

Vilniaus universitetas
Medicinos fakultetas



STUDENTŲ MOKSLINĖS VEIKLOS TINKLO LXXVII KONFERENCIJA



Vilnius, 2025 m. gegužės 16 d.

PRANEŠIMŲ TEZĖS

Leidinį sudarė VU MF Mokslo ir inovacijų
skyriaus Studentų mokslinės veiklos
koordinatore Urtė ŽAKARYTĖ



VILNIAUS
UNIVERSITETO
LEIDYKLA

2025

Mokslo komitetas:

doc. dr. Valdemaras Jotautas
doc. dr. Diana Bužinskienė
prof. dr. Violeta Kvedarienė
prof. dr. (HP) Saulius Vosylius
prof. habil. dr. (HP) Gintautas Brimas
Jaun. m. d. Laura Lukavičiūtė-Navickienė
asist. dr. Agnė Abraitienė
gyd. rez. Domas Grigoravičius
doc. dr. Indrė Trečiokienė
prof. dr. Vaiva Hendrixson
doc. dr. Ieva Stundienė
prof. dr. Eglė Preikšaitienė
lekt. gyd. Andrius Apšega
lekt. gyd. Karolina Žvirblytė-Skrebutėnienė

prof. dr. Pranas Šerpytis
lekt. Artūras Mackevičius
dr. Žymantas Jagelavičius
doc. dr. Agnė Kirkliauskienė
dr. Audra Brazauskaitė
asist. dr. Diana Sukackienė
asist. dr. Žilvinas Chomanskis
doc. dr. Kristina Ryliškienė
dr. Rokas Borusevičius
doc. dr. Saulius Galgauskas
jaun. asist. Andrius Žučenka
Doc. dr. Birutė Brasiūnienė
doc. dr. Jaunius Kurtinaitis
prof. dr. Eugenijus Lesinskas
doc. dr. Goda Vaitkevičienė
prof. dr. Alvydas Navickas

doc. dr. Rima Viliūnienė
prof. dr. (HP) Edvardas Danila
prof. dr. Nomeda Rima Valevičienė
asist. dr. Tomas Aukštikalnis
doc. dr. Vytautas Tutkus
doc. dr. Danutė Povilėnaitė
dr. Andrius Bleizgys
prof. dr. Robertas Stasys Samalavičius
dr. Agnė Jakavonytė-Akstinienė
doc. dr. Jurgita Stasiūnienė
Asist. dr. Arnas Bakavičius
prof. dr. Gilvydas Verkauskas
prof. dr. Sigitas Lesinskienė
asist. dr. Jelena Stanislavovienė
prof. dr. (HP) Janina Tutkuvienė

Organizacinis komitetas:

Ugnė Šilinskaitė
Austėja Zubauskaitė
Aida Kuznecovaitė
Milda Kančytė
Milvydė Marija Tamutytė
Renatas Kedikas
Fausta Timinskaitė
Antanas Simonas Garuolis
Gailė Mikalauskaitė
Gabrielius Leščinskas
Damian Luka Mialkowskyj
Radvilas Jančiauskas
Maksim Čistov
Ugnė Mickutė
Lina Bludžiutė
Augustė Melaikaitė

Mindaugas Smetaninas
Rafal Sinkevič
Raminta Kasteckaitė
Ernestas Gulbickis
Edgaras Zaboras
Benas Matuzevičius
Sylvia Rogoža
Rūta Valiukevičiūtė
Agnė Vasiulytė
Agata Bruzgul
Valentinas Kūgis
Gabrielė Bielinytė
Vėjas Vytautas Jokubynas
Matas Kuncė
Gintė Grubliauskaitė
Milda Černytė

Julija Grigaitytė
Dovydas Stankevičius
Patricija Griškaitė
Povilas Jurgutavičius
Gediminas Gumbis
Joana Leščevskaja
Gabija Marčiulaitytė
Augustinas Stasiūnas
Alicija Šavareikaitė
Odeta Aliukonytė
Milda Eleonora Gričiūtė
Robertas Basijokas
Elvin Francišk Bogdzevič
Rokas Dastikas

