Review of Conceptual Models and Research Evidence. Occupational Therapy International Prieiga per internetą: <https://www.hindawi.com/journals/oti/2018/8637498/>

ARTIMŪJŲ VEIKSMAI IR TAIKOMOS PRIEMONĖS PRIŽIŪRINT ASMENIS, TURINČIUS PRAGULAS

Snieguolė Čižauskaitė

Bendrosios praktikos slaugos studijų programa

Kauno kolegija

Darbo vadovė – Regina Balčiūnienė

Įvadas

Lietuvos sveikatos apsaugos ministerijos duomenimis, 2018 m. 13 proc. asmenų nustatyta nervų sistemos ligos, 4 proc. asmenų nustatyta endokrininės sistemos ligos, 6 proc. asmenų nustatyta traumos ir apsinuodijimai, 17 proc. - jungiamojo audinio ir skeleto-raumenų sistemos ligos. Dėl minėtų ligų asmenims nustatytas 0-55 proc. nedarbingumo lygis, kuris skatina pragulų atsiradimo galimybę. Slaugant pacientą namuose, pragulos yra viena iš pagrindinių problemų, kurių stengiamasi išvengti (Yadav, Kaushal, 2020). Artimųjų veiksmai užkerta kelią naujų pragulų atsiradimui ir padeda pragulų gydymo procese (Asman, Asman, 2021). Tyrimo problema – kokie artimųjų veiksmai ir taikomos priemonės prižiūrint asmenis, turinčius pragulų? Tyrimo tikslas – įvertinti artimųjų veiksmus ir taikomas priemones, prižiūrint asmenis, turinčius pragulų. Tyrimo uždaviniai:

1. Atskleisti pragulų profilaktikai ir gydymui naudojamas pagalbinės priemonės.
2. Atskleisti dažniausiai kylančias problemas artimiesiems prižiūrint asmenis, turinčius pragulų.

Reikšminiai žodžiai: artimųjų veiksmai, pragulos, priemonės.

Metodologija

Tyrimo tipas – kiekybinis. Tyrimui atlikti naudojama internetinė anketa. Duomenų analizavimui naudota MS Excel programa. Tiriamieji – artimieji, slaugantys asmenis, turinčius pragulų. Tyrime dalyvavo 23 asmenys.

Tyrimo rezultatai

Pragulos klinikiniu požiūriu vertinamos pagal aplinkinių audinių būklę, bendrą kūno temperatūrą, žaizdos ilgį, plotį ir gylį, infekcijos požymių atsiradimą. Vienas iš efektyviausių pragulų sukeliama skausmo malšinimo būdų – tinkamos

padėties parinkimas. Dažniausiai respondentai pragulų profilaktikai naudojo prausimosi priemones lengvai pažeidžiamai odai (69,6 proc.), funkcinę lovą (65,2 proc.), orui laidaus audinio drabužius ir patalynę (60,9 proc.) Vidutiniškai slaugomų asmenų kūno padėtis keičiama kas 1,5-2 val. Respondentai visavertei mitybai užtikrinti vartoja vaisius (52,2 proc.), daržoves (82,6 proc.), grūdinius produktus (69,6 proc.), pieno produktus (47,8 proc.) ir apie 1,5 l skysčių per parą (47,8 proc.). Respondentų teigimu, slaugant asmenis namuose, dažniausiai iškylančios problemos yra nuovargis (78,3 proc.), dažna nuotaikų kaita (56,5 proc.), emocinis išsekimas (69,6 proc.).

Išvados

1. Dauguma respondentų pragulų profilaktikai naudojo asmens higienos priemones, pagalbinės priemonės, stengėsi palaikyti subalansuotą mitybą. Dažniausiai naudojamos gydymo priemonės - žaizdos perrišimas su antiseptiniais tirpalais, reguliarus vartymas.
2. Išanalizavus tyrimo duomenis, nustatyta, kad artimiesiems, kurie prižiūri asmenis, turinčius pragulų, iškyla psichosocialinių ir fiziologinių problemų.

Literatūra

1. Asman, A., & Asman, A. A. (2021). Relationship Of Family Knowledge About Prevention Of Decubitus With The Event Of Decubitus In Patients Total Care In The Neurology Room Of Pariaman Hospital RSUD. *Journal Scientific Of Mandalika (JSM)* e-ISSN 2745-5955, 2(7 Juli), 305-311.
2. Yadav, A., & Kaushal, R. (2020). Bedsore is a curse in disguise: capturing the zeitgeist. *International Surgery Journal*. 7(4), 1229-1233.

Tautvydė Danilčikaitė

Kineziterapijos studijų programa

Kauno kolegija

Darbo vadovė – dr. Ligita Šilinė

Įvadas

Šachmatai į ugdymo procesą įvairiomis formomis integruojami daugelyje pasaulio šalių (Sala ir Gobet, 2016). Daugiausiai naudos šachmatai duoda 6–8 metų vaikams. Atlikti įvairūs tyrimai rodo, kad šachmatų mokymasis ir akademiniai pasiekimai susiję, pagerėja mokinių kognityviniai ir socialiniai įgūdžiai (Stegariu ir kt., 2022; Grau-Pérez ir Moreira, 2017), tačiau nėra įvertinta, kaip šachmatai veikia vaikų fizinę būklę.

Problema – kokia šachmatų sporto įtaka vaikų fizinei būklei ir kognityvinei funkcijai?

Objektas – šachmatų sporto įtaka vaikų, užsiimančių šachmatų sportu, fizinei būklei ir kognityvinei funkcijai.

Tikslas – nustatyti šachmatų sporto įtaką vaikų fizinei būklei ir kognityvinei funkcijai.

Uždaviniai:

1. Įvertinti vaikų, užsiimančių šachmatų sportu, fizinę būklę;
2. Nustatyti vaikų, užsiimančių šachmatų sportu, kognityvines funkcijas;
3. Palyginti vaikų, užsiimančių ir neužsiimančių šachmatų sportu, fizinę būklę bei kognityvines funkcijas.

Reikšminiai žodžiai: fizinė būklė, kognityvinė funkcija, šachmatai.

Metodologija

Tyrime taikyta kiekybinė tyrimo strategija. Duomenų rinkimo metodas – testavimas; duomenų analizės metodas – aprašomosios statistikos skaičiavimai: vidurkiai ir standartiniai nuokrypiai. Tyrime dalyvavo 13 8 metų vaikų: tiriamoji grupė – 7 vaikai, užsiimančios šachmatų sportu, 5 iš jų sportuojantys aktyviai, 2 nesportuojantys aktyviai ir kontrolinė grupė – 6 vaikai, neužsiimančios šachmatų sportu, bet sportuojantys aktyviai.

Tyrimo instrumentai: pasilenkimo pirmyn testas – lankstumo vertinimui; bėgimas šaudykle 10 x 5 m – vikrumo vertinimui; dinamometras – rankos griebimo jėgai; kelio paieškos testas – kognityvinių funkcijų vertinimui. Testo A dalis vertina vizualinius gebėjimus, B dalis – protinį lankstumą, B ir A santykis – dėmesį.

Rezultatai

Įvertinus lankstumą, tiriamojoje grupėje 4 iš 7 vaikų pasiekė grindis pirštais arba delnais, nepasiektas atstumas $6,7 \pm 8,9$ cm, kontrolinėje grupėje 4 iš 6 vaikų pasiekė grindis, nepasiektas atstumas $2,8 \pm 4,92$ cm. Vikrumas tiriamojoje grupėje $31,0 \pm 4,4$ s, kontrolinėje grupėje – $26,2 \pm 2,4$ s. Tiriamojoje grupėje dešinės rankos griebimo jėga $27,4 \pm 3,8$ kg, kontrolinėje grupėje – $29,5 \pm 3,1$ kg. Kairės rankos tiriamosios grupės jėga $22,4 \pm 7,0$ kg, kontrolinės grupės – $24,0 \pm 3,5$ kg. „Kelio paieškos“ testo A dalies atlikimo laikas tiriamosios grupės $51,3 \pm 9,2$ s, kontrolinės grupės – $60,8 \pm 5,6$ s. B dalies atlikimo laikas tiriamosios grupės $100,3 \pm 15,9$ s, kontrolinės grupės – $118,3 \pm 12,7$ s. Dėmesys tiriamojoje ir kontrolinėje grupėje geras (≤ 2) atitinkamai yra $1,9 \pm 0,2$ ir $2,0 \pm 0,3$.

Išvados

1. Šachmatų sportu užsiimančių vaikų yra sumažėjęs vikrumas ir lankstumas, rankų griebimo jėga atitinka amžių.
2. Šachmatų sportu užsiimančių vaikų dėmesys yra geras.
3. Šachmatų sportu užsiimančių vaikų fizinė būklė yra prastesnė nei neužsiimančių. Kognityvinės funkcijos tarp grupių skiriasi nežymiai.

Literatūra

1. Stegariu, V. I., Abalasei, B. A., Stoica, M. (2022). A Study on the Correlation between Intelligence and Body Schema in Children Who Practice Chess at School. *Children* 9, 477. Prieiga per internetą: <https://doi.org/10.3390/children9040477>.
2. Grau-Pérez, G., Moreira, K. (2017). A Study of the Influence of Chess on the Executive Functions in School – Aged Children. *Studies in Psychology*, 38, 2, 473-494.
3. Sala, G., Gobet, F. (2016). Do the Benefits of Chess Instruction Transfer to Academic and Cognitive Skills? A Meta – Analysis. *Educational Research Review*, 18, 46 – 57.

FARMAKOTECHNIKOS STUDIJŲ PROGRAMOS TEORIJOS IR PRAKTIKOS DERMĖ STUDENTŲ POŽIŪRIU

Ernesta Dereškevičiūtė

Farmakoteknikos studijų programa

Kauno kolegija

Darbo vadovė – dr. Edita Kizevičienė

Įvadas

Didėjantis farmakotekniko vaidmuo sveikatinimo veikloje visame pasaulyje (Gadd ir kt., 2022) kelia didelių iššūkių specialistus rengiančioms institucijoms parengti kompetencijomis grįstas studijų programas, kuriose teorinis ir praktinis mokymas, kaip vientiso proceso komponentai, įgalina studentus konkrečiose darbo situacijose pritaikyti įgytas teorines žinias ir praktinius gebėjimus, reikalingus tolimesnei profesinei veiklai (Koehler, Brown, 2017). Mokslinėje literatūroje profesinės veiklos praktika studijų procese analizuojama kaip veikla ir kaip santykis galimame profesiniame lauke, be to, per konkrečią praktinę veiklą realu patikrinti, kaip pasiekti studijų rezultatai, įvertinti studijų kokybę (Zubrickienė ir Adomaitienė, 2013).

Probleminis klausimas – koks studentų požiūris į farmakoteknikos studijų programos teorijos ir praktikos integralumą?

Objektas – farmakoteknikos studijų programos teorijos ir praktikos dermė studentų požiūriu.

Tikslas – atskleisti farmakoteknikos studijų programos studentų požiūrį į teorinių ir praktinių žinių bei gebėjimų taikymą profesinės veiklos praktikų metu.

Uždaviniai:

1. Išnagrinėti farmakoteknikos studijų programos teorijos ir praktikos dermę.
2. Apibendrinti vaistininko padėjėjo (farmakotekniko) veiklas vaistinėje.
3. Nustatyti farmakoteknikos studijų programos studentų patirtį, taikant įgytas

žinias ir gebėjimus profesinės veiklos praktikų metu.

Reikšminiai žodžiai: farmakoteknika, studijų programa, teorijos ir praktikos dermė.

Metodologija

Duomenų rinkimo metodas – pusiau struktūruotas interviu. Duomenų analizės metodas – turinio (content) analizė. Tyrime dalyvavo 21 Kauno kolegijos Medicinos fakulteto farmakoteknikos studijų programos trečio kurso studentas.

Rezultatai

Teorija ir praktika yra viena nuo kitos neatsiejamas dalys ir abi vienodai svarbios studijų proceso metu. Atlikdami praktiką, studentai pritaiko žinias, kurias įgijo teorijos mokymų metu. Studentams atliekant praktikas vaistinėse, sudaromos sąlygos pritaikyti

tam tikrose darbo situacijose įgytas teorines ir praktines žinias ir dar labiau pagilinti savo gebėjimus ir patirtį priimant sprendimus. Farmakoteknikos studijų programa rengia farmacijos specialistą, kuris vykdys praktinę farmacinę veiklą įvairiose sveikatinimo srityse, taikys naujausias technologijas profesinės veiklos sąlygomis vaistinėse, pramoninėse vaistų gamyklose, vaistų didmeninio platinimo vaistinėse ir kitose įmonėse, kurios vykdo farmacinę veiklą, parengs farmacijos specialistą, teikiantį farmacinę paslaugą vaistinėse, bendradarbiaujantį ir bendraujantį su skirtingo profilio žmonėmis esančioje komandoje.

Vaistinininkų padėjėjų (farmakoteknikų) pareigos yra pasidalijusios su vaistinininkų pareigomis, kiekvienas farmacijos specialistas atlieka savaip svarbų vaidmenį farmacijos srityje. Vaistinininkų padėjėjų (farmakoteknikų) didesnis indėlis negu vaistinininkų parduodant, tvarkant ir išdėstant vaistinių prekes vaistinėje ir savitarnos skyriuose, o vaistininko – išduodant receptinius vaistinius preparatus, aiškinant vaistų laikymo sąlygas ir paaiškinant, kaip vartoti vaistus.

Didžiausia dalis Kauno kolegijos farmakoteknikos programos trečio kurso studentų šias studijas pasirinko dėl noro įgyti aukštojo mokslo diplomą. Farmakoteknikos studentų požiūriu, studijų metu įgyjamos teorinės žinios ir praktiniai gebėjimai dera su profesinės veiklos praktikų metu atliekamomis veiklomis. Studentai mano, jog yra „visiškai pasiruošę“ arba „vidutiniškai pasiruošę“ profesinei veiklai visuomenės vaistinėse, atkreipia dėmesį, jog praktikos metu trūko farmakognozijos, farmakologinių žinių apie vaistinius preparatus bei vaistinius augalinius preparatus. Studentai teigia, jog „reikėtų daugiau žinių apie nereceptinius akims skirtus preparatus, daugiau žinių apie odos problemas, joms skirtus preparatus“, „paprasciausių gyvenimiškų pamokų, kaip bendrauti su skirtingo charakterio žmonėmis“, „tinkamos elgsenos bendraujant su klientais-pacientais“. Respondentai pažymi, jog „nesimokėme konkrečių vaistinių preparatų, kuriuos galėtume paskirti pacientams tam tikromis situacijomis“, reikia daugiau žinių apie firminius vaistų pavadinimus pagal veikliašias medžiagas“, „kad ir nemažai teko spręsti situacijų, bet trūko daugiau situacijų su nereceptiniais preparatais, trūko žinių ir mokymų apie maisto papildus, jų derinimą ir kada kokius rekomenduoti“, „labiau reikėtų gilintis į farmakologijos mokslą, tikrai

galėtų skirti daugiau kreditų, nors, kad ir kaip sunku atrodo, bet žinių trūksta”.

Išvados

1. Farmakoteknikos studijų programoje teorijos ir praktikos žinios yra neatsiejamos viena nuo kitos, šios žinios viena kitą papildo ir yra svarbios studijų proceso metu. Teorines žinias ir praktinius gebėjimus, kuriuos įgijo studijų metu, studentai pritaiko atlikdami praktiką. Farmakoteknikos studijų programa rengia farmacijos specialistą, kuris vykdys praktinę farmacinę veiklą įvairiose sveikatinimo srityse, taikys naujausias technologijas profesinės veiklos sąlygomis vaistinėse, pramoninėse vaistų gamyklose, vaistų didmeninio platinimo vaistinėse ir kitose įmonėse, kurios vykdo farmacinę veiklą, parengs farmacijos specialistą, teikiantį farmacinę paslaugą vaistinėse, bendradarbiaujantį ir bendraujantį su skirtingo profilio žmonėmis esančioje komandoje.
2. Farmakoteknikai Lietuvos visuomenės vaistinėse, kontroliuojant vaistininkui, parduoda vaistinius preparatus, teikia farmacinę paslaugą gyventojams: tikrina gydytojo recepto išrašymo teisingumą, parenka receptinį vaistą, konsultuoja gyventojus, parenka nereceptinius vaistus ir vaistinių prekes, teikia informaciją apie vaistus, jų teisingą vartojimą, gamina ekstemporalius vaistinius preparatus, priima prekes iš tiekėjų, paruošia jas pardavimui.

3. Tyrimu nustatyta, jog didžioji farmakoteknikos studijų programos studentų dalis mano, kad nepakako laiko farmakologijos, farmakognozijos žinioms įsisavinti. Gauti tyrimo rezultatai rodo, kad taikant įgytas žinias ir gebėjimus realioje darbo vietoje, profesinės veiklos praktikų metu, jaučiamos teorijos apie vaistinius preparatus spragos. Būsimieji vaistininko padėjėjai (farmakoteknikai), teigia, jog yra visiškai arba vidutiniškai pasirengę profesinei veiklai realioje darbo vietoje – vaistinėje.

Literatūra

1. Gadd, S., Lopez III, C. E., Nelson, C. A., Le, T. Q., Valle-Oseguera, C. S., Cox, N., ... & Turner, K. (2022). Identifying key roles of the pharmacy technician in primary care settings. *American Journal of Health-System Pharmacy*, 79(6), 460-466.
2. Koehler, T., & Brown, A. (2017). A global picture of pharmacy technician and other pharmacy support workforce cadres. *Research in Social and Administrative Pharmacy*, 13(2), 271-279.
3. Zubrickienė, I., & Adomaitienė, J. (2013). Teorijos ir praktikos integralumas studentų patirties ir vertinimo požiūriu. *Andragogika*, (1), 11-27.

FARMACIJOS SPECIALISTŲ IR BENDROSIOS PRAKTIKOS GYDYTOJŲ PATIRTIS BENDRADARBIAUJANT DĖL KLAIDINGAI IŠRAŠYTŲ RECEPTŲ

Eglė Domarkaitė

Farmakotechnikos studijų programa

Kauno kolegija

Darbo vadovė – Regina Motienė

Išvadas

Farmacijos specialisto vaidmuo ir atsakomybės per pastaruosius dešimtmečius labai pasikeitė, nuo tradicinio vaistų išdavimo perėjo prie šiuolaikinio tiesioginio pacientų konsultavimo. Norėdami veiksmingai prisidėti prie pacientų priežiūros, farmacijos specialistai turi tiesiogiai bendradarbiauti su kitais sveikatos priežiūros specialistais, kad sukurtų, įgyvendintų ir stebėtų gydymo planą (Katoue, Awad, Al-Jarallah, Al-Ozairi, Schwinghammer, 2017). Su vaistais susijusios klaidos dažniausiai pasitaiko recepto išrašymo ar išdavimo etapuose. Šios klaidos sudaro beveik 50 % gydymo klaidų. Duomenys rodo, kad farmacijos specialistai nustato nuo 30 % iki 70 % vaistų išrašymo klaidų. Akivaizdu, kad vaistų vartojimo klaidos yra plačiai paplitusi problema, tačiau daugeliu atveju klaidų galima išvengti (Tariq, Vashisht, Sinha, Scherbak, 2020).

Tyrimo problema – kokios farmacijos specialistų ir bendrosios praktikos gydytojų patirtis bendradarbiaujant dėl klaidingai išrašytų receptų?

Tyrimo tikslas – atskleisti farmacijos specialistų ir bendrosios praktikos gydytojų patirtį dėl klaidingai išrašytų receptų.

Uždaviniai:

1. Teoriškai pagrįsti farmacijos specialisto ir gydytojo bendradarbiavimo svarbą.
2. Identifikuoti veiksnius, turinčius įtakos farmacijos specialistų ir gydytojo bendradarbiavimui.
3. Nustatyti farmacijos specialistų ir bendrosios praktikos gydytojų priežastis bendradarbiaujant dėl klaidingai išrašytų receptų.

Reikšminiai žodžiai: farmacijos specialistas, gydytojas, bendradarbiavimas, receptas.

Metodologija

Atlikta mokslinės literatūros analizė, išanalizuoti Lietuvos teisės aktai, Lietuvos ir užsienio šalių tyrimai. Mokslinės literatūros tikslas – atskleisti farmacijos specialisto ir bendrosios praktikos gydytojo bendradarbiavimo svarbą ir identifikuoti bendradarbiavimo kliūtis bei jų sprendimo būdus.

Empirinio tyrimo metu taikytas kokybinis tyrimo metodas – interviu. Buvo sudarytas interviu planas, suformuluotas klausimynas, kuris buvo pateiktas farmacijos specialistams ir bendrosios praktikos gydytojams.

Interviu metu buvo apklaustos dvi tiriamųjų grupės: farmacijos specialistai ir bendrosios praktikos gydytojai. Apklaustųjų duomenys identifikuojami kodais dėl anonimiškumo, o rezultatai pateikiami lentelėse.

Rezultatai

Respondentų atsakymai rodo, kad atsiradus e. sistemai ir pradėjus ją plačiai naudoti, bendradarbiavimas sumažėjo, kadangi anksčiau pagrindinės problemos kildavo dėl nesuprantamo rašto FS – 1 „<...> Anksčiau, kai visi receptai buvo rašomi popieriniai, bendrauti teko dažniau, kadangi receptai sunkiai įskaitomi, todėl tekdavo paskambinti ir pasitikslinti <...>“. Gydytojai pripažįsta, kad tarpusavio bendradarbiavimas yra labai svarbus nustatant tinkamą vaistų sąveiką, įvertinant nepageidaujamus reiškinius, susijusius su vaistų terapija. Taip pat, jų nuomone, farmacijos specialistai yra svarbus šaltinis norint gauti naujausią informaciją apie vaistus (Amin, McKeirnan, 2022)). G – 2 „<...> klysti yra žmogiška, o klaidų darome visi, svarbu, kad jas pastebi ir informuoja. O visa tai apsaugo pacientą nuo blogai išrašytų receptų <...>“. Tyrimo atsakymai rodo, kad farmacijos specialistai iš gydytojų tikisi atidumo, geranoriško bendravimo. FS – 4 „Išrašant kelis vaistus gydytojai galėtų pateikti kuo daugiau informacijos e. sistemoje, kadangi būna situacijų, kai gydytojas išrašo vaistinį preparatą, bet nenurodo jo vartojimo“. G – 5 „Kiekvienas yra savo srities specialistas ir kiekvienas turi tobulėti, o farmacijos specialistui susisiekus su mumis, kai pastebi klaidą, tobulėjam ir mes, ir farmacijos specialistas. Todėl palinkėjimas būtų nebijoti skambinti“. Apibendrinant kokybinio tyrimo gautus duomenis, matyti, jog farmacijos specialistai ir bendrosios praktikos gydytojai vienas iš kito tikis didesnio noro bendradarbiauti, vienas kito pagarbos, atidumo, profesionalumo bei supratingumo. Abu specialistai yra suinteresuoti padėti pacientui, todėl reikėtų nebijoti tai daryti kartu.

Išvados

1. Bendras vaistų terapijos valdymas, kai farmacijos specialistas bendradarbiauja su bendrosios praktikos gydytoju, skatina tinkamą vaistų vartojimą, pagerina pacientų sveikatos būklę, gyvenimo kokybę, sumažinami nepageidaujami vaistų reiškiniai. Farmacijos specialistai yra kaip tarpininkai tarp gydytojų ir pacientų, kurie gali išplėsti, sustiprinti ir

paaikškinti gydytojo nurodymus ar bendrą informaciją apie vaistus. O palaikant gerus santykius, abiejų profesijų atstovai gali sužinoti daugiau informacijos apie bendrą pacientą.

2. Pagrindiniai veiksniai, kurie turi įtakos bendradarbiavimui, yra nusiteikimas prieš bendradarbiavimą, požiūris į bendradarbiavimą, laiko trūkumas, ankstesnio laikotarpio patirtis, kitų profesijų sumenkinimas. Tai lemia sunkumus bendradarbiaujant, tačiau tai pakeisti galima didesniu specialistų noru bendrauti dėl paciento gerovės. Sprendimo būdai: bendrauti draugiškai (ir ne tik dėl recepte iškilusių problem), dalyvauti bendrose švietimo konferencijose, nemenkinti vienas kito pokalbio metu, parodyti profesionalų elgesį, nebijoti aptarti bet kokius paciento rūpesčius.
3. Kokybinis analizės metodas atskleidė, kad bendrosios praktikos gydytojai ir farmacijos specialistai dažniausiai bendradarbiauja dėl recepte iškilusių neaiškumų. Apklaustųjų respondentų atsakymai parodė, kad tarpusavio bendradarbiavimas padeda patenkinti paciento

lūkesčius ir pagerinti aptarnavimo kokybę. Tačiau vienas iš bendradarbiavimo sunkumų yra nepatogi komunikacija, todėl tam išspręsti buvo pasiūlyta padaryti e. sistemoje galimybę greitai ir kvalifikuotai prisijungiant tiesiogiai aptarti iškilusius klausimus.

Literatūra

1. Katoue, M. G., Awad, A. I., Al-Jarallah, A., Al-Ozairi, E., & Schwinghammer, T. L. (2017). Medical and pharmacy students' attitudes towards physician-pharmacist collaboration in Kuwait. *Pharmacy Practice (Granada)*, 15(3).
2. Tariq, R. A., Vashisht, R., Sinha, A., & Scherbak, Y. (2020). Medication dispensing errors and prevention. *StatPearls: Treasure Island, FL, USA*.
3. Amin, S., & McKeirnan, K. C. (2022). The physician perspective on pharmacist-physician collaboration and trust. *Journal of the American Pharmacists Association*.

FARMACIJOS SPECIALISTŲ PATIRIAMA PSICHOLOGINĖ ĮTAMPA VISUOMENĖS VAISTINĖJE

Martynas Dveržekas

Farmakotechnikos studijų programa

Kauno kolegija

Darbo vadovė – Vida Palaimienė

Įvadas

Psichologinė įtampa – neatsiejama emocinė būklė kiekvieno žmogaus gyvenime, su kuria ne visada taip lengva susitvarkyti, kaip manome (Schneiderman, Ironson, Siegel, 2005). Įtampa atsiranda dėl kylančių nesklaidumų darbe, nesutariant su kolektyvu, vadovo spaudimu ar dėl netenkinančių darbo sąlygų (Lazarus, 2020). Psichologinė įtampa dar kitaip žinoma kaip stresas, kuris sukelia tokius neigiamus savijautos požymius, kaip nuovargis, pyktis, nusivylimas, tačiau stresas gali išsivystyti ir į depresiją, kuri paprastai apima savigraužą arba savigarbos praradimą, nuotaikų kaitą nuo pykčio iki liūdesio (Colligan, Higgins, 2006). Daugelis darbuotojų patiria emocinę būklę, vadinamą įtampa, kaip ir kokių sunkumu įtampa paveikia farmacijos specialistus, kurie yra ne tik pirmoji konsultacijos linija gyventojams, ieškantiems pagalbos su sveikata susijusiais klausimais, bet ir atsakingi už receptinių ir nereceptinių vaistų, vaistinių priemonių išdavimą gyventojams (Holden, Patel, Scanlon, Shalaby, Arnold, Karsh, 2010). Kadangi psichologinė įtampa gali aptemdyti kritinį mąstymą, sumažinti empatiją kitam žmogui, būtina žinoti, kas ją gali sukelti ir kaip ją valdyti.

Problema – kokia psichologinė įtampa yra patiriama farmacijos specialistų visuomenės vaistinėje?

Objektas – farmacijos specialistų patiriama psichologinė įtampa visuomenės vaistinėje.

Tikslas – atskleisti farmacijos specialistų patiriamą psichologinę įtampą visuomenės vaistinėse.

Uždaviniai:

1. Apibrėžti psichologinės įtampos sampratą ir jos priežastis.
2. Teoriškai pagrįsti psichologinės įtampos poveikį darbo kokybei bei jos įveikimo būdus.
3. Identifikuoti farmacijos specialistų patiriamos psichologinės įtampos priežastis ir jos valdymo galimybes visuomenės vaistinėse.

Reikšminiai žodžiai: farmacijos specialistų patiriama psichologinė įtampa; psichologinė įtampa visuomenės vaistinėje.

Metodologija

Tyrimas atliktas apklausos metodu, kurio metu buvo pasidalinta anketos nuoroda apklausa.lt internetinėje platformoje „Facebook“.

Tyrimo etika: respondentai buvo informuoti, kad anketa yra anoniminė.

Taikyta kiekybinė tyrimo strategija, siekiant įvertinti, nustatyti, kiek farmacijos specialistų patiria psichologinę įtampą visuomenės vaistinėse, kas lemia psichologines įtampos atsiradimą.

Tyrimo metodai: duomenų rinkimų metodui atlikti buvo atliekamas kiekybinis tyrimas – apklausa. Duomenys bus apdoroti „Microsoft Excel“ programa. Tyrimo imtis ir dalyviai: tyrimo imtis: N = 300, o atsakiusių n = 105. Tyrimo dalyviai - farmacijos specialistai, dirbantys visuomenės vaistinėse.

Tyrimo instrumentas ir eiga: anketa sudaryta iš 17 klausimų, iš kurių 4 yra sociodemografiniai. Iš 17 klausimų 14 yra uždaro tipo ir 3 atviro tipo klausimai.

Rezultatai

Apklausoje dalyvavo 105 farmacijos specialistai, iš jų 16 atsakiusių yra išplėstinės praktikos vaistininkai, 20 atsakiusių yra vaistinės vedėjai – vaistininkai, 31 atsakiusieji yra vaistininko padėjėjai (farmakotechnikai), 38 atsakiusieji yra vaistininkai. Beveik pusė apklaustųjų – 45 atsakiusieji yra nepatenkinti savo darbo sąlygomis, nes yra per didelis darbo krūvis, vaistinėje apsilanko pikti ir nepatenkinti pacientai, gauna per mažai atostogų. Nors ir nepatenkinti savo darbo sąlygomis, tačiau didžioji dalis, net 55 atsakiusieji farmacijos specialistai, nemąsto apie profesijos keitimą dėl iškilusių iššūkių pandemijos laikotarpiu, nes patinka jų darbas, pastovumas, o iššūkiai yra neišvengiami. Taip pat buvo tikslinga išsiaiškinti, kokius psichologinės įtampos įveikimo būdus naudoja farmacijos specialistai: 45 atsakiusiems psichologinę įtampą įveikti padeda poilsis gamtoje; 29 atsakiusiems – sportas; 22 atsakiusiems meditacija arba joga padeda nusiraminti po patiriamos psichologinės įtampos; 36 atsakiusiems muzikos klausymas padeda įveikti psichologinę įtampą; 39 atsakiusiems bendravimas su draugais padeda įveikti psichologinę įtampą; 42 atsakiusiems po patiriamos psichologinės įtampos, nusiraminti padeda pokalbis su artimu žmogumi; 22 atsakiusiems fitoterapija padeda įveikti psichologinę įtampą.

Išvados

1. Psichologinę įtampą galima apibrėžti kaip individualų reiškinį, atsirandantį dėl didžiulio aplinkos spaudimo. Kai įvyksta tam tikri psichologiniai ir socialiniai įvykiai, žmogus patiria stresą, pasikeičia suvokimas, baiminasi, kad nesugebės patenkinti jam keliamų reikalavimų. Įtampa atsiranda dėl kylančių

nesklandumų darbe, nesutariant su kolektyvu, vadovo spaudimu ar dėl netenkinančių darbo sąlygų.

2. Darbe patiriama įtampa vadinama darbo stresu - emocinė būseną, kurios priežastys yra prieštaravimai tarp asmens gebėjimo atlikti jam paskirtą užduotį ir darbe keliamų reikalavimų arba baimė, kad jis nesugebės atlikti darbinėje situacijoje jam keliamų reikalavimų. Darbuotojai, patiriantys psichologinę įtampą darbe, yra labiau linkę į klaidas, prastus darbo rezultatus, psichikos sveikatos sunkumus, perdegimą ir konfliktus darbo vietoje. Jei yra jaučiama, kad sau padėti neįmanoma ar nežinoma nuo ko pradėti, kad būtų galima susitvarkyti su psichologine įtampa, geriausia būtų kreiptis į psichologą, kuris padėtų išmokyti tinkamai valdyti psichologinę įtampą ir paskirtų veiksmų planą.
3. Veiksniai, kurie gali sukelti psichologinę įtampą, ypač veikia farmacijos specialisto darbo kokybę bei kritinį mąstymą. Nuo to, kaip dažnai darbe patiriama psichologinė įtampa, yra didelė tikimybė fobijų išsivystymui, tokių kaip bijojimas suklysti, pavyzdžiui, padaryti klaidą, susijusią su pacientų gydymu, aptarnavimu, vaistinės prekės, preparato išdavimu. Farmacijos specialistų nuomone, dažniausiai psichologinės įtampos atsiradimą darbo aplinkoje lemia konfliktinės situacijos su į vaistinę atėjusiais pacientais, nesutarimai su kolegomis ar vadovybe, per didelis darbo krūvis ir ilgos darbo valandos. Siekdami išvengti įtampos, farmacijos

specialistai laiką praleidžia gamtoje arba, kaip jie teigia, nusiraminti jiems padeda išsikalbėjimas su atviru žmogumi. Tačiau, jų nuomone, patiriamą įtampą darbe jiems sumažintų bendras darbo sąlygų pagerinimas, atlyginimo padidinimas, krūvio paskirstymas.

Literatūra

1. Colligan, T. W., & Higgins, E. M. (2006). Workplace stress: Etiology and consequences. *Journal of workplace behavioral health*, 21(2), 89-97. Prieiga per internetą: https://doi.org/10.1300/J490v21n02_07
2. Holden, R. J., Patel, N. R., Scanlon, M. C., Shalaby, T. M., Arnold, J. M., & Karsh, B. T. (2010). Effects of mental demands during dispensing on perceived medication safety and employee well-being: A study of workload in pediatric hospital pharmacies. *Research in social and administrative Pharmacy*, 6(4), 293-306. Prieiga per internetą: <https://doi.org/10.1016/j.sapharm.2009.10.001>
3. Lazarus, R. S. (2020). Psychological stress in the workplace. In *Occupational stress* (pp. 3-14). CRC Press.
4. Schneiderman, N., Ironson, G., & Siegel, S. D. (2005). Stress and health: psychological, behavioral, and biological determinants. *Annu. Rev. Clin. Psychol.*, 1, 607-628. Prieiga per internetą: <https://doi.org/10.1146/annurev.clinpsy.1.102803.144141>

SAVARANKIŠKAI MAŽINUSIŲ SAVO KŪNO SVORĮ ASMENŲ MAITINIMOSI IR GYVENSENOS YPATUMAI

Darija Gabrilavičiūtė

Dietetikos studijų programa

Kauno kolegija

Darbo vadovė – Evelina Dailidaitė

Įvadas

Sveikatos ir mitybos ryšys buvo pradėtas atskleisti dar Antikos laikais. „Mes ne tam gyvename, kad valgytume, o valgome tam, kad gyventume“ - ši graikų filosofo Sokrato (470 m. pr. Kristų – 399 m. pr. Kristų) frazė vis dar aktuali ir šiandien, sveika gyvensena yra daugiamatė sąvoka, apimanti pagrindinius komponentus: mitybą, fizinį aktyvumą, žalingų įpročių neturėjimą ir panašius gyvenimui atsiliepiantįs dalykus. Savikontrolė yra svorio mažinimo intervencijos programų pagrindas. Mitybos savikontrolė yra siejama su trumpalaikiu bei su ilgalaikiu svorio praradimu.

Tyrimo tikslas – nustatyti savarankiškai mažinusių savo kūno svorį asmenų maitinimosi ir gyvensenos ypatumus.

Tyrimo uždaviniai:

1. Aprašyti mažinusių savo kūno svorį asmenų maitinimosi ir gyvensenos ypatumus.
2. Įvertinti savarankiškai mažinusių kūno svorį asmenų maitinimosi ir gyvensenos ypatumus.
3. Išskirti svorio mažinimo įtaką tolimesnei gyvensenai ir maitinimosi įpročiams.

Reikšminiai žodžiai: gyvensenos ypatumai, maitinimosi ypatumai, savarankiškas svorio mažinimas.

Metodologija

Tyrimo taikyta kiekybinė tyrimo strategija. Duomenų rinkimo metodas – internetinė apklausa. Duomenų analizės metodas – aprašomosios statistikos skaičiavimai. Tyrimo dalyvavo 79 respondentai savarankiškai mažinę savo kūno svorį.

Rezultatai

Gauti rezultatai parodė, kad didžioji dalis respondentų kūno svorio mažinimui pasiryžta dėl išvaizdos, mažesnė dalis dėl sveikatos problemų ir aplinkinių nuomonės. Svorio mažinimo metu respondentai dažniau buvo fiziškai aktyvūs, nei prieš kūno svorio mažinimą, didžioji dalis respondentų (66,2 proc.) fiziškai aktyvūs buvo iki vieno karto per savaitę. Apklaustieji po svorio mažinimo pradėjo reguliariau maitintis, nei prieš svorio mažinimą. Išlaugo respondentų skaičius, kurie po svorio mažinimo rinkosi dažniau valgyti daržoves ir vaisius kasdien, tačiau po svorio mažinimo sumažėjo grūdinės kilmės produktų bei mėsos produktų suvartojimas. Prieš svorio mažinimą net 53,9 proc. respondentų pažymėjo, jog žuvies ir jos produktų

nevartoja visai arba vartoja labai retai, tačiau vartojančių retai arba nevartojančių visai skaičius po svorio mažinimo sumažėjo iki 32 proc. Dauguma respondentų per parą išgeria pakankamai vandens, tačiau yra apklaustųjų, kurie per parą išgeria ne daugiau kaip 4 stiklines geriamojo vandens, o rekomenduojamas kiekis žmogui yra apie 6–7 stiklinės. Daugiau nei pusei apklaustųjų netektas svoris po svorio mažinimo nekito, išliko toks pats, 31,6 proc. respondentų svoris padidėjo, o 10,5 proc. svoris toliau mažėjo.

Išvados

1. Žmonės, kurie mažina savo kūno svorį, padidina fizinį aktyvumą, pradeda vykdyti mitybos savikontrolę, pradeda domėtis savo suvalgomo maisto sudėtimi, kontroliuoja suvartojamo maisto kiekį, stebi savo svorio pokyčius.
2. Didžioji dalis apklaustųjų, norėdami sumažinti kūno svorį, rinkosi mitybos įpročių keitimą bei fizinį aktyvumą. Pradėjo dažniau maitintis, rinkosi reguliarią mitybą, laikėsi įvairių dietų, dažniau buvo fiziškai aktyvūs. Dažniau vartojo vaisius ir daržoves (išskyrus bulves), žuvį ir jos produktus, mažiau vartojo grūdinės kilmės produktų bei mėsos ir jos produktų.
3. Apklaustieji po kūno svorio mažinimo liko dažniau fiziškai aktyvūs, pradėjo dažniau vartoti žuvį ir jos produktus, tačiau sumažino mėsos ir jos produktų, grūdinių produktų suvartojimą. Respondentų gyvensenai kūno svorio mažinimas turėjo tiek teigiamą, tiek neigiamą įtaką.

Literatūra

1. Astrauskienė, A., Abaravičius, A., Bartkevičiūtė, R., Barzda, A., Bulotaitė, L., Klumbienė, J., ... & Stukas, R. (2011). Sveikos gyvensenos rekomendacijos: (Metodinės rekomendacijos. Mokomoji knyga).
2. Januškevičienė, G., Sekmokienė, D., & Lukoševičius, L. (2009). Sveika gyvensena ir funkcionalusis maistas. Visuomenės sveikata, 4(47), 51-60.
3. Žemaitienė, N., Bulotaitė, L., Jusienė, R., & Veryga, A. (2011). Sveikatos psichologija: [vadovėlis aukštųjų mokyklų studentams]
4. Kazevičiūtė, A., & Bulotaitė, L. (2018). Sąmoningas požiūris į sveikatą: samprata ir sąsajos su sveikatos kontrolės lokusu bei jaunų suaugusiųjų rūkymu, alkoholio ir narkotikų

- vartojimu. In Visuomenės sveikata (No. 4 (83), pp. 78-86).
5. Hricová, L., Orosová, O., Benka, J., Petkeviciene, J., & Lukács, A. (2015). Body dissatisfaction, body mass index and self-determination among university students from hungary, lithuania and slovakia. *Ceska a slovenska psychiatrie*, 111(2).
 6. Zumeras, R. (2012). Gurskas V. Mokinių fizinis aktyvumas ir sveikata. Metodinė-informacinė medžiaga, skirta visuomenės sveikatos priežiūros specialistams bei pedagogams. Vilnius, 22.

PACIENTŲ, SERGANČIŲ NEUROLOGINĖMIS LIGOMIS, POŽIŪRIS Į INTERVENCINĖS NEURORADIOLOGIJOS PROCEDŪRAS

Liveta Girdauskaitė

Radiologijos studijų programa

Kauno kolegija

Darbo vadovė – Danguolė Grūnovienė

Išvadas

Higienos instituto duomenimis, 2016 metais Lietuvoje buvo užfiksuota 120854 cerebrovaskulinių ligų atvejų, 2020 metais susirgimų skaičius sumažėjo iki 118293 (Higienos institutas, 2021), tačiau neurologiniai susirgimai tebėra itin aktualūs medicinos pasaulyje kaip vieni iš daugiausiai dėmesio sulaukiančių susirgimų. Dėl smegenų, kaklo ir stuburo svarbos žmogaus gyvybinių funkcijų palaikymui mokslininkai ir toliau kuria naujus gydymo metodus, technikas, technologinę įrangą – INR jungia šiuos kriterijus, sukurdama pažangių procedūrų grupę, kas itin svarbu dirbant su jautriomis struktūromis, siekiant sumažinti pažeistų audinių kiekį (Rodesch, 2013).

Nors dėl savo pažangumo intervencinės neuroradiologijos (toliau - INR) procedūros sulaukia didelio medikų bei mokslininkų susidomėjimo, pacientai, kaip pirminį gydymo būdą, neretai renkasi dideliu invaziškumu pasižyminčias neurologines operacijas. Viena iš pagrindinių tokio apsisprendimo priežasčių - žinių apie INR procedūras trūkumas, neleidžiantis susidaryti teigiamo požiūrio apie INR procedūras, jų inovatyvumą bei naudą (Baerlocher, Asch, Puri, Vellahottam, Myers, Andrews, 2007).

Tyrimo problema – koks pacientų, sergančių neurologinėmis ligomis, požiūris į intervencinės neuroradiologijos procedūras?

Tyrimo objektas – pacientų, sergančių neurologinėmis ligomis, požiūris į intervencinės neuroradiologijos procedūras.

Tyrimo tikslas – atskleisti pacientų, sergančių neurologinėmis ligomis, požiūrį į intervencinės neuroradiologijos procedūras.

Tyrimo uždaviniai:

1. Aprašyti neurologines būkles, kurioms esant atliekamos intervencinės neurologijos procedūros.
2. Teoriškai pagrįsti radiologijos technologo vaidmenį intervencinės neuroradiologijos procedūrų metu.
3. Nustatyti neurologijos skyriaus pacientų požiūrį į intervencinės neuroradiologijos procedūras.

Reikšminiai žodžiai: intervencinė neuroradiologija, pacientų požiūris.

Metodologija

1. Mokslinės literatūros analizė, kurios tikslas – aprašyti neurologines ligas ir teoriškai pagrįsti radiologijos technologo vaidmenį intervencinės neuroradiologijos procedūrų metu.

2. Kiekybinio tyrimo duomenų rinkimo metodas – anketavimas, kurio tikslas – nustatyti neurologijos skyriaus pacientų požiūrį į intervencinės neuroradiologijos procedūras.

3. Duomenų analizės metodas – grafinė duomenų analizė, gauti rezultatai analizuoti Microsoft Office Excel 2010 programa.

Tyrimo dalyvavo 56 neurologijos skyriaus pacientai. Tiriamųjų amžius nuo 18 iki 80 metų. Tiriamųjų imtis – paprastoji atsitiktinė.

Rezultatai

Tyrimo dalyvavo daugiau nei pusė (59 proc.) moterų ir mažiau nei pusė (41 proc.) vyrų. Didžioji dalis respondentų turi vidurinį išsilavinimą (30 proc.) ir gyvena miestelių bei kaimų vietovėse (po 36 proc.). Tyrimo rezultatai rodo, kad respondentų požiūriu, INR procedūros dažniausiai atliekamos esant galvos smegenų aneurizmai (57 proc.), dauguma respondentų žinojo, kurioms neurologinėms būklėms pasireiškus atliekamos intervencinės neuroradiologijos procedūros, bet dalies požiūris buvo klaidingas. Respondentai mano, kad alkoholio ir narkotikų vartojimas turi didžiausią įtaką neurologinių būklių atsiradimui. Geriausiai žinoma INR procedūra yra angiografija (21 proc.), mažiausiai – endovaskulinis vyniojimas (7 proc.). Beveik ketvirtadalis (24 proc.) respondentų nurodė, jog savo žinias apie INR procedūras gavo pokalbio su šeimos gydytoju metu, tačiau tik 29 proc. respondentų buvo atlikta INR procedūra.

Išanalizavus duomenis, galima teigti, kad dalis respondentų žino radiologijos technologo profesinės veiklos klasifikaciją. Respondentai žino pagrindinius radiologijos technologo vaidmenis INR procedūrų metu, tačiau dešimtadalis respondentų klaidingai mano, kad radiologijos technologas atlieka operacijas. Respondentai mano, kad INR procedūros kelia pavojų žmogaus gyvybei, didžiausiu pavojumi laiko radiacinę apšvitą (38 proc.).

Išvados

1. Neurologinės būklės, kurioms esant atliekamos intervencinės neuroradiologijos procedūros yra galvos smegenų aneurizma, arterioveninės malformacijos (AVM), išeminis insultas ir TAI, hemangioma, stuburo slankstelių lūžių sukeltas skausmas, kietojo dangalo arterioveninės fistulės (DAF), aterosklerozė, smegenų venų trombozė

(SVT), karotidinės (miego) arterijos sindromas, epitaksis.

2. Radiologijos technologo vaidmenys INR procedūrų metu yra paciento sutikimo formos prieš atliekamą procedūrą gavimas; paciento informavimas apie atliekamą procedūrą, jos eigą, paciento paruošimas jai, patikros, skirtos ligonio tinkamumo procedūrai, atlikimas. Procedūros metu radiologijos technologas dirba su radiologine įranga, stebi paciento gyvybinių funkcijų rodiklius. Radiologijos technologas atlieka nesterilaus slaugytojo vaidmenį.
3. Tyrimu nustatyta, kad, respondentų požiūriu, didžiausią įtaką neurologinių būklių atsiradimui turi alkoholio ir narkotikų vartojimas. Didelė dalis respondentų žino, kurios INR procedūros skiriamos ir atliekamos, esant tam tikroms neurologinėms būklėms, bet nemaža dalis nurodė klaidingai. Labiausiai žinoma INR procedūra yra angiografija. Pagrindinis informacijos gavimo šaltinis – pokalbiai su šeimos gydytoju, informacija internete, televizijos ir radijo laidos, o mažiausiai informacijos respondentai gauna paskaitose, informacijos stenduose ir lankstinukuose. Respondentai žino pagrindinius radiologijos technologo vaidmenis INR procedūrų metu. Daugumos nuomone, INR procedūros yra pavojingos žmogaus sveikatai, didžiausią pavojų sveikatai ir gyvybei kelia gaunama radiacinė apšvita.

Literatūra

1. Baerlocher M. O., Asch M. R., Puri G., Vellahottam A., Myers A., Andrews K., 2007. Awareness of Interventional Radiology among Patients Referred to the Interventional Radiology Department: A Survey of Patients in a Large Canadian Community Hospital [žiūrėta 2021-10-04]. Prieiga per internetą: [https://www.jvir.org/article/S1051-0443\(07\)00529-5/fulltext#secid46381600e1515](https://www.jvir.org/article/S1051-0443(07)00529-5/fulltext#secid46381600e1515)
2. Cirse. IR procedures (2019). [žiūrėta 2022 - 04-30]. Prieiga per internetą: <https://www.cirse.org/patients/ir-procedures/>
3. Heister, D., Olson, E., Richman, K., Newton, I., 2015. Assessing patient awareness of interventional radiology [žiūrėta 2021-10-04]. Prieiga per internetą: [https://www.jvir.org/article/S1051-0443\(14\)01450-X/fulltext#secsect0015](https://www.jvir.org/article/S1051-0443(14)01450-X/fulltext#secsect0015)
4. Higienos institutas [žiūrėta 2021-09-22]. Prieiga per internetą: https://stat.hi.lt/default.aspx?report_id=168
5. Rodesch G., Picard L., Berenstein A., Biondi A., Bracard S., Choi I. S., Feng L., Hyogo T., Lefeuvre D., Leonardi M., Mayer T., Miyashi S., Muto M., Piske R., Pongpech S., Reul J., Soderman M., Chuh D. S., Tampieri D., Taylor A., van den Berg R., 2013. Interventional Neuroradiology: a neuroscience sub-specialty? Interventional neuroradiology: journal of peritherapeutic neuroradiology, surgical procedures and related neurosciences, 19(3), 263–270 p. [žiūrėta 2021-10-06]. Prieiga per internetą: <https://doi.org/10.1177/159101991301900301>
4. The Royal College of Radiologist. (2021). What is interventional radiology? [žiūrėta 2022-02-06]. Prieiga per internetą: <https://www.rcr.ac.uk/discover-and-explore/discover-radiology/what-interventional-radiology>

KOMBINUOTŲ JĖGOS IR KOGNITYVINIŲ PRATIMŲ POVEIKIS PREMENOPAUSINIO AMŽIAUS MOTERŲ FIZINIAMS, FUNKCINIAMS RODIKLIAMS IR KOGNITYVINĖMS FUNKCIJOMS

Gerda Gudliauskaitė

Kineziterapijos magistro studijų programa

Lietuvos sporto universitetas

Darbo vadovė – dr. Ligita Šilinė

Įvadas

Premenopauzinis laikotarpis moters gyvenime siejamas su kūno sudėties pokyčiais ir fizinio aktyvumo mažėjimu (Razmjou et al., 2018). Dėl vykstančių pokyčių ir fizinio aktyvumo stokos gali sutrikti ne tik fiziniai ir funkciniai rodikliai (Lovejoy et al., 2001), bet ir kognityvinės funkcijos (Sherwin 2012). Tyrimai rodo, kad jėgos treniruotės premenopauzinio amžiaus moterims yra veiksminga priemonė, siekiant užkirsti kelią neigiamiems kūno kompozicijos ir funkcijos pokyčiams (Schmitz et al., 2007).

Tyrimo problema – koks kombinuotų jėgos ir kognityvinių pratimų poveikis premenopauzinio amžiaus moterų fiziniams, funkciniais rodikliams bei kognityvinėms funkcijoms.

Tyrimo objektas – kombinuotų jėgos ir kognityvinių pratimų poveikis premenopauzinio amžiaus moterų fiziniams, funkciniais rodikliams bei kognityvinėms funkcijoms.

Tyrimo tikslas – nustatyti jėgos ir kognityvinių pratimų poveikį premenopauzinio amžiaus moterų fiziniams, funkciniais rodikliams ir kognityvinėms funkcijoms.

Tyrimo uždaviniai:

1. Įvertinti jėgos pratimų poveikį premenopauzinio amžiaus moterų fiziniams, funkciniais rodikliams bei kognityvinėms funkcijoms.
2. Įvertinti kombinuotų jėgos ir kognityvinių pratimų poveikį premenopauzinio amžiaus moterų fiziniams, funkciniais rodikliams bei kognityvinėms funkcijoms.
3. Palyginti kombinuotų jėgos ir kognityvinių pratimų poveikį su jėgos pratimais premenopauzinio amžiaus moterų fiziniams, funkciniais rodikliams bei kognityvinėms funkcijoms.

Reikšminiai žodžiai: jėgos pratimai, kognityvinės funkcijos, moterys

Metodologija

Tyrimo dalyvavo 30 ($49,1 \pm 3,16$ metų amžiaus) moterų, kurios atsitiktine tvarka suskirstytos į poveikio ($n=15$) (kombinuotų jėgos ir kognityvinių pratimų) ir kontrolinę ($n=15$) (jėgos pratimų) grupes. Kūno masės komponentai vertinami naudojant segmentinį kūno kompozicijos analizatorių TANITA,

funkcinė būklė – funkcinį judesių vertinimo testą, rankų griebimo jėga – dinamometru, kognityvinės funkcijos – kompiuterine programa ANAM4™ TBI Battery. Vertinta paprastas ir procedūrinis reakcijos laikas bei verbalinė atmintis. Intervencija truko 6 sav. 3k/sav. po 30 min.

Rezultatai

Poveikio grupėje po 6 sav. sumažėjo kūno masė ir kūno masės indeksas (KMI) ($p<0,05$), riebalinės ir raumeninės masės kiekis nepakito ($p>0,05$). Nustatytas tiek kairės, tiek dešinės rankos griebimo jėgos padidėjimas, funkcinį judesių bei kognityvinių funkcijų pagerėjimas ($p<0,05$). Kontrolinėje grupėje po 6 sav. sumažėjo kūno masė, KMI bei padidėjo raumeninė masė ($p<0,05$). Riebalinės masės kiekis nepakito ($p>0,05$). Padidėjo tiek kairės, tiek dešinės rankos griebimo jėga, pagerėjo funkcinį judesių atlikimas ($p<0,05$). Kognityvinės funkcijos nepakito ($p>0,05$). Po 6 sav. mažesnė kūno masė, KMI, raumeninė kūno masė ir rankų griebimo jėga bei prastesnė funkcinė būklė buvo kontrolinėje grupėje, nei poveikio grupėje ($p<0,05$). Kognityvinės funkcijos geresnės buvo poveikio grupėje ($p<0,05$).

