

Vilniaus universitetas  
Medicinos fakultetas

▲

▼

**STUDENTŲ  
MOKSLINĖS VEIKLOS  
LXXV  
KONFERENCIJA**

▲

▲

Vilnius, 2023 m. gegužės 15–19 d.  
**PRANEŠIMŲ TEZĖS**

*Leidinį sudarė VU MF Mokslo specialistė  
dr. Simona KILDIENĖ*

#### Mokslo komitetas:

Prof. dr. (HP) Janina Tutkuvienė  
Doc. dr. Agnė Kirkliauskienė  
Prof. dr. Vaiva Hendrixson  
Doc. dr. Jurgita Stasiūnienė  
Prof. dr. Nomedas Rima Valevičienė  
Prof. dr. Eglė Preikšaitienė  
Dr. Diana Bužinskienė  
Prof. dr. (HP) Saulius Vosylius  
Doc. dr. Saulius Galgauskas  
Prof. dr. Eugenijus Lesinskas  
Doc. dr. Valdemaras Jotautas  
Prof. habil. dr. (HP) Gintautas Brimas

Dr. Ieva Stundienė  
Prof. dr. Marius Miglinas  
Doc. dr. Birutė Zablockienė  
Inga Kisielienė  
Prof. dr. Violeta Kvedarienė  
Dr. Žymantas Jagelavičius  
Prof. dr. (HP) Edvardas Danila  
Doc. dr. Kristina Ryliškienė  
Dr. Gunaras Terbetas  
Prof. dr. Alvydas Navickas  
Doc. dr. Rima Viliūnienė  
Prof. dr. Sigita Lesinskienė

Doc. dr. Sigitas Ryliškis  
Doc. dr. Vytautas Tutkus  
Dr. Danutė Povilėnaitė  
Doc. dr. Sigita Burokienė  
Dr. Agnė Abraitienė  
Prof. dr. Pranas Šerpytis  
Prof. dr. Robertas Stasys Samalavičius  
Prof. dr. Vilma Brukienė  
Dr. Agnė Jakavonytė-Akstinienė  
Doc. dr. Marija Jakubauskienė

#### Organizacinis komitetas:

Martyna Sveikataitė  
Rafal Sinkevič  
Gintarė Zarembaitė  
Alicija Krasavceva  
Karina Mickevičiūtė  
Jogailė Gudaitė  
Emilis Gegeckas  
Auksė Ramaškevičiūtė  
Tautvydas Petkus  
Kristina Marcinkevičiūtė  
Melita Virpšaitė

Gabrielė Lissauskaitė  
Rosita Reivytytė  
Kamilė Čeponytė  
Šarūnas Raudonis  
Monika Rimdeikaitė  
Inga Česnavičiūtė  
Tadas Abartis  
Rūta Bleifertaitė  
Kristijonas Puteikis  
Saulius Ročka  
Paulius Montvila

Agnė Timofejevaitė  
Augustė Lapinskaitė  
Emilis Šostak  
Gratas Šepetyš  
Gediminas Gumbis  
Erika Ališauskienė  
Indrė Urbaitė  
Miglė Vilniškytė  
Urtė Smailytė  
Gabriela Šimkonytė  
Julija Bitautaitė

ISSN 2783-7831 (skaitmeninis PDF)