ISSN 2783-7831 (skaitmeninis PDF)

© Tezių autoriai, 2025

© Vilniaus universitetas, 2025

PAGYVENUSIO IR VYRESNIO AMŽIAUS ŽMONIŲ GRIUVIMAI IR JŲ PREVENCIJA: SISTEMINĖ ANALIZĖ

Autorius. Ugnė RAMANAUSKAITĖ, IV kursas.

Vadovai. Lekt. Marija SKVARČEVSKAJA (vadovas), doc. dr. Stanislav SABALIAUSKAS (konsultantas), Medicinos fakultetas, Sveikatos mokslų institutas, Slaugos katedra.

Tikslas. Nustatyti pagrindines griuvimų priežastis ir prevencijos priemones pagyvenusio ir vyresnio amžiaus žmonėms.

Metodai. Atlikta sisteminė literatūros analizė, apimanti 15 mokslinių straipsnių, atrinktų iš „Web of Science“, „PubMed“ ir „Google Scholar“ duomenų bazių. Įtraukti 2015–2025 m. tyrimai, kurių populiacija – asmenys nuo 60 metų, o tematika – griuvimų rizika ir prevencija. Dauguma tyrimų buvo kiekybiniai.

Rezultatai. Analizuoti tyrimai atlikti 10 šalių, bendra imtis – 7619 respondentų (vyresnio amžiaus asmenys, slaugytojai, bendruomenėse ir įstaigose gyvenantys žmonės). Biologiniai veiksniai (raumenų ir kaulų sistemų sutrikimai, pusiausvyros problemos, neurologinės ligos) aptarti visuose 15 šaltinių. Elgesio veiksniai minimi 13 šaltinių – fizinio aktyvumo stoka, netinkamas vaistų vartojimas, ypač raminamųjų ir antihipertenzinių vaistų, padidina griuvimų riziką. Socialiniai veiksniai (izoliacija, depresija) analizuoti 9 šaltiniuose – bendruomenės veiklos ir socialinė parama mažina riziką. Aplinkos rizikos veiksniai (baldų išdėstymas, apšvietimas, slidžios grindys) aprašyti 6 šaltiniuose. Prevencijos priemonės aptartos 13 šaltinių, slaugytojų vaidmuo – 11. Veiksmingiausios priemonės – daugiakomponentės strategijos, apimančios fizinį aktyvumą, edukaciją, psichologinę paramą.

Išvados. 1) Griuvimų riziką lemia tarpusavyje susiję veiksniai, apimantys biologinius (pusiausvyros sutrikimai, raumenų silpnumas, lėtinės ligos), elgesio (neadekvatus vaistų vartojimas, nesaugus judėjimas) ir aplinkos (prastas apšvietimas, slidūs paviršiai, nepatogus baldų išdėstymas) aspektus. Daugiau nei pusė pacientų patiria vidutinę arba aukštą griuvimo riziką. 2) Griuvimai sukelia neigiamas pasekmes tiek sveikatai, tiek gyvenimo kokybei. Dažniausiai pasitaikančios fizinės pasekmės – kaulų lūžiai, galvos traumos bei minkštųjų audinių pažeidimai. Griuvimai gali sukelti *griuvimo baimę*, nerimo sutrikimus ir depresiją. Sumažėjęs fizinis aktyvumas, socialinė izoliacija ir savarankiškumo praradimas reikšmingai pablogina gyvenimo kokybę. 3) Pacientams stinga informacijos apie saugų judėjimą ir aplinkos pritaikymą, o slaugytojų žinios apie rizikos veiksnius ir prevenciją yra nepakankamos tam tikrose srityse.

Raktažodžiai. Vyresni žmonės; griuvimai; priežastys; prevencija; slaugytojai.