Išvados

1. Jėgos pratimai pagerino premenopauzinio amžiaus moterų fizinius ir funkcinis rodiklius. Kognityvinės funkcijos nepakito.
2. Kombinuoti jėgos ir kognityvinių pratimų pagerino premenopauzinio amžiaus moterų fizinius, funkcinis rodiklius bei kognityvines funkcijas.
3. Kombinuota jėgos ir kognityvinių pratimų programa labiau pagerino premenopauzinio amžiaus moterų kognityvines funkcijas, fizinius ir funkcinis rodiklius.

Literatūra

1. Lovejoy, J. C., Champagne, C. M., Smith, S. R., de Jonge, L., & Xie, H. (2001). Ethnic differences in dietary intakes, physical activity, and energy expenditure in middle-aged, premenopausal women: the Healthy Transitions Study. *The American journal of clinical nutrition*, 74(1), 90-95.
2. Razmjou, S., Abdounour, J., Bastard, J. P., Fellahi, S., Doucet, É., Brochu, M., ... & Prud'homme, D. (2018). Body composition, cardiometabolic risk

- factors, physical activity, and inflammatory markers in premenopausal women after a 10-year follow-up: a MONET study. *Menopause*, 25(1), 89-97.
3. Schmitz, K. H., Hannan, P. J., Stovitz, S. D., Bryan, C. J., Warren, M., & Jensen, M. D. (2007). Strength training and adiposity in premenopausal women: strong, healthy, and empowered study. *The American journal of clinical nutrition*, 86(3), 566-572.
 4. Sherwin, B. B. (2012). Estrogen and cognitive functioning in women: lessons we have learned. *Behavioral neuroscience*, 126(1), 123.

MOTERŲ, TURINČIŲ PIGMENTACIJOS SUTRIKIMŲ, MASKUOJAMŲJŲ PRIEMONIŲ NAUDOJIMO ĮPROČIAI

Vaida Gusaitė

Kosmetologijos studijų programa

Kauno kolegija

Darbo vadovė – dr. Diana Barragan Ferrer

Įvadas

Maskuojamosios priemonės atlieka svarbų vaidmenį moterų, turinčių pigmentacijos sutrikimų, gyvenime. Socialiniuose tinkluose ir televizijoje matomi tobulos odos pavyzdžiai, ir visuomenės suformuotos normos sudaro įspūdį, kad oda su trūkumais yra nepriimtina ir turi būti maskuojama. Pigmentacijos sutrikimų turinčios moterys dėl tokio aplinkos požiūrio jaučia psichologinę įtampą ir siekia turėti tobulai atrodančią odą. Maskuodamos pigmentacijos sutrikimus, moterys gali jaustis labiau užtikrintos savimi, atitikti visuomenės primestas normas, pagerinti savijautą (Kornhaber ir kt., 2018). Vis dėlto turi būti atsižvelgiama į maskuojamosios kosmetikos ingredientus, naudojimo būdą ir tinkamumą skirtingiems odos tipams, nes ji turi poveikį odos rodikliams dėl ilgo išsilaikymo ant odos. Atlikti tyrimai parodė, kad moterys makiažo pagrindą naudoja apytiksliai 3500 valandų per metus, tai yra vidutiniškai 9 valandas per dieną (Global Cosmetic Industry, 2019). Esant ryškesniems odos defektams, teisingi maskuojamųjų priemonių naudojimo įpročiai gali žymiai pagerinti gyvenimo kokybę (Baki, Alexander, 2015).

Tyrimo problema – kokie yra moterų, turinčių pigmentacijos sutrikimų, maskuojamųjų priemonių naudojimo įpročiai?

Tyrimo tikslas – atskleisti moterų, turinčių pigmentacijos sutrikimų, maskuojamųjų priemonių naudojimo įpročius.

Tyrimo uždaviniai:

1. Atskleisti pagrindinius, maskavimo priemonės sudarančius ingredientus ir jų pagrindines funkcijas.
2. Nustatyti moterų savijautą, maskavimo dažnumą ir būdą, naudojant maskuojamąsias priemones skirtingoms pigmentacijoms koreguoti.

Reikšminiai žodžiai: hiperpigmentacija, hipopigmentacija, maskuojamosios priemonės, pigmentacija.

Metodologija

1. Mokslinės ir profesinės literatūros analizė, kurios tikslas – aprašyti maskavimo priemonės, jų galimybes maskuojant pigmentacijos sutrikimus, atskleisti pagrindinius maskuojamosiose priemonėse esančius ingredientus ir jų poveikį odai.
2. Duomenų rinkimo metodas – apklausa, kurios tikslas – įvertinti moterų, turinčių pigmentacijos

sutrikimų, maskuojamųjų priemonių naudojimo įpročius.

3. Grafinė duomenų analizė naudojama norint glaustai, lentelių ir grafikų pavidalu pateikti surinktą informaciją apie tiriamą objektą.

Tyrimo dalyvavo 83 respondentes, kurių amžius nuo 18 iki 46 m.

Rezultatai

Maskavimo priemonės sudaro skirtingų ingredientų grupės. Tirpikliai tirpina mažiau tirpias medžiagas, aktyvūs ingredientai veikia kaip drėkikliai, galimi baltymų dariniai, kurių pagrindinė funkcija – skatinti kolageno sintezę, augalų ekstraktai, kurie turi daug naudingų savybių, antioksidantai, saugantys nuo laisvųjų radikalų daromos žalos arba veikia kaip konservantai produkte. Užpildai suteikia bazę pigmentams, absorbentai didina tankį ir sugeria odos riebalų perteklių, emolientai suteikia produktui malonią konsistenciją, emulsikliai sujungia aliejinę ir vandens fazes, rišikliai sujungia pudros daleles, o tirštikliai didina produkto klampumą. Chelatoriai sustabdo metalų jonų oksidaciją, UV filtrai suteikia apsaugą nuo saulės, konservantai neleidžia mikroorganizmams daugintis produkte, kvapai suteikia norimą kvapą, o dažomosios medžiagos – spalvą.

Pigmentacijos sutrikimų turinčios moterys yra linkusios naudoti maskuojamąsias priemones. Hiperpigmentacijos ir hipopigmentacijos sutrikimai dažniausiai kelia neigiamą poveikį psichologinei sveikatai, todėl jų maskavimas gerina gyvenimo kokybę. Populiariausia maskavimo priemonė yra makiažo pagrindas, kurį naudoja 72,6 proc. respondenčių. Jį ir kitas maskavimo priemones respondentes dažniausiai naudoja kelis kartus per savaitę. Maskuojamųjų priemonių sudėtyje esantys aktyvūs ingredientai moterims nėra tokie svarbūs. Joms svarbiau, kad maskuojamoji priemonė turėtų kuo mažiau kvapų, konservantų, alkoholio ir alergenų bei turėtų UV filtrų. Nustatyta, kad 56,9 proc. moterų maskuojamosios priemonės kimšo poras, 49 proc. – išsausino odą, 21,6 proc. moterų – sukėlė alergiją.

Išvados

1. Maskuojamąsias priemones sudaro skirtingos ingredientų grupės. Tai tirpikliai, aktyvūs ingredientai: drėkikliai, baltymų dariniai, augalų ekstraktai, antioksidantai, vitaminai, kurie atlieka odos drėkinimo, regeneracijos,

antioksidacinę funkcijas. Užpildai suteikia pagrindą pigmentų dalelėms. Emolientai sulygina odą, suteikia produktui konsistenciją. Emulsikliai naudojami kaip emulsijos stabilizatoriai. Rišikliai suriša pudros daleles. Tirštikliai padidina produkto klampumą. Chelatoriai neleidžia metalų jonams oksiduotis. UV filtrai suteikia apsaugą nuo žalingų UV spindulių. Konservuojančios medžiagos apsaugo produktą nuo mikrobinės taršos. Kvapikliai suteikia produktui kvapą, o dažomosios medžiagos – norimą spalvą.

2. Dauguma pigmentacijos sutrikimų turinčių moterų naudoja maskuojamąsias priemones. Moterys naudoja įprastą maskavimo būdą slėpdamos pigmentacijos sutrikimus savo odos atspalvio priemonėmis, nedaugelis naudoja spalvų rato techniką. Dažniausiai naudojama priemonė yra makiažo pagrindas, kurį moterys linkusios naudoti kelis kartus per savaitę. Vis dėlto dauguma moterų pastebėjo, kad maskuojamosios priemonės kelia neigiamą

poveikį odai: kemša poras, sausina, sukelia alergines reakcijas.

Literatūra

1. Antoniou, C., & Stefanaki, C. (2006). Cosmetic camouflage. *Journal of Cosmetic Dermatology*, 5(4), 297-301. <https://doi.org/10.1111/j.1473-2165.2006.00274.x>
2. Baki, G., & Alexander, K. S. (2015). *Introduction to cosmetic formulation and technology*. John Wiley & Sons. Hosseini, H. (2021). Burnout syndrome among medical students in Kazakhstan
3. Baumann, L. S. (2014). *Cosmeceuticals and cosmetic ingredients*. McGraw Hill Professional.
4. Draelos, Z. D. (2000). Colored facial cosmetics. *Dermatologic clinics*, 18(4), 621-631. [https://doi.org/10.1016/S0733-8635\(05\)70213-8](https://doi.org/10.1016/S0733-8635(05)70213-8)
5. Draelos, Z. D. (2016). *Cosmetic dermatology: products and procedures*. Second Edition. John Wiley & Sons.
6. Kumarasinghe, P. (2018). *Pigmentary skin disorders*. Springer.

VEIDO ODOS BŪKLĖS SĄSAJOS SU GYVENSENOS ĮPROČIAIS BEI JOS POKYČIAIS PO X MAISTO PAPILDO VARTOJIMO

Milona Janeikaitė

Kosmetologijos studijų programa

Kauno kolegija

Darbo vadovė – dr. Lijana Navickienė

Įvadas

Nors amžinos jaunystės samprata yra itin patraukli ir madinga, tačiau neįgyvendinama, nes senėjimo procesas yra prigimtinis žmogaus veiksnys, lydintis jį visą gyvenimą (Bielfeldt ir kt., 2018). Žmogaus oda yra vienas pirmųjų kūno organų, rodančių amžiaus pokyčius organizme. Raukšlės, elastingumo praradimas, spalviniai pokyčiai odoje yra tik keletas iš daugelio požymių, bylojančių apie vykstančius odos senėjimo procesus (Michalak ir kt., 2021).

Odos struktūros pokyčiai amžiui bėgant priklauso nuo gyvenimo būdo pasirinkimo ir aplinkos veiksnių, įskaitant rūkymą, alkoholio vartojimą, ultravioletinės spinduliuotės poveikį, maisto racioną, išgeriamo vandens kiekį, poilsio kokybę ir odos priežiūrą. Tinkamai pakeitus savo gyvenenos įpročius, jaunatviška ir sveika oda galima džiaugtis ilgiau (Chaudhary ir kt., 2020).

Problema – kokios veido odos būklės sąsajos su gyvenenos įpročiais bei jos pokyčiais po X maisto papildų vartojimo?

Objektas – veido odos būklės sąsajos su gyvenenos įpročiais bei jos pokyčiais po X maisto papildų vartojimo.

Tikslas – nustatyti veido odos būklės sąsajas su gyvenenos įpročiais bei jos pokyčiais po X maisto papildų vartojimo.

Uždaviniai:

1. Nustatyti gyvenenos įpročių sąsają su veido odos būkle.
2. Atskleisti sąsają tarp gyvenenos įpročių ir X maisto papildų poveikio veido odos būklei.

Reikšminiai žodžiai: gyvenenos įpročiai, maisto papildas, odos būklė, odos senėjimo procesai.

Metodologija

Pasirinkta kiekybinė tyrimo strategija. Duomenų rinkimo metodas: apklausa raštu ir odos būklės įvertinimas diagnostiniu prietaisu DermaLab Combo. Statistinė duomenų analizė atlikta naudojant SPSS ir Excel programas. Tyrime dalyvavo 34 moterys, kurių amžiaus statistinis vidurkis yra 40 metų.

Rezultatai

Tyrimo rezultatai parodė, kad rūkančiųjų veido odos drėgmės parametrai yra didesni nei nerūkančiųjų. X maisto papildas buvo veiksmingesnis rūkančioms moterims, o jų veido odos drėgmė pakilo 46,97 μ S vienetais. Tiriamosioms, alkoholių vartojančioms 2 - 3 kartus per savaitę, veido raudonis po X maisto

papildų vartojimo sumažėjo 4,92 vienetais. Aukščiausi veido odos drėgmės rodikliai (172,8 μ S) pastebėti respondentėms, kurios per parą miega vidutiniškai 8 valandas. Pastebėta, kad tiriamųjų veido odos drėgmės lygis sistemingai didėja su vidutiniškai išgeriamu vandens kiekiu per parą. X maisto papildas didžiausią poveikį veido odos drėgmei turėjo respondentėms, negerenčioms kavos. Po preparato vartojimo negerenčių kavos tiriamųjų veido odos drėgmė pakilo 91,22 μ S vienetais. Priemonių su SPF naudojimas turi sąsają su veido odos drėgme, didžiausia veido odos drėgmė (181 μ S) pastebėta tyrime dalyvavusioms moterims, kurios priemonės su SPF naudoja kiekvieną dieną nepaisant metų laiko. X maisto papildas buvo veiksmingiausias tiriamosioms, kurios oda pradėjo rūpintis neseniai, jų veido odos drėgmės rodiklis po preparato vartojimo pakilo 70,13 μ S vienetais.

Išvados

1. Remiantis atlikto tyrimo duomenimis, pastebėta, kad yra sąsaja tarp niekada gyvenime nerūkiusiųjų ir geresnės veido odos drėgmės. Kokybiškas ir pakankamas miegas siejamas su geresniais veido odos drėgmės ir elastingumo rodikliais. Veido odos drėgmės lygis sąveikauja su išgeriamo vandens kiekiu. Sąsaja tarp apsauginių priemonių nuo saulės nenaudojimu bei mažesne veido odos drėgme taip pat egzistuoja. Pastebėta, kad kuo geriau prižiūrima oda, tuo didesnis veido odos drėgmės lygis.
2. Remiantis atlikto tyrimo rezultatais, galima teigti, kad X papildas veiksmingesnis rūkančiųjų ir nepakankamai miegančiųjų veido odos elastingumui. X preparatas taip pat puikiai sąveikauja su tinkama mityba. Maisto papildas veiksmingesnis moterims, kurios per parą išgeria didesnį vandens kiekį, negeria kavos ir dažnai į savo maisto racioną įtraukia šviežius vaisius ir daržoves; joms pastebėtas didesnis veido odos drėgmės lygio pagerėjimas.

Literatūra

1. Bielfeldt, S., Springmann, G., Seise, M., Wilhelm, K.-P., & Callaghan, T. (2018). An Updated Review of Clinical Methods in the Assessment of Aging Skin - New Perspectives and Evaluation for Claims Support. *International Journal of Cosmetic Science*.
2. Chaudhary, M., Khan, A., & Gupta, M. (2020). Skin ageing: Pathophysiology and current

market treatment approaches. *Current aging science*, 13(1), 22-30.

3. Michalak, M., Pierzak, M., Kręcisz, B., & Suliga, E. (2021). Bioactive Compounds for Skin Health: A Review. *Nutrients*, 13(1), 203.

ŠUNŲ DNR PROFILIO NUSTATYMAS, NAUDOJANT TRUMPUS PASIKARTOJANČIUS TANDEMUS

Simona Jankutė

Biomedicinos diagnostikos studijų programa

Kauno kolegija

Darbo vadovė – dr. Giedrė Jarienė

Ivadas

Po 2020 metais nuskambėjusio nelegalių dauginojų ir veisėjų skandalo dėl gyvūnų gelbėjimo iš pragariškų gyvenimo sąlygų, Lietuvos kinologų draugija kartu su Valstybine maisto ir veterinarijos tarnyba priėmė naujus įstatymus, patvirtinančius DNR tyrimus bei įvedė pakeitimų gyvūnų veisimo veikloje (4). Įsigyjant augintinį, kartu gaunamas sertifikatas – gyvo organizmo kilmės dokumentas, kuriame nurodoma vardas, lytis, vada, gimimo data, registracijos numeris, savininkas, identifikacinis numeris. Veisėjai privalo turėti veisiamų šunų DNR profilį, kuriame nurodomi trumpi pasikartojantys tandemai (TPT) (angl. STR, short tandem repeats) lokusai. John M. Butler (2011) teigia, kad trumpi pasikartojantys tandemai yra mikrosatelitiniai žymenys su pakartotiniais vienetais, kurių ilgis yra nuo 2 iki 7 bazinių porų, o pasikartojimų skaičius skiriasi tarp individų, todėl tai yra veiksmingas individų identifikavimo būdas (6). Kiekvienas individas turi dvi kiekvienos (STR) trumpų pasikartojančių tandemų kopijas ir po vieną kopiją, paveldėtą iš kiekvieno tėvų (2). Trumpų pasikartojančių tandemų rinkinys sudaro DNR profilį (1). DNR profilis reikalingas siekiant identifikuoti keturkojį, įtraukti šuns genetinį kodą į duomenų bazę bei, esant reikalui, palyginti su palikuonių, reproduktorių ar kitaip giminingų šunų DNR profiliais, taip pat apsaugoti būsimus šunų globėjus nuo apgavysčių. Pagrindinis tyrimas, leidžiantis identifikuoti šuns genetinį profilį bei jo tėvus, yra genetinis tyrimas – DNR profilio nustatymas (5). Atsižvelgiant į tai, kad DNR tyrimą šiuo metu reikia atlikti kiekvienam veisiamam šuniui, svarbu atsižvelgti į tyrimo kokybę bei atkreipti dėmesį į laboratorijos sąlygas. Kad tyrimas būtų tikslus, laboranto pareiga – parinkti ir pritaikyti optimalias, tikslias sąlygas DNR profiliui nustatyti bei užtikrinti laboratorijos aplinką tiksliam tyrimo atlikimui.

Tyrimo problema – kaip nustatomas šunų DNR profilis, naudojant trumpus pasikartojančius tandemus?

Tyrimo objektas – šunų DNR profilio nustatymas, naudojant trumpus pasikartojančius tandemus.

Tyrimo tikslas – nustatyti šunų DNR profilį, naudojant trumpus pasikartojančius tandemus.

Tyrimo uždaviniai:

1. Aprašyti šunų DNR profilio nustatymą.
2. Parinkti ir pritaikyti optimalias polimerazės grandininės reakcijos sąlygas.

3. Parinkti optimalias sąlygas šunų DNR profilio nustatymui, naudojant trumpų pasikartojančių tandemų metodiką su Sanger sekvenatoriumi ABI-3100.

Reikšminiai žodžiai: DNR profilis, mikrosatelitinės sekos, STR lokusai arba trumpi pasikartojantys tandemai.

Metodologija

Duomenų rinkimo metodas, teorinė dalis – mokslinės ir dalykinės literatūros analizė apie šunų DNR profilio nustatymą.

Duomenų analizės metodai, empirinė dalis:

1. Atliktas laboratorinis darbas – šunų DNR profilio nustatymas trumpais pasikartojančiais tandemais (kiekybinis tyrimo metodas).

2. Optimalių sąlygų parinkimas ir pritaikymas polimerazės grandininės reakcijos atlikimui bei šunų DNR profilio nustatymui trumpais pasikartojančiais tandemais, naudojantis Sanger sekvenatoriumi ABI-3100.

Tiriamoji medžiaga. Tyrimui atlikti buvo pasirinkta tirti 25 šunų kraujo mėginius. Buvo nustatinėjami tų šunų DNR profiliai, kurių reprodukcinės savybės aktyvios. Darbo autorei šunų lytis nebuvo žinoma.

Rezultatai

Buvo tirti 25 šunų, kurių reprodukcinės savybės yra aktyvios, kraujo mėginiai. Naudotas termocikleris Techne® Prime dėl jo lėtesnio temperatūros pasiekimo; gausnesniam PGR produktui gauti, vietoje rekomenduojamų 30 ciklų parinkti 32 ciklai. Parinkti ir pritaikyti Sanger sekvenatoriaus ABI-3100 nustatymai: reakcijos trukmė – 28 s, įpurškimo laikas – 12 s. Analizuojant gautus duomenis, suderintas turėtas standartinis BinSet rinkinys GeneMapper analizės programoje, praleidus keletą žinomų, kontrolinių mėginių, turinčių nustatytus trumpus pasikartojančius tandemus. Koreguoti visų alelių lokusai, juos artinant ar tolinant, priklausomai nuo gauto žinomo standartinio mėginio. Atsižvelgta į kapiliaro dėvėjimosi savybes – praplėstos lokusų ribos, išskyrus AHT121, INU005, REN169O18, AHT260 lokusus, nes, juos praplėtus, padidėja neteisingo lokuso priskyrimo tikimybė. Apžvelgus 25 šunų DNR profilius, atsižvelgiant į amelogenino lokusą, kuris nusako tiriamojo lytį, matoma, jog iš visų tirtųjų buvo nustatytos 4 kalės ir 21 patinas. Visi 19 nustatyti STR lokusai sudaro DNR profilį. Kiekvienas STR lokuso žymuo kiekvienam tiriamam profiliui nurodytas per pasvirąjį brūkšnį; tai du trumpi

pasikartojantys tandemai, paveldėti po vieną iš kiekvieno tėvų. Norint patvirtinti šuns tėvystę, turi būti nustatyti ir tėvų DNR profiliai bei lyginami su palikuonio DNR profiliumi.

Išvados

1. Vienas iš pagrindinių tyrimų metodų, naudojamų šunų DNR profiliumi nustatyti, yra TPT (trumpų pasikartojančių tandem) metodas. TPT analizė parodo, kiek kartų nedidelė DNR seka (trumpas pasikartojantis tandeminis vienetas) pasikartoja konkrečioje chromosomų vietoje. TPT analizė susideda iš keturių procesų: DNR išskyrimo bei gryninimo, PGR amplifikacijos, elektroforezės ir TPT profilio interpretacijos. Šio metodo genetinės variacijos yra paveldimos ir perduodamos iš tėvų palikuoniams.
2. Parinktos ir pritaikytos optimalios polimerazės grandininės reakcijos sąlygos: alelio fluorescencijos intensyvumo optimizacijai paruošta PGR produktų serija, praskiedimas vandenyje santykiu 1:20. Naudotas skiedimas pagal rekomenduojamą alelio fluorescencijos intensyvumo diapazoną, atsižvelgiant į sekvenatoriaus parametrus. Darbo metu siekiant gauti optimalią PGR koncentraciją, padidintas PGR ciklų skaičius nuo rekomenduojamų 30 iki 32 ciklų.
3. Kaip optimalios sąlygos šunų DNR profilio nustatymui, naudojant trumpų pasikartojančių tandemų metodiką, parinkti Sanger sekvenatoriaus ABI-3100 nustatymai: reakcijos trukmė – 28 s, įpurškimo laikas – 12 s, sukonfigūruotas kontrolinis šabloninis BinSet – trumpų pasikartojančių tandemų rinkinys, vadovaujantis Canine ISAG STR Parentage KIT

(2014) instrukcijose nurodytomis alelių dydžių gairėmis.

Literatūra

1. Lee, HJ., Lee, J.W., Jeong, S.J. et al. How many single nucleotide polymorphisms (SNPs) are needed to replace short tandem repeats (STRs) in forensic applications?. *Int J Legal Med* 131, 1203–1210 (2017). <https://doi-org.db.kaunokolegija.lt/10.1007/s00414-017-1564-z>
2. Liacre, A., Tobe, S. (2013). *Wildlife DNA analysis; applications in forensic science*. Reference & Research Book News, 28(4). Ringgold, Inc.
3. American Kennel Club. Breen, M., Rosman, P. S., Dunn, M., (2020). *Canine Genetic Testing – Introduction to the Technologies*. [žiūrėta 2022-01-26]. Prieiga per internetą: <https://www.akcchf.org/educational-resources/library/articles/canine-genetic-testing.html>
4. Lietuvos Kinologų draugijos tarybos patvirtinta 2020 m. liepos 7 d. LKD šunų veisimo nuostatai [žiūrėta 2022-02-20] Prieiga per internetą: https://www.kinologija.lt/media/file/Dokumentai/Reglamentai/LKD_veisimo_nuostatai_2021-07-06.pdf
5. Lietuvos Kinologų draugijos tarybos sprendimu patvirtintas 2017 m. lapkričio 29 d. Genetinio profilio (dnr) tyrimo atlikimo tvarka. [žiūrėta 2022-02-28] Prieiga per internetą: [LKD_DNR-20171.pdf](https://www.kinologija.lt/media/file/LKD_DNR-20171.pdf) (kinologija.lt)
6. Butler, John M. (2011). *Advanced Topics in Forensic DNA Typing: Methodology*. San Diego: Elsevier Academic Press. pp. 99–100. ISBN 9780123745132.

RINKODAROS VEIKSNIAI, LEMIANTYS GYVENTOJŲ VAISTINIŲ PREPARATŲ PASIRINKIMĄ BIRŽŲ MIESTE

Austėja Jaraminaitė

Farmakotechnikos studijų programa

Kauno kolegija

Darbo vadovė – Regina Motienė

Išvadas

Pats geriausias informacijos skleidimo būdas visais laikais buvo reklama. Marketingo praktinė reikšmė bei pripažinimas Lietuvoje ėmė sparčiai didėti po 1991 metų, kai buvo nuspręsta eiti privačia iniciatyva ir nuosavybe pagrįstos Europos Sąjungą orientuotos rinkos ūkio sistemos kryptimi (Pranulis, Pajuodis, Urbonavičius ir Virvilaitė, 1999). Kad reklama vyktų sklandžiai ir būtų patenkinami vartotojų poreikiai, atsirado rinkodaros kompleksas, kitaip vadinamas „4P“. Šį kompleksą sudaro prekė (asortimentas, kokybė, dizainas, savybės, prekinis ženklas, pakuotė, aptarnavimas, garantijos); kaina (nustatymas, nuolaidos, apmokėjimo laikotarpis, kredito sąlygos); paskirstymas (pardavimo kanalai, rinkos aprėptis, asortimentas, vieta, sandėlio atsargos, transportavimas); rėmimas (reklama, asmeninis pardavimas, pardavimų skatinimas, ryšiai su visuomene) (Vijeikis, 2003). Nors reklama gyvavo dar nuo XX a., tačiau pradžioje teisinio reguliavimo beveik nebuvo. Teisinis vaistinių preparatų reguliavimas prasidėjo XX a.

Problema – kokie yra rinkodaros veiksniai, lemiantys gyventojų preparatų pasirinkimą Biržų mieste?

Objektas – rinkodaros veiksniai, lemiantys vaistinių preparatų pasirinkimą.

Tikslas – įvertinti rinkodaros veiksnius, lemiančius gyventojų vaistinių preparatų pasirinkimą Biržų mieste.

Uždaviniai:

1. Apibrėžti farmacinės rinkodaros sampratą ir raidą teoriniu aspektu.
2. Aprašyti farmacinės rinkodaros komplekso elementus ir jų teisinį reguliavimą.
3. Nustatyti farmacinės rinkodaros veiksnius, darančius įtaką vaistinių preparatų įsigijimui.

Reikšminiai žodžiai: gyventojai, rinkodaros veiksniai, vaistiniai preparatai.

Metodologija

Tyrimė taikyta kiekybinė tyrimo strategija. Duomenų rinkimo metodas – internetinė apklausa. Gauti rezultatai interpretuojami lentelėmis bei grafikais. Tyrimė dalyvavo 187 Biržų miesto gyventojai.

Rezultatai

Rezultatai rodo, jog dauguma Biržų miesto gyventojų visuomenės vaistinėje lankosi bei perka vaistinius preparatus kartą 26,6 % (n=50) arba kelis kartus 14,9

% (n=28) per mėnesį. Gyventojai pritaria, jog, atvykus į visuomenės vaistinę, jiems yra suteikiama farmacinė paslauga 70,7 % (n=133). Reklamos įtaka nežymi, kadangi tik 11,2 % (n=21) vaistinius preparatus įsigyja po matytos reklamos. Dauguma gyventojų yra linkę vaistus pirkti pasikonsultavę su savo šeimos gydytojais 29,8 % (n=56) arba farmacijos specialistais 37,2 % (n=70). Rinkdamiesi nereceptinius vaistinius preparatus, dėmesį kreipia į vaisto farmacinę formą 45,2 % (n=85), poveikį 62,2 % (n=117), sudedamąsias dalis 35,1 % (n=66) bei į vaisto galiojimo laiką 34 % (n=64). Dažniausiai pastebimos reklamos yra socialiniuose tinkluose 45,7 % (n=86), televizijoje 44,1 % (n=83) bei vaistinės vitrinose 42,6 % (n=80). Reklamos dažniausiai pastebimi aspektai yra paveikslai, nuotraukos 63,8 % (n=120); reklamos tekstas 40,4 % (n=76); spalvos 37,8 % (n=71). Gyventojai visuomenės vaistinę pasiekia greitai ir patogiai, kadangi lankosi toje vaistinėje, kuri yra šalia namų 47,9 % (n=90).

Išvados

1. Farmacinė rinkodara yra vaistinių preparatų pardavimo skatinimas, naudojantis reklamomis. Lietuvoje marketingo pripažinimas pradėjo didėti tik po 1991 metų.
2. Rinkodara yra paremta „4p“ kompleksu, kurį sudaro prekė, kaina, paskirstymas bei rėmimas. Ilgą laiką vaistiniai preparatai buvo reklamuojami be jokių teisinių reguliavimų, iki kol ilgainiui atsirado griežti reikalavimai, t. y. prasidėjo teisinis reguliavimas.
3. Biržų miesto gyventojai yra linkę pirkti nereceptinius vaistinius preparatus kartą per mėnesį. Tokį elgesį gali lemti tai, jog dauguma vengia pirkti nereceptinius vaistinius preparatus, jeigu jų netrūksta ar nereikia, nors jiems ir būna taikomi specialūs pasiūlymai. Besirenkant nereceptinį vaistinį preparatą, gyventojams rūpi tai, koks vaisto poveikis, galiojimo laikas, sudedamosios dalys bei pati farmacinė forma.

Literatūra

1. Pranulis E., Pajuodis A., Urbonavičius S., Virvilaitė R. (1999). Marketingas. Leidykla „Eugrimas“.
2. Vijeikis J., (2003). Rinkodara. Nuo klasikinės teorijos iki šiuolaikinio pritaikymo. Leidykla „Rosma“.

BŪSIMŪJŲ SLAUGYTOJŲ NUOMONĖ APIE PACIENTŲ KOMFORTO VERTINIMĄ

Viktorija Jarašiūtė, Irmida Čekavičiūtė

Bendrosios praktikos slaugos studijų programa

Kauno kolegija

Darbo vadovė – Dalė Smaidžiūnienė

Įvadas

Komfortas apibrėžiamas kaip teigiama būseną, pasiekiamą aktyviai, pasyviai arba bendradarbiaujant atliekant komforto intervencijas. Komfortas laikomas tiesiogine, holistine patirtimi, nes tai yra dinamiška daugiafaktorinė asmens būseną, kuri suteikia jėgų (Bosch-Alcaraz, A. ir kiti, 2020). Komfortas yra svarbus slaugos aspektas, jis suteikia pacientui galimybę jaustis visokeriopa stipresniam bei leidžia greičiau sveikti ar patirti ramią mirtį (Coelho A. ir kiti, 2017). Berntzen ir kiti (2020) teigia, kad patirtas diskomfortas gali būti pacientą traumuojanti patirtis, kuri demotyvuoja sveikimo procese. Alasad ir kiti (2015) prideda, jog tai sukelia vėlesnių psichologinių padarinių: gali sukelti nerimą bei turėti įtakos miego ciklo, imuninės sistemos sutrikimams, mažina atsparumą infekcijoms bei blogina žaizdų gijimą. Tad paciento komforto lygio vertinimas tampa svarbiu aspektu siekiant užtikrinti paciento komfortą. Lietuvoje nėra tradicijos vertinti pacientų komfortą, o žvelgiant į užsienio šalis, K. Kolcaba (JAV) yra sukūrusi komforto vertinimo klausimynus, tokius kaip „Bendrasis komforto vertinimo klausimynas“ ir „Patogaus elgesio kontrolinis sąrašas“. Pirmasis skirtas vertinti sąmoningiems ir verbaliems pacientams, antrasis – nesąmoningiems ir neverbaliems pacientams. Tyrimo problema - kokia būsimųjų slaugytojų nuomonė apie pacientų komforto vertinimą? Tyrimo objektas - būsimųjų slaugytojų nuomonė apie pacientų komforto vertinimą. Tyrimo tikslas – atskleisti būsimųjų slaugytojų nuomonę apie pacientų komforto vertinimą.

Uždaviniai:

1. Apibūdinti komforto ir diskomforto sampratą.
2. Aprašyti komforto vertinimo klausimynus.
3. Nustatyti būsimųjų bendrosios praktikos slaugytojų nuomonę apie pacientų komforto užtikrinimą.

Reikšminiai žodžiai: pacientų komfortas, slauga.

Metodologija

Darbe naudota mokslinės literatūros analizė, BPS III kurso studentų apklausa raštu ir statistinė aprašomoji analizė. Tyrimui buvo sukurtas specialus 7 klausimų klausimynas, kurį savanoriškai užpildė 51 BPS III kurso studentas. Tyrimo imtis – netikimybinė tikslinė. Tyrimas vyko naudojant internetinę platformą Google Forms. Apklausa vyko nuo 2022 03 06 iki 2022 03 12.

Rezultatai

Dauguma (90 proc.) respondentų sutiko, jog, slaugant pacientą, labai svarbu užtikrinti komfortą, tačiau nedidelė dalis (2 proc.) su tuo visiškai nesutiko. Tyrimas parodė, kad beveik trečdalis (27 proc.) apklausoje dalyvavusių studentų mano, kad fizinis diskomfortas yra svarbiausias, tačiau daugiau nei du dešimtadaliai (22 proc.) studentų visiškai su tuo nesutiko. Beveik septyni dešimtadaliai (67 proc.) apklaustųjų sutiko, jog fizinis diskomfortas dažniausiai pasireiškia skausmu. Trys ketvirtadaliai (75 proc.) respondentų sutiko, jog dvasinis, fizinis, socialinis, aplinkos komfortai yra vienodai svarbūs, o labai nedidelė dalis (2 proc.) su tuo visiškai nesutiko. Truputį daugiau nei aštuoni dešimtadaliai (84 proc.) respondentų sutiko, jog komforto užtikrinimui reikalinga multidisciplininė komanda, truputį daugiau nei dešimtdalis (14 proc.) laikėsi neutralios nuomonės ir nedidelė dalis (2 proc.) su tuo nesutiko. Pusė (51 proc.) respondentų mano, kad rūpintis dvasiniu paciento komfortu nėra slaugytojo pareiga ir vos penktadalis (20 proc.) mano teigiamai. Beveik pusė respondentų, (47 proc.) atsakė, jog nesutinka su teiginiu, kad socialinis–kultūrinis komfortas nėra slaugytojo kompetencija, visgi beveik trečdalis (27 proc.) mano, kad yra.

Išvados

1. Komfortas apibrėžiamas kaip teigiama būseną, kuri pasiekiamą aktyviai, pasyviai arba bendradarbiaujant atliekant komforto intervencijas. Diskomfortas suprantamas kaip funkcionuojančio kūno, protinių funkcijų, kūno vientisumo funkcijos praradimas.
2. Lietuvoje komforto vertinimo tradicijos nėra, užsienyje yra sukurti komforto vertinimo klausimynai: „Bendrasis komforto vertinimo klausimynas“, skirtas vertinti sąmoningiems ir verbaliems pacientams ir „Patogaus elgesio kontrolinis sąrašas“, skirtas nesąmoningiems ir neverbaliems pacientams.
3. Dauguma būsimųjų bendrosios praktikos slaugos studentų mano, jog slaugant labai svarbu užtikrinti komfortą. Taip pat jie mano, jog yra svarbus visapusiškas komfortas, o fizinis diskomfortas dažniausiai pasireiškia skausmu. Respondentų nuomone, komforto užtikrinimui reikalinga multidisciplininė komanda. Jie mano, kad slaugytojo pareiga yra užtikrinti dvasinį komfortą. Didesnė dalis nesutinka, jog

socialinio-kultūrinio komforto užtikrinimas yra slaugytojo pareiga.

Literatūra

1. Alasad, J. A., Abu Tabar, N., & Ahmad, M. M. (2015). Patients' experience of being in intensive care units. *Journal of critical care*, 30(4), . doi.org/10.1016/j.jcrc.2015.03.021
2. Berntzen, H., Bjørk, I. T., & Wøien, H. (2018). "Pain relieved, but still struggling"-Critically ill patients experiences of pain and other discomforts during analgesedation. *Journal of clinical nursing*, 27(1-2), e223–e234. doi.org/10.1111/jocn.13920
3. Bosch-Alcaraz, A., Jordan, I., Rodríguez-Martín, D., & Falcó-Pegueroles, A. (2020). Meaning and comfort factors in the paediatric intensive care unit from an adult perspective: a descriptive phenomenological study. *Scandinavian journal of caring sciences*, 34(3), 627–635. doi.org/10.1111/scs.12764
3. Coelho A, Parola V, Cardoso D, Bravo ME, Apóstolo J. (2017) Use of non-pharmacological interventions for comforting patients in palliative care: a scoping review. *JBISRIR-2016-003204*. PMID: 28708751

KELMĖS MIESTO GYVENTOJŲ POŽIŪRIS Į GYVENSENOS ĮPROČIŲ POKYČIUS COVID-19 PANDEMIJOS LAIKOTARPIU

Monika Jurgelevičiūtė

Farmakotechnikos studijų programa

Kauno kolegija

Darbo vadovė – Regina Motienė

Įvadas

Pirmą kartą apie COVID-19 virusą pranešta 2019 m. gruodžio 31 d. Uhane, Kinijoje, kaip skelbia Pasaulio sveikatos organizacija. COVID-19 pandemija pakeitė daugumos gyventojų kasdienybę, jų gyvenimo būdą. Dėl užsidarymo namuose daugiau gyventojų jautė stresą, keitė savo gyvenimo įpročius, tokius kaip mityba, fizinis aktyvumas ir kt. Prancūzijoje 2020 metais Constant, Conserve, Gallopel-Morvan ir Raude atliktas tyrimas parodė, jog COVID-19 pandemija ir užsidarymas namuose lėmė gyventojų nesveikus gyvenimo įpročius. Farmacijos specialistai vieni iš greičiausiai prieinamų medicinos srities darbuotojų ir turintys didelį žmonių pasitikėjimą, todėl gali konsultuoti gyventojus dėl gyvenimo įpročių keitimo, sveikos gyvenimo, užkertant kelią ligų atsiradimui arba jų simptomų mažinimui.

Tyrimo problema – kaip pasikeitė gyventojų gyvenimo įpročiai COVID-19 pandemijos laikotarpiu?

Tyrimo tikslas – atskleisti gyventojų gyvenimo įpročių pokyčius COVID-19 pandemijos laikotarpiu.

Uždaviniai:

1. Aprašyti gyvenimo įpročių sampratą teoriniu aspektu.
2. Išanalizuoti mokslinę literatūrą apie gyventojų gyvenimo įpročius COVID-19 pandemijos laikotarpiu.
3. Nustatyti respondentų gyvenimo įpročius prieš COVID-19 pandemijos laikotarpį ir jos metu.

Reikšminiai žodžiai: COVID-19 pandemija, farmacijos specialistas, gyvenimo įpročiai.

Metodologija

Tyrimo naudota kiekybinė tyrimo strategija, kurios tikslas – atskleisti respondentų gyvenimo įpročių pokyčius COVID-19 pandemijos laikotarpiu. Duomenų rinkimo metodas - internetinė apklausa. Duomenų analizės metodas – aprašomosios statistikos skaičiavimai. Tyrimo dalyvavo 154 Kelmės miesto gyventojai.

Rezultatai

Gauti rezultatai parodė, kad 39 proc. respondentų turėjo žalingų įpročių ir tik 17,5 proc. iš jų pastebėjo žalingų medžiagų vartojimo padažnėjimą pandemijos laikotarpiu. Kaip teigė 14,8 proc. respondentų, to priežastis – pandemijos metu jaučiamas stresas.

Daugiau nei trečdalis respondentų nurodė, kad pandemijos laikotarpiu jų fizinis aktyvumas padidėjo; 60,7 proc. daugiau laiko praleidžiantys lauke užsiimdami įvairia fizine veikla. Respondentai (13,6 proc.), įvardinę sumažėjusį fizinį aktyvumą, kaip priežastį nurodė sporto klubų uždarymą pandemijos laikotarpiu. Mitybos įpročių pokyčius pastebėjo mažiau nei pusė (43,5 proc.) respondentų. Iš jų 20,1 proc. padidino suvartojamų vaisių ir daržovių kiekį, 12,1 proc. laikėsi dietos ir padidino greito maisto vartojimą. Apie pailgėjusią miego trukmę pranešė 16,2 proc. respondentų, kaip priežastį nurodėdami, jog darbo ar studijų metu iš namų nereikdavo vykti į vietą. Taip pat geresnę miego kokybę pandemijos laikotarpiu pastebėjo daugiau nei dešimtadalis (16,2 proc.) respondentų. To priežastis buvo darbas ar studijos iš namų, o tai sukėlė mažiau streso (41,8 proc.).

Išvados

1. Gyvenimo įpročiai yra kasdienės žmogaus veiklos įpročių visuma, apimanti mitybą, fizinį aktyvumą, miegą, žalingų medžiagų vartojimą ir kitas dienos veiklas.
2. COVID-19 pandemija pakeitė gyventojų gyvenimo įpročius. Pastebimi kitokie gyvenimo įpročiai nei prieš pandemiją: fizinio aktyvumo padidėjimas, sveikos mitybos laikymasis, tačiau ir greito maisto, konditerijos gaminių vartojimas. Padidėjo žalingų medžiagų, tokių kaip alkoholis, tabakas vartojimas.
3. COVID-19 pandemijos laikotarpiu pastebimi teigiami Kelmės gyventojų gyvenimo įpročių pokyčiai: suvartojama daugiau vaisių ir daržovių nei prieš pandemiją, padidėjęs fizinis aktyvumas, daugiau laiko praleidžiama lauke, pagerėjusi miego kokybė.

Literatūra

1. Constant, A., Conserve, D. F., Gallopel-Morvan, K., & Raude, J. (2020). Socio-cognitive factors associated with lifestyle changes in response to the COVID-19 epidemic in the general population: results from a cross-sectional study in France. *Frontiers in Psychology*
2. World Health Organization (2020). Listings of WHO's response to COVID-19. Prieiga internete: <https://www.who.int/news/item/29-06-2020-covidtimeline>.

MOTERŲ NUOMONĖ APIE HIPERHIDROZĘ IR PROBLEMAS MAŽINIMO BŪDUS

Karolina Jutkevičiūtė

Kosmetologijos studijų programa

Kauno kolegija

Darbo vadovė – Sigita Zlatkuvienė

Ivadas

Gausus prakaitavimas neigiamai veikia žmonių gyvenimo kokybę, kasdieninę veiklą, trukdo profesiniam produktyvumui, bendravimui bei sukelia emocinius išgyvenimus (Mcconaghy ir kt., 2018). Kūno kvapas yra dažna problema, galinti smarkiai paveikti žmogaus gyvenimo kokybę. Nors pagrindinės jo priežastys dažnai yra susijusios su asmens higiena, kūno kvapas kai kuriais atvejais gali rodyti sveikatos būklės problemas (Soliman, 2021).

Tyrimo objektas – moterų nuomonė apie hiperhidrozę ir problemas mažinimo būdus.

Tyrimo problema – kokia yra moterų nuomonė apie hiperhidrozę ir problemas mažinimo būdus?

Tyrimo tikslas – atskleisti moterų nuomonę apie hiperhidrozę ir problemas mažinimo būdus.

Uždaviniai:

1. Išskirti prakaitavimo reikšmę organizmui bei galimus prakaitavimo sutrikimus.
2. Aprašyti hiperhidrozės mažinimo būdus ir galimą šalutinį poveikį.
3. Nustatyti moterų nuomonę apie hiperhidrozę ir problemas mažinimo būdus.

Reikšminiai žodžiai: moterys, nuomonė, hiperhidrozė.

Metodologija

Duomenų rinkimo metodas – internetinė apklausa, kadangi pasirinkta kiekybinė tyrimo strategija. Naudota grafinė duomenų analizė, kurios tikslas – išanalizuoti tyrimo metu gautus rezultatus *Microsoft Excel 2016* programa. Tyrime dalyvavo 108 respondentės. Patogioji, tikslinė atranka: moterys virš 18 metų.

Rezultatai

Tyrimo duomenys rodo, kad didžiajai daliai apklausoje dalyvavusių moterų (47,2 proc., n=51), prakaitavimas sukelia neigiamą psichologinį bei fiziologinį poveikį. Daugiau nei pusė moterų (58,30 proc., n=63) nerimauja dėl prakaito kvapo, nors prakaitavimo lygis respondentėms yra vidutinio intensyvumo. Prakaito kvapui slopinti yra skirti dezodorantai ir kristaliniai dezodorantai. Tačiau dažniausiai naudojamos kosmetinės priemonės yra antiperspirantai, naudojami kartą per dieną higienos tikslais ir prakaito kvapui maskuoti. Tai parodo, jog respondentės neskiria dezodorantų funkcijos nuo antiperspirantų. Dauguma moterų (93,7 proc., n=104) nėra bandžiusios kitų hiperhidrozės mažinimo būdų. Didžioji dalis respondenčių (47 proc., n=54) nėra bandžiusios natūralių priemonių.

Dauguma (70,4 proc.; n=76) nesidomi priemonių sudėtimi, nors nemažai moterų yra susidūrusios su šalutiniu poveikiu, tokiu kaip odos niežulys, paraudimas, sudirgimas ir bėrimai. Tik kelios moterys (4,6 proc., n=5) dėl gausaus prakaitavimo kreipėsi į gydytojus ir išbandė botulino toksino injekcijas bei anticholinerginius vaistus. Atsižvelgiant į respondentžių atsakymus, galima teigti, kad toks poreikis nėra žymus.

Išvados

1. Prakaitavimas yra svarbi organizmo termoreguliacinė funkcija. Prakaitas palaiko odos epidermio barjerą tiekiant drėgmę. Prakaito liaukos gamina antimikrobines medžiagas (dermcidiną, katelicidiną ir laktoferiną), kurie saugo organizmą nuo odos infekcijų. Su prakaitu išsiskiria organiniai junginiai ir sunkieji metalai (arsenas, kadmis, švinas ir gyvsidabris). Galimi įvairūs prakaitavimo sutrikimai: bromhidrozė (gausus prakaitavimas, lydymas specifinio kvapo); hiperhidrozė (būklė, kuriai būdingas didesnis prakaitavimas nei būtina termoreguliacijai); anhidrozė (negebėjimas prakaituoti); hipohidrozė (būklė, kai žmogus prakaituoja mažiau nei įprastai).
2. Hiperhidrozei mažinti naudojamos kosmetinės priemonės ir medikamentai. Antiperspirantai yra skirstomi į dvi funkcinių aliuminio ir cirkonio veikliųjų medžiagų kategorijas. Alternatyvus natūralus kristalinis dezodorantas iš kalio aliuminio sulfato, nors ir nestabdo prakaitavimo, veikia antimikrobiškai, padeda kontroliuoti bakterijų, sukeliančių kvapą, augimą. Kai kosmetinės priemonės nebepadeda, tikslinga bandyti botulino toksino injekcijas, mikrobangų bei jonoforezės terapiją ir anticholinerginius vaistus. Galimas kosmetinių priemonių šalutinis poveikis: odos sudirgimas, patinimas, pleiskanojanti oda, bėrimai, cistos ir kt.
3. Tyrimo duomenys rodo, kad didžiajai daliai apklausoje dalyvavusių moterų prakaitavimas sukelia neigiamą psichologinį ir fiziologinį poveikį. Daugiau nei pusė moterų nerimauja dėl prakaito kvapo, nors prakaitavimo lygis respondentėms yra vidutinio intensyvumo. Dažniausiai pasirenkamos priemonės yra antiperspirantai, naudojami kartą per dieną higienos tikslais ir prakaito kvapui maskuoti. Didžioji dalis apklaustųjų nesidomi priemonių sudėtimi, nors nemažai moterų yra susidūrusios su šalutiniu poveikiu: odos niežuliu, paraudimu,

sudirgimu ir bėrimais. Kiti hiperhidrozės mažinimo būdai (botulino toksino injekcijos, mikrobangų ir jonoforezės terapija, anticholinerginiai vaistai, natūralios priemonės) naudojami itin retai, todėl galima teigti, kad antiperspirantai tenkina daugumos moterų lūkesčius.

Literatūra

1. Mcconaghy, J. R., Fosselman, D. (2018). American Family Physician „Hyperhidrosis: Management options“. The Ohio State University Wexner Medical Center, Columbus, Ohio Am Fam Physician.;97(11):729-734. [Žiūrėta 2022 m. Kovo 15 d.]. Prieiga per internetą: <https://www.aafp.org/afp/2018/0601/p729.html>
2. Soliman, M. (2021). MedicalNewsToday „What to know about body odor“. [Žiūrėta 2022 m. Vasario 1 d.]. Prieiga per internetą: https://www.medicalnewstoday.com/articles/173478#_noHeaderPrefixedContent

PUSIAUSVYROS IR PROPRIOCEPCIJOS LAVINIMO PRATIMŲ POVEIKIS LEDO RITULIO ŽAIDĖJŲ PUSIAUSVYRAI IR KELIO KRYŽMINIŲ RAIŠČIŲ TRAUMŲ PREVENCIJAI

Agnė Karvelytė

Kineziterapijos studijų programa

Lietuvos sporto universitetas

Darbo vadovė – dr. Saulė Sipavičienė

Įvadas

Ledo ritulys tampa viena iš sparčiai populiarėjančių sporto šakų, tačiau šiame sporte nuolat keliamas susirūpinimas dėl didelių traumų skaičiaus. Nors dauguma ledo ritulio traumų yra kontaktinės, tačiau apie 15 % jų sudaro nekontaktinės raumenų ir kaulų sistemos traumos (Popkin, Schulz, Park, Bottiglieri & Lynch, 2016). Priekinių kryžminių raiščių traumas yra trečia pagal dažnumą patiriama kelio trauma ledo ritulyje. Naujausi profesionalių vyrų ledo ritulio žaidėjų duomenys rodo, kad PKR traumas patyrimas ir rekonstrukcija neigiamai veikia karjeros trukmę ir rezultatyvumą (Capin ir kt., 2017). Avery ir kiti autoriai (2018) nustatė sezono metu dinaminės pusiausvyros sumažėjimą ledo ritulio žaidėjams, o tai gali padidinti riziką patirti ūmią traumą, todėl treneriai turi atsižvelgti į dinaminės pusiausvyros treniruotes tiek ant ledo, tiek be jo. Manoma, kad propriocepcijos ir pusiausvyros lavinimas gali pagerinti neuroraumeninę kontrolę, kad būtų pagerintas dinaminis kelio stabilumas (Akbari, Ghiasi & Hosseinifar, 2015).

Problema – koks pusiausvyros ir propriocepcijos lavinimo pratimų poveikis ledo ritulio žaidėjų statinei ir dinaminei pusiausvyrai ir kelio kryžminių raiščių traumų prevencijai?

Objektas – ledo ritulio žaidėjų statinė ir dinaminė pusiausvyra ir kelio kryžminių raiščių traumų prevencija.

Tikslas – nustatyti pusiausvyros ir propriocepcijos lavinimo pratimų poveikį ledo ritulio žaidėjų pusiausvyrai ir kelio kryžminių raiščių traumų prevencijai.

Uždaviniai:

1. Įvertinti pusiausvyros ir propriocepcijos lavinimo pratimų programos poveikį ledo ritulio žaidėjų pusiausvyrai.
2. Įvertinti pusiausvyros ir propriocepcijos lavinimo pratimų programos poveikį ledo ritulio žaidėjų traumų rizikai.
3. Palyginti 6 savaičių pusiausvyros ir traumų rizikos pokyčius tarp ledo ritulio žaidėjų, kuriems buvo taikyta pusiausvyros ir propriocepcijos lavinimo pratimų programa, ir tarp žaidėjų, kuriems nebuvo taikyta pratimų programa.