© Tezių autoriai, 2023

© Vilniaus universitetas, 2023

## ANESTEZIJOS IR INTENSYVIOSIOS TERAPIJOS SLAUGYTOJŲ FIZINIS AKTYVUMAS IR JO ĮTAKA MIEGO KOKYBEI

**Darbo autorius.** Paulius RAZMYS (Išplėstinės praktikos slaugos magistrantūros programa, II kursas).

**Darbo vadovė.** Doc. dr. Aldona MIKALIŪKŠTIENĖ, VU MF Sveikatos mokslų institutas, Slaugos katedra.

**Darbo tikslas.** Įvertinti anestezijos ir intensyviosios terapijos slaugytojų fizinio aktyvumo įtaką miego kokybei.

**Darbo metodika.** Atliktas kiekybinis tyrimas, naudojant anoniminį apklausos metodą raštu. Formuojant netikimybinę tiriamųjų imtį, buvo pritaikytas proginis imties sudarymo būdas. Sudarant tyrimo anketą buvo panaudoti du standartizuoti klausimynai: Tarptautinis fizinio aktyvumo klausimynas (trumpoji versija) (angl. *International Physical Activity Questionnaires – IPAQ*) ir Pitsburgo miego kokybės indekso klausimynas (angl. *Pittsburgh sleep quality index – PSQI*). Taip pat į anketą buvo įtraukti klausimai apie tiriamųjų sociodemografinę padėtį. Gautų duomenų analizė atlikta naudojant kompiuterines programas „MS Excel“ ir „SPSS 25.0“. Tyrime dalyvavo 355 anestezijos ir intensyviosios terapijos slaugytojai, kurių amžius buvo nuo 22 iki 65 metų. Absoliuti dauguma tyrimo dalyvių buvo moterys (99,2 proc., n=352). Pagal darbo krūvį tyrimo dalyviai buvo suskirstyti į 3 grupes: šiek tiek mažiau nei pusė (46,0 proc., n=163) slaugytojų dirbo didesniu nei 1 etatas, bet mažesniu nei 1,5 etato krūviu, 96 slaugytojai (27 proc.) dirbo etatu ar mažiau ir 96 slaugytojai (27 proc.) – 1,5 etato ar daugiau. Daugumos slaugytojų išsilavinimas – aukštasis: neuniversitetinis (54,6 proc., n=194) ir universitetinis (34,1 proc., n=121). Anestezijos ir intensyviosios terapijos slaugytojų darbo stažo vidurkis buvo 16,92 metų, bendras slaugytojų darbo stažo vidurkis – 18,77 metų. Fizinis aktyvumas vertintas 281 tiriamajam. Pagal slaugytojų, kurių vertintas fizinis aktyvumas, svorio medianą (lygią 70 kg) respondentai taip pat buvo suskirstyti į dvi grupes. Pirmą grupę sudarė slaugytojai, kurių svoris iki 70 kg, o antrą grupę – sveariantys daugiau nei 70 kg. Mažesnio svorio slaugytojų grupėje buvo 148 (52,7 proc.), o didesnio svorio grupėje – 121 (43,1 proc.) respondentas.

**Rezultatai.** Nustatyta, kad daugiau jaunesnio amžiaus slaugytojų pasiekė sveikatą stiprinančio fizinio aktyvumo lygį, tačiau statistiškai reikšmingo skirtumo tarp grupių nenustatyta ( $p>0,05$ ). Daugiausiai slaugytojų buvo minimaliai fiziškai aktyvūs: jaunesniųjų grupėje minimalus fizinis aktyvumas nustatytas 56,3 proc., o vyresniųjų grupėje – 61,8 proc. slaugytojų. Palyginus anestezijos ir intensyviosios terapijos slaugytojų, turinčių mažesnę ir didesnę kūno svorį, fizinį aktyvumą, gauti statistiškai reikšmingi skirtumai tarp grupių ( $p<0,05$ ). Didesnio kūno svorio slaugytojų grupėje

buvo daugiau minimaliai fiziškai aktyvių ir mažiau sveikatą stiprinančiai aktyvių asmenų nei mažesnio svorio slaugytojų grupėje. Tyrimo metu nustatyta, kad visų dalyvavusių tyrime anestezijos ir intensyviosios terapijos slaugytojų miego kokybės vidurkis, vertinant Pitsburgo miego kokybės indekso pagalba, yra 7,4 balų. Šie rezultatai rodo, kad slaugytojai patiria miego sutrikimų. Pagal miego kokybės indeksą respondentai buvo suskirstyti į keturias grupes: iki 5 balų – miego sutrikimų nėra, 6-10 balų – epizodiniai miego sutrikimai, 11-15 balų – vidutiniai miego sutrikimai, 16-21 balai – labai ryškūs miego sutrikimai. Tyrimo metu gauta, kad 1,7 proc. slaugytojų miego kokybė yra labai bloga, jiems būdingi labai ryškūs miego sutrikimai. Šiek tiek daugiau nei pusei (52,4 proc.) respondentų būdingi epizodiniai, o 15,2 proc. respondentų – vidutiniai miego sutrikimai. Nustatyta, kad šiek tiek daugiau nei dviejų trečdalių anestezijos ir intensyviosios terapijos slaugytojų (69,3 proc., n=246) miego kokybė yra bloga ir tik mažiau nei trečdalis (30,7 proc., n=109) miego kokybė yra gera. Nustatyta, kad slaugytojų, kurie gyvena partnerystėje, miego kokybė yra reikšmingai prastesnė, nei slaugytojų, kurie yra susituokę (atitinkamai vid=7,09 ir vid=8,57). Blogesnė miego kokybė buvo fiziškai neaktyvių respondentų grupėje ( $7,57 \pm 3,13$ ) palyginti su praktikuojančiais sveikatą stiprinančių fizinių aktyvumą ( $6,69 \pm 3,23$ ) ( $p > 0,05$ ).

**Išvados.** Daugiau nei pusė respondentų buvo minimaliai fiziškai aktyvūs ir tik kas aštuntam respondentui nustatytas sveikatą stiprinantis fizinis aktyvumas. Šiek tiek daugiau nei dviejų trečdalių anestezijos ir intensyviosios terapijos slaugytojų miego kokybė yra bloga. Blogesnė miego kokybė nustatyta didesniu etatiniu krūviu dirbantiems bei gyvenantiems partnerystėje. Miego kokybė proporcingai blogėjo priklausomai nuo sėdimo laiko.

**Raktažodžiai.** Fizinis aktyvumas; miego kokybė; anestezijos ir intensyviosios terapijos slaugytojai.