

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 Žučėnka
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-Akstininė
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 Francišek Bogdzevič
Rokas Dastikas

ISSN 2783-7831 (skaitmeninis PDF)

© Tezių autoriai, 2025

© Vilniaus universitetas, 2025

NĖŠČIŲJŲ SVEIKATOS RAŠTINGUMO, FIZINIO AKTYVUMO IR ASMENINĖS GEROVĖS SĄSAJOS: TYRIMO METODIKOS KONCEPTUALIZAVIMAS

Autorius. Sandra ZELIONKAITĖ-DAMKEVIČĖ, III kursas.

Vadovas. Doc. dr. Stanislav SABALIAUSKAS, VU MF Sveikatos mokslų institutas, Slaugos katedra.

Tikslas. Pagrįsti ir konceptualizuoti nėščiąjų sveikatos raštingumo, fizinio aktyvumo ir asmeninės gerovės tarpusavio sąsajų tyrimo metodiką.

Metodai. Tyrimas atliktas remiantis mokslinės literatūros analize. Literatūros šaltinių atrankai taikyti iš anksto numatyti įtraukimo ir neįtraukimo kriterijai. Duomenų atranka atlikta, remiantis šaltiniais iš duomenų bazės *PubMed* ir mokslinės informacijos paieškos sistema *Google Scholar*. Literatūros šaltinių paieška orientuota į validuotų tyrimų instrumentų, tinkamų holistiniam nėščiąjų sveikatos raštingumo tyrimui.

Rezultatai. Nėštumo laikotarpis pasižymi reikšmingais fiziniais, emociniais ir psichologiniais pokyčiais. Todėl nėščiąjų sveikatos raštingumas – gebėjimas suprasti, vertinti ir taikyti sveikatos informaciją – tampa itin svarbiu veiksniu, darančiu tiesioginę įtaką moters ir vaisiaus sveikatai. Sveikatos raštingumas lemia fizinio aktyvumo pasirinkimus, kurie savo ruožtu teigiamai veikia nėščiąjų fizinę ir psichologinę gerovę – mažina komplikacijų riziką, mažina stresą bei padeda išvengti pogimdyminės depresijos. Nepaisant įrodyto fizinio aktyvumo poveikio, didžioji dauguma nėščiąjų (iki 89 proc.) yra fiziškai neaktyvios, dažnai dėl informacijos stygiaus ar negebėjimo ją taikyti.

Atsižvelgiant į Pasaulio sveikatos organizacijos įspėjimus dėl fizinio neaktyvumo masto ir jo pasekmių, tampa ypač aktualu sistemškai įvertinti šių veiksnių sąsajas. Nors atskirai sveikatos raštingumo, fizinio aktyvumo ir gerovės veiksniai yra išnagrinėti, jų tarpusavio sąveika iki šiol mažai tirta. Literatūros analizė leido atrinkti validuotus instrumentus – Europos sveikatos raštingumo klausimyną (HLS-EU-Q47), Pasaulinį fizinio aktyvumo klausimyną (GPAQ) ir Pasaulio sveikatos organizacijos gerovės skalę (WHO-5), kurių tarpusavio dermė sudaro pagrindą visapusiškai įvertinti sveikatos raštingumo, fizinio aktyvumo ir nėščiąjų gerovės sąsajas. Šių instrumentų integruotas taikymas leidžia sistemškai analizuoti, kaip sveikatos raštingumas gali lemti fizinio aktyvumo pasirinkimus, o šie – daryti įtaką nėščiosios gerovei.

Išvados. Literatūros analizė išryškino nėščiąjų sveikatos raštingumo, fizinio aktyvumo ir asmeninės gerovės sąsajų tyrimų trūkumą, kas sudaro prielaidas tolimesniems tyrimams ir praktinėms sveikatos stiprinimo iniciatyvoms nėščiąjų grupėje, integruojant Europos sveikatos raštingumo klausimyną, Pasaulinį fizinio aktyvumo klausimyną ir PSO gerovės skalę kaip kompleksinius vertinimo įrankius, leidžiančius holistiškai įvertinti nėščiąjų sveikatos raštingumą, su sveikata susijusį elgesį bei asmeninę gerovę.

Raktažodžiai. Sveikatos raštingumas; fizinis aktyvumas; asmeninė gerovė; nėštumas; konceptualizavimas.