Reikšminiai žodžiai: kelio kryžminiai raiščiai, ledo ritulys, pusiausvyra, propriocepcija, traumų prevencija

Metodologija

Atliktame kiekybiniame tyrime dalyvavo 20 sveikų vyrų, profesionaliai žaidžiančių ledo ritulį, kurių amžius 18-40 metų. Tiriamieji atsitiktine tvarka paskirstyti į tiriamąją (n=10) ir kontrolinę (n=10) grupes. Tyrimui atlikti buvo naudojamas flamingo testas, skirtas statinei pusiausvyrai įvertinti. Modifikuotas žvaigždės nuokrypio testas, skirtas dinaminei pusiausvyrai ir traumų rizikai įvertinti, funkcinis judesių vertinimas (FMS), skirtas įvertinti esminius judesio modelius ir traumų riziką. Testavimai atlikti prieš ir po tyrimo. Tyrimas truko 6 sav. (2 kartus per savaitę, 45 min.). Statistinė duomenų analizė buvo atlikta naudojant IBM SPSS Statistics 22 ir Microsoft Office Excel 2016 programinius paketus. Rezultatų skirtumai laikyti statistiškai reikšmingais, kai apskaičiuotas reikšmingumo lygmuo $p < 0,05$.

Rezultatai

Tiriamajoje grupėje po 6 sav. statistiškai reikšmingai pagerėjo dešinės ir kairės kojos statinė pusiausvyra ($p < 0,05$), dešinės ir kairės kojos dinaminė pusiausvyra priekine, posteromedialine, posterolateraline kryptimis ($p < 0,05$), tačiau funkciniai judesių modeliai statistiškai reikšmingai nepakito ($p > 0,05$). Kontrolinėje grupėje po 6 sav. dešinės ir kairės kojos statinė ir dinaminė pusiausvyra, funkciniai judesių modeliai statistiškai reikšmingai nepakito ($p > 0,05$).

Nustatytas statistiškai reikšmingas rezultatų skirtumas tarp grupių kairės ir dešinės kojos dinaminės pusiausvyros posteromedialine ir posterolateraline kryptimis ($p < 0,05$) ir dešinės kojos statinės pusiausvyros ($p < 0,05$). Tiriamosios grupės rezultatai buvo geresni palyginti su kontroline grupe.

Išvados

1. Po pusiausvyros ir propriocepcijos lavinimo pratimų taikymo pagerėjo ledo ritulio žaidėjų statinė ir dinaminė pusiausvyra.
2. Po pusiausvyros ir propriocepcijos lavinimo pratimų taikymo sumažėjo ledo ritulio žaidėjų traumų rizika.
3. Po 6 savaičių pusiausvyros ir propriocepcijos lavinimo pratimų taikymo pagerėjo ledo ritulio žaidėjų statinė ir dinaminė pusiausvyra bei sumažėjo traumų rizika, o žaidėjų, kuriems nebuvo taikyta pratimų programa, statinė ir

dinaminė pusiausvyra bei traumų rizika nepakito.

Literatūra

1. Akbari, A., Ghiasi, F., Mir, M., & Hosseinifar, M. (2015). The Effects of Balance Training on Static and Dynamic Postural Stability Indices After Acute ACL Reconstruction. *Global journal of health science*, 8(4), 68–81. <https://doi.org/10.5539/gjhs.v8n4p68>
2. Avery, M., Wattie, N., Holmes, M., & Dogra, S. (2018). Seasonal Changes in Functional Fitness and Neurocognitive Assessments in Youth Ice-Hockey Players. *Journal of strength and conditioning research*, 32(11), 3143–3152. <https://doi.org/10.1519/JSC.0000000000002399>
3. Capin, J. J., Behrns, W., Thatcher, K., Arundale, A., Smith, A. H., & Snyder-Mackler, L. (2017). On-Ice Return-to-Hockey Progression After Anterior Cruciate Ligament Reconstruction. *The Journal of orthopaedic and sports physical therapy*, 47(5), 324–333. <https://doi.org/10.2519/jospt.2017.7245>
4. Popkin, C. A., Schulz, B. M., Park, C. N., Bottiglieri, T. S., & Lynch, T. S. (2016). Evaluation, management and prevention of lower extremity youth ice hockey injuries. *Open access journal of sports medicine*, 7, 167–176. <https://doi.org/10.2147/OAJSM.S118595>

VISUOMENĖS PASIRENGIMAS TEIKTI PIRMAJĄ MEDICINOS PAGALBĄ TRAUMŲ ATVEJAIS

Nojus Katkevičius

Bendrosios praktikos slaugos studijų programa

Kauno kolegija

Darbo vadovė – Rima Januškevičiūtė

Įvadas

Mirtingumo statistiniai duomenys (Centers for disease Control and Prevention, 2020, Population reference bureau, 2012, Eurostat, 2020) rodo, kad JAV ir Europoje 18-29 m. amžiaus jaunimas daugiausia mirčių patiria dėl traumų. Nors mirtingumą lemia daug dalykų, esminis jų yra pagalbos teikimas nukentėjusiajam pirmomis akimirkomis ištikus traumai (Raja ir Zane, 2020). Svarbu objektyviai įvertinti visuomenės pasirengimą teikti pagalbą, jog būtų galima susidaryti išpūdį kuri dalis mirtingumo priklauso nuo nepakankamo ar prasto pasirengimo, o kuri – nuo kitų rodiklių.

Problema – koks visuomenės pasirengimas teikti pirmąją medicinos pagalbą traumų atvejais?

Tikslas – įvertinti visuomenės pasirengimą teikti pirmąją medicinos pagalbą traumų atvejais.

Uždaviniai:

1. Nustatyti visuomenės psichologinį pasirengimą teikti pirmąją medicinos pagalbą traumų atvejais;
2. Nustatyti visuomenės žinias, reikalingas teikti pirmąją medicinos pagalbą traumų atvejais.

Reikšminiai žodžiai: pirmoji pagalba, trauma, nukentėjusysis, pagalbą teikiantis asmuo, gaivintojas.

Metodologija

Taikyta kiekybinė tyrimo strategija, duomenų rinkimui naudota apklausa internetu. Duomenys apdoroti taikant aprašomąją analizę. Tyrime dalyvavo medicininio išsilavinimo neturintys gyventojai.

Tyrime dalyvavo 114 respondentų, iš jų – 53 proc. moterų ir 47 proc. vyrų. 60 proc. respondentų buvo 18-23 metų, 25 proc. respondentų buvo 24-30- metų, 11 proc. respondentų buvo 31-40 metų amžiaus. Pavieniai respondentai (atitinkamai < 2 proc., < 2 proc. ir < 1 proc.) buvo 41-50-ies, 51-60-ies ir 61-70-ies metų amžiaus. 53 proc. respondentų turėjo vidurinį išsilavinimą, 32 proc. respondentų – aukštąjį universitetinį išsilavinimą, 10 proc. - aukštąjį neuniversitetinį išsilavinimą, 5 proc. - profesinį išsilavinimą. Pagal surinktus tyrimo duomenis apie respondentų profesijas dauguma buvo studentai, tačiau buvo ir menininkų, inžinierių, administratorių ir vadybininkų, IT specialistų, verslininkų, organizatorių ir komunikacijų ekspertų, keletas dvasininkų ir teologų.

Rezultatai

Tyrimas atskleidė, jog psichologinis visuomenės pasirengimas teikti pagalbą yra geras. 70 proc. respondentų nejaučia kraujo baimės, 52 proc. respondentų teiktą pagalbą nepažįstamam žmogui, nors ir jaustūsi nekomfortabiliai, 70 proc. respondentų nesijaustų komfortabiliai teikdami pagalbą neblaiviam asmeniui, tačiau pagalbos veiksmus vis tiek atliktų.

89 proc. respondentų nurodė, jog jiems yra tekę teikti pirmąją medicinos pagalbą sunkios traumos atveju. Paklausti, ar jautė paniką teikdami pirmąją pagalbą sunkios traumos atveju, 54 proc. respondentų nurodė, jog panikos nejautė, o 46 proc. – paniką jautė, tačiau jiems pavyko nusiraminti ir tęsti pirmosios pagalbos teikimą.

Respondentų žinios, būtinos pirmajai medicinos pagalbai teikti, yra nepakankamos. 75 proc. respondentų nurodė, jog niekuomet nėra teikę pirmosios medicinos pagalbos savarankiškai, 29 proc. respondentų kažkada mokėsi kraujavimo stabdymo turniketu teorijos, tačiau jau nebeprisimena išmoktų žinių, 53 proc. respondentų nemoka atlikti kaklo imobilizavimo rankomis, 50 proc. respondentų žino, kaip atlikti širdies masažą su dirbtiniu kvėpavimu tik teoriškai, tačiau praktikoje veiksmų atlikti negalėtų. Paklausti, kaip vertina savo pirmosios pagalbos žinias, 45 proc. respondentų savo žinias vertina patenkinamai, 30 proc. – prastai, 14 proc. respondentų teigia, jog jų žinios yra nepakankamos, kad galėtų padėti nukentėjusiajam, 11 proc. respondentų savo žinias vertina gerai.

Išvados

1. Visuomenė psichologiškai yra gana gerai pasirengusi teikti pirmąją medicinos pagalbą traumų atvejais. Respondentai nurodė, jog, teikdami pagalbą, sugeba susitvarkyti su panika, stresu, nebijo riksmo, dauguma nebijotų teikti pagalbą neblaiviam ar nepažįstamam žmogui, dauguma nejaučia kraujo baimės. Pagrindinės priežastys, dėl kurių žmonės bijotų teikti pagalbą, yra kraujo baimė ar benamių, neblaivių asmenų baimė.
2. Visuomenė savo žiniomis yra nepakankamai gerai pasirengusi teikti pirmąją medicinos pagalbą traumų atvejais. Dauguma respondentų tik patenkinamai vertina savo pirmosios pagalbos žinias, o respondentų, gerai vertinančių savo žinias, yra mažuma. Daugumos

respondentų nuomone, jie gerai žino, kaip atlikti tik pradinį gaivinimą ir kraujavimo stabdymą, tuo tarpu žinių apie kaklo imobilizavimą rankomis, nukentėjusiojo pavertimą komandoje bei kraujavimo stabdymą turniketu dauguma respondentų turi nepakankamai. Nemaža dalis respondentų nurodė, jog yra pamiršę turėtas pirmosios pagalbos žinias.

Literatūra

1. Centers for Disease Control and Prevention. (2020). Adolescent Health. [žiūrėta 2021-10-16]. Prieiga per internetą: <https://www.cdc.gov/nchs/fastats/adolescent-health.htm>
2. Eurostat (2020). Being Young in Europe Today – health. [žiūrėta 2021-10-16]. Prieiga per internetą: https://ec.europa.eu/eurostat/statistics-explained/index.php?title=Being_young_in_Europe_today_-_health#Causes_of_death
3. Population Reference Bureau. (2012). Young U.S. Adults Vulnerable to Injuries and Violence. [žiūrėta 2021-10-16]. Prieiga per internetą: <https://www.prb.org/resources/young-u-s-adults-vulnerable-to-injuries-and-violence/>
4. Raja, A. & Zane, R.D. (2020). Initial management of trauma in adults. [žiūrėta 2021-10-26] Prieiga per internetą: https://www.uptodate.com/contents/initial-management-of-trauma-in-adults?source=related_link

VAISTINĖS PACIENTŲ NUOMONĖ APIE KOSMETINIŲ PRIEMONIŲ IR MAISTO PAPILDŲ VARTOJIMĄ ODOS PRIEŽIŪRAI

Liveta Kimtytė

Farmakotechnikos studijų programa

Kauno kolegija

Darbo vadovė - Danguolė Grūnovienė

Išvadas

Oda – vienas iš didžiausių ir svarbiausių mūsų organų, kuris lemia išvaizdą, apsaugo nuo infekcijų, išorinių mechaninių pažeidimų, reguliuoja kūno temperatūrą bei suteikia galimybę lytėti. Apie sveiką ir gražią odą svajoja didžioji dalis žmonių, kurie patiria tokias problemas, kaip odos išsausėjimas, pleiskanojimas, niežulys, tempimo jausmas, jautrumas, padidėjęs sebumo kiekis, spuogai ar pūliniai. Odos problemos kelia nemenką susirūpinimą visame pasaulyje, nes tai turi įtakos gyvenimo kokybei. Nemalonios odos problemos (niežėjimas, pleiskanojimas, skausmas ir t.t.) daro žalą tiek fizinei išvaizdai, tiek psichologiniam savimi. Odos sukeltas diskomfortas sutrikdo santykius su aplinkiniais, paskatina psichologinių problemų atsiradimą (Markevičiūtė ir Černulytė, 2018). 2017 metais atliktame tyrime įrodyta, kad žmonės, turinys probleminę odą, turi socialinių, emocinių ir psichologinių sutrikimų (Šniepienė, Gudaitytė, Urbonienė, 2019).

Odos priežiūros priemonės atlieka epidermio atkūrimo, uždegimo slopinimo funkcijas, padeda palaikyti drėgmės kiekį epidermyje, atkurti odos barjerinę funkciją, sumažina odos pleiskanojimą, sausumą bei padaro odą lygią. Kosmetikos produktuose yra drėkinamųjų, priešuždegimiškai, raminamai, antialergiškai veikiančių ingredientų (Zhao, Wang, Jiang ir Mu, 2020).

Svarbi odos priežiūros tendencija – geriamųjų papildų vartojimas, siekiant pagerinti odos išvaizdą bei struktūrą. Vis didesnis dėmesys skiriamas mitybai, kuri turi įtakos odos būklei. Daugybė atliktų klinikinių tyrimų parodė, kad maisto papildai išties pagerina odos būklę, atkuria odos struktūrą ir atliekamas funkcijas (Kalman ir Hewlings, 2020).

Tyrimo problema – kokia vaistinės pacientų nuomonė apie kosmetinių priemonių ir maisto papildų vartojimą odos priežiūrai?

Tyrimo objektas – vaistinės pacientų nuomonė apie kosmetinių priemonių ir maisto papildų vartojimą odos priežiūrai.

Tyrimo tikslas – atskleisti vaistinės pacientų nuomonę apie kosmetinių priemonių ir maisto papildų vartojimą odos priežiūrai.

Tyrimo uždaviniai:

1. Aprašyti odos problemas ir simptomus.
2. Apibendrinti kosmetines priemones ir maisto papildus, vartojamus odos priežiūrai.

3. Nustatyti vaistinės pacientų nuomonę apie kosmetinių priemonių ir maisto papildų vartojimą odos priežiūrai.

Reikšminiai žodžiai: kosmetinės priemonės, maisto papildai, odos priežiūra, odos problemos.

Metodologija

1. Mokslinės literatūros analizė, kurios tikslas – apibendrinti odos problemas ir simptomus, kosmetikos priemonių ir maisto papildų poveikį odai.
2. Duomenų rinkimo metodas – anketavimas internete vaistinės pacientams, siekiant išsiaiškinti jų nuomonę apie kosmetinių priemonių ir maisto papildų vartojimą odos priežiūrai.
2. Duomenų analizės metodas – grafinė duomenų analizė. Gauti rezultatai analizuoti bei apdoroti Microsoft Office Excel 2019 programa.
3. Tyrime dalyvavo 409 vaistinės pacientai, nuo 18 iki 66 metų, kurie vartoja kosmetikos priemones ir maisto papildus odos priežiūrai. Tiriamųjų imtis – paprastoji atsitiktinė.

Rezultatai

Daugumos respondentų nuomone, odos problemas lemia aplinkos veiksniai, veikiantys odą, vartojami vaistai, gyvenimo būdas, stresas. Dauguma respondentų patyrė paprastųjų spuogų, apgamų, pūslelinės viruso, paprastosios pūslelinės problemas. Respondentus dažniausiai vargina odos sausumas, bėrimas ir pleiskanojimas. Didžioji dalis tyrime dalyvavusių respondentų naudoja kosmetikos priemones, iš kurių dažniausiai prausiklį, kremą, apsaugą nuo saulės ir serumą. Tyrimu nustatyta, kad pusė respondentų vartoja maisto papildus odai ir dažniausiai renkasi vitaminus D, C, E, cinką ir žuvų taukus. Vartojami maisto papildai daugiausiai sumažino odos sausumą, atkūrė odos drėgmę bei skaistumą. Didžioji dalis respondentų, kurie kreipėsi į farmacijos specialistą, liko patenkinti suteikta visaverte konsultacija, bet penktadalio nuomone, farmacijos specialistai nepasidomi ligomis, vartojamais vaistais, alergija, o trečdalis teigimu, nepasiteirauja apie jau naudojamus kosmetikos priemones ir vartojamus maisto papildus.

Išvados

1. Labiausiai pasaulyje paplitusi lėtinė, uždegiminė odos liga yra paprastieji spuogai (aknė), kuria dažniausiai serga paaugliai. Aknės spuogų atsiradimui įtakos turi endogeniniai ir egzogeniniai veiksniai. Dauguma žmonių patiria

odos sausėjimo, pleiskanojimo, tempimo jausmo, niežulio, jautrumo bei padidėjusiu sebumo kiekiu problemas.

2. Kosmetikos ir farmacijos pramonė siūlo platų kosmetinių priemonių, pasižyminčių farmakologiniu veikimu, mažinančių odos problemas, asortimentą: prausiklių, drėkinamųjų priemonių, šveitiklių, dekoratyvinės kosmetikos. Kosmetinės priemonės pašalina susikaupusius nešvarumus, riebalinių liaukų išskiriamą sekretą, mažina arba pašalina keliamus diskomforto pojūčius, atkuria pažeistą odą, sustiprina ir apsaugo odą nuo aplinkos veiksnių. Maisto papildai, vitaminų šaltinis, kuris mitybos racioną papildo organizmui reikalingais elementais. Vitaminų stoka lemia odos problemų atsiradimo priežastis: sausumą, pleiskanojimą, spuogus, sumažina laisvųjų radikalų daromą žalą, spartina žaizdų gijimą.
3. Dažniausiai odos problemas lemia vartojami vaistai, gyvenimo būdas, stresas, aplinkos veiksniai. Dažniausiai varginantys simptomai yra odos sausumas, bėrimas ir pleiskanojimas. Didžioji dalis respondentų renkasi prausiklius, kremus ir apsaugą nuo saulės. Tyrimo metu nustatyta, kad vartojami vitaminai D, C, E, cinkas ir žuvų taukai sumažina odos sausumą, atkuria drėgmę bei skaistumą. Dauguma vaistinės pacientų teigia, kad farmacijos specialistai ne

visada pasidomi farmacijos specialistai nepasidomi ligomis, vartojamais vaistais, alergija, nepasiteirauja apie jau naudojamą kosmetikos priemones ir vartojamus maisto papildus.

Literatūra

1. Kalman, D. S., & Hewlings, S. (2020). The effect of oral hydrolyzed eggshell membrane on the appearance of hair, skin, and nails in healthy middle-aged adults: A randomized double-blind placebo-controlled clinical trial. *Journal of cosmetic dermatology*, 19(6), 1463-1472.
2. Markevičiūtė, A., & Černulytė, V. (2018). Retų odos ligų poveikis pacientų gyvenimo kokybei ir psichinei sveikatai. *Sveikatos mokslai= Health sciences in Eastern Europe*. Vilnius: Sveikatos mokslai, 2018, t. 28, Nr. 2.
3. Šniepienė G, Gudaitytė J, Urbonienė S,. Jaunų žmonių gyvenimo kokybės ir riebios veido odos sąsajos. [Žiūrėta 2021-12-19]. Internetinė prieiga: 10.5200/sm-hs.2019.023
4. Zhao, J., Wang, Y., Jiang, L., & Mu, Y. (2020). The application of skin care product in acne treatment. *Dermatologic Therapy*, 33(6), 1–5. [Žiūrėta: 2021-11-15]. Internetinė prieiga: <https://doi.org/db.kaunokolegija.lt/10.1111/dth.14287>

SEROTONINO POLIMORFIZMO 1A RECEPTORIAUS NUSTATYMAS REALAUS LAIKO POLIMERAZĖS GRANDININE REAKCIJA

Austėja Kinčinitė

Biomedicinos diagnostikos studijų programa

Kauno kolegija

Darbo vadovė – dr. Giedrė Jarienė

Išvadas

Serotonino rs6295 polimorfizmas yra susijęs su nuotaikos nebuvimu, kognityvinės funkcijos sutrikimais ir savižudybe, taip pat pasižymi atsparumu gydymui antidepresantais (Wilson ir kt., 2019). rs6295 yra susijęs su panikos sutrikimu, depresijos sutrikimu, šizofrenija, bipoliniu sutrikimu ir atsaku į gydymą (Wang ir kt. 2020). Tyrėjų Donaldson ir kt. (2016) atlikto tyrimo metu buvo nustatyta, kad rs6295 GG genotipą turintys asmenys turėjo didesnę tikimybę piktnaudžiauti narkotikais ar alkoholiu.

Tyrimo problema – koks serotonino polimorfizmo 1A receptoriaus pasiskirstymas nustatant realaus laiko polimerazės grandinine reakcija Kauno gyventojų atsitiktinėje imtyje? Tyrimo tikslas – nustatyti atsitiktinės Kauno gyventojų imties rs6295 polimorfizmo pasiskirstymą tiriant realaus laiko polimerazės grandinine reakcija.

Tyrimo objektas – serotonino polimorfizmo 1A receptoriaus nustatymas realaus laiko polimerazės grandinine reakcija Kauno gyventojų atsitiktinėje imtyje.

Tyrimo uždaviniai:

1. Nustatyti serotonino 1A receptoriaus rs6295 polimorfizmą atsitiktinėje imtyje atliekant realaus laiko polimerazės grandininę reakciją.
2. Palyginti gautus duomenis su NCBI duomenų bazėje pateiktais rezultatais.

Reikšminiai žodžiai: C-G aleliai, HTR1A, rs6295, serotoninas.

Metodologija

Tyrimo metodai: duomenų rinkimo metodas – laboratorinis tyrimas (realaus laiko polimerazės grandininė reakcija); duomenų analizės metodas – statistinė analizė (aprašomoji statistika, t.y., vidurkių bei dažnių skaičiavimai). Tyrime dalyvavo 100 Kauno miesto gyventojų, kurie buvo įvairaus amžiaus ir lyties. Mėginiai gauti iš LMT finansuojamo mokslininkų grupių projekto.

Rezultatai

Tyrimo dalyvavo 77 moterys ir 23 vyrai. CC genotipą turėjo 18 žmonių, GC genotipą turėjo 57 tiriamieji, CC genotipą – 25. Daugiausiai moterų turėjo GC genotipą, o mažiausiai – GG genotipą. Vyrų grupėje labiausiai buvo paplitęs GG genotipas, o mažiausiai – CC genotipas. Taip pat skaičiuotas retojo alelio dažnis (angl. minor allele frequency, MAF), kuris nurodo antrą pagal dažnumą tam tikroje populiacijoje pasireiškiantį alelį, šiuo atveju tai G alelis, kurio dažnis lygus 0,535.

Išvados

1. Atlikus realaus laiko polimerazės grandininę reakciją, rs6295 polimorfizmai pasiskirstė į 3 grupes. Iš 100 tirtų mėginių 18 tiriamųjų turėjo CC genotipą, 25 tiriamieji – GG ir 57 tiriamieji – heterozigotinį GC genotipą
2. Retojo alelio dažnis gautuose rezultatuose yra 0,535, kuris beveik identiška atitinka su NCBI duomenų banke pateiktų rezultatų vidurkiu – 0,534, bet yra didesnis palyginti su dažniu, gautu europiečių populiacijoje – 0,49268.

Literatūra

1. Donaldson, Z. R., Le Francois, B., Santos, T. L., Almli, L. M., Boldrini, M., Champagne, F. A., ... & Hen, R. (2016). The functional serotonin 1a receptor promoter polymorphism, rs6295, is associated with psychiatric illness and differences in transcription. *Translational psychiatry*, 6(3), e746-e746
2. Wang, W., Liu, Y., Li, S., Guo, X., Luo, X., & Zhang, Y. (2021). Association between 5-Ht1a Receptor Gene Polymorphisms and Treatment Response to Escitalopram in Panic Disorder. Available at SSRN 3965245
3. Wilson, S. J., Padin, A. C., Birmingham, D. J., Malarkey, W. B., & Kiecolt-Glaser, J. K. (2019). When distress becomes somatic: dementia family caregivers' distress and genetic vulnerability to pain and sleep problems. *The Gerontologist*, 59(5), e451-e460.

Žilvinas Kirtiklis, Elena Indrė Katinaitytė

Bendrosios praktikos slaugos studijų programa

Kauno kolegija

Darbo vadovė – Dalė Smaidžiūnienė

Įvadas

Pagalba vaikams, sergantiems onkologinėmis ligomis, apima ne tik sergančio vaiko gydymą, bet ir pagalbą visai šeimai (Meaghann et. Al., 2016). Paliatyviosios pagalbos tikslai – padėti pacientui kiek įmanoma sumažinti skausmą, atpažinti psichosocialines paciento ir artimųjų problemas, padėti šeimos nariams įveikti su vaiko netektimi susijusį stresą, stengiantis sumažinti emocinių krizių galimybę, palaikyti gerą gyvenimo ir gydymo kokybę (Balčiūnienė, 2013). Naujausi duomenys skelbia, kad 200 tūkst. vaikų ir paauglių pasaulyje kasmet yra diagnozuojama onkologinė liga, o 90 proc. šio skaičiaus sudaro mirtys (American Cancer Society, 2022). Yra labai svarbu užtikrinti kokybišką onkologinių ligų gydymą bei slaugą, ypač vaikų (Mc Clowry, 1988).

Tyrimo problema – kokia yra paliatyvioji pagalba onkologinėmis ligomis sergantiems vaikams?

Tyrimo objektas – studentų pasirengimas teikti paliatyviąją pagalbą onkologinėmis ligomis sergantiems vaikams.

Tyrimo tikslas – įvertinti bendrosios praktikos slaugos studentų pasirengimą teikti paliatyviąją pagalbą onkologinėmis ligomis sergantiems vaikams. Uždaviniai:

1. Apibūdinti vaikų sergančių onkologinėmis ligomis slaugos ypatumus.
2. Nustatyti būsimųjų slaugytojų nuomonę apie jų gebėjimus slaugyti onkologinėmis ligomis sergančius vaikus.

Reikšminiai žodžiai: vaikai, sergantys onkologinėmis ligomis, paliatyvioji pagalba.

Metodologija

Darbe atlikta mokslinės literatūros analizė ir kiekybinis tyrimas. Buvo atlikta III kurso bendrosios praktikos slaugos studentų anoniminė apklausa raštu ir statistinė aprašomoji duomenų analizė. Tyrimo imtis – netikimybinė tikslinė. Apklausoje iš viso dalyvavo 32 respondentai. Tyrimas buvo anoniminis, tyrimo duomenys pateikiami tik statistiškai apdoroti.

Rezultatai

Apklausoje dalyvavo 32 būsimieji bendrosios praktikos slaugytojai, kurių dauguma (94 proc.) buvo moterys ir nedidelė dalis (6 proc.) – vyrai. Į klausimą „Ar nori dirbti arba atlikti praktiką skyriuje, kuriame gydomi vaikai, sergantys onkologinėmis ligomis?“ daugiau negu pusė (56 proc.) respondent atsakė, jog norėtų dirbti ar atlikti praktiką skyriuje, kuriame

gydomi vaikai, sergantys onkologinėmis ligomis. Respondentų paklausus, ar jie yra pasirengę slaugyti vaikus, sergančius onkologinėmis ligomis, daugiau nei pusė (62 proc.) nurodė esantys nepasirengę tai daryti. Išanalizavus gautus rezultatus paaiškėjo, jog beveik visi (97 proc.) būsimieji bendrosios praktikos slaugytojai mano, kad į slaugos procesą turi įsitraukti ir slaugomų vaikų tėvai. Būsimiems slaugytojams dar trūksta patirties slaugyti vaikus, sergančius onkologinėmis ligomis, nes didžiąjai daliai apklausoje dalyvavusių bendrosios praktikos studentų nėra tekę praktikoje ar darbe susidurti su vaikais, kurie serga onkologinėmis ligomis, jiems trūksta patirties, įgūdžių, tokių kaip periferinio kateterio įdūrimas vaikui, chemoterapijos atlikimas, darbas su porto kateteriais ir bendravimas su vaiko tėvais. Apibendrinant galima teigti, jog studentams, būsimiesiems bendrosios praktikos slaugytojams, iš dalies trūksta žinių bei patirties, kuri leistų kompetingai ir kokybiškai slaugyti vaikus, sergančius onkologinėmis ligomis, bei bendrauti su jų tėvais.

Išvados

1. Pagrindiniai vaikų, sergančių onkologinėmis ligomis, paliatyviosios slaugos pagalbos ypatumai – simptomų valdymas, komunikacija su sergančiu vaiku ir vaiko tėvais, pagalba šeimai netekties laikotarpiu.
2. Daugiau nei pusė būsimųjų slaugytojų yra nepasirengę dirbti su onkologine liga sergančiais vaikais, bet norėtų juos slaugyti. Būsimiesiems slaugytojams labiausiai trūksta praktinės darbo su sergančiais vaikais patirties bei periferinių kateterių įdūrimo, kraujo perpilimo vaikams ir porto kateterių priežiūros įgūdžių.

Literatūra

1. American Cancer Society. Cancer Facts & Figures (2022). Prieiga per internetą: <https://www.cancer.org/research/cancer-facts-statistics/all-cancer-facts-figures/cancer-facts-figures-2022.html>
2. Balčiūnienė, A., (2013). Paliatyviosios pagalbos organizavimas onkologine nepagydoma liga sergančiam vaikui: specialistų patirtis ir požiūris: magistro darbas. 61
3. Mc Clowry SG (1988). A review of the literature pertaining to the psychosocial response of school-age children to hospitalization. Journal of Pediatric Nursing. 1988;3(5):296–311.
4. Meaghann S. Weaver, Katherine E. Heinze,

Katherine P. Kelly, Lori Wiener, Robert L. Casey,
Cynthia J. Bell, Joanne Wolfe, Amy M. Garee,
Anne Watson and Pamela S. Hinds (2016). Palliative

Care as a Standard of Care in Pediatric Oncology.
Pediatr Blood Cancer. 62(5), 829-833. doi:
10.1002/pbc.25695

IKIMOKYKLINIO AMŽIAUS VAIKŲ MAITINIMOSI ĮPROČIAI IR JUOS LEMIANTYS VEIKSNIAI

Enrika Mačytė

Dietetikos studijų programa

Kauno kolegija

Darbo vadovė – Kristina Žalnieraitienė

Įvadas

Dauguma žmonių mano, jog, norint gyventi sveiką ir visavertį gyvenimą, užtenka neturėti žalingų įpročių. Tačiau norint būti sveikam, turi būti ir sveika mityba bei fizinis aktyvumas. Tyrimų duomenimis, nekokybiška mityba vaikystės ir paauglystės laikotarpiu turi įtakos brendimo procesams, darbingumui, sergamumui ir bendrai sveikatos būklei (Žalnieraitienė, Smolnikova, 2018). Moksliniai tyrimai rodo, kad vaikystėje susiformavę ir paauglystėje įsitvirtinę mitybos įpročiai lemia suaugusio žmogaus sveikatą ir gyvenimo kokybę, o vaikystės ir paauglystės laikotarpiu turi įtakos brendimo procesams, darbingumui, sergamumui ir bendrai sveikatos būklei (Cecchini ir kt., 2010). Svarbu paminėti ir tai, kad ikimokyklinio amžiaus vaikų maitinimasi lemiančių veiksnių yra ir daugiau, ne tik tėvų rodomas pavyzdys, bet ir ugdymo kolektyvuose vyraujanti elgsena, kitų vaikų ar draugų daroma įtaka. Pastebima, kad ne visi tėveliai užtikrina sveikatai palankią mitybą namuose, dažnai vaikai nepusryčiauja, vartoja nepalankius sveikatai produktus, geria saldintus gėrimus (Žalnieraitienė, Smolnikova, 2018). Pagal Pasaulio sveikatos organizacijos (PSO) rekomendacijas vaikams rekomenduojama mažiau nei 25 g pridėtinio cukraus per parą (WHO, 2021).

Tyrimo problema – kokie ikimokyklinio amžiaus vaikų maitinimosi įpročiai ir juos lemiantys veiksniai?

Tyrimo objektas – ikimokyklinio amžiaus vaikų maitinimosi įpročiai ir juos lemiantys veiksniai.

Tyrimo tikslas – atskleisti ikimokyklinio amžiaus vaikų maitinimosi įpročius ir juos lemiančius veiksnius.

Tyrimo uždaviniai:

1. Aprašyti ikimokyklinio amžiaus vaikų mitybos įpročius ir jai įtakos turinčius veiksnius.
2. Atskleisti ikimokyklinio amžiaus vaikų maitinimosi įpročius namuose.
3. Įvertinti vaikų maitinimosi namuose lemiančius veiksnius.

Reikšminiai žodžiai: maitinimasis, mityba, vaikai, ikimokyklinis amžius

Metodologija

2022 m. vasario–kovo mėn. atliktas kiekybinis tyrimas, naudojant anoniminį apklausos metodą (anketą), sudarytą iš 32 klausimų. Tyrimo metu buvo apklausti vieno Kalvarijos miesto lopšelio-darželio

„Žilvitis“ ugdytinių tėvai. Apklausą užpildė 124 respondentai. Su įstaiga, kurioje vyko tyrimas, sudaryta bendradarbiavimo sutartis (F23-313). Gautų duomenų analizė buvo atlikta naudojant Microsoft Excel programinį įrankį ir “SPSS Statistics 22” programą. SPSS programa buvo naudojama įvertinti grupių požiūrį į pagrindines tiriamojo objekto charakteristikas.

Rezultatai

Nustatyta, kad, būdami namuose, pusryčius valgo ne visi vaikai, kasdien valgo didžioji dauguma vaikų (77,4 %) ir likusi dalis vaikų puryčius valgo ne kiekvieną rytą (22,6 %). Rekomenduojamus grūdinius produktus kasdien vartojo tik nedidelė dalis vaikų (19,5 %). Žuvies produktai dažniausiai buvo vartojami rečiau nei kartą per savaitę (48,4 %). Dažniausiai namuose valgomos daržovės buvo agurkai (75,0 %) bei pomidorai (64,5 %), morkos (38,7 %), salotos (33,9 %), kopūstai (25,8 %), bulvės (25,8 %). Dažniausiai šeimoje vartojami vaisiai yra obuoliai (91,1 %) ir bananai (73,4 %). Sveikatai nepalankus maistas, toks kaip pusgaminiai (54,0 %), greitas maistas (59,7 %) ir rūkyti gaminiai (dešrelės, dešros ir t.t.) (41,9 %) daugumos vaikų buvo vartojami rečiau nei kartą per savaitę. Saldumynus, konditerinius gaminius kasdien valgė 15,4 % vaikų. Dauguma vaikų renkasi gerti vandenį (55,9 %) arba arbatą be cukraus (22,8 %). Nustatyta, kad vaikų mitybos įpročiai siejasi su tėvų išsilavinimu, šeimine padėtimi; aukštesnį išsilavinimą įgiję tėvai (47,6 %) dažniau vaikams tiekė sveikatai palankesnius maisto produktus.

Išvados

1. Tinkamas maitinimasis ikimokyklinio amžiaus vaikams yra labai svarbus. Todėl būtina užtikrinti, kad vaikai gautų įvairų, subalansuotą ir visavertį maistą. Didžiausią įtaką vaikų mitybai turi tėvai, jų rodomas pavyzdys, tėvų auklėjimas ir mokymas gyventi sveiką gyvenimo būdą. Didelę įtaką turi ir ugdymo įstaigos.
2. Nustatyta, kad, būdami namuose, pusryčius valgo ne visi vaikai. Sveikatai palankius maisto produktus (grūdus, žuvį, vaisius ir daržoves) dauguma vaikų vartojo per mažai. Sveikatai nepalankių produktų (pusgaminiai, greitas maistas ir rūkyti gaminiai (dešrelės, dešros ir t.t.)) daugumos vaikų buvo vartojami rečiau nei kartą per savaitę. Dauguma vaikų renkasi gerti vandenį arba arbatą.

3. Nustatyta, kad vaikų mitybos įpročiai siejasi su tėvų išsilavinimu, šeimine padėtimi; aukštesnį išsilavinimą įgiję tėvai dažniau vaikams tiekė sveikatai palankesnius maisto produktus.

Literatūra

1. Cecchini, M., Sassi, F., Lauer, J. A., Lee, Y., Guajardo-Barron, V., Chisholm, D. (2010). Tackling of unhealthy diets, physical inactivity, and obesity: health effects and cost-effectiveness.
2. Žalnieraitienė, K., & Smolnikova, N. (2018). Ikimokyklinio amžiaus vaikų mitybos namuose ypatumų vertinimas: bandomasis tyrimas. Prieiga per internetą: <https://www.lsmuni.lt/cris/handle/20.500.12512/97153>
3. World Health Organization, 2021 prieiga per internetą: <https://www.who.int/home/search?indexCatalogue=genericsearchindex1&searchQuery=eat&wordsMode=AnyWord>

„EUROVAISTINĖS“ VAISTINIŲ TINKLO REKLAMOS SOCIALINIULOSE TINKLUOSE POVEIKIS VARTOTOJŲ SUVOKIAMAI EMOCINEI IR FUNKCINEI VERTEI

Agnė Maminskaitė

Farmakotechnikos studijų programa

Kauno kolegija

Darbo vadovė – Birutė Počekvičiūtė - Tarasovė

Ivadas

Sparti interneto technologijų plėtra paskatino vaistinių tinklus orientuotis į komunikaciją socialiniuose tinkluose. Socialiniuose tinkluose siunčiamomis reklamos charakteristikomis ir siuntėjų profesinėmis kompetencijomis bei asmeninėmis savybėmis grindžiama komunikacija daro poveikį vartotojų suvokiamai emocinei ir funkcinei vertei (Song, Cho ir Kima, 2017).

Reklama socialiniuose tinkluose – tai informacijos bei bendro supratimo perdavimas tam tikrai vartotojų grupei (Lunenburg, 2010). Emocinė vertė – jausmų įvairovė vartotojams (pvz., laimė, džiaugsmas, nuostaba, pyktis, pasibjaurėjimas), o funkcinė vertė – tai situacinis veiksnys (pvz., kaina, paslaugos ir prekės pasiekiamumas, paslaugos ir prekės kokybė) (Barlow ir Maul, 2000).

Vartotojų pirkimo elgseną lemia nuomonės lyderių, kitų vartotojų bei farmacijos specialistų kompetentingos rekomendacijos bei patyrimų sąveika (Lin, Lu ir Wu, 2012). Vartotojai įvertina visas funkcines (t. y., kainos ir kokybės santykis) bei emocines (t. y., nuostabą, laimę, džiaugsmą) vertes, kurios sukelia vartotojams pasitenkinimo jausmą, tai lemia greitesnį prekęs ar paslaugos įsigijimo veiksnį (Babin ir kt., 1994).

Problema – koks „Eurovaistinės“ vaistinių tinklo reklamos socialiniuose tinkluose poveikis vartotojų emocinės ir funkcinės vertės suvokimui?

Objektas – „Eurovaistinės“ vaistinių tinklo reklamos socialiniuose tinkluose poveikis vartotojų suvokiamai emocinei ir funkcinei vertei.

Tikslas – įvertinti respondentų nuomonę apie „Eurovaistinės“ vaistinių tinklo reklamos socialiniuose tinkluose poveikį vartotojų suvokiamai emocinei ir funkcinei vertei.

Uždaviniai:

1. Aprašyti reklamos socialiniuose tinkluose kūrimo elementus.
2. Teoriškai pagrįsti reklamos socialiniuose tinkluose reikšmę vartotojų emocinės ir funkcinės vertės suvokimui.
3. Atskleisti „Eurovaistinės“ vaistinių tinklo respondentų nuomonę apie reklamos socialiniuose tinkluose poveikį vartotojų suvokiamai emocinei ir funkcinei vertei.

Reikšminiai žodžiai: vaistinių tinklai, reklama, emocinė ir funkcinė vertė.

Metodologija

Tyrimo atlikimui analizuota Lietuvos ir užsienio mokslinė literatūra, kurios tikslas – išsiaiškinti socialiniuose tinkluose siunčiamos reklamos kūrimo elementus bei teoriškai pagrįsti reklamos socialiniuose tinkluose poveikį vartotojų suvokiamai emocinei ir funkcinei vertei. Empirinio tyrimo metu gauti duomenys apdoroti Microsoft Excel programa. Pasirinktas kiekybinis tyrimo metodas – anoniminė anketinė apklausa, kuri buvo vykdyta internete. Apklausoje dalyvavo 304 įvairaus amžiaus Lietuvos gyventojai. Tyrimo imties dydis buvo apskaičiuotas naudojant imties dydžio skaičiuoklę. Apskaičiuotas reprezentatyvus imties dydis – 266 respondentai. Anoniminėje anketinėje apklausoje dalyvavo „Eurovaistinės“ vaistinių tinklo socialinių tinklų bendruomenės nariai. Į anketoje pateiktus klausimus atsakė 304 respondentai.

Rezultatai

Atlikus kiekybinį empirinį tyrimą, rezultatai rodo, kad didžiąją dalį vartotojų reklama yra įsimintina, unikali, konkreti bei informatyvi, tai rodo net 65,8 proc., šiek tiek mažesnė dalis nėra užtikrinti, kad toks reklamos turinys socialiniuose tinkluose yra tinkamas. Didžioji dalis apklaustųjų (28,3 proc.) teigia, kad reklamos turinys socialiniuose tinkluose jiems kelia teigiamas emocines vertes (laimę, džiaugsmą, nuostabą), šiek tiek mažesnei daliai apklaustųjų (14,6 proc.) toks turinys kelia tik neigiamas emocijas (pyktį bei pasibjaurėjimą). Taip pat didžioji dalis apklaustųjų (22,8 proc.) teigia, kad prekes ir paslaugas dažniausiai įsigyja esant nuolaidai, nurodo, kad įsigyta prekė jiems pagerino sveikatą. Taip pat svarbu paminėti, kad didžioji dalis apklaustųjų (82,5 proc.) teigia, jog socialiniuose tinkluose pateikiama informacija jiems yra patikima bei naudinga ir skatina įsigyti prekes ar paslaugas. Taigi, pateikiami rezultatai rodo, jog reklaminės žinutės turinys socialiniuose tinkluose respondentus skatina pasitikėti pateikiama informacija, motyvuoja įsigyti prekes ar paslaugas bei skatina juos būti lojalius vartotojus.

Išvados

1. Reklaminė žinutė - tai marketingo elementas, turinis tiesioginį emocinį bei informacinį poveikį visuomenėje, kurioje atsispindi įvairių spalvų bei animacijų spektras, atkreipiantis didelės vartotojų bendruomenės dėmesį. Kitaip tariant, reklamos kūrimo elementai susideda ir iš

pagrindinių lygmenų: perduodamos informacijos minties, kaip perduodama informacija (žodžiais, vaizdais, garsais ir kt.) bei paskelbtos reklamos sudaryto įspūdžio kiekvienam skaitytojui ir klausytojui. Reklamos kūrimo elementai, dažniausiai pateikiami ryškiu ar padidintu šriftu, garso bei vaizdo takeliais, animuotais paveikslėliais, žymėmis, tinklapio nuorodomis, iššokančiais reklaminiais skydeliais.

2. Emocinės ir funkcinės vertės bei kuriamos reklamos turinio pateikimas socialiniuose tinkluose dažnai motyvuoja vartotojus bei lemia jų pirkimo pasirinkimą, todėl labai svarbios yra kitų vartotojų, nuomonės lyderių, o svarbiausia farmacijos specialisto kompetentingos rekomendacijos, kad įsigyta prekė ar paslauga pagerins sveikatą.
3. Tyrimo metu nustatyta, kad respondentų apsipirkimui daugiau įtakos turi išimintinos bei unikalios reklaminės žinutės, kuriomis pabrėžiama prekei ar paslaugai taikoma nuolaida bei didesnė nauda sveikatai.

Literatūra

1. Barlow, J., & Maul, D. (2000). Emotional value: Creating strong bonds with your customers. San Francisco: Berrett-Koehler Publishers.
2. Babin B. J., Darden W. R., & Griffin M. (1994). Work and/or Fun: Measuring Hedonic and Utilitarian Shopping Value. *Journal of Consumer Research*, 644–656.
3. Lin, T.M., Lu, K., & Wu, J. (2012). The effects of visual information in eWOM communication. *Journal of Research in Interactive Marketing*, 6, 7-26.
4. Lunenburg, F. C. (2010). Communication: The process, barriers, and improving effectiveness. *Schooling*, 1(1), 1-10.
5. Song, S. Y., Cho, E., & Kim, Y. K. (2017). Personality factors and flow affecting opinion leadership in social media. *Personality and Individual Differences*, 114, 16-23.

Monika Matukaitytė

Kosmetologijos studijų programa

Kauno kolegija

Darbo vadovė – Vaiva Vaikšnorienė

Ivadas

Odos senėjimas – tai pagrindinis veiksnys, kuris pakeičia odos struktūrą, jos funkcijas ir sukelia tiesioginį poveikį odos išvaizdai, nepriklausomai nuo biologinio žmogaus amžiaus. Odos sveikatai ir išvaizdai turi įtakos vidiniai ir išoriniai veiksniai. Dėl šių veiksnių odoje atsiranda raukšlės ir pigmentacija, sutrinka odos elastingumas (Rousilândia de Araújo, Myla Lôbo, Kelvis Trindade, Darizy Flávia Silva, 2019). Nepriklausomai nuo amžiaus, kiekvienam odos tipui reikalinga drėgmė, tad odos drėkinimas turi būti svarbi kasdienės odos priežiūros dalis. Odos dehidratacija yra viena dažniausiai sprendžiamų dermatologinių problemų. Atsiradus odos drėgmės trūkumui, sutrinka viena svarbiausių odos funkcijų - apsauga nuo toksiškų medžiagų ir mikroorganizmų patekimo į organizmą (Tončić, Kezić, Hadžavdić, & Marinović, 2018). Yra atlikta nemažai tyrimų, kuriuose nagrinėjami odos senėjimo procesai ir jų įtaka odos drėgmei.

Norint turėti sveiką odą, reikia ja rūpintis iš išorės, naudojant drėkinamąsias kosmetines priemones, bei iš vidaus, vartojant sveiką, subalansuotą maistą, kokybiškai ilsėtis, užsiimti fizine veikla, o šiomis dienomis retas žmogus intensyvioje kasdienybėje gali tam skirti laiko, todėl ieškoma greitesnių ir lengvesnių būdų pasiekti optimalią organizmo būklę (Akalin & Selamoglu, 2019). Priežastys, lemiančios žmonių sprendimą vartoti papildus – įtemptas gyvenimo ritmas, stresas, nekokybiška mityba, mažas fizinis aktyvumas, nepakankama odos, nagų bei veido priežiūra (Shahbandeh, 2019). Vitaminai ir mineralinės medžiagos gali padėti žmonėms jaustis geriau, stiprinti sveikatą bei pagerinti nagų, plaukų ir odos būklę. (Ogawa, Kawamura, & Shimada, 2016). Problema – koks yra maisto papildų X poveikis senstančios odos drėgmei?

Objektas – maisto papildų X poveikis senstančios odos drėgmei.

Tikslas – nustatyti maisto papildų X poveikį senstančios odos drėgmei.

Tyrimo uždaviniai:

1. Teoriškai paaiškinti odos senėjimo procesų įtaką odos drėgmei.
2. Aprašyti kosmetinių priemonių ir maisto papildų poveikį senstančios odos drėgmei.
3. Palyginti placebo ir maisto papildų X įtaką senstančios odos drėgmės rodikliams.

Reikšminiai žodžiai: odos senėjimas, odos drėgmė, maisto papildai.

Metodologija

Atlikta mokslinės ir profesinės literatūros analizė, kurios tikslas – teoriškai paaiškinti odos senėjimo procesų įtaką odos drėgmei bei atskleisti maisto papildų ir kosmetinių priemonių poveikį senstančios odos drėgmės lygiui. Buvo atliktas kiekybinis tyrimas, eksperimentas, kurio tikslas – palyginti placebo ir maisto papildų X poveikį senstančios odos drėgmei. Tyrime dalyvavo 69 moterys, kurių amžius nuo 35 iki 45 metų (imtinai).

Rezultatai

Gauti rezultatai parodė, kad visų tiriamųjų, ir vartojusių placebo, ir vartojusių maisto papildus X, veido odos drėgmės rodikliai padidėjo. Tiriamųjų, kurios vartojo maisto papildus X, veido odos drėgmės rodikliai dar nevartojus maisto papildų buvo 158,83 μ S, vėliau, po 5 sav., padidėjo iki 167,05 μ S, o suvartojus visą kursą papildų padidėjo iki 190,99 μ S. Tiriamųjų, kurios vartojo placebo, prieš tyrimą odos drėgmės rodikliai buvo 159,04 μ S, vėliau, po 5 sav., padidėjo iki 169,06 μ S, o po 15 sav. padidėjo iki 174,4 μ S. Remiantis gautais duomenimis, galima teigti, kad maisto papildai X efektyviai padidina odos drėgmės kiekį, nes rodikliai pagerėjo daugiau negu placebo vartojusių tiriamųjų.

Išvados

1. Vykstant odos senėjimo procesams, epidermyje mažėja vieno iš pagrindinių odos drėgmės komponentų - hialurono rūgšties, kuri atsakinga už vandens molekulių surišimą ir sulaikymą odoje, todėl sumažėja odos drėgmės lygis. Su hialurono rūgšties mažėjimu susiję odos senėjimo reiškiniai prisideda prie akivaizdžios senstančiai odai būdingos dehidratacijos, atrofijos ir elastingumo praradimo. Senstant sutrinka odos gebėjimas išlaikyti drėgmę, prie to prisideda ir menopauzės metu sutrikusi prakaito ir riebalinių liaukų veikla bei sumažėjęs estrogenų kiekis. Dermoje esantys glikozaminoglikanai yra būtini odos drėkinimui, o, bėgant amžiui, mažėjant glikozaminoglikanų kiekiui, prastėja ir odos higroskopinės savybės.
2. Drėkinamosiose kosmetikos priemonėse esantys emolientai išlygina senstančios odos paviršių, prasiskverbdami į negyvus išorinius odos sluoksnius bei užpildo tarpus tarp jų, taip pat esančios higroskopinės medžiagos sugeria

drėgmę iš aplinkos ir ją išlaiko odoje. Drėkikliuose esančios okliuzinės medžiagos sulaiko drėgmę ant odos ir sukuria hidrofobinį barjerą, kuris stabdo transepiderminį vandens išgaravimą, o tai reikalinga senėjimo procesų veikiamai odai. Norint palaikyti optimalų odos drėgmės lygį, drėkinamąsias priemones reikia vartoti ne tik išoriškai, bet ir iš vidaus, nes odos medžiagų apykaitos procesuose nuolat reikia maistinių medžiagų, kurias galima gauti tik valgant subalansuotą maistą arba vartojant maisto papildus. Maisto papilduose esantys mikro- ir makroelementai, antioksidantai bei augaliniai ekstraktai sudaro struktūrinius odos komponentus, dalyvauja ląstelių biologiniuose procesuose, todėl yra svarbūs odos drėgmės išlaikymui ir sintezei.

3. Palyginus placebo ir maisto papildus X vartojusių tiriamųjų grupes, galima teigti, kad maisto papildus vartojančių moterų veido odos drėgmės rodikliai žymiai padidėjo, palyginti su vartojusių placebo. Tai galėjo nulėmti maisto papilduose X esantys mikro- ir makroelementai, antioksidantai bei augaliniai ekstraktai, kurie padeda atkurti lipidinį odos barjerą, skatina drėgmės pritraukimą iš aplinkos ir sulaikymą odoje.

Literatūra

1. Akalin, G., & Selamoglu, Z. (2019). Nutrition and Foods for Skin Health. *Journal of Pharmaceutical Care*, 7(2), 31–33. <https://doi.org/10.18502/JPC.V7I1-2.1620>
2. Ogawa, Y., Kawamura, T., & Shimada, S. (2016). Zinc and skin biology. *Archives of Biochemistry and Biophysics*, 611, 113–119. <https://doi.org/10.1016/J.ABB.2016.06.003>
3. Rousilândia de Araújo, Myla Lôbo, Kelvis Trindade, Darizy Flávia Silva, N. P. (2019). Fibroblast Growth Factors: A Controlling Mechanism of Skin Aging. Review Article Skin Pharmacol Physiol, 32, 275–282. <https://doi.org/10.1159/000501145>
4. Shahbandeh, M. (2019). U.S. revenue vitamins & supplements manufacturing 2019, Statista. Retrieved February 9, 2022, from <https://www.statista.com/statistics/235801/retail-sales-of-vitamins-and-nutritional-supplements-in-the-us/>
5. Tončić, R. J., Kezić, S., Hadžavdić, S. L., & Marinović, B. (2018). Skin barrier and dry skin in the mature patient. *Clinics in Dermatology*, 36(2), 109–115. <https://doi.org/10.1016/J.CLINDERMATOL.2017.10.002>

MIKROORGANIZMAI, ESANTYS SMĖLIO DĖŽĖSE IR ANT SMĖLYJE ESANČIŲ ŽAISLŲ

Monika Mažeikaitė

Biomedicinos diagnostikos studijų programa

Kauno kolegija

Darbo vadovė – dr. Asta Aleksandravičienė

Išvadas

Dėl savo organinių medžiagų kiekio, santykinės drėgmės ir pH smėlis yra puiki aplinka mikroorganizmams vystytis. Kadangi tai vienas pagrindinių vaikų žaidimo objektų, smėlio dėžės galima rasti beveik kiekviename kieme ir žaidimų aikštelėje. Tačiau smėlis yra biologiškai aktyvus ir, jei yra užterštas, gali būti patogeninių mikroorganizmų rezervuaras (Weiskerger ir kt., 2019). Vaikai, priklausantys didelės rizikos grupei, gali užsikrėsti žarnyno infekcijomis nuo smėlio dėžėse esančių mikroorganizmų per nešvarias rankas. (Romão ir kt., 2015). Smėlio dėžės dažnai užterštos šunų, kačių, graužikų ir paukščių išmatomis, dėl kurių padidėja rizika atsirasti patogeniniams mikroorganizmams smėlyje (Gotkowska-Płachta, Korzeniewska, 2015). Mikroorganizmai, tokie kaip *E. coli*, *Staphylococcus aureus*, *Salmonella* spp. ir *Enterococcus* spp. gali būti ypač pavojingos žmonių sveikatai. Bet kuriuo metų laiku smėlio mėginiuose galima aptikti parazitinių bakterijų ir su žmonėmis susijusių patogeninių mikroorganizmų (Buczek, 2017).

Tyrimo problema – kokie mikroorganizmai yra smėlio dėžėse ir ant smėlyje esančių žaislų?

Tyrimo tikslas – įvertinti mikroorganizmus, esančius smėlio dėžėse ir ant smėlyje esančių žaislų.

Tyrimo uždaviniai:

1. Teoriškai pagrįsti smėlio dėžių mikrobinę taršą.
2. Atskleisti, kokie mikroorganizmai randami smėlio dėžėse.
3. Palyginti smėlio, smėlio dėžių ir smėlyje randamų žaislų mikrobiologinę taršą.

Reikšminiai žodžiai: *Enterococcus* spp., *E. coli*, *Salmonella* spp., *Staphylococcus aureus*, smėlis, smėlio dėžė.

Metodologija

Tyrimo metodai:

1. Dalykinės bei mokslinės literatūros analizė.
2. Kokybinis mikrobiologinis tyrimas ploviniu metodu, siekiant nustatyti smėlio dėžių ir smėlyje esančių žaislų mikrobinę taršą.
3. Duomenų analizei naudotas grupių palyginimas (Chi kvadratas), aprašomoji statistika (vidurkių ir dažnių skaičiavimai), pasitelkiant SPSS 26.0

Kokybinis mikrobiologinis tyrimas atliktas Kauno kolegijos Medicinos technologijų ir dietetikos katedros Mikrobiologijos laboratorijoje,

vadovaujantis LST EN ISO 14698-1:2020 standartu ir laikantis darbo saugos taisyklių.

Tirtos Kauno miesto Dainavos mikrorajono daugiabučių kiemuose įrengtos vaikų žaidimo aikštelių smėlio dėžės. Tyrimo metu ieškota pagrindinių infekcinių ligų sukėlėjų: *E. coli*, *S. aureus*, *Salmonella* spp. bei *Enterococcus* spp.

Rezultatai

Mėginiai rinkti rudenį (2021 m. lapkričio mėn.), žiemą (2021 m. gruodžio mėn.) ir pavasarį (2022 m. kovo mėn.) tose pačiose vietose. Iš viso buvo paimta 90 mėginių: 30 rudenį, 30 žiemą, 30 pavasarį. Kiekvieną mėginių grupę sudarė mėginiai, paimti nuo smėlio dėžių kraštų (N=10), nuo smėlyje esančių žaislų (N=10) ir smėlio mėginiai (N=10).

Iš visų paimtų mėginių išaugo *E. coli* – 11 proc., *S. aureus* – 1 proc. *Enterococcus* spp. – 26 proc., *Salmonella* spp. – 8 proc.

Palyginus duomenis skirtingais metų laikais, buvo nustatyta, kad rudens sezono metu bakterijų išaugo daugiau nei žiemos ar pavasario sezonais, dėl palankesnio drėgmės kiekio, oro temperatūros bei pH (kuris kinta dėl lietaus bei rūgščių lietų) mikroorganizmų vystymuisi. Atlikus duomenų analizę buvo nustatyta, kad daugiau bakterijų augo ant mėginių, surinktų nuo smėlyje esančių žaislų ir smėlio dėžių kraštų. Didesnis bakterijų kiekis ant smėlyje esančių žaislų atsiranda dėl to, kad vaikai žaislus nuolat liečia rankomis, o smėlio dėžėse žaislai gali išlikti kelerius metus. Taip pat smėlio dėžių kraštai dažnai liečiami, ant jų vaikšto ne tik vaikai, bet ir laukiniai bei naminiai gyvūnai, tai gali lemti didesnę mikroorganizmų kiekį ir įvairovę šiose vietose.

Išvados

1. Smėlio dėžėse ir ant jose esančių žaislų paviršių galima aptikti daugybę rūšių bakterijų ir patogeninių mikroorganizmų, kurie gali sukelti infekcines ligas. Smėlio dėžių mikrobiologinei taršai įtakos turi santykinis drėgmės lygis, temperatūra. Mikroorganizmai tinkamoje aplinkoje gali išbūti net kelis mėnesius, o žmogus nuo užterštų aplinkos paviršių gali užsikrėsti kontaktiniu būdu, oro lašeliu būdu ir kt.
2. Kiemuose esančios smėlio dėžės daugiausia užterštos *Enterococcus* spp. bakterijomis (26 proc.), o mažiausiai – *Staphylococcus aureus* (1 proc.), *E. coli* (10 proc.) ir *Salmonella* spp. (7 proc.) bakterijų aptikta panašiai.

3. Smėlio, smėlio dėžių ir smėlyje randamų žaislų mikrobiologinė tarša kiemuose didesnė buvo rudens sezono metu nei žiemą ar pavasarį. Daugiausia mikroorganizmų – *Enterococcus* spp. (17 proc.), *Salmonella* spp. (7 proc.), *Escherichia coli* (3 proc.) – aptikta ant smėlio dėžės kraštų.

Literatūra

1. Gotkowska-Płachta, A., & Korzeniewska, E. (2015). Microbial evaluation of sandboxes located in urban area. *Ecotoxicology and environmental safety*, 113, 64–71. [Žiūrėta: 2022-02-26].
2. Weiskerger, C., Brandão, J., Ahmed, W., Aslan, A., Avolio, L., Badgley, B., ir Harwood, V. (2019). Impacts of a changing earth on microbial dynamics and human health risks in the continuum between beach water and sand. [žiūrėta 2021-12-20].
3. Buczek, M. (2017). Sandy Beach Microbes: the Good, the Bad, and the Flesh-eating. [žiūrėta 2022-02-19].
4. Romao, D., Sabino, R., Viegas, C., Verissimo, C. (2015). Children and Sand Play: Screening of Potential Harmful Microorganisms in Sandboxes, Parks, and Beaches. [žiūrėta 2021-12-20].

DIRBANČIŲ SLAUGOS STUDENTŲ PSICHOEMOCINĖS BŪKLĖS POKYČIAI IR SAVIPAGALBOS PRIEMONĖS

Ingrida Mereškevičiūtė

Bendrosios praktikos slaugos studijų programa

Kauno kolegija

Darbo vadovė – Rima Januškevičiūtė

Išvadas

Darbas studijų metais – vis dažniau pastebimas reiškinys Lietuvoje ir Europoje. Studentai linkę pradėti profesinę karjerą dar studijų metais. Sodros duomenimis, studijų metu dirba 53 proc. koleginių studijų studentų (MOSTA, 2018). Darbas studijų metais leidžia įgyti patirties, suteikia finansinio stabilumo bei padeda padėti pagrindus ateities karjerai. Suderinti studijas su darbu yra nelengvas uždavinys, jeigu siekiama kokybiškiau atlikti tiek vieną, tiek kitą veiklą. Sunkumai, su kuriais studentai susiduria derindami studijas su darbu, neigiamai veikia tiek studijas, tiek darbinę veiklą, lemia jų paviršutiniškumą, o tai, dažnu atveju, sąlygoja studentų prastą emocinę sveikatą, patiriamą didelį stresą, emocinį išsekimą (Kauno kolegijos MF, Klaipėdos valstybinės kolegijos, Vilniaus kolegijos studentų ir studentų kuratorių-dėstytojų komanda, 2019). Studentams, susidūrusiems su psichologiniais sunkumais, suderinti darbą bei studijas dažnai būna sudėtinga, tai reikalauja disciplinos bei laiko planavimo įgūdžių. Per didelis veiklų krūvis gali turėti neigiamą įtaką studento psichoemocinei savijautai.

Problema – ar dirbantys slaugos studentai patiria emocinės būklės pokyčius ir kokias savipagalbos priemones taiko?

Objektas – dirbančių slaugos studentų psichoemocinė būklė ir taikomos savipagalbos priemonės.

Tikslas – nustatyti dirbančių slaugos studentų psichoemocinės būklės pokyčius ir taikomas savipagalbos priemones.

Uždaviniai.

1. Atskleisti dirbančių studentų studijų sąlygas Lietuvoje ir Europos valstybėse.
2. Aprašyti dirbančių studentų patiriamas psichoemocines problemas ir savipagalbos priemones.
3. Nustatyti dirbantiems slaugos studentams išylančias psichoemocines problemas.
4. Identifikuoti slaugos studentų savipagalbos priemones, sprendžiant psichoemocines problemas.

Reikšminiai žodžiai: darbas, dirbantys studentai, psichoemocinė būklė, savipagalbos priemonės.

Metodologija

Tyrimė taikyta mokslinės literatūros ir reglamentuojančių teisės aktų analizė. Atlikas kiekybinis tyrimas - anoniminė apklausa internetu. .

Anketa skirta studijų metu dirbantiems ar dirbusiems studentams. Tyrimu buvo siekiama išsiaiškinti dirbančių slaugos studentų emocinės būklės pokyčius, kokią įtaką turi darbo ir studijų derinimas, kaip studentai vertina savo emocinę būklę prieš įsidarbinimą ir darbo metu, kokius pagrindinius emocinius pokyčius jaučia ir kokių priemonių imasi sumažinti pakitusias būsenas. Tyrimė dalyvavo 88 slaugos studijų programos studentai.

Rezultatai

Gauti rezultatai parodė, kad dauguma slaugos programos (68,3 proc.) studentų dirba asmens sveikatos priežiūros įstaigoje, trečdalis (30,2 proc.) ne sveikatos priežiūros įstaigoje. Mažiau nei trečdalis (27 proc.) dirbančių studentų renkasi darbą savaitgaliais, ketvirtadalis (22,2 proc.) – naktimis ir dienos metu, šeštadalis (15,9 proc.) – vakarais. Studentų teigimu, sunku suderinti studijas su darbu ir tai neigiamai veikia jų asmeninį gyvenimą. Mažiau nei po pusę (atitinkamai 41,7 proc. ir 40 proc.) apklaustųjų atsakė, kad, derindamas studijas su darbu, įgauni profesinės patirties, bendravimo, atsakingumo ir savarankiškumo savybių. Tyrimo metu nustatyta, kad dauguma (67,2 proc.) dirbančių studentų jaučia nuovargį, po pusę (atitinkamai 49, 2 proc., 47, 5proc., 45,9 proc) – blogą nuotaiką ir nerimą, išsiblaškymą. Daugiau nei po trečdalį (37, 7 proc. ir 35 proc.) – nemigą, baimę. Susidurdami su psichoemocinės būklės pokyčiais, studentai ieško informacijos internete, kalbasi su draugais ir artimaisiais. Tyrimo metu nustatyta, kad studentai psichomemocinei korekcijai renkasi fizinį aktyvumą (41 proc), muzikos klausymąsi (47,5 proc), daugiau nei po trečdalį (atitinkamai 39,4 proc. ir 37,7 proc.), renkasi meditaciją, jogą .

Išvados

1. Lietuvoje palankios sąlygos studijuoti ir dirbti. Kauno kolegijoje išimties tvarka suteikiamas laisvas užsiėmimų tvarkaraštis. Studentams suteikiama finansinė studijų parama. Daugumoje Europos valstybių mokslas yra nemokamas, todėl studentai neturi finansinių studijų įsipareigojimų. Darbdaviai pagal darbo kodeksą suteikia studentams laisvadienius, kurių metu gali ruoštis atsiskaitymams.
2. Darbas studijų metu turi įtakos studentų emocinei būsenai. Dirbantys studentai dažnai susiduria su stresu, jaučia nerimą, dažnai jaučiasi pavargę, nemotyvuoti.

3. Dirbantys studentai savo emocinę būklę vertina vidutiniškai. Dauguma dirbančių studentų jaučiasi išsiblaškę, negalintys sukcentruoti dėmesio, jaučiasi nervingi, įsitempę, pavargę, mieguisti.
4. Dirbantys studentai psichoemocinei korekcijai renkasi ramų laiką su šeima, aktyvų laisvalaikį, kokybišką miegą. Kas antras dirbantis studentas planuoja savo veiklos užduotis.

Literatūra

1. Kauno kolegija MF, Kauno kolegijos, Klaipėdos valstybinės kolegijos, Vilniaus kolegijos studentų ir studentų kuratorių – dėstytojų/tyrėjų komanda. Pedagogikos, socialinio darbo ir sveikatos mokslų krypties studentų studijų ir darbo derinimas. Tyrimo ataskaita. (2019)
2. Karsokienė. (2011). Medicinos ir sveikatos mokslų studentų patiriamo streso ypatumai ir jo įtaką miego kokybei. *Visuomenės sveikata*. 84-92psl. [žiūrėta 2021m. spalio 8 d] Prieiga per internetą: <http://hi.simplit.lt/uploads/pdf/visuomenes%20sv>
- eikata/2011.2(53)/VS_2011_2(53)_Karkockiene.pdf
3. Ghiasvand, A. M., Naderi, M., Tafreshi, M. Z., Ahmadi, F., & Hosseini, M. (2017). Relationship between time management skills and anxiety and academic motivation of nursing students in Tehran. *Electronic physician*, 9(1), 3678–3684. <https://doi.org/10.19082/3678>
4. Eurostudent (2019.) How to make it work when you work a lot?. [žiūrėta 2021m. rugpjūčio 13 d] Prieiga per internetą: https://www.eurostudent.eu/download_files/documents/EUROSTUDENT_INTELLIGENCE_BRIEF_42019.pdf
5. Beltrán-Velasco, Diaz-Manzano and Clemente-Suárez (2021). Psychophysiological stress markers of students and academic performance. *Physiology & Behavior*. [žiūrėta 2021m. spalio 10d]. Prieiga per duomenų bazę: <https://www-clinicalkey-com.ezproxy.dbazes.lsmuni.lt/#!/content/journal1-s2.0-S0031938421000779>

Aringa Mieliauskaitė

Kosmetologijos studijų programa

Kauno kolegija

Darbo vadovė – dr. Diana Barragan Ferrer

Ivadas

Žmogaus oda yra labiausiai išorinių aplinkos veiksnių veikiamas organas ir pirmoji organizmo gynybinė linija nuo išorinių cheminių ir mikrobinių grėsmių (Bouslimani ir kt. 2019).

Naujausi tyrimai rodo ryšį tarp makiažo naudojimo ir odos mikrobiotos sudėties. Odos mikrobiota yra svarbi palaikant imuninę odos funkciją, tačiau naudojamos kosmetikos priemonės gali sutrikdyti jos pusiausvyrą ir sukelti įvairius sudirgimus ir net odos ligas (Bouslimani ir kt. 2019). Halla ir kt. (2018) teigia, kad kosmetika, kaip ir bet kuris kitas produktas, sudarytas iš organinių ir neorganinių junginių, reikalauja apsaugos nuo užteršimo mikroorganizmais ir vartotojų saugumo užtikrinimo. Tačiau dažnai konservantai, vartojami kosmetikoje antimikrobiniais tikslais, turi šalutinį poveikį vartotojui (Halla ir kt. 2018). Herman (2019) atlikto tyrimo rezultatai parodė, jog, nepaisant to, kad cheminiai konservantai apsaugo nuo mikrobu dauginimosi, jų vartojimo saugumu abejoja vis didesnė vartotojų dalis. Dėl šių priežasčių auga susidomėjimas kosmetika, kurios sudėtyje nėra konservantų arba natūralios sudėties kosmetika, kurios sudėtis nėra palanki mikroorganizmų augimui. Šių produktų formulėse tradiciniai ir (arba) cheminiai konservantai pakeičiami kitais antimikrobinų savybių turinčiais kosmetikos ingredientais, kurie nėra įteisinti kaip konservantai (Herman, 2019).

Problema – kokios moterų žinios apie konservantus dekoratyvinėje kosmetikoje?

Objektas – moterų žinios apie konservantus dekoratyvinėje kosmetikoje

Tikslas – atskleisti moterų žinias apie konservantus dekoratyvinėje kosmetikoje

Uždaviniai:

1. Atskleisti moterų naudojamų, dekoratyvinei kosmetikai skirtų dengimo priemonių priežiūrą.
2. Nustatyti moterų žinias apie konservantų būtinumą dekoratyvinėje kosmetikoje

Reikšminiai žodžiai: dekoratyvinė kosmetika, moterų žinios, konservantai.

Metodologija

Atlikta mokslinės ir profesinės literatūros analizė, kurios tikslas – aptarti kosmetikos gaminiuose esančius konservantus ir jų svarbą. Tyrime taikyta kiekybinė tyrimo strategija. Duomenų rinkimo metodas – internetinė apklausa; duomenų

analizės metodas – aprašomosios statistikos skaičiavimai. Tyrime dalyvavo 153 moterys, kurių amžius buvo 18-55 metai.

Rezultatai

Gauti rezultatai parodė, kad visos respondentės dekoratyvinei kosmetikai padengti naudoja tokias priemones kaip šepetėliai ir kempinėles. Kita vertus, tik 25 proc. respondenčių atsakė, kad dengimo priemonės plauna reguliariai. 5 proc. pažymėjo, kad niekada neplauna šepetėlių ir kempinėlių. Dauguma respondenčių žino, kad kosmetikos gaminius gali užteršti patogeniniais mikroorganizmais dėl netinkamos dengimo priemonių higienos, tačiau jos nesilaiko šepetėlio plovimo dažnio, kaip rekomenduoja gamintojas.

Tyrimo rezultatai atskleidė, kad didžioji tyrimo dalyvių dalis, nors kartais analizuoja kosmetikos produktų sudėtį prieš juos įsigydamos, tačiau beveik 35 proc. respondenčių nežino, kas yra konservantai, ir daugiau nei du penktadaliai apklausos dalyvių nežino, kokia jų funkcija dekoratyvinėje kosmetikoje. Tik 5 proc. apklaustųjų atsakė, kad dekoratyvinėje kosmetikoje, kurioje nėra vandens ir pagrindą sudaro mineralinės medžiagos, nėra būtinas konservantas. Tokie rezultatai leidžia daryti prielaidą, kad žmonės, net ir išanalizavę produkto sudėtį, dėl savo žinių trūkumo dažnai nesupranta, iš kokių medžiagų jų kosmetikos produktas pagamintas. Tyrimo rezultatai rodo, kad pusei respondentų svarbu, jog kosmetikoje nebūtų konservantų, ir tik 21 proc. atsakusiųjų pažymėjo, kad vengia konservantų kosmetikoje. Tyrimo rezultatai atskleidė, kad 65 proc. apklausos dalyvių mano, kad kosmetikos produktuose be vandens reikalingi konservantai. 58 proc. apklaustųjų mano, kad dekoratyvinė kosmetika be konservantų yra saugi vartotojui. Didžioji dalis respondenčių nežinojo, ar jų dekoratyvinėje kosmetikoje yra konservantų. Apibendrinus tyrimo rezultatus, nustatyta, kad respondentai nežino, kada konservantai gali būti nededami į kosmetikos produktus. Pirkdami kosmetikos produktus neatsižvelgia, kad sudėtyje nebūtų konservantų, nors žino, kad dekoratyvinė kosmetika be konservantų yra saugi vartotojui.

Išvados

1. Moterys nesilaiko dengimo priemonių higienos reikalavimų. Šepetėlius ir kempinėles plauna per retai. Maža dalis respondenčių visai neplauna dengimo priemonių, nors ir žino, kad jos gali

užteršti dekoratyvinę kosmetiką patogeniniais mikroorganizmais.

2. Nustatyta, kad moterys nepakankamai žino, kas yra konservantai ir kokią funkciją jie atlieka dekoratyvinėje kosmetikoje. Dauguma respondenčių skaito sudėtį, tačiau neatpažįsta, kurios medžiagos yra konservantai. Didžioji dalis respondenčių mano, kad konservantai būtini ir dekoratyvinėje kosmetikoje, kurioje nėra vandens. Respondentėms nepakanka žinių, kada būtina naudoti konservantus dekoratyvinėje kosmetikoje.

Literatūra

1. Bouslimani, A., da Silva, R., Kosciolk, T., Janssen, S., Callewaert, C., Amir, A., Dorrestein, P. C. (2019). The impact of skin care products on skin chemistry and microbiome dynamics. *BMC biology*, 17(1), 1-20. Prieiga per internetą: <https://bmcbiol.biomedcentral.com/articles/10.1186/s12915-019-0660-6>
2. Halla, N., Fernandes, I. P., Heleno, S. A., Costa, P., Boucherit-Otmani, Z., Boucherit, K., Barreiro, M. F. (2018). Cosmetics preservation: a review on present strategies. *Molecules*, 23(7), 1571. Prieiga per internetą: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC6099538/>
3. Herman, A. (2019). Antimicrobial Ingredients as Preservative Booster and Components of Self-Preserving Cosmetic Products. *Curr Microbiol* 76, 744–754. <https://doi.org/10.1007/s00284-018-1492-2>

PARKOMATŲ MIKROBINĖS TARŠOS VERTINIMAS

Akvilė Mikalauskaitė

Biomedicinos diagnostikos studijų programa

Kauno kolegija

Darbo vadovė – Žaneta Maželienė

Įvadas

Tyrimai visame pasaulyje parodė, kad skirtingose vietovėse, lauko aplinkoje esančių bakterijų koncentracija gali skirtis (Brągoszewska ir Pastuszka, 2018). Ore sklindančių bakterijų koncentracija gali pasikeisti esant skirtingam paros laikui (Hu ir kt., 2020). Aplinkos indikatorinėmis taršos bakterijomis yra laikomos penkios bakterijų rūšys: *Enterococcus spp.*, *Pseudomonas aeruginosa*, koliforminės bakterijos, *Staphylococcus aureus*, *Escherichia coli*, kurios gali sukelti įvairias infekcijas, pavyzdžiui, *Enterococcus spp.* gali sukelti bakteriemiją, infekcinį endokarditą, *E.coli* gali sukelti virškinimo trakto, šlapimo takų ir kitas infekcijas, dėl to svarbu ištirti aplinkos objektų mikrobinę taršą.

Tyrimo problema – kokia parkomatų mikrobinė tarša?

Tyrimo tikslas – įvertinti parkomatų mikrobinę taršą.
Tyrimo uždaviniai:

1. Aprašyti aplinkoje aptinkamus mikroorganizmus, jų savybes, plitimo būdus, sukeliamas infekcijas, profilaktiką.
2. Nustatyti labiausiai paplitusias bakterijų rūšis ant parkomatų paviršių.
3. Palyginti parkomatų mikrobinę taršą ryte ir vakare.

Reikšminiai žodžiai: aplinkos sąlygos, bakterijos, parkomatai.

Metodologija

Teoriniai metodai: dalykinės ir mokslinės literatūros analizė. Empiriniai metodai: kokybinis mikrobiologinis tyrimas plovinių metodu, norint įvertinti parkomatų mikrobinę taršą. Tyrimo mėginiai imti 2021 m. lapkričio mėnesį, ryte (6-8h) ir vakare (17-19h), nuo Kauno mieste esančių parkomatų paviršių. Iš viso paimta 100 ėminių rudens sezono metu (50 ryte ir 50 vakare). Tyrimo imtis - 100 ėminių, kiekviename ėminyje buvo tiriamos 5 analitės: *Enterococcus spp.*, *Pseudomonas aeruginosa*, koliforminės bakterijos, *Staphylococcus aureus*, *Escherichia coli*. Visi paimti tyrimo ėminiai ištirti Kauno kolegijos Medicinos technologijų ir dietetikos katedros mikrobiologijos laboratorijoje, vadovaujantis LST EN ISO 14698 - 1 standartu.

Rezultatai

Tiriamuosiuose ėminiuose aptiktos: *Enterococcus spp.* (45 proc.), *Pseudomonas aeruginosa* (22 proc.),

Escherichia coli (5 proc.) ir koliforminės bakterijos (9 proc.). Ant parkomatų paviršių atlikus tyrimą daugiausiai buvo aptikta *Enterococcus spp.* (45 proc.), o mažiausiai *Escherichia coli* (5 proc.) *Staphylococcus aureus* augimo nebuvo aptikta. Palyginus ryte ir vakare paimtus ėminius, vakare buvo pastebėtas didesnis bakterijų kiekis. Gausiausiai vakaro ėminiuose augo *Enterococcus spp.*

Išvados

1. Aplinkoje galima aptikti įvairių rūšių mikroorganizmų (bakterijų, grybelių, virusų, pirmuonių), kurie turi skirtingas biologines savybes: ląstelės sandarą, antigeninę struktūrą, patogeniškumo veiksnius ir kt. Aplinkoje jie gali plisti oro lašeliniu, kontaktiniu, oraliniu-fekaliniu būdais, bet dažniausiai plinta per nešvarias rankas ar užterštus daiktus. *Enterococcus spp.* gali sukelti žaizdų infekcijas, bakteriemiją; *E.coli* – virškinimo trakto, šlapimo takų infekcijas. Norint užkirsti patogeninių mikroorganizmų plitimą, reikia laikytis tinkamos rankų higienos.
2. Atlikus tyrimą, ant parkomatų paviršių buvo nustatytos *Enterococcus spp.*, *Pseudomonas aeruginosa*, *Escherichia coli* ir koliforminės bakterijos.
3. Lyginant ryto ir vakaro išaugusių kolonijų gausumą, gausnesnis augimas pastebėtas vakare imtuose ėminiuose. *Enterococcus spp.* labai gausių kolonijų išaugo daugiausiai iš visų ieškomų bakterijų. *Pseudomonas aeruginosa* ir *Escherichia coli* daugiausiai išaugo vidutinio gausumo kolonijų, o koliforminių bakterijų augimas buvo gausnesnis vakare imtuose ėminiuose, bet daugiausiai išaugo pavienių kolonijų ryto ėminiuose.

Literatūra

1. Brągoszewska, E., Pastuszka, J. S., (2018). Influence of meteorological factors on the level and characteristics of culturable bacteria in the air in Gliwice, Upper Silesia (Poland). *Aerobiologia*, 34(2), 241-255. DOI: 10.1007/s10453-018-9510-1.
2. Hu, Z., Liu, H., Zhang, H., Zhang, X., Zhou, M., Lou, L., Hu, B., (2020). Temporal discrepancy of airborne total bacteria and pathogenic bacteria between day and night. *Environmental research*, 186, 109540. DOI: 10.1016/j.envres.2020.109540.

TAI, KO NEIŠMOKOME MOKYKLOJE: KONTRACEPTINĖS PRIEMONĖS, LYTINIAI SANTYKIAI, LYTINIŲ ORGANŲ HIGIENA

Ugnė Misiūnaitė, Skaistė Grybaitė

Akušerijos studijų programa

Kauno kolegija

Darbo vadovė – Alina Liepinaitienė

Išvadas

Šiais laikais ugdymo įstaigose mokiniai yra mažai mokomi apie gana svarbius dalykus, tokius kaip asmens higiena (Krishna et al., 2019), lytinis aktas (Šapurovas, 2018) ir kontraceptinės priemonės (Daniels ir Abma, 2020). Apie šiuos dalykus ugdymo įstaigose turėtų būti kalbama dažniau. Paaugliai, ateidami į gimnazijos klases, nežino net elementarių dalykų apie asmens higieną, o tai yra svarbūs gyvenimo įgūdžiai, kuriuos turėtų mokėti visi (Ying ir kt., 2017). Paaugliai tokius dalykus turėtų žinoti dar iki paauglystės, tačiau kaip jie gali kažką išmokti, jei apie šį dalyką nėra šnekama ir mokoma (Zachary ir kt., 2019; CDC, 2019). Šiame darbe analizuojama keli moksliniai straipsniai apie tai, kada paaugliai pradeda lytiškai santykiuoti, kokia kontraceptinė priemonė yra dažniausiai naudojama ir ką paaugliai žino apie lytinių organų higieną.

Tyrimo problema – kokių žinių apie lytinį švietimą, kontraceptines priemones, lytinių organų higieną, lytinius organus paaugliai negauna mokymosi įstaigose?

Tyrimų tikslas – atlikti literatūros analizę ir gautais duomenimis paaiškinti svarbiausius aspektus apie kontraceptines priemones, lytinį aktą bei lytinių organų higieną.

Tyrimų uždaviniai:

1. Aptarti, kokios yra kontraceptinių priemonių rūšys, jų patikimumas bei dažniausiai pasirenkamas kontracepcijos metodas, priklausomai nuo moters amžiaus, išslavinimo, rasės.

2. Aprašyti pagrindines taisykles, kurias turi žinoti paaugliai apie lytinių organų higieną, norint sustabdyti lytiškai plintančias ligas.

Reikšminiai žodžiai: kontraceptinės priemonės, lytiniai organai, lytinių organų higiena.

Metodologija

Atlikta literatūros ir mokslinių šaltinių analizė. Išanalizuoti septyni su tyrimo tema susiję moksliniai šaltiniai. Duomenų analizė atlikta kokybinio turinio analizės būdu.

Rezultatai

2017–2019 m. maždaug 65 proc. 15–49 metų amžiaus moterų naudojo tam tikrą kontracepcijos metodą, o 35 proc. šiuo metu šio metodo nenaudoja. Šiuo metu bet koks kontracepcijos metodas buvo naudojamas dažniau tarp vyresnio amžiaus moterų ir ne ispaniškai kalbančių baltodžių moterų, palyginti su

jaunesnėmis moterimis ir ispaniškai kalbančiomis bei ne ispaniškomis juodaodėmis moterimis. Dažniausiai naudojami metodai buvo moterų sterilizacija (18,1 %), geriamosios kontraceptinės tabletės (14,0 %), LARC (10,4 %) ir vyriški prezervatyvai (8,4 %). Šių metodų naudojimas skyrėsi priklausomai nuo amžiaus, ispaniškos kilmės, rasės bei išsilavinimo. Atliktoje literatūros analizėje išsiaiškinta, kad Jungtinėse valstijose daug jaunų paauglių pradeda eksperimentuoti su masturbacija dar iki 16 metų. Berniukai paprastai masturbuojasi maždaug penkis kartus per savaitę, o mergaitės tai daro daug rečiau. Įprasti paaugliai pradeda lytiškai santykiuoti, sulaukę 16 ar 17 metų, tačiau maždaug 20 % mokinių turėjo lytinių santykių iki 15 metų. Paskutiniiais vidurinės mokyklos metais 65 % studentų teigia turėję lytinių santykių. Iki vidurinės mokyklos pabaigos maždaug 20 % paauglių turėjo keturis ar daugiau seksualinių partnerių. Pagal šią apklausą galima spręsti, kad paaugliai lytiškai santykiuoti pradeda gana anksti ir tai yra gana svarbus dalykas visų gyvenime, todėl manoma, kad apie lytinį aktą ir apsisaugojimą turėtų būti pasakojama jau mokykloje, kad paaugliai suprastų, kas tai yra ir kaip reikėtų saugotis.

Išvados

1. Šiais laikais yra per 20 skirtingo patikimumo kontracepcijos priemonių, iš kurių gali rinktis santykiuose esantys žmonės, dažnesnis jų naudojimas, tyrimo duomenimis, pastebimas vyresnio amžiaus moterų grupėje.
2. Tinkama lytinių organų higiena ne tik padeda palaikyti normalią žmogaus lytinių organų mikroflorą, bet padeda sumažinti lytiškai plintančių ligų riziką.

Literatūra

1. Daniels K., Abma J. C. (2020). Current Contraceptive Status Among Women Aged 15–49: United States, 2017–2019. Nuoroda internete: <https://www.cdc.gov/nchs/products/databriefs/db388.htm>
2. Krishna K., Cora C., Elizabeth M., Laura K., Laurie L., Makia E., Stephenie B., (2019). Emergency Contraception. Nuoroda internete: <https://publications.aap.org/pediatrics/article/144/6/e20193149/37988/Emergency-Contraception>
3. Sexual Activity and Contraceptive Use Among Teenagers in the United States, 2011–2015.

- (2017).Nuoroda internete:
<https://www.cdc.gov/nchs/data/nhsr/nhsr104.pdf>
4. Šapurovas V. „Visuotinė lietuvių enciklopedija“ „lytinis gyvenimas“ (2018). Nuoroda internete:
<https://www.vle.lt/straipsnis/lytinis-gyvenimas/>
 5. Ying C., Elizabeth B., Joseph R., Scott E. (2017). Role of female intimate hygiene in vulvovaginal health: Global hygiene practices and product usage. Nuoroda internete:
<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC7789027/>
 6. Zachary A., Elizabeth A., Pamina G., Anjali S., Norton M., King K. (2019). Genital Hygiene Practices of Fishermen Targeted for a Topical Microbicide Intervention against STIs in Kisumu, Kenya. Nuoroda internete:
<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC6456332/>

KAUNO KOLEGIJOS MEDICINOS FAKULTETO FARMAKOTECHNIKOS STUDIJŲ PROGRAMOS STUDENTŲ PATIRTIS SKIEPIJANTIS NUO COVID-19 LIGOS

Erika Mitraitė

Farmakoteknikos studijų programa

Kauno kolegija

Darbo vadovas – Aurimas Galkontas

Įvadas

Remiantis Pasaulio sveikatos organizacijos duomenimis, 2019 metų gruodžio mėnesį Wuhanė (Kinija) buvo pastebėtas nežinomos kilmės pneumonijos protrūkis, kurį Kinijos medicinos mokslininkai pavadino koronavirusu (SARS-CoV-2). Koronaviruso liga, kitaip vadinama COVID-19 liga, yra nauja infekcinė liga, kuri greitai plinta per visą pasaulį (Alankar ir kt., 2021). Visame pasaulyje liga plito žaibišku greičiu. Lietuvos Respublikoje, kad ligos plitimas būtų mažesnis ir kad sveikatos priežiūros sistema nebūtų sugriauta, laikinai buvo įvestas karantinas (Lietuvos Respublikos sveikatos apsaugos ministras – valstybės lygio ekstremaliosios situacijos valstybės operacijų vadovas, 2020). Statistikos duomenimis, nuo COVID-19 ligos pradžios iki 2022 metų Lietuvos Respublikoje užsikrėtimų atvejų buvo 609 000, o mirčių nuo šios ligos – 7758, visame pasaulyje užsikrėtimų COVID-19 ligo – 351 milijonai, mirčių – 5,6 milijonai (Oficialiosios statistikos portalas, 2022).

Problema – kokia Kauno kolegijos Medicinos fakulteto Farmakoteknikos studijų programos studentų patirtis skiepijantis nuo COVID-19 ligos?

Objektas – Kauno kolegijos Medicinos fakulteto Farmakoteknikos studijų programos studentų patirtis skiepijantis nuo COVID-19 ligos.

Tikslas – atskleisti Kauno kolegijos Medicinos fakulteto Farmakoteknikos studijų programos studentų patirtį skiepijantis nuo COVID-19 ligos.

Uždaviniai:

1. Aprašyti COVID-19 ligą ir jos epidemiologinę situaciją Lietuvos Respublikoje bei pasaulyje.
2. Atskleisti Medicinos fakulteto Farmakoteknikos studijų programos studentų skiepijimosi nuo COVID-19 ligos patirtį.
3. Nustatyti Medicinos fakulteto Farmakoteknikos studijų programos studentų nuomonę apie vakcinaciją visuomenės vaistinėje.

Reikšminiai žodžiai: COVID-19, farmakoteknikas, vakcinacija.

Metodologija

Pasirinktas tyrimo metodas – anoniminė apklausa internetu (anketavimas). Šis būdas buvo pasirinktas todėl, kad tai patogus ir greitas tyrimo duomenų rinkimo būdas, kurio metu atskleidžiama tiriamųjų patirtis skiepijantis nuo COVID-19 ligos. Tyrime dalyvavo 71 Farmakoteknikos studijų programos

studentas: I kurso - 12 studentų, II kurso – 28, III kurso – 31.

Rezultatai

Gauti rezultatai parodė, kad didžioji dalis Farmakoteknikos studijų programos studentų yra pasiskiepiję nuo COVID-19 ligos (93 proc.). Dažniausiai studentai rinkosi „Comirnaty“ (Pfizer) vakciną. Vieni dažniausių simptomų, kuriuos jautė studentai po skiepo, yra skausmas injekcijos vietoje (74,2 proc.), galvos skausmas, šaltkrėtis, pakilusi kūno temperatūra (36 proc.). Dažniausia studentų skiepijimosi priežastis buvo noras gauti galimybių pasą (72,3 proc.), taip pat dažna priežastis – noras apsisaugoti nuo COVID-19 ligos (58,5 proc.). Tyrime taip pat buvo norima išsiaiškinti, kiek Farmakoteknikos studijų programos studentų yra persirgę COVID-19 liga. Didžioji dalis studentų buvo persirgę COVID-19 liga (64,8 proc.). Iš gautų rezultatų galima teigti, jog daugiausiai studentų COVID-19 liga persirgo lengvai (49 proc.). Sirgdami studentai (76 proc.) buvo pasiskiepiję nuo COVID-19 ligos. Anketoje studentų buvo klausiama, kaip jie vertina vakcinaciją visuomenės vaistinėse. Didžioji dalis studentų vakcinaciją visuomenės vaistinėse vertina teigiamai (64,8 proc.), dalis studentų vakcinaciją visuomenės vaistinėse vertina neigiamai (8,5 proc.). Taip pat studentų buvo klausiama, kokias kompetencijas, jų nuomone, turėtų turėti farmacijos specialistas, norintis atlikti vakcinaciją visuomenės vaistinėse. Studentų nuomone, farmacijos specialistai privalo būti baigę ne trumpesnę nei 48 valandų „Skiepijimo pagrindų“ kvalifikacijos tobulinimo programą (77,5 proc.), privalo tobulinti profesinę kvalifikaciją imunoprofilaktikos srityje po 8 valandas kas 5 metus, turi mokėti teikti pirmąją pagalbą anafilaksinio šoko atveju, privalo mokėti vertinti ir patarti sveikatos klausimais (78,9 proc.).

Išvados

1. COVID-19 liga yra nežinomos kilmės plaučių uždegimas, kuris plinta per kvėpavimo takų sekreto lašelius, t. y. oro lašeliu būdu. Liga gali pasireikšti įvairiais simptomais, tokiais kaip skonio ir kvapo praradimas, karščiavimas, nosies užgulimas, šaltkrėtis, apetito praradimas, sumišimas. Statistikos duomenimis, nuo COVID-19 ligos pradžios iki 2022 metų Lietuvos Respublikoje užsikrėtimų atvejų buvo 609 000, o mirčių nuo šios ligos – 7758.

2. Didžioji dalis studentų yra pasiskiepiję nuo COVID-19 ligos. Dažniausia vakcina, kurią rinkosi studentai, yra „Comirnaty (Pfizer)“. Po vakcinacijos dažniausias simptomas, kurį jautė studentai, yra skausmas injekcijos vietoje, pakilusi temperatūra, galvos skausmas, bendras silpnumas. Dažniausia priežastis, dėl kurios skiepijosi studentai, yra noras gauti galimybių pasą bei noras apsisaugoti nuo COVID-19 ligos.
3. Tyrimo duomenys rodo, kad daugiausiai studentų apie vakcinaciją visuomenės vaistinėse mano teigiamai ir norėtų, kad jiems būtų suteikta galimybė vakcinuoti gyventojus visuomenės vaistinėse. Studentai mano, kad norint atlikti vakcinaciją visuomenės vaistinėse, reikia išsamesnių žinių nei tos, kurių reikia įprastos farmacinės paslaugos teikimui. Respondentų nuomone, farmacijos specialistai, norintys vakcinuoti gyventojus, turi nuolatos tobulėti ir, jeigu būtų galimybė skiepyti, jie turėtų tobulinti profesinę kvalifikaciją imunoprofilaktikos srityje po 8 valandas kas 5 metus.

Literatūra

1. Alankar, B., Kaur, H., Ahsaan, S., Sharma, G. & Chang, V. (2022). Towards Reviewing an Immediate Impact of COVID-19 on the Integrative World Economy: An Evolving Perspective. *Journal of Global Information Management*, 30(4), 1–19. Doi: <https://doi.org/10.4018/JGIM.20220701.oa6>
2. DĖL LIETUVOS MEDICINOS NORMOS MN 170:2020 „IŠPLĖSTINĖS PRAKTIKOS VAISTININKAS“ PATVIRTINIMO (2021). Prieiga per internetą: <https://e-seimas.lrs.lt/portal/legalAct/lt/TAD/8678b4a23f1611eb8c97e01ffe050e1c?jfwid=32wf8izs>
3. Lietuvos Respublikos Sveikatos apsaugos ministras – valstybės lygio ekstremaliosios situacijos valstybės operacijų vadovas (2020). Sprendimas dėl asmens sveikatos priežiūros paslaugų teikimo organizavimo paskelbus karantiną Lietuvos Respublikos teritorijoje. Prieiga per internetą: <https://e-seimas.lrs.lt/portal/legalActPrint/lt?jfwid=46jpeqtIj&actualEditionId=AXfqBUfCYG&documentId=f770372267a611eaa02cacf2a861120c&category=TAD>
4. Nacionalinis visuomenės sveikatos centras prie Sveikatos apsaugos ministerijos. (2020). Skiepai - patikima apsauga nuo ligų. Doi: <https://nvsc.lrv.lt/lt/uzkrečiamuju-ligu-valdymas/skiepai-patikima-apsauga-nuo-ligu>
5. Oficialiosios statistikos portalas (2022). Doi: <https://osp.stat.gov.lt/praejusios-paros-covid-19-statistika>
6. Užkrečiamųjų ligų ir AIDS centras, (2021). Kokie COVID-19 ligos simptomai. Doi: <http://www.ulac.lt/lt/kokie-covid-19-ligos-simptomai>

INFORMACIJOS APIE BURNOS SVEIKATĄ, SKELBIAMOS NAUJIENŲ PORTALUOSE, ANALIZĖ

Greta Mugulytė

Odontologinės priežiūros studijų programa

Kauno kolegija

Darbo vadovė – Vaiva Kazlauskaitė

Įvadas

Burnos sveikata yra bendros sveikatos dalis ir pripažįstama kaip gyvenimo kokybės dalis. Amerikos odontologų asociacija (2019) informuoja, kad, nors visuomenėje yra taikomos prevencinės priemonės, dantų ėduonis ir periodonto ligos tebėra dvi didžiausios grėsmės burnos sveikatai. Aguirre kartu su kolegomis (2017), vertino su ėduonimi susijusią informaciją, jos prieinamumą ir kokybę Brazilijos internetinėse svetainėse. Autoriai teigia, kad turinys visuose puslapiuose buvo lengvai suprantamas, prieinamas, bet informacija kelianti nerimą, kadangi buvo randama straipsnių, kurių antraščių pavadinimai buvo: „Dantų gydymas namuose be odontologo pagalbos“.

Problema – kokią informaciją apie burnos sveikatą skelbia naujienų portalai ir kokia gyventojų nuomonė apie ją?

Objektas – naujienų portaluose skelbiama informacija apie burnos sveikatą.

Tikslas – nustatyti, kaip burnos sveikatos tema pateikiama Lietuvos naujienų portaluose ir kokia gyventojų nuomonė apie ją.

Uždaviniai:

1. Atskleisti, kaip burnos sveikatos tema pateikiama Lietuvos naujienų portaluose.
2. Atskleisti gyventojų nuomonę apie naujienų portaluose skelbiamą informaciją burnos sveikatos tema.

Reikšminiai žodžiai: burnos sveikata, burnos vėžys, ėduonis, naujienų portalai., periodonto ligos.

Metodologija

1. Kokybinė Lietuvos naujienų portalų delfi.lt, lrytas.lt, 15min.lt straipsnių turinio analizė 2021–2022 m. Atsitiktinai pasirinkta 16 straipsnių, kurie buvo analizuojami naudojant duomenų analizės įrankį MAXQDA.
2. „Gyventojų nuomonė apie naujienų portaluose skelbiamą informaciją burnos sveikatos tema“ tyrimui atlikti pasirinktas kiekybinis tyrimas, kurio metu taikytas duomenų rinkimo būdas – apklausa internetu (anketa). Apklausa vykdyta naudojant internetinę platformą apklausa.lt. Tyrimo imtis – 384 vyresni nei 18 m. Lietuvos gyventojai, tačiau anketą atsakė 101 respondentas.

Rezultatai

Atliekant antraščių analizę pastebėta, kad daugiausia straipsnių antraščių su neigiama išraiška. Tokių

straipsnių iš 16 rasta 13. Mažiausiai straipsnių (1) pastebėta su teigiamomis išraiškomis. Daugiausiai yra iliustracijų, kurios vaizduoja blogą burnos sveikatą (8). Mažiau (6) iliustracijų yra tokių, kuriose vaizduojama ne burnos sveikata, o mažiausiai (3) iliustracijų, kurios vaizduoja gerą burnos sveikatą. Straipsnių turinio analizė atskleidė, kad 6 iš 16 straipsnių buvo apie ėduonį. Epidemiologiniai duomenys aprašomi visuose straipsniuose, tačiau neminima, iš kur paimti statistikos duomenys. Ėduonies etiologija ir gydymas apibūdinamas tiksliai, informacija lengvai suprantama. Profilaktika straipsniuose aprašoma plačiausiai, informacija atitinka mokslinę literatūrą. Iš 16 straipsnių 6 buvo apie gingivitą ir periodontitą. Periodontito paplitimas aprašomas 2 straipsniuose, o viename iš jų nurodoma, iš kur paimti statistikos duomenys. Periodontito etiologija straipsniuose aprašoma plačiai, turinys atitinka mokslinę literatūrą. Atliekant tyrimą pastebėta, jog 2 iš 6 straipsnių apie periodonto ligas, ligų simptomai nebuvo paminėti, bet likusių straipsnių informacija yra tiksli ir naudinga. Profilaktikos priemonės aprašomos išsamiai. Tyrimo metu iš atsitiktinai pasirinktų 16 straipsnių, 3 straipsniai buvo apie burnos vėžį. Nagrinėti straipsniai buvo verti dėmesio, naudingi ir informatyvūs. Straipsniuose plačiausiai rašoma apie ligos rizikos veiksnius. Tyrimo metu „Gyventojų nuomonė apie naujienų portaluose skelbiamą informaciją burnos sveikatos tema“ dalyvavo ir anketa užpildė iš viso 101 respondentas, iš jų: 86 (85,1 %) moterys ir 15 (14,9 %) vyrų. Didžioji dalis (69,3 %) respondentų yra skaitę naujienų portaluose skelbiamus straipsnius apie burnos sveikatą. 32 (31,7 %) respondentai atsakė, kad informaciją apie burnos sveikatą, kurią skelbia naujienų portalai, skaito kelis kartus per metus. 14 respondentų teigė, kad tokią informaciją jie skaito užsienio naujienų portaluose. Dauguma respondentų (60 (38 %) ir (47 (30 %) informaciją apie burnos sveikatą skaitė delfi.lt ir lrytas.lt naujienų portaluose. Kiek mažiau (28 (18 %) respondentų pažymėjo, jog skaitė tv3.lt naujienų portale skelbiamą informaciją, o 11 (7 %) respondentų informaciją skaitė 15min.lt portale. 7 (6,9 %) respondentai informacijos kokybę vertino kaip labai gerą, o daugiausiai respondentų (31 (30,7%) informaciją įvertino kaip vidutinės kokybės, 1 respondentas (1 %) atsakė, kad informacija yra labai prasta. Daugiausiai respondentų teigė, kad jų skaityti straipsniai buvo apie burnos priežiūros priemones ir burnos ligas. 21 (13 %) respondentas yra skaitęs straipsnių apie dantų protezavimą. Beveik tiek pat

respondentų (19 (12%) yra skaitę straipsnių apie dantų traumas. Respondentai vertino ir informacijos naudingumą. Dauguma (45 (44,6%) respondentų mano, kad tokia informacija yra naudinga. Priešingai manančių atsakė 11 (10,9%). Į klausimą, kokią įtaką daro naujienų portaluose sklaidžiama informacija burnos sveikatos tema, 6 respondentai atsakė, kad tai daro neigiamą įtaką, tokia informacija yra komercinio pobūdžio, sklaidžiama dezinformacija gali privesti prie nepagydomų ligų ir būklių. 33 respondentai į šį klausimą atsakė, kad tokia informacija daro teigiamą įtaką: informacija skatina prižiūrėti savo burnos ertmę, motyvuoja, suteikia naudingos informacijos ir net skatina apsilankyti pas gydytojus odontologus. 33 respondentai pasidalino kokią informaciją pritaiko kasdienybėje: dauguma atsakė, kad pritaiko žinias apie individualią burnos higieną, kitiems padėjo išsirinkti burnos priežiūros priemones ar net odontologijos kliniką.

Išvados

1. Atlikus empirinį tyrimą, paaiškėjo, kad straipsnių antraštėse dažniausiai minimos neigiamos frazės, kuriomis stengiamasi perteikti burnos sveikatos svarbumą, iliustracijos dažniausiai susijusios su burnos liga, kuri aprašoma tekste. Informacija apie edukaciją straipsniuose rašoma teisinga, tačiau dažnai nenurodoma, iš kur paimami statistiniai duomenys. Pateikta informacija apie periodonto ligas, burnos vėžį atitinka mokslinę literatūrą.

2. Naujienų portalus sąlyginai dažniau skaito 18–25 metų amžiaus asmenys, dažniausiai moterys, darbą turintys asmenys. Naujienų portalai yra ganėtinai populiarūs sklaidos priemonė visuomenėje, sklaidžianti informaciją apie burnos sveikatą. Pateikta informacija iš dalies turi įtakos respondentų burnos priežiūros pasirinkimams, o perskaityta informacija naujienų portaluose tik iš dalies yra pritaikoma jų kasdienybėje.

Literatūra

1. Aguirre, P., Coelho, M. M., Rios, D., Machado, M., Cruvinel, A., Cruvinel, T. (2017). Su dantų edukacija susijusios informacijos vertinimas Brazilijos svetainėse: kokybinis tyrimas. *Medicinos interneto tyrimų žurnalas*, 19 (12), 415. Prieiga per internetą: <https://doi.org/10.2196/jmir.7681>
2. American Dental Association. (2019). Oral Health topics. Prieiga per internetą: <https://www.ada.org/resources/research/science-and-research-institute/oral-health-topics>
3. Lietuvos Respublikos sveikatos apsaugos ministro 2016 m. sausio 8 d. įsakymas Nr. V-14, "Dėl Nacionalinės burnos sveikatos 2016–2020 metų programos patvirtinimo". Prieiga per internetą: https://sam.lrv.lt/uploads/sam/documents/files/Veiklos_sritys/Programos_ir_projektai/Burnos%20sveikata_V-14_2016-01-08.pdf

Monika Muliulytė

Biomedicinos diagnostikos studijų programa

Kauno kolegija

Darbo vadovė – dr. Asta Aleksandravičienė

Ivadas

Demodex spp. yra mažų erkių gentis, gyvenanti žinduolių plaukų folikuluose arba šalia jų. Yra žinoma apie 100 *Demodex* spp. erkių rūšių (García ir kt., 2019). Dvi rūšys aptinkamos ant žmonių: *Demodex folliculorum* ir *Demodex brevis*, abi dažnai vadinamos blakstienų erkėmis, veido arba odos erkėmis (Lacey ir kt., 2009). Pasak Burkat ir kt. (2021), dėl nespecifinių klinikinių simptomų *Demodex* spp. užsikrėtimas gali būti dažnai nepastebėtas ir lieka nenustatytas sergant akių ligomis.

Problema – koks *Demodex* spp. erkių morfologinis identifikavimas ir paplitimas.

Objektas – *Demodex* spp. erkių morfologinis identifikavimas ir paplitimas.

Tikslas – išanalizuoti *Demodex* spp. erkių paplitimą ir atlikti *Demodex* spp. blakstienų erkių morfologinį identifikavimą.

Uždaviniai:

1. Aprašyti *Demodex* spp. erkių paplitimą.
2. Įvertinti *Demodex* spp. erkių morfologinius skirtumus.

Reikšminiai žodžiai: *Demodex* spp. erkės, paplitimas, morfologija.

Metodologija

Tyrime taikyta kiekybinė tyrimo strategija. Kauno poliklinikos Dainavos padalinyje buvo surinktos 62 erkės nuo 15 skirtingų pacientų, kurie skundėsi akių paraudimu, gausiomis traiškanomis aplink blakstienas, akių niežuliu.

Nuo kiekvieno paciento paimtos blakstienos buvo dedamos ant mikroskopinio stiklelio (po 5-10 erkių).

Rezultatai

Visuose mėginiuose buvo identifikuota *D. folliculorum*, bet viename mėginyje buvo rastos dvejų rūšių erkės. Mėginyje buvo rasta 7 vnt. *Demodex* spp. gyvų erkių, kurios buvo dvejų skirtingų rūšių: *D. folliculorum* ir *D. brevis*. Pirmoji matoma erkė buvo trumpesnė, su išplatėjusiu kūnu, kuris baigiasi suapvalintu uodegos galu. Vizualiai įvertinus kojų ilgį, pirmosios erkės kojos buvo trumpesnės nei antrosios, visi šie požymiai leido identifikuoti, kad pirmoji erkė yra *D. brevis*. *D. brevis*

erkė mėginyje buvo identifikuota tik viena, ir tai tik dar labiau patvirtina, kad tai yra *D. brevis*, nes šios rūšies erkės gyvena pavienės. Vienas pagrindinių *D. brevis* skirtumų yra jų kūnų ilgis, todėl pagal erkės dydį buvo galima iškart identifikuoti *D. folliculorum*. Antros *Demodex* spp. erkės kūnas, taip pat ir kojos atrodo vizualiai ilgesnės nei pirmosios. Pailgas kūnas, kuris švelniai nusmailėja iki plonos, suapvalintos uodegos galo. Tame pat mėginyje tokios morfologinės sudėties erkių buvo didelis kiekis. Visi šie morfologiniai skirtumai leido mėginyje nustatyti dvi skirtingas *Demodex* spp. rūšis. Pirmoji erkė yra *D. brevis*, o antroji – *D. folliculorum*.

Išvados

1. *Demodex* spp. erkių skaičius priklauso ir nuo amžiaus: vaikams iki 5 metų erkės gali būti perduodamos per artimą kontaktą. Didžiausias paplitimas yra 20-30 metų amžiaus grupėje. Erkes taip pat galima perduoti per asmeninius daiktus, pvz., dalijantis kosmetika.
2. Visuose tiriamuose mėginiuose mikroskopu buvo identifikuota *D. folliculorum*. Tik nuo vieno paciento, nuo kurio buvo surinktos erkės, buvo nustatytos dvejų rūšių erkės: *D. folliculorum* ir *D. brevis*.

Literatūra

1. García, V. M., Vargas, G. V., Cornuy, M. M., & Torres, P. A. (2019). Demodicosis ocular: una revisión. *Archivos de la Sociedad Española de Oftalmología* 94(7), 316-322. Prieiga per internetą: <https://doi.org/10.1016/j.oftal.2019.04.003>
2. Lacey, N., Kavanagh, K., & Tseng, S. C. (2009). Under the lash: Demodex mites in human diseases. *The biochemist* 31(4), 2-6. [žiūrėta 2022-02-12]. Prieiga per internetą: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC2906820/>
3. Cat Nguyen Burkat, MD FACS, Jacob Samuel Martin, MD, Dave Reddy MD (2021). Demodex Infestation. *American academy of ophthalmology*. [žiūrėta 2022-02-14]. Prieiga per internetą: https://eyewiki.aao.org/Demodex_Infestation

KAUNO KOLEGIJOS MEDICINOS FAKULTETO STUDENTŲ ELGESYS LAIKANTIS COVID-19 PREVENCIJOS REIKALAVIMŲ

Norberta Mulokaitė

Farmakotechnikos studijų programa

Kauno kolegija

Darbo vadovė – Kristina Perminaitė

Išvadas

Pasaulinis SARS-CoV-2 plitimas ir tūkstančiai mirčių paskatino Pasaulio sveikatos organizaciją (PSO) paskelbti pasaulinę pandemiją (Ciotti ir kt. 2020). Tai tapo didžiausiu 2020-ųjų metų iššūkiu Lietuvai ir visam pasauliui. Lietuvos Respublikos Vyriausybės nutarimu, dėl vis didėjančių užsikrėtimų skaičiaus ir nepalankios epidemiologinės situacijos, 2020 m. kovo 16 d. buvo paskelbtas karantinas. Reaguodama į nevaldomą viruso plitimą, Lietuvos Respublikos Vyriausybė įvedė darbo, gyvenimo, poilsio, judėjimo sąlygas ir apribojimus. Plintant COVID-19 infekcijai ir nesant specifinio gydymo, PSO gyventojų prevencinių eiles įvardijo kaip svarbią priemonę, siekiant suvaldyti ligą. Viešose ir uždaroje erdvėse dėvimos veido kaukės, laikomasi saugaus 2 metrų atstumo bei čiaudėjimo ir kosėjimo etiketo, socialinių kontaktų ribojimo.

Tyrimo problema – koks Kauno kolegijos Medicinos fakulteto studentų elgesys, laikantis COVID-19 prevencijos reikalavimų?

Tyrimo tikslas – atskleisti Kauno kolegijos Medicinos fakulteto studentų elgesį, laikantis COVID-19 prevencijos reikalavimų.

Tyrimo uždaviniai:

1. Apibrėžti COVID-19 ligą, jos simptomus, rizikos veiksnius ir gydymą.
2. Aprašyti COVID-19 ligos ribojimus ir rekomendacijas gyventojams karantino ir pandemijos laikotarpiu.
3. Atskleisti Kauno kolegijos Medicinos fakulteto studentų elgesį, laikantis prevencijos reikalavimų ir skiepijantis nuo COVID-19 ligos.

Reikšminiai žodžiai: COVID-19 liga, Kauno kolegijos Medicinos fakulteto studentai, prevencija.

Metodologija

Tyrimo taikyta kiekybinė tyrimo strategija, kurios tikslas – atskleisti Kauno kolegijos Medicinos fakulteto studentų elgesį, laikantis prevencijos reikalavimų ir skiepijantis nuo COVID-19 ligos. Parengtas tyrimo instrumentas – internetinė apklausa; duomenų analizės metodas – aprašomosios statistikos skaičiavimai: dažniai ir vidurkiai. Tyrimo dalyvavo 311 Kauno kolegijos Medicinos fakulteto studentų.

Rezultatai

Respondentų buvo klausama, kaip stipriai jie sutinka su pateiktais teiginiais, susijusiais su jų elgesiu karantino ir pandemijos metu. Dauguma apklaustųjų

sutinka, kad pandemijos metu dėvi nosį ir burną dengiančias apsaugos priemones, rūpinasi asmens higiena. Mažiau sutinka su teiginiais, jog dažnai vėdina patalpas (3,9), laikosi saugaus atstumo (3,6), vengia masinių susibūrimų (3,3). Medicinos fakulteto studentai nesutinka, kad po karantino rečiau lankosi fizinėse parduotuvėse ar vengia kelionių į kitas šalis. Anketoje respondentų buvo klausama – „Ar skiepijotės nuo COVID-19 ligos?“. Dauguma, net 94,2 % atsakė – taip. 5,8 % apklaustųjų nesiskiepijo nuo koronavirusinės infekcijos. Respondentai daugiausiai (73,3 %) skiepijosi „Comirnaty“ (gam. „Pfizer ir BioNTech“) vakcina, o mažiausiai „Janssen“ (gam. „Janssen Pharmaceutica NV“) vakcina (5,7 %). Apibendrinant galima teigti, jog Kauno kolegijos Medicinos fakulteto studentams „Comirnaty“ vakcina (gam. „Pfizer ir BioNTech“) buvo priimtinausia. Surinkus duomenis apie pasiskiepijimą, kokiomis vakcinomis ir keliomis dozėmis pasiskiepiję, respondentų buvo paklausta, kas lėmė jų apsisprendimą skiepytis nuo COVID-19 ligos. Analizuojant duomenis, dauguma apklaustųjų, (48,7 %) skiepijosi norėdami, jog greičiau baigtųsi pandemija ir būtų grįžta prie įprasto gyvenimo.

Išvados

1. Koronaviruso liga, plintanti oro lašeliu būdu, sukėlė pasaulinę pandemiją. Dažniausiai pasireiškiantys COVID-19 ligos simptomai – sausas kosulys, karščiavimas, nuovargis, galvos, raumenų skausmai, dusulys. Didžiausia rizika užsikrėsti SARS-CoV-2 virusu yra žmonėms, turintiems gretutinių ligų, vyresnio amžiaus žmonėms bei silpną imuninę sistemą turintiems pacientams. Mokslininkai stengiasi rasti gydymo būdus nuo koronaviruso ligos, tačiau pagrindinė viruso suvaldymo dalis – skiepai.
2. Norint sustabdyti pandemijos plitimą, Lietuvoje paskelbtas trečias civilinės saugos sistemos parengties lygis, kuriame buvo draudžiami judėjimai per Lietuvos Respublikos sieną ir šalies viduje, pakeistas viešojo ir privataus sektorių veiklos, sveikatos priežiūros bei švietimo įstaigų darbo organizavimas. Be draudimų gyventojams buvo rekomenduojama laikytis visų COVID-19 ligos prevencinių priemonių viešose ir uždaroje erdvėse: vengti masinių susibūrimų, dėvėti apsaugines veido kaukes, laikytis saugaus atstumo, rečiau lankytis fizinėse parduotuvėse, rūpintis asmens higiena.

3. Empirinio tyrimo rezultatai atskleidė, jog Kauno kolegijos Medicinos fakulteto studentai laikėsi Lietuvos Respublikos Vyriausybės reikalavimų bei prevencinių priemonių. Taip pat aktyviai skiepijosi nuo COVID-19 ligos, norėdami, jog greičiau baigtųsi pandemija ir būtų grįžta prie įprasto gyvenimo. Apibendrinus profesinio baigiamojo bakalauro anketos rezultatus, galima teigti, jog Kauno kolegijos Medicinos fakulteto studentų elgesys, laikantis COVID-19 ligos reikalavimų yra sąmoningas, priimtinas bei visuomeniškas.

Literatūra

1. Ciotti, M., Ciccozzi, M., Terrinoni, A., Jiang, W. C., Wang, C. B., & Bernardini, S. (2020).

- The COVID-19 pandemic. *Critical reviews in clinical laboratory sciences*, 57(6), 365-388.
2. Lietuvos Respublikos Sveikatos apsaugos ministerija. (2020). Prieiga per internetą: <https://sam.lrv.lt/lt/naujienos/patvirtinti-reikalavimai-aukstojo-mokslo-studijoms-profesiniam-mokymui-ir-neformaliojo-suaugusiųjų-svietimo-veikloms>
3. World Health Organisation. Coronavirus disease (COVID-19) (2021). Prieiga per internetą: <https://www.who.int/emergencies/diseases/novel-coronavirus-2019/covid-19-vaccines/advice>

LYTIŠKAI PLINTANČIŲ LIGŲ PLITIMO INTENSYVUMAS TARP JAUNIMO (13-23 M.) LIETUVOJE IR ŠVEDIJOJE

Mindaugas Pauliukas

Akušerijos studijų programa

Kauno kolegija

Darbo vadovas – dr. Vaidas Jotautis

Įvadas

Daugiau nei 30 įvairių bakterijų, virusų bei parazitų gali būti perduodami lytiniu būdu. Dažniausiai lytiškai plintančios ligos (toliau - LPL) asocijuojasi su aštuoniais patogenais, iš kurių keturi yra išgydomi - sifilis, gonorėja, chlamidiozė ir trichomonozė, o keturios virusinės infekcijos: hepatitas B, herpes simplex, žmogaus imunodeficitą virusas (ŽIV) ir žmogaus papilomos virusas (ŽPV) – neišgydomos (Garcia ir Wray, 2022). LPL negatyviai veikia seksualinę ir reprodukcinę sveikatą. Tam tikros LPL didina kitų lytiškai plintančių ligų, kokių kaip ŽIV, susirgimo riziką, o gimdos kaklelio vėžys, sukeltas žmogaus papilomos viruso, kiekvienais metais yra daugiau nei 300.000 mirčių visame pasaulyje priežastis (Nour, 2009). Seksualinis švietimas brandos laikotarpiu formuoja paauglio požiūrį į seksualinę sveikatą. Kiekvienoje bendruomenėje religinės-kultūrinės tradicijos formuoja savitas jaunimo seksualinės sveikatos žinias. Valstybėse veikiančios sveikatos priežiūros sistemos turi formuoti sveikos seksualinės sveikatos laikyseną ir integruotis į valstybių švietimo bei ligų prevencijos sistemas, siekiant sumažinti lytiškai plintančių ligų plitimą tarp jaunimo.

Problema – lytiškai plintančių ligų plitimo intensyvumo augimas tarp jaunimo.

Objektas – lytiškai plintančių ligų plitimo intensyvumo ypatumai tarp jaunimo (13–23 m.) Lietuvoje ir Švedijoje.

Tikslas – rasti įtaką lemiančius LPL plitimo intensyvumo veiksnius tarp jaunimo Lietuvoje ir Švedijoje.

Uždaviniai:

1. Aprašyti Lietuvos ir Švedijos mokymo programas, skirtas seksualinės sveikatos švietimui mokyklose;
2. Palyginti Lietuvos ir Švedijos asmens sveikatos priežiūros sistemų orientaciją į LPL prevenciją;
3. Pateikti ir išanalizuoti LPL paplitimo duomenis bei jų intensyvumą Lietuvoje ir Švedijoje;
4. Apibrėžti LPL plitimo intensyvumą su seksualinės sveikatos mokymo bei prevencijos integralumu.

Reikšminiai žodžiai: lytiškai plintančios ligos (LPL), seksualinė sveikata.

Metodologija

Šiame tyrime yra naudojamas metaanalizės metodas, koreliuojantis su empiriniu ir statistiniu metodais.

Taip pat tyrime yra naudojami antriniai duomenys. Tiriamoji grupė – 13–23 m. jaunimas. Analizuojami surinktų empirinių tyrimų rezultatai, įvertinami, susisteminami ir lyginami, siekiant pateikti apibendrintą informaciją.

Rezultatai

Lietuvos ir Švedijos švietimo įstaigose yra dėstomos lytiškumo ugdymo pamokos. Lietuvoje nuo 2016 m. yra priimta Sveikatos ir lytiškumo ugdymo bei rengimo šeimai bendroji programa, kuri yra integruota į 5-10 klasių ugdymo turinį. Tačiau, skirtingai nei Švedijos ugdymo įstaigose (Folkhalsomyndigheten public health agency of Sweden, 2017) numatytose lytiškumo ugdymo pamokose, priimtoje programoje mažai dėmesio yra skiriama tokioms temoms kaip neplanuotas nėštumas, lytiškai plintančios ligos ar seksualinė orientacija (Lietuvos Respublikos Švietimo ir mokslo ministro įsakymas, 2016). Lietuvoje sveikatos priežiūros sistema nėra orientuota į paauglių bei jaunimo seksualinės sveikatos profilaktiką. Nėra specializuotų jaunimo klinikų, kuriose būtų vykdomos LPL prevencinės programos. Taip pat yra sunku gauti kvalifikuotos informacijos ar konsultacijų apie seksualinę sveikatą. Vidurinis medicinos personalas, akušeriai teikia konsultacijas nėštumo priežiūros bei žindymo klausimais, tačiau nekonsultuoja jaunimo LPL prevencijos ar kontracepcijos klausimais (Brigita Polozovaitė ir kt., 2018). Švedijoje akušeriai specializuotose Jaunimo klinikose konsultuoja vaikus ir merginas nuo 13 iki 24 metų LPL prevencijos, kontracepcijos, seksualinės orientacijos ir kt. jaunimui aktualiais seksualinės sveikatos klausimais (Ungdomsmottagningen [UMO], 2022). LPL plitimo intensyvumas tarp jaunimo Lietuvoje ir Švedijoje yra panašus. Abiejuose valstybėse daugiau nei 50 proc. užsikrėtusių LPL sudarė jaunimas, t.y. 14-29 m. amžiaus grupės asmenys. Lyginant su ankstesniais metais, užsikrėtusių LPL skaičius tarp jaunimo tiek Lietuvoje, tiek Švedijoje išaugo (Nordic Health ir Welfare Statistics, 2020). Labiausiai paplitusios LPL – chlamidiozė ir gonorėja.

Išvados

1. Lietuvos švietimo įstaigose lytiškumo ugdymo programos nėra orientuotos į seksualinės sveikatos profilaktiką
2. Švedijoje asmens sveikatos priežiūros įstaigos yra labiau orientuotos į seksualinės sveikatos profilaktiką

3. Lietuvoje ir Švedijoje LPL plitimo tarp jaunimo intensyvumas yra panašus, o lyginant penkerių metų laikotarpi LPL užsikrėtimo dažnis auga.
4. LPL plitimas tiesiogiai susijęs su seksualinės sveikatos profilaktika bei informacijos ir apsaugojimo priemonių prieinamumu, tačiau LPL plitimo intensyvumą mažina arba didina kultūrinės-tradicinės vertybės bei seksualinės sveikatos švietimas šeimoje.

Literatūra

1. Garcia, M. R., ir Wray, A. A. (2022). Sexually Transmitted Infections. In *StatPearls*. StatPearls Publishing.
2. Nour N. M. (2009). Cervical cancer: a preventable death. *Reviews in obstetrics & gynecology*, 2(4), 240–244.
3. Folkhalsomyndigheten public health agency of Sweden. Sexuality and health among young people in Sweden. (2017). Prieiga per internetą: <https://www.folkhalsomyndigheten.se/contentassets/ebe239903fd346cba9cb12bfb83e0bfd/sexuality-health-young-people-sweden.pdf>
4. Lietuvos Respublikos Švietimo ir mokslo ministro įsakymas 2016 m. spalio 25 d. Nr. V-941. Prieiga per internetą: <https://e-seimas.lrs.lt/portal/legalAct/lt/TAD/285853b09ae11e68adcda1bb2f432d1>
5. Polozovaitė, B., Bruzgelevičius, T., Vankevičiūtė, R. A., Raudonis, T., Karmazienė, T. ir Grigaitienė, J. (2018). Paauglių ir jaunų suaugusiųjų prieinamumas tikrintis dėl lytiškai plintančių infekcijų. Vilniaus universiteto Medicinos fakultetas, Vilniaus universiteto ligoninės Santaros klinikų Dermatovenerologijos centras.
6. Ungdomsmottagningen - UMO, 2022. Prieiga per internetą: <https://www.umo.se/sok/?q=sexuell+h%C3%A4lsa>
7. Nordic Health & Welfare Statistics – Sexually transmitted diseases in the Nordic countries. (2020). Prieiga per internetą: <https://nhwstat.org/health/thematic-articles-health/sexually-transmitted-diseases-nordic-countries>

DANTŲ PASTŲ SU AKTYVIOMIS DALELĖMIS IR ŽOLELĖMIS ANTIMIKROBINIO POVEIKIO VERTINIMAS

Neringa Petrovaitė

Biomedicinos diagnostikos studijų programa

Kauno kolegija

Darbo vadovė – Albina Vaičiulevičienė

Įvadas

Dauguma bakterijų, esančių burnos ertmėje, sudaro natūralią mikrobiotą, tačiau kai kurios, skaidydamos maisto likučius, angliavandenius skaido iki rūgščių ir tampa patogeninėmis bei gali sukelti įvairius burnos ertmės uždegimus, dantų ėduonį. Nesilaikant burnos higienos, nepašalinus maisto likučių susidaro dantų apnašos, kurias būtų galima sumažinti kasdieniu mechaniniu dantų valymu, naudojant antimikrobiškai veikiančias dantų pastas su aktyviomis dalelėmis ar žolelėmis (Alanis, 2005).

Burnos ertmėje yra daugiau nei 700 rūšių mikroorganizmų: bakterijos, grybeliai, pirmuonys, virusai (Nikitakis NG., Kousvelari E. ir kiti, 2017).

Natūrali mikrobiota dalyvauja vietiniame imunite, apsaugo nuo audinių suirimo ar opėjimo (Luca F., Shoenfeld Y., 2019).

Palankias sąlygas mikroorganizmų adhezijai ir dauginimuisi burnoje sudaro maisto likučiai, nuolatinė drėgmė, optimalus pH (6,2 – 7,8) ir burnos temperatūra (36 – 37 °C) (Arweiler NB., Natuschil L., 2016).

Tyrimo problema – kaip skiriasi antimikrobinis poveikis dantų pastos su aktyviomis dalelėmis ir žolelėmis?

Tyrimo tikslas – vertinti dantų pastų su aktyviomis dalelėmis ir žolelėmis antimikrobinį poveikį.

Tyrimo uždaviniai:

1. Aprašyti burnos ertmės mikrobiotą, dantų apnašų susidarymo mechanizmą.
2. Išanalizuoti teoriškai dantų pastų veikliąsias medžiagas ir dažniausiai diagnozuojamas burnos ertmės ligas.
3. Nustatyti dantų pastų su aktyviomis dalelėmis ir žolelėmis antimikrobinį poveikį.
4. Palyginti dantų pastų su aktyviomis dalelėmis ir žolelėmis antimikrobinį poveikį.

Tyrimo objektas – dantų pastų su aktyviomis dalelėmis ir žolelėmis antimikrobinis poveikis.

Reikšminiai žodžiai: aktyviosios dalelės, antimikrobinis veikimas, dantų pastos.

Metodologija

Taikytas kokybinis mikrobiologinis tyrimas. Duomenų rinkimo metodas. Statistinis vidurkių skaičiavimas. Atlikta iš viso 54 bandymai su 10 skirtingų dantų pastų (5 su aktyviomis dalelėmis, 5 su skirtingomis žolelėmis) ir tirta jų antimikrobinis poveikis 9 etaloninėms mikroorganizmų kultūroms.

Rezultatai

Remiantis gautais tyrimo rezultatais ir vertinant antimikrobinį dantų pastų aktyvumą prieš bakterijas *S. aureus*, *S. mutans*, *S. epidermidis*, *S. oralis*, *B. cereus*, buvo nustatyta, kad didžiausią antibakterinį poveikį turi „RoyalDenta“ dantų pastos su aukso ir sidabro aktyviomis dalelėmis. Dantų pastos su žolelėmis efektyviausiu antimikrobišku pasižymėjo dantų pastos su bruknių ekstraktu ir nimbamedžiu bei granatų ekstraktu. Prasčiausiai, t. y. jokio poveikio nedavė dantų pastos su mėtomis, šalavijais bei alijošiumi, su kanapėmis, su 7 žolelių mišiniu. Gauti tyrimo rezultatai parodė, kad didžiausią antimikrobinį poveikį prieš grybus *C. albicans*, *C. parapsilosis* turėjo dantų pastos su aukso, sidabro aktyviomis dalelėmis bei dantų pastos su bruknių ekstraktu bei nimbamedžiu ir granatų ekstraktu. Remiantis gautais rezultatais, galima teigti, jog nei viena dantų pasta neturėjo baktericidinio poveikio *P. aeruginosa* ir *K. pneumonia*.

Išvados

1. Svarbiausią burnos mikrobiotos dalį sudaro gramteigiami kokai – streptokokai, kurių sudėtyje yra *S. mutans*, *S. sanguis*, *S. mitis*, *S. salivarius*. Apnašų formavimasis burnos ertmėje priklauso nuo kelių veiksnių: burnos ertmėje esančių mikroorganizmų kiekio ir rūšių, dantų paviršiaus lygumo ar šiurkštumo, bakterijų polinkio jungtis prie pelikulės ar jau susidariusių apnašų, tos srities natūralaus nusivalymo tekančiomis seilėmis bei judant minkštiesiems audiniams ir žmogaus higienos įpročių.
2. Dantų pastose dažnai aptinkama aktyvių dalelių, žolelių ekstraktų, mentolio, vitamino E., ksilitolio. Visų šių veikliųjų medžiagų tikslas – gerinti burnos kvapą, gerai nuvalyti ir nuplauti nuo dantų susidariusias apnašas. Dažniausiai diagnozuojamos burnos ertmės ligos yra dantų ėduonis, periodontitas, gingivitas, stomatitas.
3. Dantų pastos su aukso ir sidabro aktyviomis dalelėmis, nimbamedžiu ir granatų ekstraktu bei dantų pasta su bruknių ekstraktu pasižymėjo efektyviausiu antibakteriniu poveikiu, veikė 77,8 proc. tirtų mikroorganizmų. *K. pneumonia* ir *P. aeruginosa* neveikė nei viena dantų pasta.
4. Lyginant dantų pastas su aktyviomis dalelėmis ir žolelėmis, efektyvesnis antimikrobinis poveikis aptiktas dantų pastose su aktyviomis dalelėmis.

Literatūra

1. Alanis JA. (2005). *Resistance to antibiotics: are we in the post-antibiotic era?*. Archives of Medical Research, 697-705.
2. Nikitakis NG., Papaioannou W., Sakkas LI., Kousvelari E. (2017). *The autoimmunity – oral microbiome connection*. [žiūrėta 2022 – 02 – 20]. Prieiga per internetą: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/27717092/>
3. Luca F., Shoenfeld Y. (2019). *The Microbiome In Autoimmune Diseases*. [žiūrėta 2022 – 02 – 10]. Prieiga per internetą: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/29920643/>.
4. Arweiler NB., Netuschil L. (2016). *The Oral Microbiota*. [žiūrėta 2022 – 04 – 07]. Prieiga per internetą: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/27161350/>.

SUMODELIUOTŲ PASTILIŲ SU VAISTINĖS SVILAROŽĖS (*ALTHAEA OFFICINALIS* L.) EKSTRAKTAIS KOKYBĖS VERTINIMAS

Rugilė Purickaitė

Farmakotechnikos studijų programa

Kauno kolegija

Darbo vadovė – Kristina Perminaitė

Įvadas

Pastilės – viena iš populiarių ir naujų dozavimo formų. Pastilės yra kietos gydomosios, aromatingos ir saldintos bazinės dozavimo formos, kurios yra skirtos čiulpti ir laikyti ryklėje. Vaistinė svilarožė yra plačiai naudojamas vaistinis augalas įvairiose pasaulio šalyse. Ekstraktai gaminami iš šio augalo šaknų turi daug vertingų biologiškai aktyvių junginių, kurie yra labai svarbūs pritaikymui šiuolaikinėje medicinoje (Kianitalaei ir kt., 2019; Korbekandi ir kt., 2016). Šiame tyrime apžvelgiama visi aspektai, susiję su vaistine svilarožė ir pastilėmis. Aptariama, kaip sumodeliuoti pastiles su vaistinės svilarožės ekstraktais ir kokybės vertinimas.

Tyrimo problema – kaip įvertinti sumodeliuotų pastilių su vaistinės svilarožės (*Althaea officinalis* L.) ekstraktais kokybę?

Tyrimo objektas – sumodeliuotų pastilių su vaistinės svilarožės (*Althaea officinalis* L.) ekstraktais kokybės vertinimas.

Tyrimo tikslas – įvertinti sumodeliuotų pastilių su vaistinės svilarožės (*Althaea officinalis* L.) ekstraktais kokybę.

Tyrimo uždaviniai:

1. Aprašyti vaistinės svilarožės charakteristiką, biologiškai aktyvius junginius, vartojimo indikacijas ir asortimentą visuomenės vaistinėje.
2. Teoriškai pagrįsti pastilių gamybą, pagalbines medžiagas ir biofarmacinius vertinimo kriterijus.
3. Atskleisti pagamintų vaistinės svilarožės ekstraktų fizikocheminius parametrus.
4. Nustatyti sumodeliuotų pastilių su vaistinės svilarožės ekstraktais kokybę.

Reikšminiai žodžiai: pastilės, vaistinė svilarožė, etanoliniai ir vandeniniai ekstraktai.

Metodologija

Mokslinės literatūros apžvalga, kurios tikslas – aprašyti vaistinės svilarožės charakteristiką, biologiškai aktyvius junginius, vartojimo indikacijas ir asortimentą visuomenės vaistinėje bei teoriškai pagrįsti pastilių gamybą, pagalbines medžiagas ir biofarmacinius vertinimo kriterijus.

Empirinis tyrimo metodas - eksperimentas, kurio metu laboratorijoje buvo gaminamos pastilės. Pastilės ruoštos lydant pagalbines medžiagas vandens vonioje, įmaišant vaistinės svilarožės ekstraktus ir supilstant į formeles atvėsinti, kol sukietėja.

Rezultatai

Tyrimo metu buvo sumodeliuotos keturios serijos minkštosios pastilės su vaistinės svilarožės ekstraktais ir įvertinta jų kokybė. Nustatytos pastilių organoleptinės savybės, atlikti suirimo ir masės vienodumo testai. Pastilių kokybiškumui užtikrinti buvo nustatomas ekstraktų bendrasis fenolinių junginių kiekis, pH ir elektrinis laidumas. Didžiausias fenolinių junginių kiekis nustatytas vandeniniame ekstrakte, o mažiausias (20 proc.) – etanoliniame ekstrakte. Didžiausia pH reikšmė pasižymi E1 ekstraktas, o mažiausia pH reikšmė pasižymi ekstraktas E3. Geriausias laidininkas elektros srovei yra E4 ekstraktas, o mažiausiai laidus yra E2 ekstraktas.

Išvados

1. Vaistinė svilarožė (*Althaea officinalis* L.) – vaistinis augalas, priklausantis dedešvinių (Malvaceae) šeimai. Šis augalas yra plačiai naudojamas įvairiose farmacijos srityse. Vaistinė svilarožė kaupia įvairius biologiškai aktyvius junginius: krakmolą, pektinus, sacharozę, gleives, flavonoidus ir kt. Dėl šios sudėties ji plačiai naudojama burnos ir ryklės gleivinės sudirginimo ligoms gydyti, taip pat virškinimo trakto, šlapimo sistemos ligoms. Lietuvos visuomenės vaistinių asortimente yra randamas platus šio vaistinio augalo asortimentas įvairiomis farmacinėmis formomis: kietomis, pusiau kietomis ir skystomis.
2. Pastilės – aromatizuota vaistinė vaisto forma, skirta čiulpti ir laikyti burnoje arba ryklėje. Pastebėta, jog pastilių populiarumas labai išsaugo, todėl jų gamyba yra labai svarbi farmakologinių tyrimų plėtrai. Pagrindiniai pastilių gamybos būdai: šildymo ir šaldymo technika, liejimo, tiesioginio suspaudimo, rankinis. Kiekvienam gamybos būdai yra skiriamos atitinkamos pagalbinės medžiagos. Pagalbinės medžiagos, naudojamos pastilių gamyboje, gali būti įvairios, tačiau dažniausiai naudojama cukrus, kukurūzų sirupas, dažikliai, kvapiosios medžiagos. Pagaminus pastilles, svarbu įvertinti jų kokybę, o tai įgyvendinama atliekant masės vienodumo, suirimo, organoleptinių savybių testus.
3. Siekiant pagaminti kokybiškas pastilles, tikslinga nustatyti ekstraktų fizikocheminius parametrus: bendrąjį fenolinių junginių kiekį, pH

ir elektrinį laidumą. Didžiausias fenolinių junginių kiekis nustatytas vandeniniame ekstrakte, o mažiausias (20 %) – etanoliniame ekstrakte. Didžiausia pH reikšmė pasižymi E1 ekstraktas (6,13), o mažiausia pH reikšmė pasižymi ekstraktas E3 (5,83). Geriausias laidininkas elektros srovei yra E4 ekstraktas, o mažiausiai laidus yra E2 ekstraktas.

4. Pagamintos pastilės yra lygios, gražios, tinkamai užpildytos ir saldžios. Suirimo testai parodė, kad pastilės suiro per mažiau nei 15 minučių ir suirimo laikas priklauso nuo daugelio techninių veiksnių, tokių kaip pastilės dydis, kietumas, forma, pagalbinių medžiagų pasirinkimas. Masės vienodumo testas pavirtino, jog pagamintų

pastilių masė neviršijo Europos farmakopėjos keliamų reikalavimų.

Literatūra

1. Kianitalaei, A., Feyzabadi, Z., Hamedi, S., & Qaraaty, M. (2019). *Althaea Officinalis* in Traditional Medicine and modern phytotherapy. *Journal of Advanced Pharmacy Education & Research*| Apr-Jun, 9(S2), 155.
2. Korbekandi, H., Asghari, G., Chitsazi, M. R., Bahri Najafi, R., Badii, A., & Iravani, S. (2016). Green biosynthesis of silver nanoparticles using *Althaea officinalis* radix hydroalcoholic extract. *Artificial cells, nanomedicine, and biotechnology*, 44(1), 209-215.

Indrė Puzinaitė

Dietetikos studijų programa

Kauno kolegija

Darbo vadovė – Kristina Žalnieraitienė

Įvadas

Visuomenėje vis dažniau kalbama apie prastėjančią vaikų sveikatą, nuo mažų dienų vaikams formuojamus netaisyklingus gyvenimo būdus, ypač mitybos. Pastaraisiais metais pastebimas sveikatai nepalankių maisto produktų vartojimo didėjimas kasdienėje vaiko mityboje.

Kaip teigia (Lagūnaitė, Zaborskis, 2011), „netinkama mityba ir nepakankamas fizinio aktyvumo kiekis lemia išaugusį moksleivių antsvorį ir nutukimą, kurie praėjusiais metais pasiekė netgi epidemijos lygį“. Ypač didelė reikšmė formuojant sveikos mitybos įgūdžius atitenka šeimai ir ugdymo įstaigai. Mokyklose yra siūloma daug įvairių maisto patiekalų ir užkandžių, kurie atrodo labai patraukliai (ryškios etiketės, didelis raštas ant jų), tačiau ne visi atitinka sveikos mitybos rekomendacijas, nors moksleiviams iš pirmo žvilgsnio ir galėtų pasirodyti kitaip, tad yra nepaprastai svarbus moksleivių žinojimas, kurie maisto produktai yra tinkami ir kurie darys teigiamą poveikį jų organizmui bei kuriuos produktus verta pasirinkti vartoti (Strukčinskienė, 2015). Tad labai svarbu sudaryti tinkamas sąlygas mokyklose sveikos gyvenimo pagrindų formavimui. Tai garantuos sveikesnę, produktyvesnę, laimingesnę jų, ne tik kaip moksleivių, bet ir vėliau kaip suaugusių žmonių gyvenimą (Strazdienė, 2014).

Tyrimo problema – kokia yra moksleivių nuomonė apie maitinimo organizavimą mokyklose?

Tyrimo objektas –: moksleivių nuomonė apie maitinimo organizavimą mokyklose.

Tyrimo tikslas – Įvertinti moksleivių maitinimo organizavimą mokyklose.

Tyrimo uždaviniai:

1. Aprašyti moksleivių mitybą ir ją sąlygojančius veiksnius.
2. Išsiaiškinti moksleivių maitinimo organizavimo ypatumus mokykloje.
3. Išanalizuoti valgiaraštį bei pateikti pasiūlymus moksleivių mitybai pagerinti.

Reikšminiai žodžiai: mityba, moksleiviai, sveikata

Metodologija

2021 m. lapkričio–2022 m. vasario mėn. analizuoti moksliniai šaltiniai, parengta literatūros apžvalga. 2022 m. sausio–2022 m. kovo mėn. vykdytas empirinis (kiekybinis) tyrimas naudojant anoniminę anketinę apklausą. Tyrimo dalyviai – dviejų mokyklų moksleiviai (N-182). 2022 m. kovo mėn. atlikta pasirinktų mokyklų valgiaraščių (pietų maisto davinio) analizė. Gautų rezultatų analizė atlikta naudojant Microsoft Excel programą.

Rezultatai

Paaikškėjo, kad daugiau nei pusė moksleivių mokyklos valgyklose lankosi labai retai (35,6 proc.) arba niekada (30,5 proc.). Pietums moksleiviai dažniausiai renkasi valgyti užkandžius (37,6 proc.) arba tik antrą patiekalą (34,8 proc.), o visus pietus renkasi valgyti tik 2,80 proc. moksleivių. Užkandžius į mokyklą atsineša 48,80 proc. moksleivių, o dažniausi užkandžiai būna vaisiai (16,25 proc.) arba maisto dėžutės iš namų (14,85 proc.). Paklausti, kaip būtų galima pagerinti maitinimą, moksleiviai atsakė, kad galėtų būti pigesnis (21,20 proc.) ir skanesnis maistas (25,35 proc.), didesnis patiekalų asortimentas (28,35 proc.).

Išvados

1. Mityba yra labai svarbus veiksnys, kuris lemia vaiko fizinę ir emocinę sveikatą. Todėl labai svarbu, kad būtų užtikrinamas teisingas vaikų maitinimo organizavimas bei tinkamai ugdomi sveikatai palankios mitybos įpročiai, kuriuos lemia žinios apie maitinimąsi, tėvų mitybos įpročiai, draugų įtaka, reklama socialinėje erdvėje bei ugdymo aplinka.
2. Daugiau nei pusė moksleivių mokyklos valgykloje valgo retai, dažniausiai renkasi vieną patiekalą arba užkandžius. Dažnai renkasi valgyti greitai paruošiamą maistą, geria saldintus gėrimus, nepakankamai vartoja vaisių bei daržovių.
3. Mokyklose trūksta šviežių daržovių įvairumo, valgiaraščiuose reikėtų pakoreguoti patiekalų pavadinimus, kad moksleiviai suprastų, kokį patiekalą jie gaus ir iš ko jis yra pagamintas, tačiau abejuose valgiaraščiuose matoma, kad pirmenybė yra teikiama maistines savybes tausojantiems patiekalų gaminimo būdams.

Literatūra

1. Lagūnaitė, R., Zaborskis, A. (2011). Ar vaikų mitybos gerinimo programos yra veiksmingos: sisteminė straipsnių apžvalga. Visuomenės sveikata, nr. 4 (55): 18–29
2. Strazdienė, N. (2014). Vaikų sveikos mitybos įpročių ugdymas pradinėje mokykloje: mokytojų nuomonė. Tiltai, (1), 67-85.
3. Strukčinskienė, B., Strazdienė, N., & Griškonis, S. (2015). Pradinių klasių mokinių mitybos namuose ir mokykloje ypatumai. Sveikatos mokslai, 4, 5-9

RŪKymo įpročių sąsajos su hemoglobino kiekiu kraujyje

Gabija Railaitė

Biomedicinos diagnostikos studijų programa

Kauno kolegija

Darbo vadovė – Daiva Jurkštienė

Įvadas

Tabakas ir jo produktai po pasaulį išplito Kristupo Kolumbo dėka. Nuo to laiko praėjo daugybė metų ir šandien turime įvairių cigarečių prekių ženklų bei modelių. Deja, sudegusios cigaretės išskiria daugiau nei 7000 cheminių medžiagų, kurios sukelia daugybę su rūkymu susijusių ligų. Negana to, rūkymas sukelia hemoglobino pokyčius, o tai trukdo atliekamų bendro kraujo tyrimų rezultatų kokybei bei kraujo ar jo sudėtinųjų dalių donacijai. Todėl sveikatos priežiūros specialistams svarbu įspėti tiriamuosius apie rūkymo poveikį kraujo rodikliams.

Tyrimo problema – kokios rūkymo įpročių sąsajos su hemoglobino kiekiu kapiliariniame kraujyje?

Tyrimo objektas – rūkymo įpročių sąsajos su hemoglobino kiekiu kapiliariniame kraujyje.

Tyrimo tikslas – nustatyti rūkymo įpročių sąsajas su hemoglobino kiekiu kapiliariniame kraujyje.

Uždaviniai:

1. Įvertinti hemoglobino kiekį kapiliariniame kraujyje nuo paskutinio rūkymo praėjus ne mažiau nei 2 valandoms ir po rūkymo praėjus 15 minučių.
2. Nustatyti rūkymo įpročių sąsajas su hemoglobino kiekiu kapiliariniame kraujyje.
3. Nustatyti rūkančiųjų hemoglobino kiekio po rūkymo įtaką kraujo donacijai.

Reikšminiai žodžiai: hemoglobinas, rūkymas, cigaretės, kraujo donorystė.

Metodologija

Tyrimė taikyta kiekybinė tyrimo strategija. Duomenų rinkimo metodas – anketinė savanorių apklausa bei „HemoCue Hb 201+“ hemoglobino nustatymo prietaisu ištirti kapiliarinio kraujo mėginiai. Tiriamąją grupę sudarė 20-68 metų amžiaus 30 asmenų, savanoriškai sutikusių išsitiirti hemoglobino koncentraciją kapiliariniame kraujyje bei atsakyti į anoniminės anketos klausimus. Statistinė duomenų analizė atlikta „Microsoft Office Excel 2016“ programa ir „IBM SPSS statistics 28“, naudojant aprašomąją statistiką (vidurkius, dažnius, ryšių skaičiavimą - Kramerio V kontingencijos koeficientas) bei lyginant grupes (Chi kvadratas).

Rezultatai

Atlikus anketos duomenų analizę ir hemoglobino kiekio nustatymą kapiliariniame kraujyje, iširta, kad daugiau nei pusei tiriamųjų (63,3 proc.) po rūkymo praėjus 15 minučių hemoglobino kiekis padidėjo.

Rūkančioms moterims (n=16) vidutiniškai hemoglobino kiekis kraujyje padidėjo 6,6g/l, o vyrams (n=14) – 6,8g/l. Nustatytas statistiškai reikšmingas ryšys tarp rūkymo dažnio ir hemoglobino padidėjimo (p=0,041, p<0,05). Nebuvo gautas statistiškai reikšmingas ryšys tarp hemoglobino padidėjimo ir rūkymo laikotarpio, hemoglobino padidėjimo ir amžiaus, hemoglobino padidėjimo ir cigarečių tipo (p>0,05). Susisteminius duomenis, aptiktas statistiškai reikšmingas skirtumas tarp rūkančių vyrų ir moterų, rūkomų cigarečių tipų (p=0,005, p<0,05). Buvo gautas statistiškai reikšmingas skirtumas tarp rūkančių vyrų ir moterų, galėjimo būti kraujo donorais praėjus 15 minučių po rūkymo (p=0,022, p<0,05). Tyrimo rezultatai parodė, kad po rūkymo daugumai tiriamųjų padidėja hemoglobino kiekis. Nustatytas statistiškai reikšmingas ryšys tarp hemoglobino padidėjimo ir rūkymo dažnio. Tyrimas atskleidė, kad daugiau tiriamųjų po rūkymo gali būti kraujo donorais.

Išvados

1. Įvertinus gautus hemoglobino kiekio rezultatus, nustatyta, kad daugumai tiriamųjų po rūkymo hemoglobino kiekis padidėjo.
2. Nustatyta, kad hemoglobino padidėjimui kraujyje turi įtakos rūkymo dažnis, tačiau neturi įtakos rūkymo laikotarpis, amžius, „parūkymo jausmas“ ir cigarečių tipas.
3. Nustatyta, kad po rūkymo dauguma rūkančių moterų gali būti kraujo donorėmis, o visi rūkantys vyrai - kraujo donorais.

Literatūra

1. Aitchison, R., & Russell, N. (1988). Smoking--a major cause of polycythaemia. *Journal of the Royal Society of Medicine*, 81(2), 89–91.
2. Elisia, I., Lam, V., Cho, B., Hay, M., Li, M. Y., Yeung, M., Bu, L., Jia, W., Norton, N., Lam, S., & Krystal, G. (2020). The effect of smoking on chronic inflammation, immune function and blood cell composition. *Scientific reports*, 10(1), 19480. <https://doi.org/10.1038/s41598-020-76556-7>
3. Jena K. S., Purohit C. K., & Misra K. A. (2013). Effect of Chronic Smoking on Hematological Parameters. *International Journal of Current Research*, Vol. 5, Issue, 02, pp.279-282. [žiūrėta 2022-02-13]. Prieiga per internetą: <http://www.journalcra.com/sites/default/files/issu-e-pdf/3005.pdf>

Raminta Ruseckaitė, Guoda Šurkutė
Biomedicinos diagnostikos studijų programa
Kauno kolegija

Darbo vadovė – dr. Rasa Volskienė

Ivadas

2019 metų gruodį Kinijai pranešus apie nežinomos kilmės pneumonijos protrūkį Hubėjaus provincijoje, Uhane, mokslininkai susidūrė su didžiuliu iššūkiu. Įkvėpus dar nežinomo viruso į žmogaus kvėpavimo takų epitelio ląsteles, Vero E6 ir Huh7 ląstelių linijas, buvo išskirtas naujas kvėpavimo takų virusas. Virusas genomo analizė parodė, jog tai yra naujasis koronavirusas, susijęs su SARS-CoV, kuris buvo pavadintas sunkiu ūminiu kvėpavimo sindromu (Ciotti ir kt., 2020). Pasaulinis SARS-CoV-2 plitimas ir tūkstančiai mirčių, kurias sukėlė COVID-19 liga, paskatino Pasaulio sveikatos organizaciją (PSO) imtis griežtų priemonių. 2020 m. kovo 12 d. buvo paskelbta COVID-19 virusinė pandemija. Augant visuomenės susidomėjimui šiuo naujuoju virusu, didėjo ne tik tyrimų paklausa, bet ir jų įvairovė. Tyrėjai siekia atrasti vis daugiau sąsajų tarp viruso ir įvairių veiksnių, galimai didinančių riziką jį sukelti. Todėl Chen ir kt. (2020), savo ruožtu siekia įrodyti, kad įtaką susirgti COVID-19 liga daro ir genetiniai veiksniai, ne išimtis – ABO kraujo grupės. Nustatyta, jog naujasis COVID-19 infekcijos sukėlėjas SARS-CoV-2 yra viengrandis RNR virusas (Lee, Lin, Renia ir Ng, 2020). Pasak Solmaz ir Araç (2021), kraujo grupės antigenai yra genetiškai užkoduoti ir gali būti kai kurių ligų predisponuojantis veiksnys, kai kurių kitų – apsauginis veiksnys. Batool (2017) ir Araç (2019) atlikti tyrimai parodė, kad kai kurios reumatoidinės ligos, virusinės infekcijos, pavyzdžiui, hepatitas B, yra susijusios su ABO kraujo grupių sistema. Zhao ir kt. (2020) pirmieji ištyrė 2173 COVID-19 pacientų ir ABO kraujo grupių pasiskirstymą ir parodė, jog A kraujo grupės dažnis COVID-19 pacientams buvo didesnis nei kitų kraujo grupių, ir nustatė, jog 0 kraujo grupė mažiausiai susijusi su infekcija.

Tyrimo problema – kokios kraujo grupės ir sergamumo COVID-19 infekcija sąsajos?

Tyrimo objektas – kraujo grupės ir sergamumo COVID-19 infekcija sąsajos.

Tyrimo tikslas – įvertinti kraujo grupės ir sergamumo COVID-19 infekcija sąsajas.

Uždaviniai:

1. Atskleisti sergančiųjų COVID-19 infekcija pojūčius kraujo grupės aspektu.
2. Nustatyti koreliacijos ryšį tarp X asmenų kraujo grupės ir sergamumo COVID-19 infekcija.

Reikšminiai žodžiai: infekcija, SARS-CoV-2 virusas, kraujo grupė, sąsajos.

Metodologija

Pasirinkta kiekybinio tyrimo strategija. Tyrimas vykdytas 2021 m. rugsėjo–2022 m. kovo mėn. Siekiant įvertinti kraujo grupių ir COVID-19 infekcijos ryšį, buvo tiriamas X laboratorijos darbuotojų antikūnų kiekis kraujo serume po antros vakcinacijos, jiems išdalintos anoniminės anketos. Anketą sudarė 16 uždarų ir 2 atviro tipo klausimai, respondentų buvo prašoma nurodyti kraujo grupę, Rh faktorių, sąsajas su COVID-19 infekcija ir vakcinacijos ypatumus. Iš 150 išdalintų anketų sugrįžo 147. 75 proc. tyrime dalyvavusių respondentų teigė sirgę COVID-19 infekcija, 69 proc. iš jų nurodė sirgę 2 kartus. Antikūnių tyrimas atliktas „Abbott Alinity“ analizatoriumi, naudojant tiriamųjų veninį kraują, surinktą į mėgintuvėlius raudonu ir geltonu kamšteliumi, be antikoagulianto. Gauti duomenys apdoroti „Microsoft Office Excel 2010“, „IBM SPSS Statistics 26“ programomis.

Rezultatai

ABO kraujo grupių sistemoje, mokslinių tyrimų duomenimis, 0 kraujo grupė atspariausia COVID-19 infekcijai. Tyrimo metu apklausta 147 X laboratorijos darbuotojai. 75 proc. tyrimo dalyvių teigė sirgę COVID-19 infekcija, kurios simptomus labiausiai jautė B kraujo grupės turėtojai, kurie sudarė 29 proc. tiriamųjų, 32 proc. turėjo A kraujo grupę, 30 proc. – 0 kraujo grupę, ir 9 proc. tyrimo dalyvių turėjo AB kraujo grupę. 0 kraujo grupės turėtojai dažniau nurodė nejutę jokių COVID-19 ligos simptomų. Tiriama bendrą ryšį tarp kraujo grupių ir sirgimo COVID-19 infekcija, pasitelktas Chi Square koreliacijos rodiklis. Galima teigti, jog ryšys tarp kraujo grupių ir sirgimo COVID-19 infekcija yra, kadangi $p=0.012$ ($p<0.05$). Palyginus 0 kraujo grupę su sirgimu COVID-19 infekcija $p=0,165$, A kraujo grupės – $p=0,278$, B $p=0,652$, AB $p=0,874$, todėl statistškai patikimo ryšio tarp atskirų kraujo grupių ir sirgimo COVID-19 infekcija nebuvo aptikta.

Išvados

1. A ir B grupės turėtojai dažniausiai įvardijo jutę kosulį ir karščiavimą, AB – nuovargi, 0 grupės turėtojai dažniau nurodė nejutę jokių COVID-19 ligos simptomų.
2. Statistiškai patikimo ryšio tarp atskirų kraujo grupių ir sirgimo COVID-19 infekcija neaptikta.

Literatūra

1. Ciotti, M., Ciccozzi, M., Terrinoni, A., Jiang, W. C., Wang, C. B., & Bernardini, S. (2020). The COVID-19 pandemic. *Critical reviews in clinical laboratory sciences*, 57(6), 365-388.
2. World Health Organization. (2020). Naming the coronavirus disease (COVID-19) and the virus that causes it. 2020.
3. Chen, G., Wu, D. I., Guo, W., Cao, Y., Huang, D., Wang, H., ... & Ning, Q. (2020). Clinical and immunological features of severe and moderate coronavirus disease 2019. *The Journal of clinical investigation*, 130(5), 2620-2629.
4. Lee, C. Y. P., Lin, R. T., Renia, L., & Ng, L. F. (2020). Serological approaches for COVID-19: epidemiologic perspective on surveillance and control. *Frontiers in immunology*, 11, 879.
5. Solmaz, İ., & Araç, S. (2021). ABO blood groups in COVID-19 patients; cross-sectional study. *International journal of clinical practice*, 75(4), e13927.
6. Batool, Z., Durrani, S. H., & Tariq, S. (2017). Association of ABO and Rh blood group types to hepatitis B, hepatitis C, HIV and syphilis infection, a five year'experience in healthy blood donors in a tertiary care hospital. *J Ayub Med Coll Abbottabad*, 29(1), 90-92.
7. Araç, E., & Solmaz, İ. (2019). Evaluation of blood groups in patients with anti TPO positive. *Asian Journal of Medical Sciences*, 10(6), 67-70.
8. Zhao, J., Yang, Y., Huang, H., Li, D., Gu, D., Lu, X., ... & Wang, P. G. (2021). Relationship between the ABO blood group and the coronavirus disease 2019 (COVID-19) susceptibility. *Clinical Infectious Diseases*, 73(2), 328-33

NERIMĄ MAŽINANČIŲ MOBILIŲJŲ PROGRAMĖLIŲ IR ERGOTERAPIJOS POVEIKIS ASMENIMS, SERGANTIEMS DEPRESIJA

Rugilė Simanavičiūtė

Ergoterapijos studijų programa

Kauno kolegija

Darbo vadovė – Gabrielė Subačė

Įvadas

Depresija – pagrindinė negalios priežastis visame pasaulyje. Pasaulio sveikatos organizacijos duomenimis (2021), 1 iš 13 asmenų visame pasaulyje kenčia nuo nerimo. Anxiety and Depression Association of America (2021) pabrėžia, jog nerimą jaučiantys žmonės taip pat kenčia nuo depresijos arba atvirkščiai. Atsiradę nerimo simptomai trukdo įprastą gyvenimo kokybę, nes apima daugiau nei tik nerimą ar baimę.

Temos aktualumas. Galima atsisiųsti daugiau nei 10 000 psichikos sveikatos programų, o daugybė meta - analizių rodo, kad programos yra veiksmingos gydant depresijos ir nerimo simptomus (1). Nerimas yra vienas iš labiausiai paplitusių psichikos sutrikimų pasaulyje, jis nustatomas maždaug 29,8 proc. žmonių (2). Sparčiai didėjantis prieinamumas prie mobiliųjų aplikacijų turi įtakos ir ergoterapijos užsiėmimams. Ergoterapeutai visame pasaulyje gali naudotis aplikacijomis, kartu įtraukiant ir bendradarbiavimą su pacientais, kad pagerintų reabilitacijos procesą (3). Tyrimo problema – koks nerimą mažinančios programėlės „Ramu“ poveikis asmenims, sergantiems depresija?

Tyrimo tikslas – įvertinti nerimą mažinančių mobiliųjų programėlių ir ergoterapijos poveikį asmenims, sergantiems depresija.

Tyrimo uždaviniai.

1. Nustatyti asmenų, sergančių depresija, nerimo simptomus prieš mobiliųjų programėlių ir ergoterapijos taikymą.

2. Įvertinti asmenų, sergančių depresija, nerimo simptomus po mobiliųjų programėlių ir ergoterapijos taikymo.

3. Atskleisti asmenų, sergančių depresija, patirtis po nerimą mažinančių mobiliųjų programėlių bei ergoterapijos taikymo.

Reikšminiai žodžiai: nerimas, programėlė „Ramu“, ergoterapija, depresija, poveikis.

Metodologija

Buvo pasirinktas mišrus tyrimo metodas. Tyrime dalyvavo 17 asmenų, kurie atitiko atrankos kriterijus. Tiriamieji atsitiktine tvarka suskirstyti į I ir II tiriamąsias grupes. I grupės dalyviams taikomi ergoterapijos užsiėmimai kartu su mobiliąja programėle „Ramu“, II tiriamosios grupės – tik ergoterapijos užsiėmimai, Visiems tyrimo dalyviams užsiėmimai vyko po 45-60 min. 3-5 kartų per savaitę. Duomenų rinkimui buvo naudojama autorių sudaryta

anketa demografiniams duomenims rinkti, autorės klausimynas – atskleisti patirtis po programėlės „Ramu“; Hamiltono nerimo skalė. Statistinė duomenų analizė buvo skaičiuojama naudojant SPSS 22.0. Duomenų pateikimui naudojamas Microsoft Excel 2010.

Rezultatai

Analizuojant ir palyginant nerimo simptomų stiprumo pasiskirstymą prieš bei po ergoterapijos ir programėlės „Ramu“ naudojimo, gauta, jog I grupės dalyvių, kuriems taikoma ergoterapija ir programėlė „Ramu“ prieš tyrimą – sunkus nerimas, o po tyrimo – lengvas nerimas. II grupės prieš tyrimą, kuriai taikyta tik ergoterapija – sunkus nerimas, po tyrimo – taip pat išliko sunkus. Lyginant abiejų grupių balus prieš tyrimą reikšmingas skirtumas nenustatytas, tačiau vertinant po tyrimo – nustatytas 95 proc. statistiškai reikšmingas skirtumas $p < 0,05$. Huberty (2021) taip pat atliko tyrimą, kuriame naudojo nerimą mažinančią programėlę „Calm“. Pats autorius įvardija, kad svarbu šalia savęs turėti savipagalbos priemonę, padėsiančią savarankiškai sumažinti nerimo simptomus. Autoriaus tyrimo rezultatai patvirtina, jog taikant intervencijas kartu su programėle „Calm“, nerimas iš sunkaus sumažėja į lengvą. Išanalizavus tiriamųjų patirtį bei atsiliepimus po nerimą mažinančios programėlės „Ramu“, galima teigti, kad šis alternatyvus būdas mažinti nerimą yra veiksmingas, efektyvus, informatyvus, lengvas naudoti, lengvai prieinamas. Tačiau yra tiriamųjų, kurių požiūriu, medikamentinis gydymas yra greitesnio poveikio nei programėlė „Ramu“.

Išvados

1. Asmenims, sergantiems depresija, prieš ergoterapiją ir nerimą mažinančios programėlės „Ramu“ naudojimą buvo nustatytas sunkus nerimo sutrikimas.
2. Daugumai asmenų, sergančių depresija, nerimas po ergoterapijos išliko sunkus, o taikant ergoterapiją kartu su nerimą mažinančia programėle sumažėjo nuo sunkaus į lengvą.
3. Remiantis tiriamųjų patirtimi po naudojimo nerimą mažinančia programėle „Ramu“, galima teigti, kad tai yra efektyvus, lengvai naudojamas ir prieinamas būdas mažinti nerimo simptomus.

Literatūra

1. Anxiety and Depression Association of America, 2015. Pages 100-106.

2. Fatemeh Khademian, Azam Aslani and Michael Ravenek, Liliana Alvarez, 2016. Use of mobile 'apps' in occupational therapy: Therapist, client and app considerations to guide decision-making. <https://doi.org/10.1080/14473828.2016.1162430>
3. Huberty J, Green J, Glissmann C, Larkey L, Puzia M, Lee C Efficacy of the Mindfulness Meditation Mobile App "Calm" to Reduce Stress Among College Students: Randomized Controlled Trial *JMIR Mhealth Uhealth* 2019;7(6):e14273 doi: 10.2196/14273
4. Michael Ravenek, Liliana Alvarez, 2016. Use of mobile 'apps' in occupational therapy: Therapist, client and app considerations to guide decision-making. <https://doi.org/10.1080/14473828.2016.1162430>
5. World Health Organization (2021). Prieiga per internetą: https://www.who.int/health-topics/depression#tab=tab_1
6. Wu X, Guo X, Zhang Z The Efficacy of Mobile Phone Apps for Lifestyle Modification in Diabetes: Systematic Review and Meta-Analysis *JMIR Mhealth Uhealth* 2019;7(1):e12297 doi: 10.2196/12297

Vidmantė Skarakodaitė

Dantų technologijos studijų programa

Kauno kolegija

Darbo vadovė – Inga Vasilavičiūtė

Įvadas

Laikinas dantų protezas yra apibrėžiamas kaip fiksuotas ar išimamasis protezas, sukurtas tam, kad būtų pagerinta estetika, stabilizacija ar funkcija ribotą laikotarpį, kuriam praėjus, jis bus pakeičiamas galutiniu numatyto protezu. Dažnai tokie protezai yra naudojami tam, kad padėtų nustatyti numatyto gydymo plano terapinį efektyvumą ar suplanuoto galutinio protezo formą ir funkciją. Šiuolaikinėje odontologijoje yra skiriama vis daugiau dėmesio ne tik gražaus, bet ir funkciškai tikslaus protezo gamybai, todėl laikinas protezas užima vis svarbesnę vietą siekiant šio tikslo, kadangi jį lengva modifikuoti, be to, jis padeda pacientui lengviau pereiti nuo savų dantų turėjimo iki galutinio protezavimo etapo (apsaugo nuo danties kultę ir danteną, leidžia normaliai kramtyti ir šypsotis, neleidžia šalia defekto esantiems dantims slinkti, suktis aplink savo ašį ir pan.).

Tyrimo problema – kokie galimi laikinų dantų protezų variantai ir kodėl jie svarbūs protezuojant? Tyrimo objektas – laikini dantų protezai. Tyrimo tikslas - apžvelgti ir išanalizuoti mokslinę literatūrą, susijusią su laikiniais dantų protezais.

Darbo uždaviniai:

1. Atrinkti ir išanalizuoti mokslinius straipsnius, kuriuose yra aprašomi laikini protezai ir jų savybės.
2. Įvertinti laikinų dantų protezų svarbą.
3. Nustatyti laikiniams dantų protezams keliamus reikalavimus.

Reikšminiai žodžiai: dantų protezavimas, laikinas protezas, fiksuotas laikinas vainikėlis, akrilinės dervos.

Metodologija

Duomenų rinkimas. Sisteminei apžvalgai mokslinės literatūros ieškota „PubMed“ duomenų bazėse. Paieška atlikta anglų kalba. Paieškai pasirinkti raktažodžiai: „interim dental restorations“, „temporary dental restorations“, „dental restorations“. Mokslinių publikacijų paieška vykdyta 2022 04 24–05 01. Renkant mokslinę literatūrą, straipsniai buvo atrinkti taikant šiuos kriterijus:

- publikuota per pastaruosius 20 metų (nuo 2002 iki 2022 m.),
- publikuota anglų arba lietuvių kalbomis,
- prieinamas visatekstis straipsnis.

Darbe atlikta mokslinės literatūros analizė, siekiant apžvelgti rastą informaciją ir suformuoti teorinius pagrindus tolimesniems eksperimentams ir tyrimams,

kurių metu bus siekiama tarpusavyje lyginti laikinų dantų protezų medžiagas, jų spalvų atitikimą, laidumą šviesai, tvirtumą ir t.t. Atrinkus 15 straipsnių buvo atliekama turinio analizė lyginant rastuose straipsniuose pateiktą informaciją ir atrenkant faktus, kuriais remiantis būtų galima atsakyti į darbo uždaviniuose išsikeltus klausimus.

Rezultatai

Apibendrinus rastus duomenis, galima teigti, kad laikini dantų protezai gali būti gaminami:

- ant implantų arba ant osavų nušlifuočių dantų kulčių;
- polimerizavimo arba frezavimo būdu;
- iš akrilinių arba kompozitinių dervų;
- tiesiogiai (odontologo kabinete) arba netiesiogiai (laboratorijoje).

Laikini dantų protezai svarbūs todėl, kad leidžia odontologui paskirti reikiamą laiką kiekvienam protezavimo etapui, leidžia vizualizuoti numatyto galutinio protezo rezultata, apsaugo danties kultę, danteną, suteikia dantų technikai pakankamai laiko gražaus, tikslaus protezo pagaminimui, leidžia priimti tvirtą sprendimą, žinant visą informaciją (perprotezuojant, kai pašalinamas jau esantis protezas), užkerta kelią nenorimam dantų judėjimui, suteikia pacientui galimybę normaliai valgyti ir kalbėti, palaiko gerą dantenų būklę ir kontūrus, veikia kaip naudingas komunikacijos įrankis tarp protezavimo komandos narių.

Reikalavimai keliama laikiniams dantų protezams: apsaugoti pulpą, išlaikyti gerą periodonto audinių būklę, suteikti pozicinį stabilumą, išlaikyti okliuzinę funkciją, palaikyti gerą burnos higieną, gaminant tiltinį dantų protezą, svarbi tinkama tarpinės dalies forma, gaminant priekinių dantų laikiną protezą, turi būti išlaikomi tinkami vedimo keliai, taip pat protezai turi būti tvirti, estetiški ir išsilaikyti numatytą laiką.

Išvados

1. Atrinkus ir išanalizavus mokslinius straipsnius, pateikta apibendrinta informacija apie tai, kas yra laikini protezai, kokia yra jų įvairovė, kokiomis savybėmis pasižymi šie protezai.
2. Atlikus informacijos analizę, įvertinta tai, kad laikini protezai yra būtini visaverčiam protezavimui, jeigu yra norima pagaminti ne tik estetiškus, bet ir funkciškai tikslius protezus.
3. Nustatyta, kad laikini protezai iš esmės yra tokie patys, kaip ir galutiniai, išskyrus ilgaamžiškumą ir, galbūt, šiek tiek spalvos atitikimą.

Literatūra

1. Gratton, D. G., & Aquilino, S. A. (2004). Interim restorations. *Dental clinics of North America*, 48(2), vii–497. <https://doi.org/10.1016/j.cden.2003.12.007>
2. Miura, S., Fujisawa, M., Komine, F., Maseki, T., Ogawa, T., Takebe, J., & Nara, Y. (2019). Importance of interim restorations in the molar region. *Journal of oral science*, 61(2), 195–199. <https://doi.org/10.2334/josnusd.19-0102>
3. Mizrahi B. (2019). Temporary restorations: the key to success. *British dental journal*, 226(10), 761–768. <https://doi.org/10.1038/s41415-019-0360-1>
4. Rayyan, M. M., Aboushelib, M., Sayed, N. M., Ibrahim, A., & Jimbo, R. (2015). Comparison of interim restorations fabricated by CAD/CAM with those fabricated manually. *The Journal of prosthetic dentistry*, 114(3), 414–419. <https://doi.org/10.1016/j.prosdent.2015.03.007>
5. Santosa R. E. (2007). Provisional restoration options in implant dentistry. *Australian dental journal*, 52(3), 234–254. <https://doi.org/10.1111/j.1834-7819.2007.tb00494.x>

KARIŲ, GRĮŽUSIŲ IŠ KARINĖS MISIJOS, PATIRTYS

Mindaugas Skilinskas

Ergoterapijos studijų programa

Kauno kolegija

Darbo vadovė – Giedrė Sasnauskienė

Įvadas

Dažnas karys, grįžęs iš karinės misijos, patiria įvairius sunkumus, tokius kaip potrauminis streso sindromas, patirti sužeidimai, depresija ir adaptaciniai sunkumai (Gaižauskas, 2006). Kadangi potrauminio streso sutrikimo dažnis tarp karo veteranų ir toliau didėja, ergoterapeutai vis labiau rūpinasi šio sutrikimo poveikiu sveikatai, profesiniams pasiekimams ir gyvenimo kokybei gerinti (Kerr, 2020). Pasak Gindi (2016), daugeliu atžvilgių ergoterapeuto vaidmuo yra svarbus gydant stresą bei koreliuoja su mokymu atlikti civilinius vaidmenis. Ergoterapeuto profesinė patirtis ir įgūdžiai leidžia jiems struktūrizuoti būtiną funkcinių gebėjimų atkūrimą. Ergoterapijos poveikis ūmioje priežiūroje ir reabilitacijoje apima savisaugos įgūdžių ugdymą terapiniu būdu, taikant užimtumą, taip pat techninių priemonių naudojimo mokymą.

Tyrimo tikslas – atskleisti karių, grįžusių iš karinės misijos, patirtį.

Tyrimo uždaviniai:

1. Išsiaiškinti karių, grįžusių iš karinės misijos, patirtį darbinėje veikloje.
2. Išskirti karių, grįžusių iš karinės misijos, patirtį laisvalaikio veikloje.
3. Išskirti karių, grįžusių iš karinės misijos, patirtį kasdienėje veikloje.

Reikšminiai žodžiai: kariai, karinė misija, patirtis, ergoterapija.

Metodologija

Tyrimui atlikti pasirinktas kokybinis tyrimo metodas. Tyrimo instrumentu pasirinktas struktūruotas interviu, sudarytas pagal Karių bendruomenės reintegracijos klausimyną MCRS (angl. Military Community Reintegration Screen), kuris apima kasdienę veiklą, darbą, laisvalaikį ir poilsį bei miegą. Tyrime dalyvavo 4 kariai, buvę karinėje misijoje. Tyrimo metu vienas tiriamųjų pasitraukė iš tyrimo.

Rezultatai

Atliktas tyrimas atskleidė, kad kariai po grįžimo iš karinės misijos nepraranda noro mokytis, tobulėti ar išmokyti naujų dalykų, lanko įvairius kursus. Buvo pastebėta, kad po karinės misijos kariai labiau pasitiki savimi. Socialinis gyvenimas yra sritis, kuri neatsiejama nuo bendravimo, santykių palaikymo su

šeima, bendradarbiais ir dalyvavimo visuomenės veiklose. Remiantis gautais rezultatais, galima teigti, kad karių komunikacijos kultūra nepasikeitė. Santykių palaikymo su šeima žymių pasikeitimų pastebėta nebuvo. Santykiuose su bendradarbiais visi tyrimo dalyviai nurodė, jog palaiko gerus santykius su kolegomis. Tyrimo metu išaiškėjo, kad kariams po karinės misijos nepatinka būti vietose, kuriose yra daug žmonių, jie nedalyvauja visuomenės veiklose, neišbando savęs savanoriavimo srityse.

Išvados

1. Kariams, grįžusiems iš karinės misijos, nekyla sunkumų darbinėje veikloje. Pastebėta, kad jie noriai mokosi naujų įgūdžių, bet nedalyvauja visuomenės veiklose, nesidomi ir nedalyvauja jokiose savanorystėse.
2. Kariai, grįžę iš misijos, vis dar užsiima savo laisvalaikio pomėgiais, jiems prasingomis veiklomis, bet nebeieško naujų draugų, jiems nepatinka vietos, kuriose yra daug žmonių, jie jaučiasi nejaukiai minioje.
3. 2 iš 3 karių kilo sunkumų kasdienėse veiklose (dažniausiai dėl nugaros skausmų). Taip pat pastebėta, kad iš karinės misijos grįžusiems kariams padidėjo pasitikėjimas savimi, jie neturi problemų dėl pykčio, džiaugsmą patiria ne mažiau nei prieš karinę misiją.

Literatūra

1. Gaižauskas, S. (2006) Karių savanorių, grįžusių iš misijų, socialinė ir psichologinė reabilitacija. Vilnius. Prieiga per internetą: <https://www.vdu.lt/cris/entities/etd/a8e6a92d-8ac1-4be0-a080-dcc8c7395e2b/details>
2. Gindi, S, Galili, G, Volovic, S, S, Adir, P, S (2016) Integrating occupational therapy in treating combat stress reaction within a military unit: An intervention model. Prieiga per internetą: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/28059818/>
3. Kerr N.C, Ashby, S, Gerardi S, M, Lane S. J. (2020) Occupational therapy for military personnel and military veterans experiencing post-traumatic stress disorder. Prieiga per internetą: <https://onlinelibrary.wiley.com/doi/full/10.1111/1440-1630.12684>

Gerda Skindaraitė

Biomedicinos diagnostikos studijų programa

Kauno kolegija

Darbo vadovė – Ieva Prikockytė

Įvadas

Valstybinė maisto ir veterinarijos tarnyba (VMVT) yra atsakinga už į Lietuvą patenkančių maisto, pašaro ir kitų medžiagų saugumą. Remiantis VMVT pateikta 2022 metų I ketv. ataskaita, žinoma, kad tuo laikotarpiu yra gauta 114 pranešimų apie nesaugų maistą, su maistu besiliečiančius gaminius ir medžiagas, pašarus, susijusius su riešutais ar jų produkcija, sėklomis. I. Diksaitės (2019) atlikto tyrimo metu ant razinų pastebėta vidutiniškai dvigubai didesnė tarša pelėsiniais grybais ir mielėmis nei leidžiama higienos normoje, nors šie produktai jau yra rinkoje ir prieš tai buvo ištirti VMVT. Atlikto tyrimo metu išsiaiškinta, jog apsinuodiję prekybos centruose pirktu maistu buvo 37,6 proc. gyventojų (Teiberytė, 2019).

Problema – kokia Lietuvoje parduodamų riešutų tarša pelėsiniais grybais?

Objektas – riešutų tarša pelėsiniais grybais.

Tikslas – įvertinti Lietuvoje parduodamų riešutų taršą pelėsiniais grybais.

Uždaviniai:

1. Teoriškai pagrįsti informaciją apie riešutų naudą žmogus organizmui ir jų užterštumą pelėsiniais grybais.
2. Palyginti fasuotų ir sveriamų riešutų užterštumą pelėsiniais grybais.
3. Nustatyti temperatūros įtaką riešutų užterštumui pelėsiniais grybais.

Reikšminiai žodžiai: tarša pelėsiniais grybais, temperatūros poveikis, riešutai.

Metodologija

Tyrimo taikyta dokumentų bei mokslinės literatūros analizė, kiekybinis mikrobiologinis riešutų tyrimas, duomenų analizė „Microsoft office“ ir „IBM SPSS statistic“ programomis. Tiriamųjų buvo 20, buvo tirta 20 riešutų mėginių iš dviejų skirtingų prekybos centrų (X ir Y), 10 sveriamoje pakuotėje, 10 fasuotoje pakuotėje, iš jų po 2 mišinius su razinomis.

Rezultatai

Gauti rezultatai parodė, kad 20 % mėginių neatitiko normos, nustatytos LST ISO 21527-2/P dokumente, kuri yra 1000 KSV/g. 40 % mėginių aptikta labai maža tarša pelėsiniais grybais, didžiausia siekė vos 70 KSV/g. Mišinyje su razinomis iš abiejų prekybos centrų abiejų pakuočių tarša pelėsiniais grybais buvo labai panaši ir svyravo nuo 10 iki 80 KSV/g. Jų tarša

sudarė 30 % leidžiamo kiekio. Likusiuose mėginiuose pelėsinų grybų augimas buvo pastebėtas, bet jis buvo mažesnis nei norma. Mažiausias pelėsinų grybų augimas pastebėtas Y prekybos centre mėginiuose iš fasuotos pakuotės, kurių kilmės šalis JAV. Veikiant riešutus 140° temperatūra 60 min., 90 min. ir 160° temperatūra 60 min. ir 90 min., pelėsinų grybų tarša ant riešutų buvo sunaikinta visiškai. Tyrimo rezultatai parodė, kad veikiant riešutus 140° temperatūra 60 min., temperatūra gali lemti riešutų taršą pelėsiniais grybais.

Išvados

1. Apžvelgus mokslinę ir dalykinę literatūrą, atskleista, jog riešutai yra naudingi žmogaus organizmui dėl juose esančių vitaminų, tokių kaip E, A, B ir dėl baltymų. Dažniausiai riešutai būna užteršti *Penicillium* ir *Asperigillus* rūšių mikotoksinais. Lietuvoje kasmet registruojama po kelis riešutų užterštumo pelėsiniais grybais atvejus.
2. Atlikus riešutų užterštumo pelėsiniais grybais tyrimą, beveik visuose mėginiuose augo pelėsiniai grybai. Nustatyta, kad fasuoti riešutai iš JAV buvo mažiausiai užteršti pelėsiniais grybais. 5 proc. mėginių neatitiko normos, nustatytos LST ISO 21527-2/P dokumente.
3. Atlikus temperatūros įtakos riešutų taršai pelėsiniais grybais tyrimą, nustatyta, jog, veikiant riešutus 140° temperatūra 60 min., temperatūra gali lemti riešutų taršą pelėsiniais grybais.

Literatūra

1. Bakutis, B. (2004). *Mikotoksinai gyvulių pašaruose*: [mokymo priemonė].
2. Buchanan, R., & Doyle, M. P. (2013). *Food Microbiology: Fundamentals and Frontiers*. ASM Press.
3. Jakelaitytė, J. (2020). *Riešutų, naudojamų gėrimų gamybai, tarša mikotoksinais*.
4. Jakubauskienė, L., & Mačionienė, I. (2006). Mikroskopinių grybų augimą duonos rauguose stabdančių medžiagų efektyvumo įvertinimas. *Maisto chemija ir technologija*, 40(1), 10-18.
5. Krugelevičienė, A. (2015). *Toksikogeniniai mikromicetai ir jų gaminami mikotoksinai arbatose*.
6. Valstybinė maisto ir veterinarijos tarnyba. 2022 metų ataskaitos. Prieiga per internetą <https://vmvt>

KOSMETOLOGŲ ŽINIOS APIE KOSMETINĖSE PRIEMONĖSE ESANČIŲ AKTYVIŲJŲ INGREDIENTŲ POVEIKĮ, SIEKIANT MAŽINTI HIPERPIGMENTACIJĄ

Samanta Skrodenytė

Kosmetologijos studijų programa

Kauno kolegija

Darbo vadovė – dr. Diana Barragan Ferrer

Įvadas

Odos sutrikimai, įskaitant hiperpigmentaciją, pasireiškia vis jaunesnio amžiaus žmonėms. Paveikiama fizinė išvaizda sukelia psichologines ir socialines pasekmes: nerimą, žemą savigarbą, pablogėjusią gyvenimo kokybę (Ekore ir kt., 2021). Odos sutrikimai turi neigiamą įtaką net įprastoje kasdienybėje, įskaitant mokyklą, santykius, karjeros pasirinkimą, socialinę ir laisvalaikio veiklą bei skatina depresiją, gėdos jausmą, socialinę izoliaciją (Jafferany ir kt., 2018). Dauguma žmonių, turinčių hiperpigmentaciją, dėl nereceptinių preparatų prieinamumo, kuriems nepakanka saugumo ir veiksmingumo įrodymų, dažnai priima neteisingą sprendimą, siekdami mažinti šią odos problemą. Apsaugos nuo saulės naudojimas, odos balinamųjų procedūrų derinimas yra efektyvūs būdai hiperpigmentacijos mažinimui. Žmonės itin dažnai nematydami staigių pokyčių ir teigiamo efekto nutraukia jų naudojimą ir hiperpigmentacijos problema išlieka, tuomet nukenčia gyvenimo kokybė ir yra patiriamos psichologinės problemos: nerimas, baimė, bendravimo sutrikimai (Kandhari ir kt., 2022). Tyrimo problema - kokios kosmetologų žinios apie kosmetinėse priemonėse esančių aktyviųjų ingredientų poveikį, siekiant mažinti hiperpigmentaciją?

Tyrimo objektas – kosmetologų žinios apie kosmetinėse priemonėse esančių aktyviųjų ingredientų poveikį, siekiant mažinti hiperpigmentaciją.

Tyrimo tikslas – atskleisti kosmetologų žinias apie kosmetinėse priemonėse esančių aktyviųjų ingredientų poveikį, siekiant mažinti hiperpigmentaciją.

Tyrimo uždaviniai:

1. Išskirti balinamuosius aktyviuosius ingredientus ir jų poveikį odai.
2. Įvertinti kosmetologų žinias apie medžiagas, naudojamas hiperpigmentacijos mažinimui.

Reikšminiai žodžiai: hiperpigmentacija, ingredientai, kosmetinės priemonės, oda.

Metodologija

Tyrimo metodai:

1. Mokslinės ir profesinės literatūros analizė, kurios tikslas – aprašyti odos pigmentacijos histologiją, fiziologiją, patofiziologiją, hiperpigmentacijos sutrikimus bei aktyviuosius ingredientus, turinčius

balinamąjį poveikį hiperpigmentacijos paveiktai odai.

2. Anketinė apklausa internetu, kurios tikslas – įvertinti kosmetologų žinias apie kosmetinėse priemonėse esančių aktyviųjų ingredientų poveikį hiperpigmentacijai.
3. Statistinė duomenų analizė, kurios tikslas – apibendrinti anketinės apklausos rezultatus.

Duomenų rinkimo metodas – anketinė apklausa, vykdyta internete, apklausa.lt sistemoje.

Duomenų analizės metodas – grafinė analizė, naudojant Microsoft Excel 2019 programą.

Tyrimo dalyvavo 52 respondentai, didžioji dalis jų buvo moterys (98,1 proc., n=51). Daugiau negu pusė apklaustųjų yra 26–35 metų amžiaus (61,5 proc., n=32), o didžiausios dalies respondentų darbo stažas kosmetologijos srityje yra nuo 6 iki 10 metų (38,5 proc., n=20).

Rezultatai

Tyrimo dalyvavo 18–55 metų respondentai, daugelio jų darbo stažas kosmetologijos srityje daugiau negu vieneri metai. Atlikto tyrimo rezultatai parodė, jog apklausos dalyviai savo darbo vietoje hiperpigmentacijos mažinimui atlieka procedūras su vitaminu C, retinodais bei cheminius šveitimus su AHA ir BHA rūgštimis. Kiek rečiau atlieka aparattines procedūras, t. y. dermabraziją ir mezoterapiją. Įvertinus respondentų žinias, galima teigti, jog apklausos dalyviai žino daug informacijos apie balinamųjų ingredientų teikiamą papildomą naudą odai, apsaugos nuo saulės svarbą, sąvokų reikšmę bei tikslingai geba atpažinti ir atskirti skirtingus hiperpigmentacijos sutrikimus. Nepakankamai daug naudingos informacijos kosmetologai žino apie pouzdegiminės hiperpigmentacijos atsiradimo priežastis, kombinuotos terapijos naudą bei efektyviausią procedūrų kurso trukmę.

Išvados

1. Kosmetinės priemonės, kurių sudėtyje yra aktyviųjų balinamųjų ingredientų, yra vienas iš būdų prisidėti prie hiperpigmentacijos slopinimo. Populiariausi ingredientai, kurie yra efektyvūs tamsių dėmelių mažinimui, yra tiamidolis, hidrochinonas, retinoidai, vitaminas C, vitaminas B ir cheminiai šveitikliai su AHA ir BHA rūgštimis, kadangi kosmetinės priemonės yra nukreiptos į hiperaktyvius melanocitus ir melanogenezės slopinimą. Šios priemonės ne tik šviesina odą,

tačiau suteikia ir papildomos naudos: stangrina, drėkina, lygina ir skaidina odą.

2. Atlikto tyrimo rezultatai parodė, jog apklausos dalyviai savo darbo vietoje hiperpigmentacijos mažinimui atlieka procedūras su vitaminu C, retinodais bei cheminius šveitimus su AHA ir BHA rūgštimis. Kiek rečiau atlieka aparatines procedūras, t. y. dermabraziją ir mezoterapiją. Įvertinus respondentų žinias, galima teigti, jog apklausos dalyviai žino daug informacijos apie balinamųjų ingredientų teikiamą papildomą naudą odai, apsaugos nuo saulės svarbą, sąvokų reikšmę bei tikslingai geba atpažinti ir atskirti skirtingus hiperpigmentacijos sutrikimus. Nepakankamai daug naudingos informacijos kosmetologai žino apie uždegiminės hiperpigmentacijos atsiradimo priežastis, kombinuotos terapijos naudą bei efektyviausią procedūrų kurso trukmę.

Literatūra

1. Ekore R. I. & Ekore J. O. (2021). Excoriation (skin-picking) disorder among adolescents and young adults with acne-induced postinflammatory hyperpigmentation and scars. *International Journal of Dermatology*, 60(12). 1488-1493. doi: 10.1111/ijd.15587.
2. Jafferany M. & Pastolero P. (2018). Psychiatric and psychological impact of chronic skin disease. *The Primary Care Companion for CNS Disorders*, 20(2). 27157. doi: 10.4088/PCC.17nr02247.
3. Kandhari S., Rao P. N., Arsiwala S., Ganjoo A., Sood S., & Kumar D. (2022). Expert opinion on current trends in hyperpigmentation management: Indian perspective. *International Journal of Research*, 8(1). 142. doi: 10.18203/issn.2455-4529.IntJResDermatol20214925

LIETUVOJE GAMINAMŲ ARBATŲ IR ARBATOS MIŠINIŲ ANTIMIKROBINIO POVEIKIO VERTINIMAS

Tautvydė Stankutė

Biomedicinos diagnostikos studijų programa

Kauno kolegija

Darbo vadovė – Albina Vaičiulevičienė

Įvadas

Vaistažolės – augalai, turintys daug įvairių veikliųjų medžiagų: karčiųjų, rauginių, mineralinių bei skaidulinių, glikozidų, eterinių aliejų, naikinamai veikiančių patogeninius mikroorganizmus (Ahn, 2017). Vaistažolių arbata naudojama peršalimo ir kitų ligų gydymui ar profilaktikai: kraujotakos greitinimui, limfos tekėjimo skatinimui, virškinimo sistemos veiklos gerinimui, imuniteto stiprinimui ir t.t. (Yan ir kt., 2020).

Tyrimo problema – koks Lietuvoje gaminamų arbatų ir arbatos mišinių poveikis mikroorganizmų kultūroms?

Tyrimo tikslas – įvertinti arbatų ir arbatos mišinių antimikrobines savybes.

Tyrimo uždaviniai:

1. Aprašyti arbatų veikliąsias medžiagas, jų medicininę reikšmę.
2. Nustatyti arbatų ir arbatos mišinių antimikrobinį veikimą mikroorganizmų kultūroms.
3. Palyginti arbatų ir arbatos mišinių antimikrobinį veikimą gramteigiamoms ir gramneigiamoms mikroorganizmų kultūroms.

Reikšminiai žodžiai: mikroorganizmų kultūros, antimikrobinis poveikis, arbatų mišiniai, ekstraktas.

Metodologija

Atlikta mokslinės ir profesinės literatūros analizė. Empirinio tyrimo metu buvo atliktas laboratorinis mikrobiologinis tyrimas, siekiant įvertinti arbatų ekstraktų antimikrobinį poveikį. Tyrimui naudotos 6 vaistažolių arbatos (medetkų, pankolių, šalavijų, ažuolų žievės, melisų, bruknių lapų) ir 6 arbatų mišinių („Kalėdos“, Kūno stiprybė“, „Kvėpavimas“, „Žvalus rytas“, „Kursių marios“, „Miško žingsniai“) ekstraktai, vertinant jų antimikrobinį veikimą prieš *Escherichia coli*, *Enterococcus faecalis*, *Proteus Vulgaris*, *Klebsiella pneumoniae*, *Bacillus cereus*, *Streptococcus mutans*, *Pseudomonas aeruginosa*, *Staphylococcus epidermidis*, *Staphylococcus aureus*, *Streptococcus oralis*, *Candida albicans* mikroorganizmus.

Rezultatai

Didžioji dalis ekstraktų antimikrobiškai veikė bent vieną mikroorganizmų kultūrą. Palyginus arbatų ekstraktų kiekių antimikrobinį poveikį (3 ml, 2 ml ir

1 ml), gauti rezultatai rodo, kad mažiausias mikroorganizmų augimas buvo agare, kuriame įpilta 3 ml arbatos ekstrakto, o gausiausiai mikroorganizmai augo agare, kuriame buvo įpilta 1 ml arbatos ekstrakto. *E.coli* antimikrobiškai neveikė nei vienas ekstraktas, „šulinėlių“ metodu ažuolų žievės ekstraktas veikė antimikrobiškai *E.coli*. Medetkų, pankolių, ažuolų žievės ir bruknių lapų ekstraktai antimikrobiškai veikė gr(+) mikroorganizmus (*E. faecalis*, *B. cereus*, *S. mutans*, *S. epidermidis*, *S. aureus*, *S. oralis*), o ažuolų žievės ir bruknių lapų ekstraktai antimikrobiškai veikė ir gr(-) mikroorganizmus (*E. coli*, *P. vulgaris*).

Arbatų mišinių ekstraktų antimikrobinio veikimo jokiuose kiekiuose (1ml, 2ml, 3ml) bei „šulinėlių“ metodu nebuvo nustatyta. Visose Petri lėkštelėse buvo pastebėtas gausus mikroorganizmų augimas.

Išvados

1. Augaluose dažniausiai yra šios veikliosios medžiagos: eteriniai aliejai, flavonoidai, alkaloidai, fitoncidai, fenolio junginiai, vitaminai, glikozidai, pektinai ir saponiniai. Visos šios medžiagos turi antivirusinių, antibakterinių, priešgrybelinių, antimikrobinų, antioksidacinių, priešuždegiminių savybių.
2. Stipriausiu mikrobiocidiniu poveikiu pasižymėjo ažuolų žievės arbata. Arbatų mišinių ekstraktai antimikrobiškai tirtų mikroorganizmų neveikė.
3. Arbatų ekstraktai antibakteriškai labiau veikė gramteigiamas bakterijas. Gramteigiamus mikroorganizmus labiausiai antimikrobiškai veikė bruknių lapų ir ažuolų žievės, medetkų arbatos. Gramneigiamus mikroorganizmus labiausiai antimikrobiškai veikė bruknių lapų ir ažuolų žievės ekstraktai.

Literatūra

1. Ahn. (2017). The worldwide trend of using botanical drugs and strategies for developing global drugs. *BMB Reports*, 50(3), 111–116. <https://doi.org/10.5483/BMBRep.2017.50.3.221>
2. Yan, Zhong, Y. Y., Duan, Y. Y., Chen, Q. Q., & Li, F. F. (2020). Antioxidant mechanism of tea polyphenols and its impact on health benefits. *Animal Nutrition (Zhongguo Xu Mu Shou Yi Xue Hui)*, 6(2), 115–123. <https://doi.org/10.1016/j.aninu.2020.01.001>

Eglė Stankūnė

Dietetikos studijų programa

Kauno kolegija

Darbo vadovė – dr. Rasa Volskienė

Ivadas

Paveldėtų genų pakeisti kol kas negalima, tačiau galima keisti gyvenamosios (epigenetinius) veiksmus, stiprinančius ar slopinančius turimų genų raišką. Vienas iš tokių veiksmų – mityba.

Tyrimo problema – kokia žmogaus mitybos reikšmė genų raiškai?

Darbo tikslas – aprašyti žmogaus mitybos reikšmę genų raiškai.

Darbo uždaviniai:

1. Paaiškinti mitybos reikšmę epigenetiniame mechanizme.
2. Aprašyti subalansuotos mitybos reikšmę genų raiškai.

Reikšminiai žodžiai: epigenetiniai veiksniai, mityba, genų raiška.

Metodologija

2022 metų sausio–balandžio mėn. mokslinių šaltinių duomenų bazėse: PubMed Central, EBSCO Publishing, eLABa, Google Scholar atlikta mokslinių šaltinių pasirinkta tema paieška ir analizė.

Rezultatai

Kasdieniai žmogaus maitinimosi pasirinkimai lemia genų, atsakingų už įvairias organizmo funkcijas, raišką (Kim ir kt., 2022, Wang ir kt., 2016, Ghazi ir kt., 2020, Mahmoud ir kt., 2019). Su maistu gaunamos maistinės medžiagos gali modifikuoti ląstelės veiklą, fermentams inicijuojant metilinimo ar demetilinimo funkcijas, tokie atsiradę pokyčiai ląstelėje yra grįžtami (Walter, 2001, Bird, 2007; Grazioli ir kt., 2017). Mityba daro itin didelę įtaką hormonų pusiausvyrai, lemiančiai atsparumą insulinui bei leptinui (Moore ir kt., 2015). Mitybos pasirinkimai lemia širdies ir kraujagyslių ligų bei metabolinių ligų atsiradimo riziką (Grieger ir kt., 2018, Tirthani ir kt., 2021, Bricarello, 2020). Vartojamos maistinės medžiagos formuoja genomo veiklą ir žmogaus kūno fiziologiją. Kūdikystėje vartojamas maistas gali lemti suaugusiųjų diabetą ir širdies ligas (Landecker, 2011).

Moksliniai tyrimai, atlikti su graužikais, rodo, kad tėvų nevisavertė mityba, kurioje gausu perdirbtų riebalų, sukelia palikuonims perduodamus medžiagų apykaitos pokyčius, lemiančius didesnę palikuonių kūno masę, o dieta, papildyta aminorūgštimi (betainu), vit. B12, cinku, folio rūgštimi ir cholinu, sumažina nutukimo riziką palikuonims, net jei tėvai yra nutukę (Miltenberger ir kt., 1997). Nėščiuoju,

kurios maitinasi sveikatai nepalankiu maistu (greitas maistas, vaisių ir daržovių trūkumas), suaugę vaikai turėjo iki 30 proc. didesnę riziką sirgti širdies ir kraujagyslių sistemos ligomis (Grieger ir kt., 2018). Pasak Tirthani ir kt. (2021), kūdikiams nuo 12 iki 22 ir nuo 32 nėštumo savaitės nėščiosios mityba, žalingi įpročiai bei aplinkos sąlygos gali nulemti būsimas ligas. Keto dieta (70 proc. riebalų, 20 proc. baltymų, 10 proc. angliavandenių) paveikia chromatinio siūlus per histono deacetilazės (HDAC) inhibitorius. Dėl šios dietos nutukusiems pacientams pastebimas svorio kritimas (Crujeiras ir kt., 2021 m.). DASH dieta, kurioje patariama vartoti kuo mažiau raudonos ir riebios mėsos, didinti omega 3 riebalų rūgščių kiekį maiste, vengti viso perdirbtos maisto, padeda išvengti nutukimo, cukrinio diabeto ir širdies bei kraujagyslių ligų, net jei yra genetinis polinkis sirgti šiomis ligomis (Bricarello ir kt., 2020). Maisto poveikis organizmui laikomas vienu pagrindinių atskaitos taškų ilgalaikėje kokybiško gyvenimo perspektyvoje (Landecker, 2011).

Išvados

1. Mityba lemia epigenetinį mechanizmą, keisdama fermentų aktyvumą ir sukeldama ląstelėje grįžtamus procesus.
2. Subalansuota mityba teigiamai veikia organizmo genų raišką, padėdama išvengti įvairių lėtinių metabolinių ligų.

Literatūra

1. Moore, W.T., Bowser, S.M., Fausnacht, D.W. et al. Beta Cell Function and the Nutritional State: Dietary Factors that Influence Insulin Secretion. *Curr Diab Rep* 15, 76 (2015). <https://doi.org/10.1007/s11892-015-0650-1>
2. Tirthani, E., Said, M. S., Rehman, A. (2021). Genetics and Obesity. *StatPearls*. StatPearls Publishing.
3. Kim, H. J., & Bae, S. C. (2011). Histone deacetylase inhibitors: molecular mechanisms of action and clinical trials as anti-cancer drugs. *American journal of translational research*, 3(2), 166–179.
4. Ghazi, T., Arumugam, T., Foolchand, A., & Chuturgoon, A. A. (2020). The Impact of Natural Dietary Compounds and Food-Borne Mycotoxins on DNA Methylation and Cancer. *Cells*, 9(9), 2004. <https://doi.org/10.3390/cells9092004>
5. Mahmoud AM, Ali MM. Methyl Donor Micronutrients that Modify DNA Methylation and Cancer Outcome. *Nutrients*. 2019 Mar

- 13;11(3):608. doi: 10.3390/nu11030608. PMID: 30871166; PMCID: PMC6471069.
6. Bricarello LP, de Moura Souza A, de Almeida Alves M, Retondario A, Fernandes R, Santos de Moraes Trindade EB, Zanette Ramos Zeni LA, de Assis Guedes de Vasconcelos F. Association between DASH diet (Dietary Approaches to Stop Hypertension) and hypertension in adolescents: A cross-sectional school-based study. *Clin Nutr ESPEN*. 2020 Apr;36:69-75. doi: 10.1016/j.clnesp.2020.02.004. Epub 2020 Feb 24. PMID: 32220371.
 7. Su, D., Wang, X., Campbell, M. R., Porter, D. K., Pittman, G. S., Bennett, B. D., Wan, M., Englert, N. A., Crowl, C. L., Gimple, R. N., Adamski, K. N., Huang, Z., Murphy, S. K., & Bell, D. A. (2016). Distinct Epigenetic Effects of Tobacco Smoking in Whole Blood and among Leukocyte Subtypes. *PloS one*, 11(12), e0166486. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0166486>
 8. Jessica A Grieger, Luke E Grzeskowiak, Tina Bianco-Miotto, Tanja Jankovic-Karasoulos, Lisa J Moran, Rebecca L Wilson, Shalem Y Leemaqz, Lucilla Poston, Lesley McCowan, Louise C Kenny, Jenny Myers, James J Walker, Robert J Norman, Gus A Dekker, Claire T Roberts, Pre-pregnancy fast food and fruit intake is associated with time to pregnancy, *Human Reproduction*, Volume 33, Issue 6, June 2018, Pages 1063–1070, <https://doi.org/10.1093/humrep/dey079>
 9. Ana B. Crujeiras, Andrea G. Izquierdo, David Primo, Fermin I. Milagro, Ignacio Sajoux, Amalia Jácome, Alfredo Fernandez-Quintela, María P. Portillo, J.Alfredo Martínez, Miguel A. Martinez-Olmos, Daniel de Luis, Felipe F. Casanueva. Epigenetic landscape in blood leukocytes following ketosis and weight loss induced by a very low calorie ketogenic diet (VLCKD) in patients with obesity, *Clinical Nutrition*, Volume 40, Issue 6,2021, Pages 3959-3972, ISSN 0261-5614, <https://doi.org/10.1016/j.clnu.2021.05.010>.
 10. Jessica A Grieger, Luke E Grzeskowiak, Tina Bianco-Miotto, Tanja Jankovic-Karasoulos, Lisa J Moran, Rebecca L Wilson, Shalem Y Leemaqz, Lucilla Poston, Lesley McCowan, Louise C Kenny, Jenny Myers, James J Walker, Robert J Norman, Gus A Dekker, Claire T Roberts, Pre-pregnancy fast food and fruit intake is associated with time to pregnancy, *Human Reproduction*, Volume 33, Issue 6, June 2018, Pages 1063–1070, <https://doi.org/10.1093/humrep/dey079>
 11. Miltenberger RJ, Mynatt RL, Wilkinson JE, Woychik RP. The role of the agouti gene in the yellow obese syndrome. *J Nutr*. 1997 Sep;127(9):1902S-1907S. doi: 10.1093/jn/127.9.1902S. PMID: 9278579.
 12. Reik W, Dean W, Walter J. Epigenetic reprogramming in mammalian development. *Science*. 2001 Aug 10;293(5532):1089-93. doi: 10.1126/science.1063443. PMID: 11498579.
 13. Bird A. Perceptions of epigenetics. *Nature*. 2007 May 24;447(7143):396-8. doi: 10.1038/nature05913. PMID: 17522671.
 14. Grazioli, E., Dimauro, I., Mercatelli, N. et al. Physical activity in the prevention of human diseases: role of epigenetic modifications. *BMC Genomics* 18, 802 (2017). <https://doi.org/10.1186/s12864-017-4193-5>
 15. Landecker H. Food as exposure: Nutritional epigenetics and the new metabolism. *Biosocieties*. 2011 Jun;6(2):167-194. doi: 10.1057/biosoc.2011.1. Epub 2011 Mar 7. PMID: 23227106; PMCID: PMC3500842.

REKLAMOS ĮTAKA RENKANTIS NERECEPTINIUS VAISTINIUS PREPARATUS IR VAISTINIŲ PREKES MAŽEIKIŲ MIESTE

Julija Sukurytė

Farmakotechnikos studijų programa

Kauno kolegija

Darbo vadovė – Regina Motienė

Įvadas

Dėl lengvų negalavimų, tokių kaip kosulys, peršalimas, alergija, skausmas, karščiavimas, rūgštingumas, viduriavimas, pacientai dažnai kreipiasi į farmacijos specialistą, o ne į gydytoją. Nereceptinių vaistų vartojimo tendencija per pastaruosius kelerius metus nuolat augo. Šią tendenciją lemia įvairios priežastys, pvz., lengvas prieinamumas bei kaina ir padidėjęs pacientų informuotumas (Marathe, Kamat, Tripathi, Raut, Khatri, 2020). Net trečdalis pacientų nurodė, kad reguliariai vartoja nereceptinius vaistus. 30,3 % pacientų informuoja gydytoją, kad vartoja nereceptinius vaistinius preparatus (Masumoto, Sato, Maeno, Ichinohe, Maeno, 2018). Nereceptinių vaistų vartojimas yra savarankiško gydymosi proceso dalis – savigyda (Sansgiry, Bhansali, Bapat, Xu, 2017).

Tyrimo problema – kokia reklamos įtaka renkantis nereceptinius vaistinius preparatus ir vaistinių prekes Mažeikių mieste?

Tyrimo tikslas – atskleisti reklamos įtaką renkantis nereceptinius vaistinius preparatus ir vaistinių prekes Mažeikių mieste.

Tyrimo uždaviniai:

1. Apibrėžti reklamos sampratą ir jos skleidimo priemones teoriniu aspektu.
2. Aprašyti nereceptinių vaistinių preparatų teisinį reglamentavimą.
3. Nustatyti reklamos įtaką gyventojų apsisprendimui renkantis nereceptinius vaistinius preparatus.
4. Nustatyti reklamos įtaką gyventojų apsisprendimui renkantis vaistinių prekes.

Reikšminiai žodžiai: nereceptiniai vaistiniai preparatai, reklama, vaistinių prekes.

Metodologija

Tyrimo buvo taikyta kiekybinė strategija, siekiant atskleisti gyventojams daromą reklamos įtaką renkantis nereceptinius vaistinius preparatus ir vaistinių prekes. Duomenų rinkimo metodas – internetinė apklausa. Surinkti duomenys buvo analizuojami, o gauti rezultatai pavaizduoti lentelėse ir diagramose. Tyrimo dalyvavo 208 dalyviai.

Rezultatai

Gauti rezultatai parodė, kad Mažeikių gyventojams dažniausiai nereceptinius vaistinius preparatus padeda išsirinkti farmacijos specialistas (77 %) arba gydytojas (54 %). Tyrimo dalyviai, pamatę reklamą,

dažniausiai nekreipia dėmesio į ją (72 %). Didžiajai daliai apklausos dalyvių reklama kartais daro įtaką renkantis vaistus nuo skausmo (64 %), peršalimo ir gripo (60 %). Labiausiai žmonės atkreipia dėmesį į televizijos (58 %), internetines reklamas (52 %), reklamuojamą vaistą įsigyja kartą per metus ar rečiau (48 %), gyventojams užtenka informacijos apie nereceptinį vaistą pateikiamą reklamoje (61 %). Tyrimo dalyviai teigia, jog jiems buvo suteikta kokybiška farmacinė paslauga vaistinėje, perkant nereceptinį vaistinį preparatą (82 %). Didžioji dalis gyventojų mano, jog televizija ir internetinės reklamos skatina savigydą (57 %). Mažeikių miesto gyventojai nekreipia dėmesio į reklamas spaudoje ir į spausdintą reklamą. Į per radiją, televiziją, internetu, telefonu, el. paštu skleidžiamas reklamas atkreipia dėmesį, kas aktualu. Į kino, išorinę reklamą, vitrinas, iškabas gyventojai nekreipia dėmesio.

Išvados

1. Reklamos sampratą galima apibrėžti kaip informuotoją, kuriuos pagrindinis tikslas – skatinti parduoti prekę, paslaugą arba idėją. Pagrindinės reklamos skleidimo priemonės: radijas, televizija, internetu skleidžiamos reklamos, spausdinta reklama, reklama spaudoje, vitrinos, užrašai, iškabos, plakatai.
2. Nereceptinio vaistinio preparato reklamoje turi būti nurodytas prekės ženklas arba vaistinės medžiagos tarptautinis pavadinimas, arba nereceptinio vaisto pavadinimas. Ji gali būti skleidžiama tik visuomenės informavimo priemonėmis. Informacija turi būti objektyvi, skatinti racionalų vartojimą, atitikti reklamuojamo vaistinio preparato charakteristiką.
3. Miesto gyventojams didžiausią įtaką renkantis nereceptinius vaistinius preparatus turi gydytojo ir farmacijos specialisto patarimas, didžioji dalis juos įsigyja kartą per metus ar rečiau. Didžiausią įtaką turi per televiziją skleidžiama reklama. Labiausiai įtaka daroma renkantis vaistus nuo skausmo ir skirtus gripui, peršalimui gydyti. Didelė tyrimo dalyvių grupė teigia, jog reklama televizijoje skatina savigydą.
4. Tyrimo rezultatai atskleidė, jog renkantis vaistinių prekę didžiausią įtaką pasirinkimui turi farmacijos specialisto patarimas. Tyrimo dalyviai jas įsigyja kartą per metus ar rečiau. Renkantis maisto papildus, kosmetiką,

pasirinkimą labiausiai lemia internetinės reklamos.

Literatūra

1. Marathe, P. A., Kamat, S. K., Tripathi, R. K., Raut, S. B., & Khatri, N. P. (2020). Over-the-counter medicines: Global perspective and Indian scenario. *Journal of postgraduate medicine*, 66(1), 28. [žiūrėta 2021 – 12 – 13]. <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC6970327/>
2. Masumoto, S., Sato, M., Maeno, T., Ichinohe, Y., & Maeno, T. (2018). Factors associated with the use of dietary supplements and over-the-counter medications in Japanese elderly patients. *BMC family practice*, 19(1), 1-7. [žiūrėta – 01 – 08]. Prieiga per internetą: <https://bmcprimcare.biomedcentral.com/articles/10.1186/s12875-017-0699-9>
3. Sansgiry, S. S., Bhansali, A. H., Bapat, S. S., & Xu, Q. (2017). Abuse of over-the-counter medicines: a pharmacist's perspective. *Integrated pharmacy research & practice*, 6, 1. [žiūrėta 2022 – 05 – 26]. Prieiga per internetą: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC5774309/>

Goda Šablevičiūtė

Ergoterapijos studijų programa

Kauno kolegija

Darbo vadovė – dr. Daiva Baltaduonienė

Ivadas

Guillain – Barre sindromas (GBS) – tai uždegiminė polineuropatija, kuriai dažniausiai būdinga simetriškas galūnių silpnumas, jutimų sutrikimai ir arefleksija. (Zaeem, Siddiqi ir Zachodne, 2019). Šia liga per metus serga 1–2 iš 100 000 pasaulio gyventojų, dažniau vyrai, nei moterys. Guillain – Barre sindromas dažnai siejamas su negalia.

Temos aktualumas. Guillain – Barre sindromas yra viena iš labiausiai paplitusių neuroraumeninio paralyžiaus priežasčių visame pasaulyje (Byers, 2021). Daugelis asmenų toliau jaučia liekamuosius ligos simptomus, kurie turi įtakos gyvenimo kokybei, darbui, kasdieniam ir socialiniam gyvenimui (Laparidou ir kt., 2021).

Tyrimo problema – kokių veiklos problemų kyla asmenims, sergantiems Guillain – Barre sindromu? Tikslas – atskleisti, asmenų, sergančių Guillain – Barre sindromu, veiklos problemas.

Uždaviniai:

1. Atskleisti, su kokiais sunkumais asmenys susiduria kasdienėje veikloje.
2. Išanalizuoti, su kokiomis problemomis asmenys susiduria darbinėje veikloje.
3. Nustatyti, kaip sutrikdomas asmenų laisvalaikis, sergant Guillain – Barre sindromu.

Reikšminiai žodžiai: darbinė veikla, Guillain - Barre sindromas, kasdienė veikla, laisvalaikis.

Metodologija

Buvo taikytas kokybinis tyrimo metodas. Duomenims rinkti pasirinktas pusiau struktūrizuotas interviu su iš anksto suformuluotais klausimais bei duomenys užfiksuoti garso įrašymo priemone (diktofonu). Tyrimas atliktas nuotoliniu būdu.

Rezultatai

Atlikus gautos informacijos analizę, išryškėjo 5 kategorijos, kurios buvo suskirstytos į subkategorijas: 1. Ligos simptomų pradžia (subkategorijos: kojų raumenų silpnumas, rankų raumenų silpnumas, jutimų sutrikimai, veido raumenų silpnumas, kvėpavimo sistemos sutrikimai). 2. Liga tęsiasi toliau (subkategorijos: nuovargis, skausmas, raumenų silpnumas, pusiausvyros sutrikimai, jutimų

sutrikimai, „mokausi iš naujo“, smulkiosios motorikos sutrikimai, „prisitaikiau, kad būtų lengviau“). 3. Kasdienė veikla (subkategorijos: apsirengimas ir nusirengimas, maudymasis, valgymas ir maisto gamyba). 4. Darbinė, produktyvioji veikla (subkategorijos: darbo pobūdžio kaita, darbo apimtys sumažinimas). 5. Laisvalaikis (subkategorijos: „negaliu daryti, tai ką mėgstu“, „arba nevairuoju, arba prisitaikau“, ribojamas fizinis aktyvumas).

Išvados

1. Asmenys, sergantys Guillain - Barre sindromu, susidūrė su kasdienės veiklos sunkumais dėl išlikusio raumenų silpnumo, pusiausvyros sutrikimų ir smulkiosios motorikos sutrikimų. Liekamieji simptomai daugiausiai turėjo įtakos apsirengimo ir nusirengimo, maudymosi bei valgymo ir maisto gamybos veikloms.
2. Asmenims, sergantiems Guillain – Barre sindromu, kilo sunkumų darbinėje veikloje dėl jaučiamo nuovargio. Asmenys keitė darbo pobūdį, sumažino darbo valandas ir krūvį arba negalėjo dirbti.
3. Asmenims, sergantiems Guillain – Barre sindromu, laisvalaikio apribojimus sukelia didelis nuovargis, raumenų silpnumas, pusiausvyros sutrikimai, jutimų sutrikimai ir skausmas. Dėl šių liekamųjų simptomų asmenys turi riboti savo fizinį aktyvumą, negali daryti to, ką mėgo anksčiau, taip pat teko keisti vairavimo įpročius.

Literatūra

1. Byers MS. (2021). Guillain-Barré Syndrome: Review and Summary. *J Biomed Res Environ Sci*
2. Laparidou, D., Curtis, F., Akanuwe, J., Jackson, J., Hodgson, T. L., & Siriwardena, A. N. (2021). Patients' experiences and perceptions of Guillain – Barré syndrome: A systematic review and meta-synthesis of qualitative research.
3. Zaeem, Z., Siddiqi, Z. A., & Zochodne, D. W. (2019). Autonomic involvement in Guillain-Barré syndrome: an update.

MOTERŲ IR KOSMETOLOGŲ POŽIŪRIS Į NATŪRALIŲ AUGALINIŲ ALIEJŲ POVEIKĮ ODAI

Loreta Šetkutė

Kosmetologijos studijų programa

Kauno kolegija

Darbo vadovė – Sigita Zlatkuvienė

Įvadas

Augaliniai aliejai yra gaunami iš daugelio atsinaujinančių išteklių ir sulaukia didelio dėmesio dėl savo teigiamų savybių odai ir sveikatai. Dėl to augaliniai aliejai vis labiau sulaukia susidomėjimo kuriant natūralią ir ekologišką kosmetiką (Guidoni, M., de Cristo Scherer, M. M. ir kt., 2019). Nors skirtingi aliejai turi skirtingas savybes, bet šie natūralūs augaliniai aliejai minkština, drėkina, stabdo odos senėjimo procesus, mažina uždegiminius procesus, skatinančius natūralaus organizmo ląstelių metabolizmą. Pasirinkus tinkamą augalinį aliejų ir reguliariai naudojant, pavargusi, sausa, senstanti, riebi ar jautri oda natūraliai atsinaujina ir yra puoselėjama (E. Yara – Varon, I. Lin ir kt., 2017).

Problema – koks moterų ir kosmetologų požiūris į natūralių augalinių aliejų poveikį odai?

Tikslas – atskleisti moterų ir kosmetologų požiūrį į natūralių augalinių aliejų poveikį odai.

Uždaviniai:

1. Aprašyti natūralius augalinius aliejus ir jų pritaikomumą odos priežiūrai.
2. Teoriškai paaiškinti natūralių augalinių aliejų odos priežiūrai privalumus ir trūkumus.
3. Palyginti moterų ir kosmetologų požiūrį į natūralių augalinių aliejų poveikį odai.

Reikšminiai žodžiai: kosmetologės, natūralūs augaliniai aliejai, moterys, poveikis odai.

Metodologija

Mokslinės ir profesinės literatūros sisteminimas ir analizė, kurių tikslas – teoriškai aprašyti augalinius aliejus, jų sudėtį, gavybos būdus bei išsiaiškinti natūralių augalinių aliejų taikymo odos priežiūrai privalumus ir trūkumus. Kiekybinė tyrimo strategija. Tyrimo instrumentas – internetinė anketa, kurios tikslas – atskleisti moterų ir kosmetologų požiūrį į natūralių augalinių aliejų poveikį odai. Grafinė duomenų analizė, kurios tikslas – išanalizuoti gautus duomenų rezultatus ir pateikti išvadas. Tyrimo dalyvavo 154 moterys ir 40 kosmetologų.

Rezultatai

Moterims yra svarbu kosmetinio produkto natūralumas, todėl dauguma naudoja natūralius augalinius aliejus savo odos priežiūrai, domisi natūralių augalinių aliejų sudėtimi ir jų kokybe (37 proc., n=57). Augaliniai aliejai gaunami klasikiniiais (šalto spaudimo, ekstrahavimo, presavimo aukštoje temperatūroje, cheminės ekstrakcijos) ir moderniais

(fermentų pagalbinio ekstrahavimo, ultragarsu ir kt.) metodais. Moterų ir kosmetologų požiūriu, natūralūs augaliniai aliejai drėkina odą (43,8 proc., n=85), pasižymi priešuždegiminėmis (42,2 proc., n=82), antimikrobinėmis (28,8 proc., n=56), antioksidacinėmis savybėmis (43,6 proc., n=17). Normaliai ir mišriai odai rekomenduojami didesnį kiekį nesočiųjų riebiųjų rūgščių turintys aliejai, o sausai odai – turintys mažą nesočiųjų rūgščių kiekį aliejai. Dažniausiai moterų ir kosmetologų klientų yra naudojamas kokosų (47,4 proc., n=92), taukmedžio sviestas (25,7 proc., n=50), kanapių (21,6 proc., n=42), rečiau saulėgražų sėklų (4,1 proc., n=8) ir makadamijų aliejai (5,1 proc., n=10). Nemaža dalis moterų sutinka su kosmetologų teigimu, kad natūralūs augaliniai aliejai gali sukelti odos alergiją (56,1 proc., n=109), bėrimus (50,5 proc., n=98), turi įtakos porų užsiteršimui (48,9 proc., n=95), odos jautrumui (35 proc., n=68).

Išvados

1. Natūralūs augaliniai aliejai – tai klampios, riebalingos medžiagos, gaunamos iš augalų sėklų ar vaisių klasikiniiais ir moderniais metodais. Natūraliuose augaliniuose aliejuose randama gliceridų, laisvųjų riebalų rūgščių, augalinių sterolių, pigmentų, gliukozidų, baltymų, natūralių antioksidantų, vitaminų. Tinkamai parinktas, be perteklinio kiekio ir tepamas ant drėgnos odos aliejus, kaip kosmetinė priemonė, naudojama veido, kūno, plaukų priežiūrai bei vonios ritualuose.
2. Natūralūs augaliniai aliejai pasižymi antimikrobinium, priešuždegiminiu, regeneraciją skatinančiu ir antioksidaciniu poveikiu. Išoriškai naudojami aliejai padengia odą apsaugine plėvele, kuri padeda sulaikyti drėgmę. Dėl nepakeičiamų riebalų rūgščių, kurios svarbios prostglandinų susidarymui, slopinamos odos uždegiminės reakcijos. Kadangi odos barjerinės funkcijos kokybę lemia tarpląstelinio sluoksnio lipidų struktūrinė tvarka, ilgalaikis natūralių augalinių aliejų naudojimas gali sukelti ir atvirkštinės odos reakcijas: sausėjimą, pleiskanojimą, odos jautrumą, paraudimą, niežėjimą, bėrimą. Aliejuose esančios riebalų rūgštys gali suardyti viršutinio epidermio lipodus, dėl to oda tampa pažeidžiamesnė, sausesnė, pradeda prarasti drėgmės balansą.
3. Moterų ir kosmetologų požiūriu, natūralūs augaliniai aliejai gerai drėkina odą, pasižymi

priešuždegiminėmis, regeneracinėmis savybėmis. Nemaža dalis moterų sutinka su kosmetologų teigimu, kad natūralūs augaliniai aliejai gali sukelti odos alergiją, bėrimus, turi įtakos porų užsiteršimui, odos jautrumui. Dauguma kosmetologų nerekomenduoja savo klientams naudoti natūralių augalinių aliejų, nors moterys, naudojančios aliejus savo odos priežiūrai, yra patenkintos jų poveikiu.

Literatūra

1. Guidoni, M., De Christo Scherer, M. M. (2019). Fatty acid composition of vegetable oil blend and in vitro effects of pharmacotherapeutical skin care applications. Brazilian journal of medical and biological research = Revista brasileira de pesquisas medicas e biologicas / Sociedade Brasileira de Biofisica ... [et al.] 52(2) .
2. Yara-Varon, E., Li, I., Ballcells, M., Canela-Garayoa, R., Fabiano-Tixer, A., Chemad, F. (2017). Vegetable Oils as Alternative Solvents for Green Oleo-Extraction, Purification and Formulation of Food and Natural Products. PMID: 28872605 PMCID: PMC6151617 DOI: 10.3390/molecules22091474.

Juozas Širmenis

Kineziterapijos studijų programa

Kauno kolegija

Darbo vadovės – Vaiva Kazlauskaitė, dr. Laura Žlibinaitė

Ivadas

Dėl pasaulį XXI a. ištikusią krizių, taikytų prevencinių priemonių, gyventojų pripratimo bei patogumo vis labiau įsitvirtina nuotolinis darbas iš namų. Tokią praktiką Europoje per pastarąjį dešimtmetį taikė 5-6 proc. 20-64 metų amžiaus darbuotojų, šis skaičius dėl pandemijos 2020 metais išaugo iki 12 proc. (Eurostat, 2021). Jungtinėse Amerikos valstijose atlikto tyrimo duomenimis, 50,4 proc. darbuotojų, kurie pandemijos pradžioje pradėjo dirbti iš namų, išreiškė norą tęsti nuotolinį darbą po pandeminio laikotarpio (Barbour et al., 2021).

Darbas iš namų dažnai lemia sumažėjusį fizinį aktyvumą bei ilgesnį sėdėjimo laiką (Rathonyi et al., 2021; Koohsari et al., 2021). Ilgai trunkantis sėdimas darbas siejamas su pečių, kaklo, nugaros skausmais (Daneshmandi et al., 2017).

Problema – kaip padažnėjęs ir pailgėjęs sėdimo darbo laikas siejasi su sėdimą darbą dirbančių asmenų sveikata?

Tikslas – išsiaiškinti sėdimo darbo tendencijas Lietuvoje ir jų sąsajas su jaučiamu skausmu.

Uždaviniai:

1. Nustatyti respondentų sėdimo darbo trukmę ir laikyseną darbo metu.
2. Atskleisti respondentų nuomonę apie sėdimo darbo sąsajas su sveikatos sutrikimais.
3. Išskirti sritis, kuriose respondentai dažniausiai jaučia su sėdimu darbu susijusį skausmą, ir išsiaiškinti to skausmo stiprumą bei pobūdį.
4. Nustatyti metodus, kuriuos respondentai taikė savijautai pagerinti.

Reikšminiai žodžiai: juosmeninė stuburo dalis, laikysena, nugaros skausmas, sėdimas darbas.

Metodologija

Duomenų rinkimui buvo sukurta apklausa „Google Forms“ internetinėje svetainėje, o sklaidos tikslais dalintasi „Facebook“ grupėse. Respondentų buvo klausiama apie jų darbo įpročius, savijautą ir nuomonę su sėdimu darbu susijusiais klausimais. Gauti duomenys analizuojami gaunant vidurkius ir dažnius.

Tyrime dalyvavo 209 asmenys. Iš jų daugiausia buvo 20-29 metų amžiaus (69 proc.), dirbo švietimo (30 proc.) bei IT (26 proc.) sektoriuose.

Rezultatai

Net 52,6 proc. respondentų dirbo sėdimoje pozicijoje ilgiau nei 7 valandas, o 21,5 proc. – nuo 5 iki 7 valandų per dieną. 89 proc. apklaustųjų taisyklingai

sėdėjo retai (47,4 proc.), kartais (31,1 proc.) arba niekada (10,5 proc.). Darbo metu po 1-2 pertraukas darė 49,8 proc. respondentų, 22,5 proc. – nedarė išvis. Pertraukos dažniausiai truko iki 5 min. (30,6 proc.) 47,8 proc. apklaustųjų savo savijautą vertino vidutiniškai. Tik 3,8 proc. respondentų atsakė, kad niekada nėra jautę su sėdimu darbu susijusio skausmo. Net 56,9 proc. apklaustųjų nurodė, kad dažniausiai arba labiausiai skausmas buvo jaučiamas nugaroje, taip pat ir kaklo (18,7 proc.) bei pečių (15,3 proc.) srityse. Iš tų, kurie nurodė patiriantys nugaros skausmą, 25,2 proc. skausmą jautė ilgiau nei du mėnesius, o 63 proc. išskyrė skausmą jaučiantys nugaros apačioje. Bendrai skausmas apibūdinamas kaip maudžiantis (59,4 proc.), spaudžiantis (31,9 proc.), bukas (19,8 proc.). Beveik visi teigė manantys, kad sėdimas darbas gali būti susijęs su sveikatos blogėjimu (96,7 proc.), o fiziniai pratimai gali pagerinti sveikatą (98,6 proc.). 82 proc. respondentų nesikreipė į gydytoją dėl jaučiamo skausmo. Apklaustieji dažniausiai skausmą malšino masažais (52,9 proc.) arba medikamentais: tepalais (27,5 proc.) ir geriamaisiais vaistais (20,1 proc.). Tik 9 proc. rinkosi fizinį aktyvumą, o 5,3 proc. išvis nieko nedarė.

Išvados

1. Dauguma respondentų dirbdami sėdimoje pozicijoje praleidžia ilgiau nei 7 valandas, 3 iš 4 respondentų – ilgiau nei 5 valandas. Beveik 90 proc. respondentų nurodė, kad mažai laiko praleidžia taisyklingoje sėdimoje pozicijoje.
2. Respondentai manė, kad sėdimas darbas gali pabloginti sveikatą, o fiziniai pratimai gali ją pagerinti.
3. Daugiau nei pusė apklaustųjų dažniausiai skausmą jautė apatinėje nugaros srityje. Dažniausiai buvo jaučiamas vidutinio intensyvumo skausmas, apibūdinamas kaip lėtinis – „maudžiantis“, „spaudžiantis“, „bukas“.
4. 82 proc. respondentų nesikreipė į gydytoją dėl jaučiamo skausmo. Dažniausiai jaučiamą skausmą malšino masažu arba medikamentais.

Literatūra

1. Barbour, N., Menon, N., & Mannering, F. (2021). A statistical assessment of work-from-home participation during different stages of the COVID-19 pandemic. *Transportation Research Interdisciplinary Perspectives*, 11, 100441. <https://doi.org/10.1016/j.trip.2021.100441>

2. Daneshmandi, H., Choobineh, A., Ghaem, H., & Karimi, M. (2017). Adverse Effects of Prolonged Sitting Behavior on the General Health of Office Workers. *Journal of lifestyle medicine*, 7(2), 69–75. <https://doi.org/10.15280/jlm.2017.7.2.69>
3. Eurostat. (2021). Working from home across EU regions in 2020. Prieiga per internetą: <https://ec.europa.eu/eurostat/web/products-eurostat-news/-/ddn-20210923-1>.
4. Javad Koohsari, M., Nakaya, T., Shibata, A., Ishii, K., & Oka, K. (2021). Working from Home After the COVID-19 Pandemic: Do Company Employees Sit More and Move Less? *Sustainability* 2021, 13, 939. <https://doi.org/10.3390/su13020939>
5. Ráthonyi, G., Kósa, K., Bács, Z., Ráthonyi-Ódor, K., Füzési, I., Lengyel, P., & Bácsné Bába, É. (2021). Changes in Workers' Physical Activity and Sedentary Behavior during the COVID-19 Pandemic. *Sustainability*, 13(17), 9524. <https://doi.org/10.3390/su13179524>

DARŽOVIŲ IR VAISIŲ VARTOJIMO ĮTAKA VYRESNIO AMŽIAUS ŽMONIŲ SVEIKATOS BŪKLEI

Andželika Šuvajeva

Dietetikos studijų programa

Kauno kolegija

Darbo vadovė – Evelina Dailidaitė

Įvadas

Visame pasaulyje, taip pat ir Lietuvoje, sparčiai auga pagyvenusio amžiaus žmonių skaičius, taip vis didesnė visuomenės dalis senėja. Lietuvos oficialiosios statistikos departamento duomenimis, 2020 metais pagyvenusių žmonių skaičius išaugo 8,2 tūkstančiais, tai yra 1,5 proc., daugiau lyginant su 2009 metais (Lietuvos oficialiosios statistikos portalas, 2020). Žmonėms senstant, svarbu užtikrinti kuo geresnę gyvenimo kokybę, nes bėgant amžiui, žmogaus organizme vyksta ne tik fiziologiniai pokyčiai, bet prastėja sveikatos būklė (Bartkevičiūtė ir kt., 2020). Vienas iš svarbių sveikatos užtikrinimo būdų yra suvartoti rekomenduojamą vaisių ir daržovių kiekį kasdieniame žmogaus mitybos racione.

Tyrimo problema – kaip daržovių ir vaisių vartojimas veikia vyresnio amžiaus žmonių sveikatos būklę?

Tyrimo objektas – daržovių ir vaisių vartojimo įtaka vyresnio amžiaus žmonių sveikatos būklei.

Tyrimo tikslas – nustatyti daržovių ir vaisių vartojimo įtaką vyresnio amžiaus žmonių sveikatos būklei.

Tyrimo uždaviniai:

1. Aprašyti vaisių ir daržovių svarbą vyresnio amžiaus žmonių sveikatai.
2. Įvertinti vyresnio amžiaus žmonių daržovių ir vaisių vartojimo įpročius.
3. Nustatyti dažnesnio daržovių ir vaisių vartojimo įtaką vyresnio amžiaus žmonių sveikatos būklei

Reikšminiai žodžiai: daržovės, pagyvenę žmonės, sveikatos būklė, vaisiai.

Metodologija

Tyrimo tikslas – nustatyti daržovių ir vaisių vartojimo įtaką vyresnio amžiaus žmonių sveikatos būklei. Darbo pradžioje atlikta mokslinės literatūros analizė, tyrimui įgyvendinti pasirinkta atlikti du kokybinius tyrimus-interviu. Tyrime dalyvavo 10 pagyvenusio amžiaus žmonių, kurių amžius buvo nuo 60 iki 84 metų. Po pirmojo interviu, kuris atliktas kovo 19-23 d., kiekvienam tiriamajam suteikta asmeninė konsultacija, susijusi su sveikatai palankia mityba bei vaisių ir daržovių vartojimo normomis, po to išdalintos paruoštos maitinimosi rekomendacijos su vizualiai pateiktomis vaisių ir daržovių porcijomis. Po mėnesio, balandžio 22–25d., atliktas pakartotinis interviu apie dažnesnio daržovių ir vaisių vartojimo įtaką vyresnio amžiaus žmonių sveikatos būklei bei savijautai. Surinkus duomenis, atlikta aprašomoji tyrimo duomenų analizė.

Rezultatai

Pirmojo interviu metu pastebėta, jog tiriamieji kiekvieną dieną nesuvartoja rekomenduojamo daržovių ir vaisių kiekio. Dažniausiai įvardinama to priežastis – sezoniškumas. Beveik visi asmenys teigė, kad vasaros metu suvartoja daug daugiau šių maisto produktų, nes jų užsiaugina patys. Taip pat tyrimo metu pastebėta, kad, kai žmonės vartoja vaisius, viršija rekomenduojamą dienos normą ir suvalgo jų daugiau nei reikia. Paklausus apie sveikatos problemas, dauguma žmonių įvardijo, jog kenčia nuo vidurių užkietėjimo, padidėjusio skrandžio rūgštingumo. Po suteiktų rekomendacijų bei asmeninių konsultacijų apie sveikatai palankią mitybą, antrojo interviu metu tiriamųjų daržovių ir vaisių vartojimo įpročiai pakito į teigiamą pusę. Pagyvenusio amžiaus žmonės pradėjo dažniau vartoti šviežias daržoves, atsižvelgė į vaisių suvartojimo kiekius. Pastebėta, jog dažnesnis daržovių ir vaisių vartojimas padarė teigiamą įtaką vyresnio amžiaus asmenų sveikatai ir savijautai, ypač tiems, kurie turėjo problemų dėl vidurių užkietėjimo, taip pat pagerėjo žmonių emocinė būklė.

Išvados

1. Pagyvenusio amžiaus žmonėms rekomenduojama vartoti bent 400–500 g daržovių ir vaisių per dieną, nes šiuose produktuose gausu įvairių vitaminų, mineralų, skaidulų ir kitų biologiškai aktyvių medžiagų. Nepakankamas daržovių ir vaisių vartojimas susijęs su širdies ir kraujagyslių ligomis, osteoporozė, dauguma vėžio formų, cukriniu diabetu, virškinimo problemomis, nusilpusiu imunitetu.
2. Įvertinus vyresnio amžiaus žmonių daržovių ir vaisių vartojimo įpročius, pastebėta, jog žmonės nesuvartoja rekomenduojamo vaisių ir daržovių kiekio kiekvieną dieną. Daržovių pasirinkimui įtakos turėjo sezoniškumas, tiriamieji retai vartojo šviežias daržoves bei vaisius. Dažniausiai informantų mitybos racione vyravo raugintos daržovės arba džiovinti vaisiai.
3. Po mėnesio vartojant daugiau daržovių ir vaisių buvo įvardintas teigiamas pokytis, pasireiškęs pagerėjusiu virškinimu ir vidurių užkietėjimo sumažėjimu, geresne emocine savijauta. Teigiamų miego kokybės, padidėjusio skrandžio rūgštingumo ar imuniteto sustiprėjimo pokyčių nepastebėta.

Literatūra

1. Bartkevičiūtė, R., Barzda, A., Bulotaitė, G., Miliauskė, R., Drungilas, V., & Česnakauskienė, I. (2020). Sveikos ir tvarios mitybos rekomendacijos. Lietuvos Respublikos sveikatos apsaugos ministerija, Sveikatos mokymų ir ligų prevencijos centras. Vilnius. Prieiga per internetą: https://sam.lrv.lt/uploads/sam/documents/files/Veiklos_sritys/visuomenes-sveikatos-prieziura/mityba-ir-fizinis-aktyvumas/Sveikos_ir_tvarios_mitybos_rekomedacijos3.pdf
2. Bartkevičiūtė, R., Barzda, A., & Miliauskė, R. (2017). Daržovių vartojimo skatinimo rekomendacijos. Sveikatos mokymų ir ligų prevencijos centras. Vilnius. Prieiga per internetą: http://www.smlpc.lt/media/image/Naujienoms/2017%20metai/Mityba%20ir%20fizinis%20aktyvumas/_REKOM_VSBams_Darzoviu_vart_skat.pdf
3. Bernstein, M., & Munoz, N. (2012). Position of the Academy of Nutrition and Dietetics: food and nutrition for older adults: promoting health and wellness. *Journal of the Academy of Nutrition and Dietetics*, 112(8), 1255-1277. Prieiga per internetą: <https://www.jandonline.org/action/showPdf?pii=S2212-2672%2812%2900749-6>
4. Kaur, D., Rasane, P., Singh, J., Kaur, S., Kumar, V., Mahato, D. K., ... & Kumar, S. (2019). Nutritional interventions for elderly and considerations for the development of geriatric foods. *Current aging science*, 12(1), 15-27. Prieiga per internetą: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC6971894/>
5. Lietuvos oficialiosios statistikos portalas, (2020). Lietuvos gyventojai. Gyventojų skaičius ir sudėtis. Prieiga per internetą: <https://osp.stat.gov.lt/lietuvos-gyventojai-2020/salies-gyventojai/gyventoju-skaicius-ir-sudetis>.
6. Lietuvos Respublikos sveikatos apsaugos ministerija, (2022). Lietuvos gyventojų mitybos būklė. Prieiga per internetą: <https://sam.lrv.lt/lt/veiklos-sritys/visuomenes-sveikatos-prieziura/mityba-ir-fizinis-aktyvumas-2/mitybos-prieziura/lietuvos-gyventoju-mitybos-bukle>

GELIŲ SU PAPERASTOJO PUTINO (*VIBURNUM OPULUS L.*) UOGŲ EKSTRAKTU KOKYBĖS VERTINIMAS

Aušrinė Tališauskaitė

Farmakotechnikos studijų programa

Kauno kolegija

Darbo vadovė – Kristina Perminaitė

Įvadas

Temos aktualumas. Liaudies medicinoje naudojami augalai ir iš jų pagamintos žaliavos. Tikslinga panaudoti augalinius ekstraktus farmacinių formų gamybai. Vaistinėse galima rasti įvairių vaistinių formų su augaliniiais ekstraktais. Paprastas putinas liaudies medicinoje nuo seno taikomas kraujavimo slopinimui, mėnesinių skausmų malšinimui ir kt. Naujais tyrimais rodo, kad paprastojo putino uogose yra gausu biologiškai aktyvių komponentų, kurie pasižymi antioksidaciniu, antimikrobiniu poveikiu, gimdą atpalaiduojančiomis ir antispazminėmis savybėmis (Wójcik-Bojek, U., Rywaniak. 2021). Pritaikius modernius gamybos procesus, augalinius ekstraktus galima įterpti į farmacines formas, skirtas vartoti išoriškai, pvz., aknės gydymui (Olisova, O. Y. P 2018).

Tyrimo problema – kaip įvertinti sumodeliuotų gelių su paprastojo putino (*Viburnum Opulus L.*) uogų ekstraktu kokybę?

Tyrimo objektas – sumodeliuotų gelių su paprastojo putino (*Viburnum Opulus L.*) uogų ekstraktu kokybės vertinimas.

Tyrimo tikslas – įvertinti sumodeliuotų gelių su paprastojo putino (*Viburnum Opulus L.*) uogų ekstraktu kokybę.

Tyrimo uždaviniai:

1. Apžvelgti *Viburnum opulus L.* uogų biologiškai aktyvias medžiagas, panaudojimą medicinoje.
2. Aprašyti pusiau kietų vaistų formų gamybos procesus ir kokybės vertinimą.
3. Nustatyti pagamintų paprastojo putino (*Viburnum opulus L.*) uogų ekstraktų, naudojant skirtingus tirpiklius, bendrą fenolinių junginių kiekį.
4. Atlikti pagaminto gelio su paprastojo putino (*Viburnum opulus L.*) uogų ekstraktu kokybės vertinimą.

Reikšminiai žodžiai: ekstraktas, fenoliniai junginiai geliai, poloksameras 407.

Metodologija

1. Baigiamojo darbo teoriniams tyrimo uždaviniams atskleisti ir pagrįsti empirinį eksperimentinio tyrimo uždavinį atlikta mokslinės literatūros analizė. Tyrimo metu renkama informacija, susijusi su paprastojo putino (*Viburnum opulus L.*) uogų biologiškai aktyviais komponentais ir panaudojimu medicinoje, pusiau kietomis vaisto formomis, jų gamybos technologijomis, kokybės vertinimu.

2. Empirinei analizei atliktas tyrimas, kurio tikslas – nustatyti pagamintų paprastojo putino uogų ekstraktų bendrą fenolinių junginių kiekį, fizikochemines savybes, įvertinti sumodeliuotų ir pagamintų gelių kokybę.

3. Gauti duomenys apdoroti „Microsoft Office Excel 2016“ kompiuterine programa, rezultatai palyginti ir pateikti paveiksluose.

Rezultatai

Gauti paprastojo putino uogų ekstraktai raudoni, nemalonus kvapo. Ekstraktų pH rūgštinis, mažesnis nei 7. Mažiausias pH uogų užpilo (3,43), didžiausias – etanolinio ekstrakto (4,36). Vandeninis ekstraktas laidžiausias elektros srovei (1181,46 $\mu\text{S}/\text{cm}$), mažiausias elektrinis laidumas nustatytas etanoliniame ekstrakto (192,25 $\mu\text{S}/\text{cm}$). Fenolinių junginių kiekio įvairumas paprastojo putino (*Viburnum opulus L.*) uogų ekstraktuose apskaičiuotas miligramais galo rūgšties ekvivalentui 1g žaliavos). Didžiausias fenolinių junginių kiekis nustatytas etanoliniame ekstrakto (96mg GAE 1g žaliavos), paprastojo putino (*Viburnum opulus L.*) užpile – (5mg GAE 1g žaliavos). Mažiausias fenolinių junginių kiekis nustatytas vandeniniame ekstrakto (3,4mg GAE 1g žaliavos). Sumodeliuoti 9 skirtingos sudėties, skirtingos poloksamero 407 koncentracijos geliai. Pagamintų gelių kvapas malonus, šviesiai geltonos, rusvos spalvos, malonios tekstūros, lengvai tepamas, užtepus jaučiamas lipnumas. Gelių pH yra rūgštinis. Mažiausias pH yra 18 % poloksamero koncentracijos gelio su užpilu (4). Didžiausias pH 25 % poloksamero koncentracijos gelio su etanoliniu ekstraktu (4,7). Geliai yra laidūs elektros srovei. Geriausiai elektros srovę praleidžia 18 % poloksamero koncentracijos gelis su užpilu (183,69 $\mu\text{S}/\text{cm}$). Mažiausiai elektros srovę praleidžia 25 % poloksamero koncentracijos gelis su vandeniniu ekstraktu (64,7 $\mu\text{S}/\text{cm}$).

Išvados

1. Paprastojo putino (*Viburnum opulus L.*) uogose aptinkama fenolinių junginių, vitamino C, eterinių aliejų, saponinų ir maistinių skaidulų.
2. Pusiau kietų formų vaistų formų gamybos procesai nėra sudėtingi, tačiau itin svarbus yra pagamintų formų kokybės vertinimas.
3. Eksperimentinio tyrimo metu gautuose paprastojo putino uogų ekstraktuose nustatyta, kad daugiausia fenolinių junginių yra etanoliniame ekstrakto ir užpile. Fizikocheminių savybių

tyrimai parodė, kad ekstraktai yra laidūs elektros srovei ir mažos pH.

4. Tyrimui pagaminti 9 skirtingų sudėčių geliai. Gelių juslinės savybės yra iš dalies teigiamos. Atlikus pH matavimus, nustatyta, kad geliai yra tinkami naudoti išoriškai.

Literatūra

1. Wójcik-Bojek, U., Rywaniak, J., Bernat, P., Podsedek, A., Kajszcak, D., & Sadowska, B.

(2021). An in vitro study of the effect of *Viburnum opulus* extracts on key processes in the development of Staphylococcal infections. *Molecules*, 26(6), 1758.

2. Olisova, O. Y., Snarskaya, E. S., Gladko, V. V., & Burova, E. P. (2018). Russian traditional medicine in dermatology. *Clinics in dermatology*, 36(3), 325-337.

FARMACIJOS SPECIALISTŲ, DIRBANČIŲ VISUOMENĖS VAISTINĖJE, PERDEGIMO SINDROMAS COVID-19 PANDEMIJOS METU

Justė Tarvydaitė

Farmakotechnikos studijų programa

Kauno kolegija

Darbo vadovas – Aurimas Galkontas

Įvadas

Perdegimas yra daugialypis sindromas, dažnai pastebimas tarp paslaugų ar kitų pagalbinių profesijų, kuris tapo vis didėjančio susidomėjimo tema (Gonzalez ir Brunetti, 2021). Perdegimo sindromas paprastai vystosi lėtai, jį sukelia įvairūs veiksniai ir beveik niekada nenustatomas ankstyvosiose stadijose (Corsino de Paiva, 2017). Pasaulinės COVID-19 pandemijos atsiradimas dar labiau padidino visų sveikatos priežiūros specialistų stresą bei įtampą darbe, kurie susiduria su ilgesnėmis darbo valandomis, kuriems prireikia didesnio kantrumo su pacientais, kuriems sunku subalansuoti naują karantino režimą namuose bei valdyti virtualaus mokymosi iššūkius (Roux, 2020). COVID-19 pandemijos metu tiesioginis didelio streso poveikis padidino ilgalaikių pasekmių, tokių kaip potrauminis stresas, depresijos simptomai ar profesinis perdegimas, kuris turi pasekmių ne tik specialistui, bet ir visiems aplinkiniams (Orrū ir kt., 2021).

Problema – koks farmacijos specialistų, dirbančių visuomenės vaistinėje, patiriamas perdegimo sindromas COVID -19 pandemijos metu?

Objektas – farmacijos specialistų, dirbančių visuomenės vaistinėje, perdegimo sindromas COVID-19 pandemijos metu

Tikslas – įvertinti farmacijos specialistų, dirbančių visuomenės vaistinėje, perdegimo sindromą COVID-19 pandemijos metu X mieste ir Y rajone.

Uždaviniai:

1. Apibrėžti perdegimo sindromo sampratą, simptomus bei perdegimo sindromą lemiančius veiksnius.
2. Nustatyti perdegimo sindromo paplitimą tarp farmacijos specialistų, dirbančių visuomenės vaistinėje.
3. Palyginti perdegimo sindromo paplitimą tarp farmacijos specialistų, dirbančių visuomenės vaistinėje X mieste ir Y rajone.

Reikšminiai žodžiai: COVID – 19, farmacijos specialistas, perdegimo sindromas, visuomenės vaistinė.

Metodologija

Tyrimo taikyta kiekybinė tyrimo strategija. Duomenų rinkimo metodas – internetinė ir anketinė apklausa; Empirinio tyrimo metodas – anoniminė anketinė apklausa, kurios tikslas – palyginti farmacijos specialistų perdegimo sindromą X mieste ir Y rajone. Iš 166 anketų X mieste buvo atsakyta 158 anketos, iš

45 anketų Y rajone buvo atsakyta 40. Tyrime iš viso dalyvavo 203 farmacijos specialistai.

Rezultatai

Remiantis gautais tyrimo rezultatais, didžioji dalis farmacijos specialistų yra patyrę stresą. Farmacijos specialistų susidūrimas su stresinėmis situacijomis yra panašus, kadangi trečdalis respondentų X mieste (32 %) ir labai panaši dalis Y rajone (36 %) 1-2 kartus per savaitę susiduria su stresinėmis situacijomis. Taip pat trečdalis respondentų X mieste (32 %), o Y rajone (36 %), su stresinėmis situacijomis susiduria 3-4 kartus per savaitę. Pagal gautus rezultatus galima teigti, kad X mieste ir Y rajone patiriamas stresas ir įtampa farmacijos specialisto darbe pagal dažnumą, yra labai panašūs. Farmacijos specialistai labiausiai pritarė teiginiui, kad grįžta iš darbo emociškai išsekę (X mieste 3,5 ir Y rajone 3,2 (5 balų skalėje). Taip pat respondentai X mieste (3,4) ir Y rajone (2,9) dažnai jaučiasi pavargę, o ne energingi, net ir tada, kai pakankamai išsimiega. Didžiausia dalis respondentų yra nepatenkinti savo darbe reikliais vaistinės klientais X mieste (68 %), Y rajone (59 %) respondentų. Pagal pateiktus farmacijos specialistų atsakymų dažnius, vidurkius, galima pastebėti, kad COVID-19 pandemijos laikotarpiu X miesto ir Y rajono farmacijos specialistai dažniau patiria streso simptomus, o rečiau patiria perdegimo sindromo simptomus.

Išvados

1. Perdegimas yra ilgalaikė reakcija į lėtinius emocinius ir tarpasmeninius streso veiksnius darbe. Tai sukelia lėtinis stresas darbo aplinkoje, kuris lemia emocinį išsekimą, depersonalizaciją, asmeninių pasiekimų trūkumą. Šis sindromas atsiranda asmenims, kurie dirba kartu su kitais žmonėmis, esant darbo perkrovai ir asmeniniams konfliktams.
2. Tyrimo metu nustatyta, kad farmacijos specialistai perdegimo sindromo nepatiria, tačiau beveik visi respondentia, dirbantys visuomenės vaistinėje, COVID-19 pandemijos metu patiria stresą.
3. Atlikto tyrimo rezultatai atskleidė, jog X miesto ir Y rajono visuomenės vaistinėje dirbantys farmacijos specialistai nepatiria perdegimo sindromo, tačiau daugiau nei pusė X miesto farmacijos specialistų patiria stresą, ir tai yra daugiau už Y rajone dirbančių farmacijos specialistų patiriamo streso dažnį. Y rajone

farmacijos specialistai dažniau susiduria su stresinėmis situacijomis nei X mieste. Atsižvelgiant į gautus rezultatus, galima teigti, jog dažnai patiriamas stresas ir įtampa farmacijos specialisto darbe gali lemti perdegimo sindromo atsiradimą pandemijos metu.

Literatūra

1. Gonzalez, J., & Brunetti, L. (2021). Assessment of burnout among postgraduate pharmacy residents: A pilot study. *Currents in Pharmacy Teaching and Learning*, 13(1), 42-48.
2. de Paiva, L. C., Canário, A. C. G., de Paiva China, E. L. C., & Gonçalves, A. K. (2017). Burnout syndrome in health-care professionals in a university hospital. *Clinics*, 72, 305-309.
3. Roux, N., & Benita, T. (2020). Best practices for burnout self-care. *Nursing Management*, 51(10), 30-35.
4. Orrù, G., Marzetti, F., Conversano, C., Vaghegini, G., Miccoli, M., Ciacchini, R., ... & Gemignani, A. (2021). Secondary traumatic stress and burnout in healthcare workers during COVID-19 outbreak. *International journal of environmental research and public health*, 18(1), 337.
5. Durham, M. E., Bush, P. W., & Ball, A. M. (2018). Evidence of burnout in health-system pharmacists. *American Journal of Health-System Pharmacy*, 75(23_Supplement_4), S93-S100.

MAISTO ALERGENŲ IR MAISTO NETOLERAVIMO DIAGNOSTIKA X LABORATORIJOJE

Aistė Tomkevičiūtė

Biomedicinos diagnostikos studijų programa

Kauno kolegija

Darbo vadovė – Evelina Bredelytė-Gruodienė

Išvadas

Maisto alergijos ir netoleravimo diagnostikos metodu pažanga leidžia sužinoti paciento jautrumo alergenams profilį, numatyti galimą maisto pakenkimo riziką ir kiekvienam pacientui paskirti tinkamą dietą ar gydymo būdą (Escarrer-Jaume ir kt., 2021). Maiste esantiems alergenams patekus į organizmą, alerginė reakcija pasireiškia greitai – po pirmų minučių suvartojus produktą iki dviejų valandų, kol pasiekiamas žarnynas. Alerginės reakcijos simptomai gali pasireikšti odoje, kvėpavimo takuose ir virškinamajame trakte (Tuck, Biesiekierski, Schmid-Grendelmeier ir Pohl, 2019). Manoma, kad maisto alergiją turi iki 10 proc. visų pasaulio gyventojų (Zarif, 2020). Tuo tarpu maisto netoleravimas pasireiškia 15–20 proc. visos žmonijos populiacijos (Tuck ir kt., 2019). De Martinis, Sirufo, Suppa, ir Ginaldi (2020) pažymi, jog neretai tas pats maistas pacientui gali sukelti tiek maisto netoleravimą, tiek ir alergiją, todėl diagnozuoti šiuos organizmo sutrikimus tampa sunku.

Tyrimo problema – kokia maisto alergenų ir maisto netoleravimo diagnostika X laboratorijoje?

Tyrimo tikslas – nustatyti maisto alergenų ir maisto netoleravimo diagnostiką X laboratorijoje.

Tyrimo uždaviniai:

1. Aprašyti maisto alergenų ir maisto netoleravimo atvejų diagnostiką.
2. Išskirti, kokie maisto produktai dažniausiai sukelia maisto alergijas X laboratorijos duomenimis.
3. Išskirti, kokie maisto produktai dažniausiai sukelia maisto netoleravimą X laboratorijos duomenimis.

Reikšminiai žodžiai: alergenai, antikūnai, diagnostika, maisto alergija, maisto netoleravimas.

Metodologija

Teorinėje tyrimo dalyje buvo atlikta literatūros analizė. Empirinėje tyrimo dalyje panaudotas kiekybinis tyrimo metodas, statistinė aprašomoji duomenų analizė, kurios metu buvo skaičiuojamas pacientų pasiskirstymas procentais tarp maisto produktų, sukeliančių maisto alergiją ir netoleravimą. Per 2019–2021 metus X laboratorijoje iš viso buvo atlikta 186 maisto alergijos ir 188 maisto netoleravimo tyrimai vyrams ir moterims, kurių amžius svyravo nuo 0 iki 85 metų. Suaugę pacientai dažniau tyrėsi maisto netoleravimą, o vaikai - maisto alergijas.

Rezultatai

Susisteminius maisto alergijos tyrimų rezultatus, iš 186 maisto alergijos palečių tyrimų 92 (49,5 proc.) pacientams nebuvo nustatyta alergija jokiam produktui. Likusiems pacientams dažniausiai alergiją sukeliantys produktai patenka į „didžiojam aštuonetui“ priskiriamų alergenų grupę (karvių pienas (27 proc.), vištų kiaušiniai (23 proc.), medžių riešutai (23 proc.), glitimo turintys grūdai (20 proc.). Taip pat pacientai buvo linkę turėti maisto alergiją daržovėms ir vaisiams (pavyzdžiui, persikams (22 proc.), obuoliams (15 proc.), bulvėms (16 proc.), ryžiams (16 proc.) bei sezamams (12 proc.). Rečiau pasitaikantys maisto produktai, kaip maisto alergenai, yra česnakai (2 proc.), įvairių rūšių mėsa, tunai (po 1 proc.). Iš visų 188 surinktų maisto netoleravimo atsakymų tik 14 (7,4 proc.) pacientų nebuvo nustatytas maisto netoleravimas. Likę 174 (92,6 proc.) pacientai, turėję netoleravimą, pasiskirstė procentais taip: karvių pienas (69 proc.), vištų kiaušiniai (72 proc.), glitimo turintys grūdai (49 proc.), žemės riešutai (15 proc.), medžių riešutai (49 proc.), žuvis (24 proc.), jūrų gėrybės (19 proc.), sojų pupelės (12 proc.).

Išvados

1. Pagrindiniai maisto alergenai: karvių pienas, vištų kiaušiniai, glitimo turintys grūdai, žemės riešutai, medžių riešutai, žuvis, jūros gėrybės ir sojos. Maisto netoleravimą dažnai sukelia padidėjęs žarnyno pralaidumas, įvairios cheminės medžiagos maiste. Maisto alergijos ir netoleravimo diagnostikai naudojami šie metodai: odos dūrio mėginys, odos lopo mėginys, bazofilų aktyvacijos testas, putliųjų ląstelių aktyvacijos testas, provokacinis peroralinis mėginys, sIgE ir sIgG kiekis kraujo serume bei histamino tyrimas.
2. Dažniausiai maisto alergiją sukeliantys produktai, X laboratorijos duomenimis, yra moliuskų ir vėžiagyvių mišinys, karvių pienas, vištų kiaušiniai ir medžių riešutai.
3. Dažniausiai maisto netoleravimą sukeliantys maisto produktai, X laboratorijos duomenimis, yra vištų kiaušiniai, karvių pienas, glitimo turintys grūdai ir medžių riešutai.

Literatūra

1. De Martinis, M., Sirufo, M. M., Suppa, M., & Ginaldi, L. (2020). New Perspectives in Food Allergy. *International journal of molecular*

- sciences, 21(4), 1474. doi: 10.3390/ijms21041474.
2. Escarrer-Jaume, M., Juliá-Benito, J. C., Quevedo-Teruel, S., Del Prado, A. P., Sandoval-Ruballos, M., Quesada-Sequeira, F., & Álvaro-Lozano, M. (2021). Changes in epidemiology and clinical practice in IgE-mediated Allergy in children. *Anales de pediatría*, 95(1), 56.e1–56.e8. doi: 10.1016/j.anpede.2021.04.002.20.
 3. Tuck, C. J., Biesiekierski, J. R., Schmid-Grendelmeier, P., & Pohl, D. (2019). Food intolerances. *Nutrients*, 11(7), 1684. doi: 10.3390/nu11071684.
 4. Zarif A. (2020). Advances in Food Allergy Treatment. *The Yale journal of biology and medicine*, 93(5), 749–758 [žiūrėta 2022-02-28]. Prieiga per duomenų bazę PubMed: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/33380936/>.

FARMACINĖS PASLAUGOS POREIKIS, FORMUOJANT GYVENTOJŲ POŽIŪRĮ Į STRESO VALDYMĄ

Gabrielė Tukytė

Farmakotechnikos studijų programa

Kauno kolegija

Darbo vadovė – Romualda Gaurylienė

Įvadas

Stresas yra normalus atsakas į neigiamus kasdienio gyvenimo iššūkius, kuris veikia visas organizmo sistemas, sukeldamas nuolatinio fiziologinio susijaudinimo būseną. Nerimas ir depresija yra labiausiai paplitusios su stresu susijusios psichikos ligos, kurios sutrikdo normalią fiziologinę organizmo pusiausvyrą (Ghazizadeh ir kt., 2020). Kiekvienais metais daugiau nei pusė milijardo žmonių pasaulyje kenčia nuo su stresu susijusių sveikatos sutrikimų (Ayash ir kt., 2020). Pasak Perez ir kt. (2019) Stresas gali turėti įtakos fizinei, psichologinei ir emocinei būsenai. Ilgalaikis jo poveikis gali kelti pavojų sveikatai, pavyzdžiui, didina riziką susirgti širdies ir kraujagyslių sistemos ligomis, atsirasti depresijai, nerimui, nuovargiui, užmaršumui, taip pat esant stresui gali būti padidėjęs alkoholio ir kitų vaistų vartojimas bei kilti minčių apie savižudybę. Taigi streso valdymas yra būtinas žmogaus gerovei. Populiarejant savigydybai, didėjant parduodamų nereceptinių vaistų kiekiui, farmacijos specialistas dažniausiai yra vienintelis sveikatos priežiūros specialistas, su kuriuo konsultuojasi pacientas, išsilygijantis nereceptinius vaistinius preparatus. Jie gali būti naudingi gyventojų sveikatai, tačiau taip pat gali sukelti žalą, todėl farmacijos specialistai yra svarbūs konsultuojant gyventojus apie saugų nereceptinių vaistinių preparatų vartojimą (Daukšienė, Jonaitienė, Babonienė, 2017).

Tyrimo problema – koks farmacinės paslaugos poreikis, formuojant gyventojų požiūrį į streso valdymą?

Tyrimo objektas – farmacinės paslaugos poreikis, formuojant gyventojų požiūrį į streso valdymą.

Tyrimo tikslas – atskleisti farmacinės paslaugos poreikį, formuojant gyventojų požiūrį į streso valdymą.

Tyrimo uždaviniai:

1. Apibūdinti streso atsiradimo priežastis, simptomus.
2. Aprašyti naudojamas streso valdymo priemones.
3. Nustatyti farmacinės paslaugos poreikį, formuojant gyventojų požiūrį į streso valdymą.

Reikšminiai žodžiai: farmacinė paslauga, stresas, streso valdymo būdai.

Metodologija

Tyrimui atlikti taikytas literatūros analizės metodas, apžvelgiant mokslinę literatūrą apie stresą, farmacinės paslaugos poreikį, streso valdymo priemones. Pasirinkta kiekybinė tyrimo strategija,

naudotas duomenų rinkimo metodas, įrankis – anoniminė anketa, apklausiant Ventos miesto gyventojus. Duomenų analizė atlikta aprašomosios statistikos metodu. Tyrimo metu iš viso buvo išdalinta 340 anketų. Tyrimo rezultatams analizuoti buvo tinkamos 328 anketos.

Rezultatai

Tyrimo duomenimis, iš visų apklaustųjų tik 4 proc. streso nepatyrė niekada, o visi kiti nors kartą per metus yra patyrę stresą. Trečdalis respondentų pažymėjo, kad dažniausia streso priežastis yra mylimo žmogaus netektis, penktadalis pasirinko, jog ligos, stresas darbo aplinkoje. Dažniausiai pasireiškę streso simptomai buvo nuovargis, galvos skausmas, nerimas, nesugebėjimas susidoroti su užduotimi. Apklausos rezultatai parodė, kad žmonės, patyrę stresą, daugiausiai vartojo augalinės kilmės vaistinius preparatus, maisto papildus, vitaminus, homeopatinčius vaistus, o tik nedidelė dalis vartojo sintetinius vaistinius preparatus, kuriuos išrašė gydytojas. Nemedikamentines streso mažinimo priemones, kurias naudojo respondentai – buvimas gamtoje (20 proc.), muzikos klausymasis (17 proc.), aplinkos sukūrimas, kuri skatina ramybę (15 proc.). Beveik trečdalis apklaustųjų kreipėsi į farmacijos specialistą dėl vaistinių preparatų streso mažinimui. Apklausos metu respondentai nurodė, kaip dažnai farmacijos specialistas pataria, kaip vartoti vaistinius preparatus streso mažinimui. Daugiau nei trečdalis apklaustųjų pažymėjo, kad visada, trečdalis, jog dažnai, šeštadalis pažymėjo kartais, beveik dešimtadalis – retai ir maža dalis – niekada. Dažniausiai farmacijos specialistas, išduodamas preparatus streso mažinimui, pasakė, kaip ir kada reikia vartoti preparatus, rečiausiai, koks yra šalutinis vaisto poveikis.

Išvados

1. Pagrindinės streso atsiradimo priežastys yra ligos, aplinkos sąlygos, nedarbas, mylimo žmogaus mirtis, skyrybos. Dažniausiai pasireiškę streso simptomai yra nuovargis, padažnęję galvos skausmai, nerimas ir nesugebėjimas susidoroti su užduotimi.
2. Nemedikamentinės streso mažinimo priemonės: sveika mityba, fizinis aktyvumas, psichologinės terapijos, diafragminis kvėpavimas. Medikamentinės streso mažinimo priemonės: augalinės kilmės vaistiniai preparatai,

homeopatiniai vaistai, B grupės vitaminai, kuriuos gali pasiūlyti farmacijos specialistas.

3. Suteikdamas farmacinę paslaugą, farmacijos specialistas informuoja apie tinkamą vaistų vartojimą streso mažinimui.

Literatūra

1. Ayash, S., Schmitt, U., Lyons, D. M., & Müller, M. B. (2020). Stress inoculation in mice induces global resilience. *Translational Psychiatry*, 10(1), 200.
2. Daukšienė, J., Jonaitienė, L., & Babonienė, E. (2017). Farmacijos specialistų konsultacijų turinys išduodant nereceptinius vaistus. *Kaunas: Visuomenės sveikata*, 27(6), 56-60.
3. Ghazizadeh, J., Hamedeyazdan, S., Torbati, M., Farajdokht, F., Fakhari, A., Mahmoudi, J., ... & Sadigh-Eteghad, S. (2020). Melissa officinalis L. hydro-alcoholic extract inhibits anxiety and depression through prevention of central oxidative stress and apoptosis. *Experimental physiology*, 105(4), 707-720.
4. Perez, M. A., Santos, A. A., Cisneros, R., & Tongson-Fernandez, M. (2019). Stress, Stressors, and Academic Performance among Asian Students in Central California. *American Journal of Health Studies*, 34(1), 29–36.

MITYBOS NEPAKANKAMUMO NUSTATYMAS, ĮVERTINIMAS IR PROBLEMAS SPRENDIMAS SVEIKATAI PALANKIOS MITYBOS PAGALBA

Sandra Vaskelė

Dietetikos studijų programa

Kauno kolegija

Darbo vadovė – dr. Rūta Petereit

Įvadas

„Mitybos nepakankamumas – sveikatos būklė su tam tikrais simptomais, atsiradusiais dėl netinkamo ar nevisaverčio maitinimosi, maistinių medžiagų disbalanso, baltymų ir energijos stokos" (Gečionienė ir kt., 2020, p. 3). Esant mitybos nepakankamumui, pasikeičia ir kūno kompozicija, ir kūno ląstelių masė, o tai turi įtakos tiek fiziniams, tiek psichiniams asmens funkcijoms (Cederholm ir kt., 2017). Netinkama mityba yra paplitusi tarp jaunų suaugusių žmonių, o pagrindinės tokios mitybos priežastys yra nepakankamas suvartojamo maisto kiekis ir netinkami mitybos įpročiai (Bede ir kt., 2020).

Tyrimo problema – koks maitinimosi pagal sveikatai palankios mitybos planą poveikis mitybos nepakankamumą turinčių žmonių svoriui, kūno masės indeksui ir kūno kompozicijai.

Tyrimo tikslas – atskleisti maitinimosi pagal sveikatai palankios mitybos planą poveikį mitybos nepakankamumą turinčių žmonių svoriui, kūno masės indeksui ir kūno kompozicijai.

Uždaviniai:

1. Nustatyti maitinimosi pagal sveikatai palankios mitybos planą poveikį mitybos nepakankamumą turinčių žmonių svoriui ir kūno masės indeksui.

2. Įvertinti mitybos nepakankamumą turinčių žmonių kūno kompozicijos pokyčius maitinantis pagal sveikatai palankios mitybos planą.

Reikšminiai žodžiai: nepakankama mityba, mažas svoris, kūno masės indeksas, mitybos įpročiai.

Metodologija

Taikyta kiekybinė tyrimo strategija, vykdytas eksperimentinis diagnostinis tyrimas. Naudotas duomenų rinkimo metodas – diagnostinė apžiūra, duomenų analizės metodas – aprašomoji statistika (dažnių ir vidurkių skaičiavimas). Tyrime dalyvavo 10 tiriamųjų, kurių KMI tyrimo pradžioje buvo $\leq 18,5$ kg/m². Savanoriai pagal sudarytą mitybos planą maitinosi 4 mėn. Antropometriniai tiriamųjų duomenys rinkti tris kartus: tyrimo pradžioje, įpusėjus tyrimui, tyrimo pabaigoje. Tiriamųjų vertinimui naudotas kūno kompozicijos analizatorius Tanita DC-360 S.

Rezultatai

Besimaitinančių pagal sudarytą mitybos planą tiriamųjų KMI vidutiniškai padidėjo 0,97 kg/m², mažiausiai KMI didėjo 0,3 kg/m², didžiausias KMI pokytis – 2,2 kg/m². Vidutiniškai per tyrimo

laikotarpį tiriamieji priaugo 2,72 kg (daugiausiai priaugta 6,5 kg, mažiausiai – 900 g). Tyrimo pabaigoje tiriamųjų riebalų masės vidurkis buvo $8,13 \pm 4,37$ kg (pradžioje $7,56 \pm 4,15$ kg). Vidutiniškai tiriamieji priaugo 1,87 kg raumenų, maksimaliai priaugta raumenų masė 4,7 kg, mažiausiai – 300 g. Vidutinė kaulų masė tyrimo pradžioje buvo $2,06 \pm 0,21$ kg., o tyrimo pabaigoje – $2,12 \pm 0,23$ kg, pusei tiriamųjų kaulų masė padidėjo. Visų tyrimo dalyvių metabolinis amžius tiek tyrimo pradžioje, tiek pabaigoje buvo mažesnis nei tikrasis amžius. Visceralinių kūno riebalų pokyčių per tyrimo laikotarpį neužfiksuota. Tiriamųjų fazės kampas tyrimo laikotarpiu taip pat keitėsi, tačiau ne visiems tyrimo dalyviams fazės kampas didėjo. Dviem tyrimo dalyviams fazės kampas tyrimo laikotarpiu sumažėjo.

Išvados

1. Maitinantis pagal sveikatai palankios mitybos planą, mitybos nepakankamumą turintiems tiriamiesiems tyrimo pabaigoje nustatytas svorio ir kūno masės indekso padidėjimas.
2. Maitinantis pagal sveikatai palankios mitybos planą, mitybos nepakankamumą turintiems tiriamiesiems tyrimo pabaigoje nustatytas raumenų masės padidėjimas, pusei tiriamųjų – kaulinės masės padidėjimas, visceralinių kūno riebalų pokyčių tyrimo laikotarpiu neužfiksuota.

Literatūra

1. Bede F., Cumber, S. N., Nkfusai, C. N., Venyuy, M. A., Ijang, Y. P., Wepngong, E. N., Nguti Kien, A.T. (2020). Dietary habits and nutritional status of medical school students: the case of three state universities in Cameroon. *Pan Afr Med J.* 2020 Jan. <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/32341736/>
2. Cederholm, T., Barazzoni, R., Austin, P., Ballmer, P., Biolo, G., Bischoff, S. C., Compher, C., Correia, I., Higashiguchi, T., Holst, M., Jensen, G. L., Malone, A., Muscaritoli, M., Nyulasi, I., Pirlich, M., Rothenberg, E., Schindler, K., Schneider, S. M., de van der Schueren, M. A., Sieber, C., Valentini, L., Yu, J.C., Van Gossum, A., Singer, P. (2017). ESPEN guidelines on definitions and terminology of clinical nutrition. *Clin Nutr.* 2017 Feb; 36(1):49-64. <http://doi:10.1016/j.clnu.2016.09.004>
3. Gečionienė, A., Gavelienė, E., Petereit, R. (2020). Mitybos terapija aktyviuoju priešvėžinio gydymo metu. Leidinys skirtas gydytojams,

Daina Vieraitytė

Kosmetologijos studijų programa

Kauno kolegija

Darbo vadovė – Kristina Bružė

Įvadas

„Eurostat“ statistikos duomenų bazės duomenimis (2021), populiacijų amžius tiek visoje Europoje, tiek Lietuvoje, skaičiuojant 2019–2100 metus, augs vidutiniškai nuo 84 iki 93 metų amžiaus. Pasak Rothermund ir kt. (2021), išvaizdos senėjimas gali sukelti nepasitikėjimą savimi, motyvacijos trūkumą, atsiribojimą nuo socialinių veiklų. Odos struktūrų atsinaujinimo ir funkciniai sutrikimai, kuriuos paveikia bėgantis laikas ir amžius, vadinamas chronologiniu senėjimu, o šių procesų skatinimas, esant padidėjusiai saulės ultravioletinių spindulių radiacijai, vadinamas fotosenėjimu (Rittié, Fisher, 2015). Kosmetologas, taikydamas senėjimo korekcijos programą, turi įvertinti visus senėjimą lemiančius veiksnius, galinčius mažinti kosmetinių procedūrų plano efektą pvz., netinkama mityba, per mažas fizinis aktyvumas, negebėjimas valdyti streso, netinkamų išorinių kosmetinių priemonių naudojimas ir pan.

Problema – kokia moterų nuomonė apie odos senėjimą ir prevencijos priemones?

Tikslas – atskleisti moterų nuomonę apie odos senėjimą ir prevencijos priemones.

Uždaviniai:

1. Aprašyti pagrindines odos senėjimo apraiškas ir jų fiziologines priežastis;
2. Išskirti pagrindinius odos senėjimo prevencijos būdus;
3. Atskleisti moterų nuomonę apie senėjimą ir dažniausiai taikomas prevencijos priemones.

Reikšminiai žodžiai: odos priežiūra, odos senėjimas, senėjimo prevencija.

Metodologija

Atlikta mokslinės ir profesinės literatūros analizė. Pasirinkta kiekybinio tyrimo strategija, taikytas duomenų rinkimo metodas – anoniminė anketa iš 23 klausimų. Apklausa vykdyta balandžio 21 – gegužės 9 dienomis „Google Forms“ platformoje. Statistinė duomenų analizė atlikta naudojantis "Microsoft Excel 2016" programa. Tyrimo imtis – 128 30–65+ metų amžiaus respondentės .

Rezultatai

91,5 proc. dalyvavusių tyrime moterų priklausė šioms amžiaus grupėms: 35–45 (34,4 proc.), 45–55 (30,5

proc.) ir 30–35 (26,6 proc.) metų amžiaus. 73,5 proc. 30–35 metų amžiaus grupei priklausančių moterų pastebėjo odos raukšlėjimąsi, 44,1 proc. – kūno audinių suglebimą, kas būdinga antram fotosenėjimo tipui pagal R. G. Glogau. Stresas dėl savireguliacijos trūkumo (38,2 proc.) gali lemti priešlaikinių chronologinio senėjimo ženklų atsiradimą (Lancer, 2015). Respondentės senėjimo prevencijai dažniausiai taikė ne jauninamąsias, o atpalaiduojamąsias procedūras. Senėjimo procesas 71,4 proc. respondenčių pykčio nekėlė, 82,8 proc. respondenčių sutiko, kad gyvenimo pilnatvė priklauso nuo jų pačių.

Išvados

1. Pirmieji senėjimo požymiai pasireiškia ant odos raukšlių pavidalu, kurias sukelia odos struktūrų atsinaujinimo ir funkciniai sutrikimai.
2. Odos senėjimo prevencijai svarbi subalansuota mityba, fizinis aktyvumas, streso valdymas, tinkamų išorinių kosmetikos priemonių naudojimas.
3. Respondentės senėjimo prevencijai dažniausiai taikė ne jauninamąsias, o atpalaiduojamąsias procedūras. Senėjimo procesas didžiąjai daliai respondenčių pykčio nekėlė, jos teigė, kad gyvenimo pilnatvė priklauso nuo jų pačių.

Literatūra

1. Eurostat. 2021. Projected life expectancy by age (in completed years), sex and type of projection [žiūrėta 2022-03-05]. Prieiga per internetą: https://ec.europa.eu/eurostat/databrowser/view/roj_19nalexp/default/bar?lang=en
2. Lancer, H. 2015. Kaip išsaugoti jaunesnę odą. Revoliucingas skaisčios odos išsaugojimo metodas. Vertė: Milda Dyke. Vilnius: Sofoklis;
3. Rittié, L., Fisher, G. J. 2015. Natural and sun-induced aging of human skin. *Cold Spring Harb Perspect Med.*;5(1):a015370. doi: 10.1101/cshperspect.a015370;
4. Rothermund, K., Klusmann, V., Zacher, H. 2021. Age Discrimination in the Context of Motivation and Healthy Aging, *The Journals of Gerontology: Series B*, Vol 76, Issue Supplement 2, p. 167-180; doi.org/10.1093/geronb/gbab081.

MOTERŲ, PATYRUSIŲ TARPVIETĖS TRAUMAS, SEKSUALINĖ FUNKCIJA PO GIMDYMO: MOKSLINĖS LITERATŪROS ANALIZĖ

Agnė Viršilaitė, Silvija Skvernevičiūtė

Akušerijos studijų programa

Kauno kolegija

Darbo vadovė – Virginija Stankevičiūtė

Išvadas

Lietuvių kalba parašytų mokslinės literatūros šaltinių, kurie suteiktų informacijos moterims apie seksualinės funkcijos sutrikimą po gimdymo dėl patirtų tarpvietės traumų, yra labai mažai. Gimdymo metu tarpvietė plyšta dažnai. I ir II laipsnio tarpvietės plyšimų įvyksta 28–90 proc. visų gimdymų, o III ir IV laipsnio – 0,5–4 proc. Kiek yra atliktų epiziotomijų Lietuvoje, oficialių registro duomenų nėra, bet manoma, kad ši procedūra atliekama apie 50 proc. gimdyvių (LR SAM, 2019). Todėl išanalizuota mokslinė literatūra ir užsienyje atlikti tyrimai šia tema.

Tyrimo problema – seksualinis gyvenimas yra labai svarbus abiem partneriams, o seksualinės sveikatos pablogėjimas, patyrus tarpvietės traumas po gimdymo natūraliais takais ar atlikus epiziotomiją, daugeliui moterų kelia didelį susirūpinimą ir turi neigiamą įtaką jų bendro lytinio gyvenimo kokybei.

Tyrimo objektas – moterų, patyrusių tarpvietės traumas, seksualinė funkcija po gimdymo.

Tyrimo tikslas – teoriškai pagrįsti ryšį tarp tarpvietės plyšimo laipsnio, epiziotomijos ir seksualinės funkcijos, praėjus 3–12 mėnesių po gimdymo.

Tyrimo uždaviniai:

1. Atskleisti seksualinės funkcijos atsinaujinimo laikotarpį po tarpvietės plyšimo ir po atliktos epiziotomijos.
2. Atskleisti dispareunijos ryšį, siejantį moteris po tarpvietės plyšimo ir po atliktos epiziotomijos.
3. Atskleisti tarpvietės aukščio įtaką dispareunijos atsiradimui.

Reikšminiai žodžiai: dispareunija, epiziotomija, gimdymas, seksualinė funkcija, tarpvietės traumas.

Metodologija

Buvo atlikta mokslinių straipsnių paieška ir analizė duomenų bazėse PubMed Central, Google Scholar, EBSCO Publishing, Taylor & Francis apie ryšį, siejantį tarpvietės plyšimus, atliktas epiziotomijas ir seksualinę moterų funkciją. Darbe pateikiama 20 literatūros šaltinių apžvalga. Literatūros atrankos kriterijai buvo:

- moterų vertintos pagal tailandietišką seksualinio indekso skalę;
- dispareunijos patyrimas po gimdymo;
- lytinių santykių atnaujinimas po gimdymo metu patirtos traumos.

Rezultatai

Apibendrinus mokslinės literatūros analizę ir tyrimo rezultatus, galima teigti, jog gimdymo metu moterys neretai patiria tarpvietės traumas ir dispareuniją. Daugiau nei pusei moterų, praėjus 12 mėnesių po gimdymo, plyšus išangės sfinkteriui, turėjo dispareuniją, palyginti su ketvirtadaliu moterų, kurių tarpvietė gimdymo metu išliko sveika, įplyšo lytinės lūpos ar patyrė I laipsnio tarpvietės plyšimą. Jos turėjo daugiau seksualinių sveikatos problemų (Gommesen ir kt., 2019). Šioms moterims seksualinė funkcija atsinaujino lėčiau nei toms, kurioms buvo atlikta epiziotomija. Pagal kitų autorių atliktus tyrimus seksualinės funkcijos atsinaujinimo laikotarpis gali užsitęsti dėl naujagimio maitinimo krūtimi ir hormonų lygio svyravimo (Kim ir kt., 2000; Burri ir kt., 2009). Praėjus ilgesniam laikui dispareunijos simptomai mažėja (Titapant ir kt., 2015). Remiantis Gommesen ir kt., (2019) tyrimo rezultatais, galima teigti, kad moterys, kurių tarpvietė gimdymo metu išliko sveika, įplyšo lytinės lūpos ar turėjo I laipsnio plyšimą, mažiau pranešė apie patirtą dispareuniją (24,6 proc.), o tos, kurios turėjo III ar IV laipsnio tarpvietės plyšimą, pusei jų atsirado dispareunija (52,9 proc.). IV laipsnio tarpvietės plyšimas yra sunkiausias, kai plyšta tiesioji žarna, pailgėja ir pasunkėja tarpvietės žaizdų gijimas bei būna dažnos komplikacijos ir liekamieji reiškiniai (LR SAM, 2019). Moteris gali prarasti žarnyno judesių ir dujų kontrolę (World Health Organization, 2017; Goh ir kt., 2018). Kitų autorių atlikto tyrimo duomenimis, palyginus moteris, kurių tarpvietė gimdymo metu išliko sveika ir tas moteris, kurios patyrė II ar III laipsnio plyšimus, įtraukiant ir epiziotomijos atlikimą, praėjus 6 mėnesiams po gimdymo, daugiausiai iš jų patyrė dispareuniją (O'Malley ir kt., 2018). Dispareunija lemia ir kitas seksualines funkcijas, tokias kaip lytinį potraukį, gebėjimą patirti orgazmą, pasitenkinimą, susijaudinimą, makšties sudrėkinimą ir skausmą. Pagal moterų seksualinio indekso vertinimą (FSFI), moterys, kurios turėjo dispareuniją, po 3 mėnesių mažiausiais balais įvertino lytinį potraukį (3,0 balai) ir susijaudinimą (3,6 balai). Nežymus pagerėjimas yra po 6 mėnesių, jos nežymiai jautė skausmą (6,0 balai). Pasitenkinimą vertino didesniais balais, bet lytinio potraukio ir susijaudinimo vertinimai išliko mažiausi. Geriausiai seksualines funkcijas vertino praėjus 12 mėnesių po gimdymo. O moterys, neturėjusios dispareunijos, parodė geresnius

rezultatus po 3, 6 ir 12 mėnesių (Titapant ir kt., 2015). Tarpvietės aukštis lemia dispareunijos atsiradimo riziką. Kuo žemesnė yra tarpvietė, tuo didesnė tikimybė, kad gimdymo metu ji plyš, o plyšimas lems dispareunijos atsiradimą. Daugiau nei pusė moterų (61,5 proc.), kurių tarpvietės aukštis yra ≤ 2 cm, patyrė dispareuniją (Gommesen ir kt., 2019). Prieita prie išvados, kad moterį prižiūrintis sveikatos priežiūros specialistas turi įvertinti riziką tarpvietės traumoms prieš gimdymą, bandyti išvengti visų komplikacijų ir suteikti moteriai išsamią informaciją apie galimas tarpvietės traumas bei dispareuniją (Deering ir kt., 2004; Eid, 2011).

Išvados

1. Moterims seksualinės funkcijos atsinaujinimas po tarpvietės plyšimų trunka ilgiau negu po epiziotomijos atlikimo gimdymo metu. Seksualinė funkcija atsinaujina daug lėčiau esant didesniam tarpvietės plyšimo laipsniui ir jei moteris turi dispareuniją. Vėlesnę lytinių santykių pradžią sąlygoja sunkesnis tarpvietės žaizdų gijimas, galimos komplikacijos ir liekamieji reiškiniai po epiziotomijos.
2. Moksliniai tyrimai atskleidė, kad dispareunijos ryšys sieja moteris, patyrusias tarpvietės plyšimą ir epiziotomiją. Joms sumažėja lytinis potraukis, susijaudinimas, sutrinka makšties sudrėkinimas, patiria skausmą lytinio akto metu, o tai lemia mažesnę pasitenkinimą ir nesugebėjimą patirti orgazmo. Rizika dispareunijai atsirasti išlieka visoms moterims, nepriklausomai nuo tarpvietės plyšimo laipsnio ir atliktos epiziotomijos gimdymo metu. Didesnė rizika moterims, kurios patyrė III ar IV laipsnio plyšimą.
3. Kuo žemesnė yra moters tarpvietė, tuo didesnė rizika tarpvietės plyšimui gimdymo metu. Remiantis tyrimais, daugiau moterų, kurių tarpvietės aukštis yra mažesnis nei 2 cm, patyrė dispareuniją, negu turinčios aukštesnę tarpvietę. O tarpvietės plyšimas gimdymo metu yra viena iš priežasčių atsirasti dispareunijai.

Literatūra

1. Abdool, Z., Thakar, R., & Sultan, A. H. (2009). Postpartum female sexual function. *European Journal of Obstetrics & Gynecology and Reproductive Biology*, 145(2), 133-137. [žiūrėta 2022 m. balandžio 29 d.]. Prieiga per internetą: <https://doi.org/10.1016/j.ejogrb.2009.04.014>
2. Boehmer, U., Timm, A., Ozonoff, A., & Potter, J. (2012). Applying the Female Sexual Functioning Index to sexual minority women. *Journal of women's health* (2002), 21(4), 401–409. [žiūrėta 2022 m. balandžio 30 d.]. Prieiga per internetą: <https://doi.org/10.1089/jwh.2011.3072>
3. Burri, A. V., Cherkas, L. M., & Spector, T. D. (2009). The genetics and epidemiology of female sexual dysfunction: a review. *The journal of*

- sexual medicine, 6(3), 646–657. [žiūrėta 2022 m. balandžio 20 d.]. Prieiga per internetą: <https://doi.org/10.1111/j.1743-6109.2008.01144.x>
4. Chayachinda, C., Titapant, V., & Ungkanungdech, A. (2015). Dyspareunia and sexual dysfunction after vaginal delivery in Thai primiparous women with episiotomy. *The journal of sexual medicine*, 12(5), 1275–1282. [žiūrėta 2022 m. balandžio 22 d.]. Prieiga per internetą: <https://doi.org/10.1111/jsm.12860>
5. Deering, S. H., Carlson, N., Stitely, M., Allaire, A. D., & Satin, A. J. (2004). Perineal body length and lacerations at delivery. *The Journal of reproductive medicine*, 49(4), 306–310. [žiūrėta 2022 m. balandžio 26 d.]. Prieiga per internetą: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/15134158/>
6. Eid, S. M. (2011). Is perineal body length measurement reinforcing the decision about performance or avoidance of episiotomy?. *AAMJ*, 3, 209-226. [žiūrėta 2022 m. kovo 10 d.]. Prieiga per internetą: <http://www.aamj.eg.net/journals/pdf/2158.pdf>
7. Farghaly, T. A., Shaaban, O. M., Amen, A. F., Salem, H. T., Elnashar, I., Abdelaleem, A. A., & Badran, E. (2017). Evaluating the role of measuring the perineal length as a predictor of progress of labor and obstetrical trauma. *Open Journal of Obstetrics and Gynecology*, 7(4), 464-472. [žiūrėta 2022 m. kovo 7 d.]. Prieiga per internetą: <https://doi.org/10.4236/ojog.2017.74048>
8. Glazener C. M. (1997). Sexual function after childbirth: women's experiences, persistent morbidity and lack of professional recognition. *British journal of obstetrics and gynaecology*, 104(3), 330–335. [žiūrėta 2022 m. balandžio 25 d.]. Prieiga per internetą: <https://doi.org/10.1111/j.1471-0528.1997.tb11463.x>
9. Goh, R., Goh, D., & Ellepola, H. (2018). Perineal tears-A review. *Australian journal of general practice*, 47(1/2), 35-38. [žiūrėta 2022 m. kovo 11 d.]. Prieiga per internetą: <https://doi.org/10.31128/AFP-09-17-4333>
10. Gommesen, D., Nøhr, E., Qvist, N., & Rasch, V. (2019). Obstetric perineal tears, sexual function and dyspareunia among primiparous women 12 months postpartum: a prospective cohort study. *BMJ open*, 9(12), e032368. [žiūrėta 2022 m. balandžio 22 d.]. Prieiga per internetą: <https://doi.org/10.1136/bmjopen-2019-032368>
11. Kershaw, V., & Jha, S. (2021). Female sexual dysfunction. *The Obstetrician & Gynaecologist*. [žiūrėta 2022 m. balandžio 30 d.]. Prieiga per internetą: <https://doi.org/10.1111/tog.12778>
12. Kim, J., Alexander, C., Korst, L., & Agarwal, S. (2000). Effects of breastfeeding on hypoestrogenic symptoms in postpartum women. *Obstetrics & Gynecology*, 95(4), S65. [žiūrėta

- 2022 m. kovo 5 d.]. Prieiga per internetą: [https://doi.org/10.1016/S0029-7844\(00\)00729-8](https://doi.org/10.1016/S0029-7844(00)00729-8)
13. Lane, T. L., Chung, C. P., Yandell, P. M., Kuehl, T. J., & Larsen, W. I. (2017). Perineal body length and perineal lacerations during delivery in primigravid patients. *Proceedings (Baylor University. Medical Center)*, 30(2), 151–153. [žiūrėta 2022 m. balandžio 26 d.]. Prieiga per internetą: <https://doi.org/10.1080/08998280.2017.11929564>
 14. O'Malley, D., Higgins, A., Begley, C., Daly, D., & Smith, V. (2018). Prevalence of and risk factors associated with sexual health issues in primiparous women at 6 and 12 months postpartum; a longitudinal prospective cohort study (the MAMMI study). *BMC pregnancy and childbirth*, 18(1), 196. [žiūrėta 2022 m. kovo 2 d.]. Prieiga per internetą: <https://doi.org/10.1186/s12884-018-1838-6>
 15. Opperman, E. A., Benson, L. E., & Milhausen, R. R. (2013). Confirmatory factor analysis of the female sexual function index. *Journal of sex research*, 50(1), 29–36. [žiūrėta 2022 m. kovo 5 d.]. Prieiga per internetą: <https://doi.org/10.1080/00224499.2011.628423>
 16. Rathfisch, G., Dikencik, B. K., Kizilkaya Beji, N., Comert, N., Tekirdag, A. I., & Kadioglu, A. (2010). Effects of perineal trauma on postpartum sexual function. *Journal of advanced nursing*, 66(12), 2640–2649. [žiūrėta 2022 m. balandžio 26 d.]. Prieiga per internetą: <https://doi.org/10.1111/j.1365-2648.2010.05428.x>
 17. LR SAM akušerinės diagnostikos ir gydymo metodikos. Tarpvietės plyšimai. Epiziotomijos. (2019). [žiūrėta 2022 m. kovo 13 d.]. Prieiga per internetą: https://sam.lrv.lt/uploads/sam/documents/files/Akus%CC%8Cerine%CC%87%20metodika_Tarpviete%CC%87s%20plys%CC%8Cimai.pdf
 18. Seehusen, D. A., Baird, D., & Bode, D. V. (2014). Dyspareunia in women. *American family physician*, 90(7), 465–470. [žiūrėta 2022 m. balandžio 23 d.]. Prieiga per internetą: <https://www.aafp.org/afp/2014/1001/p465.html>
 19. Sultan, A. H., Thakar, R., & Fenner, D. E. (Eds.). (2007). *Perineal and anal sphincter trauma: diagnosis and clinical management*. Springer Science & Business Media.
 20. World Health Organization. (2017). *Managing complications in pregnancy and childbirth: a guide for midwives and doctors*. World Health Organization. [žiūrėta 2022 m. kovo 10 d.]. Prieiga per internetą: <https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/255760/9789241565493-eng.pdf>

VIENKARTINIS PIRTIES POVEIKIS MOTERŲ JUOSMENINĖS DALIES SKAUSMUI IR MOBILUMUI

Kristina Vyrtosu

Kineziterapijos studijų programa

Kauno kolegija

Darbo vadovė – dr. Ligita Šilinė

Įvadas

Juosmeninės nugaros dalies skausmas – viena dažniausių problemų, kuri sumažina darbingumą ir pablogina gyvenimo kokybę (Freiwald ir kt., 2021). Esant silpnam ar vidutinio stiprumo juosmeninės dalies skausmui, rekomenduojama šilumos terapija (Freiwald ir kt., 2021) ar sauna (Brenke, 2017). Šiluma sumažina raumenų tonusą, juos atpalaiduoja, pagerina kraujotaką ir sumažina skausmą (Malanga et al., 2017; Wang, 2017). Be to, pirties procedūros didina ir raumenų skaidulų bei fascijos elastingumą (Klingler, 2012). Dažniausiai šilumos poveikis vertinamas jį taikant iki kelių savaitžių (Freiwald ir kt., 2018), tačiau nėra duomenų, kaip tokio tipo pirties vienkartinė pirties programa paveiks moterų juosmeninės nugaros dalies skausmą ir mobilumą.

Tyrimo problema – koks vienkartinis pirties poveikis moterų juosmeninės dalies skausmui ir mobilumui?

Tyrimo tikslas – nustatyti vienkartinę pirties poveikį moterų juosmeninės dalies skausmui ir mobilumui.

Tyrimo uždaviniai:

1. Įvertinti moterų juosmens skausmą prieš pirtį ir po jos.
2. Įvertinti moterų juosmens mobilumą prieš pirtį ir po jos.
3. Palyginti moterų juosmens skausmą ir mobilumą prieš pirtį ir po jos.

Reikšminiai žodžiai: juosmens skausmas, mobilumas, pirtis, moterys.

Metodologija

Tiriamieji. Tyrime dalyvavo šešios 30–40 metų amžiaus moterys, jaučiančios nespėcinį juosmeninės nugaros dalies skausmą ir neturinčios širdies kraujagyslių ir kvėpavimo sistemos ligų.

Tyrimo metodai:

1. Mokslinės literatūros analizė
2. Duomenų rinkimo metodas: apklausa (buvo klausiami apie tiriamųjų amžių, ūgį, svorį, kūno masės indeksą bei skausmo pobūdį); skausmo vertinimas (skaičių analogijos skalė (SAS) buvo naudojama skausmo intensyvumo vertinimui. Skausmas vertinamas balais nuo 0 iki 10); juosmens mobilumo vertinimas (atliekamas Šobero, šoninio lenkimo (į kairę ir į dešinę puses), sėstis ir siekti bei funkcinio siekimo testai).

3. Statistinės duomenų analizei naudojama SPSS (angl. Statistical Package for Social Science) programos 17.0 versija.

Rezultatai

Po vienkartinės pirties procedūros juosmens skausmas sumažėjo nuo 3,7 iki 2,7 balo ($p < 0,05$), tačiau juosmens mobilumas reikšmingai nepakito ($p > 0,05$). Šobero testo vidurkis prieš ir po buvo 21,8 cm, šoninio lenkimo testo prieš ir po buvo 21,8 cm, į dešinę – 22,7 cm, po procedūros atitinkamai – 23,7 cm ir 23,0 cm. Sėstis ir siekti testo rezultatas – 21,8 cm, po procedūros taip pat nepakito. Funkcinis siekimo testo rezultatas prieš buvo 42,0 cm, o po – 48,8 cm, tačiau pokytis nereikšmingas.

Išvados

1. Vienkartinė pirties procedūra sumažino juosmens skausmą.
2. Vienkartinė pirties procedūra reikšmingos įtakos juosmens mobilumui neparodė.
3. Po vienkartinės pirties procedūros juosmens mobilumas nepakito.

Literatūra

1. Freiwald, J., Magni, A., Fanlo-Mazas, P., Paulino, E., Sequeira de Medeiros, L., Moretti, B., ... & Solarino, G. (2021). A role for superficial heat therapy in the management of non-specific, mild-to-moderate low back pain in current clinical practice: a narrative review. *Life*, 11(8), 780.
2. Klingler, W. (2012). Temperature effects on fascia. *Fascia—The Tensional Network of the Human Body*; Schleip, R., Findley, TW, Chaitow, L., Huijing, P., Eds, 421-424.
3. Brenke, R. (2017). Sauna bei muskuloskelettalen Erkrankungen. *Zeitschrift für Komplementärmedizin*, 9(03), 19-23.
4. Malanga, G. A., Yan, N., & Stark, J. (2017). Mechanisms and efficacy of heat and cold therapies for musculoskeletal injury. *Postgraduate medicine*, 127(1), 57-65
5. Wang, Y., Li, S., Zhang, Y., Chen, Y., Yan, F., Han, L., & Ma, Y. (2021). Heat and cold therapy reduce pain in patients with delayed onset muscle soreness: a systematic review and meta-analysis of 32 randomized controlled trials. *Physical Therapy in Sport*, 48, 177-187.

GYVENTOJŲ POŽIŪRIS Į BIČIŲ PRODUKTŲ VARTOJIMĄ

Liucija Vosyliūtė

Farmakotechnikos studijų programa

Kauno kolegija

Darbo vadovė – Romualda Gaurylienė

Išvadas

Bitės (*Apis mellifera L.*) gali gaminti daugelį produktų, tokių kaip medus, žiedadulkės, propolis, bičių duonelė, bičių pienelis, bičių vaškas, bičių nuodai. Bičių produktuose randamos visos medžiagų apykaitai reikalingos būtinosios aminorūgštys, vitaminai, mineralai, baltymai, angliavandeniai, lipidai, fermentai, kofermentai, organinės rūgštys ir kt. Dėl turimų medžiagų bičių produktai yra naudingi sveikatai: veikia kaip priešuždegiminės, antioksidacinės, antimikrobinės priemonės (Giampieri ir kt., 2022). Pasaulio sveikatos organizacija siūlo bičių medų vartoti peršalimo, kosulio, viršutinių kvėpavimo takų infekcijų gydymui (Čelik it kt., 2019). Tyrimu buvo siekiama išsiaiškinti gyventojų požiūrį į bičių produktų vartojimą.

Tyrimo problema – koks gyventojų požiūris į bičių produktų vartojimą?

Tyrimo objektas – gyventojų požiūris į bičių produktų vartojimą.

Tyrimo tikslas – įvertinti gyventojų požiūrį į bičių produktų vartojimą.

Uždaviniai:

1. Aprašyti bičių produktus, jų sudedamąsias dalis.
2. Atskleisti bičių produktų poveikį žmogaus organizmui.
3. Nustatyti gyventojų požiūrį į bičių produktų vartojimą.

Reikšminiai žodžiai: bičių produktai, gyventojai, požiūris, vartojimas

Metodologija

Atlikta mokslinės literatūros analizė, kurios tikslas – aprašyti bičių produktus, jų sudedamąsias dalis, poveikį žmogaus organizmui. Empiriniam tyrimui atlikti buvo naudojamas kiekybinis tyrimo metodas – anketinė apklausa. Anketą sudarė 18 uždarų klausimų, kuri buvo pildoma ir internetu, ir žodžiu. Anketa buvo anoniminė, klausimai suformuluoti remiantis literatūros analize. Apklausa buvo vykdoma 2022 metų kovo–balandžio mėnesiais Lukšių miestelyje.

Tiriamieji – Lukšių miestelyje gyvenantys 295 asmenys. Tiriamųjų imtis – paprastoji, atsitiktinė.

Tyrimo dalyvavo 73 proc. moterų ir 27 proc. vyrų. Pagal amžiaus grupę didžiausia dalis (46 proc.) respondentų priklausė 18-30 metų amžiaus grupei. Pagal socialinę padėtį 46 proc. respondentų buvo dirbantys asmenys.

Rezultatai

Apibendrinant apklausos rezultatus, matyti, jog 98 proc. respondentų mano, kad bičių produktai yra sveiki ir naudingi. Iš visų pateiktų bičių produktų, medus yra respondentų labiausiai vartojamas produktas dėl turimų naudingų savybių, kaip aminorūgštys, baltymai, mineralinės medžiagos, gydant ligas, tokias kaip peršalimas. Respondentų nuomone, paskatinti gyventojus vartoti bičių produktus galėtų sveikatos priežiūros specialistai.

Išvados

1. Bičių produktuose randamos žmogaus medžiagų apykaitai reikalingos aminorūgštys, vitaminai, mineralai, baltymai, angliavandeniai, lipidai, fermentai, kofermentai, organinės rūgštys ir kt.
2. Dėl turimų medžiagų bičių produktai stiprina imunitetą, gydo ilgai negyjančias žaizdas, mažina skausmą, gerina apetitą, žmogaus audinių metabolizmą, mažina riebalų kaupimąsi, turi poveikį radiaciniais ir navikiniais susirgimams, reguliuoja žarnyno funkciją užkietėjus viduriams.
3. 96 proc. respondentų vartoja bičių produktus. Respondentų nuomone, bičių produktai yra saugūs ir naudingi žmogaus organizmui. Dėl savo turimų savybių tinka vartoti įvairioms ligoms gydyti, pavyzdžiui, peršalimui. Daugiausia respondentų renkasi daugiau žinomą produktą – medų. Respondentų požiūriu, bičių produktų vartojimą labiausiai galėtų paskatinti farmacijos ir sveikatos priežiūros specialistai.

Literatūra

1. Čelik, K., Demir, E., Yilmaz, M., Król, B., Palkova, Z., Dautartė, A., ... & Özcan, A. (2019). *Apiterapija: vadovas*. Vytauto Didžiojo universitetas.
2. Giampieri, F., Quiles, J. L., Cianciosi, D., Forbes-Hernández, T. Y., Orantes-Bermejo, F. J., Alvarez-Suarez, J. M., & Battino, M. (2022). Bee Products: An Emblematic Example of Underutilized Sources of Bioactive Compounds. *Journal of Agricultural and Food Chemistry*.
3. Martinello, M., & Mutinelli, F. (2021). Antioxidant activity in bee products: A review. *Antioxidants*, 10(1), 71.

SLAUGYTOJŲ ŽINIOS APIE PACIENTŲ, KURIEMS TAIKOMAS SPINDULINIS GYDYMAS, SLAUGĄ

Monika Zadlauskaitė, Edvina Žalytė

Bendrosios praktikos slaugos studijų programa

Kauno kolegija

Darbo vadovė – Dalė Smaidžiūnienė

Įvadas

Spindulinė terapija naudojama onkologiniams pacientams gydyti ir siekiant palengvinti kančias (Pastore ir kt., 2019). Ši terapija ne tik gydo, bet ir sukelia vietines ir bendrines reakcijas. Padidėja odos ir gleivinių jautrumas, pacientai jaučia nuovargį, praranda apetitą, būdingas vėmimas, edemos (Majeed ir Gupta, 2021). Paciento būklei svarbūs kraujo tyrimai, kurie yra atliekami kas savaitę sekant leukopeniją. Sumažėjus baltųjų kraujo kūnelių kiekiui, terapija nutraukiama (Wang, Xing ir Zhao, 2019). Slaugytojai, turintys kontaktą su spinduliuote gydomais pacientais, radiaciją mažomis dozėmis gauna kasdien. Tačiau poveikį jų sveikatai sunku pastebėti (Adliene ir kt., 2020). Slaugant radiacija paveiktus asmenis, reikia laikytis atstumo ir dėvėti apsaugines priemones, kol nebus nustatytas išorėje esančių spindulių kiekis (Alers ir kt., 2019). Švino prijuostės, skydliaukės skydai apšvitą sumažina iki 50 proc. (Abuzaid Elshami ir Hasan, 2019). Medicinos darbuotojai spinduliuotės kiekį vertina Geigerio skaitikliu (Alers ir kt., 2019).

Tyrimo problema – kokios yra slaugytojų žinios apie pacientų, kuriems taikomas spindulinis gydymas, slaugą?

Tikslas – įvertinti slaugytojų žinias apie pacientų, kuriems taikomas spindulinis gydymas, slaugą.

Uždaviniai:

1. Apibūdinti spindulinę terapiją klinikinio požiūriu.
2. Įvertinti slaugytojų žinias apie spindulinės terapijos poveikį pacientų fizinei būklei.
3. Nustatyti slaugytojų žinias apie savisaugą slaugant pacientus, kuriems taikoma spindulinė terapija.

Reikšminiai žodžiai: komplikacijos, slaugytojų žinios, spindulinė terapija

Metodologija

Darbe atlikta mokslinės literatūros analizė ir kiekybinis tyrimas.

Tiriamųjų imtis - atsitiktinė, tikslinė. Tyrimo duomenys išanalizuoti statistinės aprašomosios analizės metodu. Tyrimui buvo sukurtas klausimynas internetinėje platformoje Google Forms, kurioje savanoriškai dalyvavo 26 Lietuvos slaugytojai. Tyrimas vyko 2022 m. balandžio ir gegužės mėnesiais.

Rezultatai

Daugiau nei pusė (65,4 proc.) slaugytojų sutinka, kad spindulinė terapija naudojama įvairiose situacijose, skirtingomis dozėmis. Beveik septyni dešimtadaliai (69,2 proc.) respondentų sutinka, kad spindulinės terapijos įtaka organizmui sukelia imuniteto sumažėjimą, infekcijas, o vienas dešimtadalis (11,5 proc.) nesutinka. Beveik devyni dešimtadaliai (88,5 proc.) sutiko, kad šalutiniai požymiai atsiranda dėl paskirto gydymo ir paciento asmeninių savybių. Septyni dešimtadaliai slaugytojų (73,1 proc.) sutinka, kad pacientai patiria vietines ir bendrines reakcijas, o 11,5 proc. nesutiko. Beveik septyni dešimtadaliai (65,4 proc.) sutiko, kad spindulinė terapija turi įtakos hemapoetinės sistemos pokyčiams organizme. Trys dešimtadaliai (34,6 proc.) sutinka, kad slaugytojai gauna sveikatai kenksmingų spindulių kiekį, slaugydami pacientus po spindulinės terapijos, ir beveik tiek pat atsakiusiųjų (26,9 proc.) nesutinka. Keturi dešimtadaliai (42,3 proc.) sutinka, kad būtinas švino prijuosčių dėvėjimas ir atstumo nuo paciento, kuris spinduliuoja į aplinką pavojingus spindulius, laikymasis, bet beveik trys dešimtadaliai (26,9 proc.) su tuo nesutinka. Keturi dešimtadaliai (42,3 proc.) respondentų sutinka, kad pacientas spinduliuoja labai nedidelį kiekį spindulių ir slaugytojų sveikatai neigiamų pokyčių nesukelia, o mažoji dalis (19,2 proc.) išsakė priešingą nuomonę. Beveik aštuoni dešimtadaliai (76,9 proc.) sutinka su klaidingai suformuluotu teiginiu, kad kraujo tyrimai po spindulinės terapijos turi būti atliekami kas dvi savaites, ir beveik du dešimtadaliai (15,4 proc.) nesutinka.

Išvados

1. Spindulinė terapija naudojama onkologiniams pacientams gydyti ir siekiant palengvinti paciento kančias, kai ligos išgydyti negalima. Terapija ne tik gydo, bet gali sukelti vietines ir bendrines reakcijas.
2. Slaugytojai turi pakankamai žinių apie spindulinės terapijos poveikį pacientų organizmo būklei.
3. Apklausus slaugytojus, atsakymai pasiskirstė įvairiai. Didžioji dalis slaugytojų nėra įsitikinę, ar apsauginės priemonės, tokios kaip švino prijuostės, skydliaukės skydėliai, yra visada reikalingi.

Literatūra

1. Abuzaid, M. M., Elshami, W., ir Hasan, H. (2019). Knowledge and Adherence to Radiation Protection among Healthcare Workers at Operation Theater. *Asian Journal of Scientific Research*, 12: 54-59. [žiūrēta 2022-03-15]. Prieiga per internetą: <https://scialert.net/fulltext/?doi=ajsr.2019.54.59>
2. Adliene, D., Gričienė, B., Skovorodko, K., Laurikaitienė, J., ir Puiso, J. (2020). Occupational radiation exposure of health professionals and cancer risk assessment for Lithuanian nuclear medicine workers. *Environmental research*, 183, 109144. [žiūrēta 2022-03-18]. Prieiga per internetą: <https://www.sciencedirect.com/science/article/abs/pii/S0013935120300360>
3. Alers, A., Salen, P., Yellapu, V., Garg, M., Bendas, C., Cardiges, N., Domer, G., Oskin, T., Fisher, J., ir Stanislaw P. (2019). Fundamentals of Medical Radiation Safety: Focus on Reducing Short-Term and Long-Term Harmful Exposures. [žiūrēta 2022-03-(13-17)]. Prieiga per internetą: <https://www.intechopen.com/chapters/66677>
4. Majeed H, Gupta V. (2021). Adverse Effects Of Radiation Therapy. Treasure Island (FL): StatPearls Publishing. [žiūrēta 2022-03-18]. Prieiga per internetą: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/books/NBK563259/>
5. Pang, L., Wang, Y., Xing, Y., ir Zhao, C. (2019). Application Effects of home care high-quality nursing on patients with liver cancer during radiotherapy. [žiūrēta 2022-03-(14-18)]. Prieiga per internetą: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC6908919/>
6. Pastore, F., Romano, A., Rese, A., Conte, M., Iorio, V., ir Masiello, V. (2019). Nursing Management in Radiotherapy Skin Toxicity: Our Experience. [žiūrēta 2022-03-(12-18)]. Prieiga per internetą: <https://www.heraldopenaccess.us/openaccess/nursing-management-in-radiotherapy-skin-toxicity-our-experience>

BIČIŲ DUONELĖS ANTIMIKROBINIS VEIKIMAS

Monika Žilinskaitė

Biomedicinos diagnostikos studijų programa

Kauno kolegija

Darbo vadovė – Žaneta Maželienė

Ivadas

Pradėję dažniau vartoti bičių produktus, žmonės pastebėjo, jog jaučiasi žvaliesni, greičiau pasveiksta sirgdami uždegiminėmis ligomis, stiprėja imuninė sistema (Mohammad ir kt., 2021). Bičių duonelė yra puikus vitaminų C, B1, B2, E, K, B7, B9, B3 ir mineralinių medžiagų Fe, Ca, P, K, Cu, Zn, Se, Mg šaltinis, turi daug organinių junginių bei fermentų. Duonelė veikia mikroorganizmus, kurie atsparūs antibiotikams, stabdo jų dauginimąsi, kovoja su įvairiomis ligomis, infekcijomis ir uždegimais, padeda atsikurti mikroflorai po antibiotikų vartojimo, stiprina organizmą vartojant ją profilaktiškai. Taip pat duonelės sudėtis skatina kraujo ląstelių gamybą ir atsinaujinimą bei neigiamai veikia vėžines ląsteles (Mārgāoan ir kt., 2019).

Mokslininkų atlikti tyrimai rodo, jog bičių duonelė neigiamai veikia gramteigiamas ir gramneigiamas bakterijas. Gramteigiamos bakterijos jautresnės mėginiams, bet apskritai duonelė vienaip ar kitaip slopina bakterijų aktyvumą (Urcan ir kt., 2017).

Tyrimo problema – ar bičių duonelė veikia antimikrobiškai?

Tyrimo tikslas – nustatyti bičių duonelės antimikrobinį veikimą.

Tyrimo uždaviniai:

1. Aprašyti bičių duonelės biocheminę sudėtį, jų biologines, fizikines, chemines, farmakologines savybes ir antimikrobinį veikimą.
2. Nustatyti skirtingo bičių duonelės ekstrakto kiekiu antimikrobinį veikimą etaloniems mikroorganizmų kultūroms.
3. Palyginti bičių duonelės antimikrobinį veikimą gramteigiamoms ir gramneigiamoms etaloniems mikroorganizmų kultūroms.

Reikšminiai žodžiai: antimikrobinis veikimas, bičių duonelė, bičių duonelės ekstraktas, mikroorganizmai.

Metodologija

Mokslinėje literatūroje išanalizuota informacija apie bičių duonelės sudėtį, biologines, chemines, farmakologines savybes. Atliktas kokybinis mikrobiologinis tyrimas su skirtingų kiekių (ml) ekstraktais (24 proc. koncentracijos), išskirtais iš bičių duonelės, surinktos iš skirtingų penkių Lietuvos miestų. Tyrime naudota dešimt etaloninių mikroorganizmų rūšių. Jos buvo veikiamos penkiais skirtingais bičių duonelės ekstrakto kiekiais (0,1 ml, 0,25 ml, 0,5 ml, 0,75 ml, 1 ml). Iš viso tirta 25 bičių duonelės ekstrakto mėginiai su etaloniems mikroorganizmų kultūromis. Tyrimo duomenų

analizė atlikta naudojant aprašomąją statistiką, skaičiuojant dažnius bei grupių palyginimą pagal Kruskal Wallis.

Rezultatai

Nustatyta, jog didesni bičių duonelės ekstrakto (24 proc. koncentracijos) kiekiai geriau veikia antimikrobiškai prieš bakterijas, negu mažesni kiekiai. 0,1 ml ir 0,25 ml ekstrakto neveikė nei vienos iš dešimties tirtų mikroorganizmų kultūrų. 0,5 ml kiekis veikė du mėginius: grybelį *C. albicans* ir gramteigiamą *B. cereus*. Geriausiai bakterijas, daugiausia gramteigiamas, veikė 0,75 ml ir 1 ml ekstrakto kiekiai. Nei vienam ekstrakto kiekiui nebuvo jautrios gramteigiama *E. faecalis* bakterija ir gramneigiamos *K. pneumoniae* bei *P. vulgaris* bakterijos. Bičių duonelės ekstraktas labiau veikia gramteigiamas nei gramneigiamas bakterijas, ir visa tai susiję su mikroorganizmų ląstelių sienelių struktūra, kuri yra sudėtingesnė gramneigiamose bakterijose, negu gramteigiamose.

Išvados

1. Mokslinės literatūros apžvalga parodė, kad bičių duonelėje yra daugybė visų reikalingų maistinių medžiagų, mikro- ir makroelementų. Svarbiausi bičių duonelėje esantys flavonoidai, kurie yra susiję su bičių duonelės antimikrobinio veikimu.
2. Didėjant bičių duonelės ekstrakto kiekiams, gramteigiamos ir gramneigiamos bakterijos yra veikiamos antimikrobiškai.
3. Atlikto mikrobiologinio tyrimo rezultatai parodė, jog jautriausi bičių duonelės ekstraktui yra grybelis *C. albicans*, bakterijos *B. cereus*, *L. monocytogenes*. Visiškai nejautrios *E. faecalis*, *K. pneumoniae*, *P. vulgaris*.

Literatūra

1. Mārgāoan, R., Mārgħitaş, L. A., Dezmirean, D. S., Dulf, F. V., Bunea, A., Socaci, S. A., & Bobiş, O. (2014). Predominant and Secondary Pollen Botanical Origins Influence the Carotenoid and Fatty Acid Profile in Fresh Honeybee-Collected Pollen. *Journal of Agricultural and Food Chemistry*, 62(27), 6306–6316. DOI:10.1021/jf5020318.
2. Mohammad, S. M., Mahmud-Ab-Rashid, N.-K., ir Zawawi, N. (2021). Stingless Bee-Collected Pollen (Bee Bread): Chemical and Microbiology Properties and Health Benefits. *Molecules*, 26(4), 957. <https://doi.org/10.3390/molecules26040957>

3. Urcan, A. C., Marghitas, L. A., Dezmirean, D. S., Bobis, O., Bonta, V., Muresan, C. I., ir Margaoan, R. (2017). Chemical Composition and Biological Activities of Beebread – Review.

Bulletin of University of Agricultural Sciences and Veterinary Medicine Cluj-Napoca. *Animal Science and Biotechnologies*, 74(1), 6. DOI:10.15835/buasvmcn-asb:12646.

Aistė Žukauskaitė

Dietetikos studijų programa

Kauno kolegija

Darbo vadovė – Kristina Žalnieraitienė

Ivadas

Vis didėjantis maistui alergiškų vaikų skaičius parodo, kad tai svarbi problema visuomenėje. Atsiranda vis sudėtingesnių ir pavojingesnių reakcijų į tam tikrus maisto produktus (Rudzevičienė, 2015). Dėl šios problemos atsiranda iššūkių, sunkumų šeimose. Maistui alergiški žmonės ir vaikai jaučiasi suvaržyti, riboja save, keičiasi šeimos gyvensena, ypač mitybos įpročiai.

Tyrimo problema – kokie šeimos maitinimosi savitumai, auginant maistui alergišką vaiką?

Tyrimo tikslas – atskleisti šeimos maitinimosi savitumus, auginant maistui alergišką vaiką.

Tyrimo uždaviniai:

1. Aprašyti maisto alergijos sampratą ir vaiko maitinimosi savitumus esant maisto alergijai.
2. Atskleisti maistui alergiško vaiko maitinimąsi.
3. Identifikuoti šeimos maitinimosi iššūkius, auginant maistui alergišką vaiką.

Reikšminiai žodžiai: alergiškas vaikas, maisto alergija, mityba, šeimos mityba.

Metodologija

2022 m. vasario–kovo mėn., naudojant klausimyną, sudarytą iš 23 klausimų, vykdyta anketinė apklausa (kiekybinis tyrimas). Tyrimo dalyviai – Kauno miesto lopšelių-darželių lankančių maistui alergiškų vaikų tėvai (apklausta 80 respondentų). Atliekant kokybinį tyrimą buvo taikytas interviu metodas (10 klausimų). Atsitiktine tvarka pasirinkta apklausti aštuonis vieno Kauno lopšelio-darželio vaikų tėvus, kurie augina maistui alergišką vaiką. Tėvai buvo kviečiami į nuotolinį būdą organizuojamą susitikimą. Gauti rezultatai buvo analizuojami, rezultatų statistinė analizė atlikta naudojant Microsoft Excel programinį įrankį ir „SPSS Statistics 22“ programą.

Rezultatai

Beveik pusė respondentų vaiko maisto alergijos formą įvardijo kaip lengvą. Dažniausiai alergija pasireiškė pienui ir pieno produktams, kiaušiniams, riešutams ir kviečiams. Taip pat paaiškėjo, kad tik 18,3 proc. respondentų šeimų mityba nesikeitė, t.y. valgo kaip įprastai, tačiau vaikui maistą gamina atskirai (be alergenų). Dažniausiai minėti šeimos maitinimosi iššūkių, auginant alergišką maistui vaiką, buvo: „tinkamų alternatyvų paieška“, „tinkamo mišinuko kūdikiams paieška“, „vaiko

maitinimas šventėse, įstaigose“, „aplinkinių nuomonė“, „skirtingos specialistų nuomonės“, „vaiko noras valgyti tam tikrus produktus“. Nemaža dalis respondentų nurodė esantys nuolatinės kontrolės būsenoje. Išvykos, šventės, renginiai tampa pavojingi alergiškam vaikui. Todėl auginant maistui alergišką vaiką, užkandžius ir maistą reikia gaminti namuose, nes ne visi vaikiški renginiai yra pritaikyti vaikams, turintiems alergiją.

Išvados

1. Vis didėjantis maistui alergiškų vaikų skaičius parodo, kad tai svarbi problema visuomenėje. Alerginės reakcijos maistui gali lemti įvairius odos, virškinimo sistemos, kvėpavimo organų ir kitų organų negalavimus. Stengiantis apsaugoti vaikus nuo alerginių reakcijų ikimokyklinėse, poilsio stovyklose, socialinės globos namuose, vaikų ugdymo įstaigose yra organizuojamas pritaikytas maitinimas.
2. Dažniausiai alergija pasireiškė pienui ir pieno produktams, kiaušiniams, riešutams ir kviečiams. Kaip patį efektyviausią būdą, auginant maistui alergišką vaiką, respondentai įvardijo griežtą tam tikrų maisto produktų vengimą, maisto alternatyvų ieškojimą, vaiko mokymą tinkamai atrinkti alergiją sukeliančius produktus bei šeimos mitybos kaitą.
3. Šeimos maitinimosi iššūkių, auginant alergišką maistui vaiką, buvo maitinimo problema ugdymo įstaigoje, informacijos stoka, skirtinga gydytojų nuomonė apie vaiko sveikatą, diagnozę ir gydymą, maitinimosi viešojoje vietoje problema bei aplinkinių abejingumas.

Literatūra

1. Lietuvos Respublikos sveikatos apsaugos ministro įsakymas 2011 m. lapkričio 11 d. Nr. V-964. „Dėl maitinimo organizavimo ikimokyklinio ugdymo, bendrojo ugdymo mokyklose ir vaikų socialinės globos įstaigose tvarkos aprašas“. Prieiga per internetą: <https://e-seimas.lrs.lt/portal/legalAct/lt/TAD/558922c146d111e88151f16ae94c33e2>
2. Rudzevičienė, O. (2015). Vaikų alergija maistui (mokomoji knyga). Vilnius: Vilniaus universiteto leidykla. Prieiga per internetą: https://www.vu.lt/site_files/LD/Vaik%C5%B3_a_lergija_maistui-.pdf

Užsakymas I-2416.
Leido Kauno kolegijos Reklamos ir medijų centras,
Pramonės pr. 20, 50468 Kaunas