

*Nebojša Nešić
Vesna Šeper
Dražen Pejić*

INCIDENCIJA BOLI KOD STUDENATA DRUGE GODINE STUDIJA FIZIOTERAPIJE VELEUČILIŠTA LAVOSLAV RUŽIČKA U VUKOVARU

1. UVOD

Kada se razgovara o boli koriste se mnogi različiti termini, odnosno različiti autori na različite načine definiraju termin boli. Na osnovi toga stvorila se potreba o definiranju boli, a prema drugom izdanju International Association for the Study of Pain (IASP) klasificirana je kronična bol i najčešće korišteni termini.

Postoji i više načina za mjerenje boli, a ako je moguće, samoprocjena je primarni izvor podataka. (Huguet, i dr., 2010)

Bol je neugodan senzorički i emocionalni doživljaj povezan sa stvarnim, ili potencijalnim oštećenjem tkiva.

Akutna bol - bol izazvana ozljedom tjelesnog tkiva i nastala aktivacijom bolnih pretvornika (nociceptora) na mjestu nastanka ozljede, stanje akutne boli traje relativno kratko vrijeme.

Kronična bol - bol izazvana ozljedom, ili bolešću čiji je uzrok i patogenetske i fizičke prirode, traje kroz duži vremenski period. (Turk, D.C., Okifuji, A., 2010)

National Center for Health Statistics u SAD-u, utvrdio je kako 76,5 milijuna Amerikanaca pati od kronične boli, najčešće izazvane lumbagom, ili artritisom. (Suddath, 2011)

Bol se kategorizira prema trajanju, prema lokalizaciji i prema uzroku, ili tipu. Aktivacija nociceptora uzrokuje bol, bez obzira na to kako je kategorizirana. U skladu s tim, nociceptori su ključni igrači u razumijevanju mehanizama upravljanja boli.

Nociceptori su prisutni u koži, mišićima, zglobovima i trbušnoj šupljini, a gustoća inervacije varira između kao i unutar tkiva. Nociceptori su periferni senzorni terminali. (Gold, M.S., Gebhart, G.F., 2010)

Napredak u spoznaji neurofiziologije boli rezultirao je razvojem novih farmakoloških agenasa, sofisticiranih kirurških zahvata te naprednih tehnologija za liječenje boli. Usprkos ovom napretku, liječenje boli ostaje nedostižan cilj. Prema National Institutes of Health bol je jedan od najčešćih zdravstvenih problema, tzv. tiha epidemija. Samo je u SAD-u 1998. godine potrošeno oko 100 milijardi dolara na zdravstvenu njegu, u čijoj su pozadini bili problemi sa boli. (Lippe, i dr., 2010)

Bez obzira na tretman, smanjenje boli u prosjeku je samo oko 35%, a manje od 50% osoba tretiranih ovim intervencijama unaprijedilo je svoj emocionalni, fizički i socijalni oblik funkcioniranja. Prijašnja istraživanja ukazuju i kako žene imaju češće probleme s boli nego muškarci. (Stubbs, i dr., 2010)

Osobe s kroničnom boli osjećaju kako ih liječnici, poslodavci, pa čak i članovi obitelji okrivljuju kada njihovo stanje ne reagira na liječenje. Smatra se kako pojedinac želi dobiti pozornost, izbjeći određene aktivnosti ili se osloboditi obveza. Također se i ukazuje na to kako bol nije prava, kako je stanje pretjerano te kako je sve u glavi - „psihogeno“. (Turk, i dr., 2010)

2. CILJ RADA

Cilj rada bio je utvrditi incidenciju boli kod studenata II. godine studija fizioterapije Veleučilišta Lavoslav Ružička u Vukovaru, najčešću lokalizaciju boli te njezine karakteristike, koriste li se kakvi lijekovi u kontroli boli i koji te koliko bol remeti svakodnevno funkcioniranje.

3. MATERIJALI I METODE RADA

Kratak upitnik o boli proveden je među studentima II. godine studija fizioterapije Veleučilišta Lavoslav Ružička u Vukovaru. Upitnik sadrži 9 izjava koje opisuju karakteristike boli te je uz svaku izjavu pridružena numerička analogna skala (NRAS) s rasponom brojeva od 0 do 10, na kojoj su studenti trebali označiti u kojoj mjeri navedena izjava odgovara njihovom stanju. Također su na karti tijela, koja se nalazila na samom početku upitnika, trebali označiti najčešću lokalizaciju boli.

4. REZULTATI I RASPRAVA

U anketi je sudjelovalo 63 studenta druge godine studija fizioterapije Veleučilišta Lavoslav Ružička u Vukovaru. Od ukupnog broja anketiranih 32 su studentice, a 31 je student.

Među anketiranim studentima njih 8 nema nikakve bolove, i to prema raspodjeli po spolu 7 studenata nema nikakvih bolova, dok je samo 1 studentica bez bolova.

Kao najčešće mjesto boli ispitanici su naveli lumbalnu kralješnicu, njih 8, zatim torakalnu kralješnicu 6 i donje ekstremitete 6, dok su 2 ispitanika navela područje cervikalne kralješnice i 2 ispitanika područje gornjih ekstremiteta kao najčešće mjesto boli.

Kod 12 ispitanica najčešće mjesto boli je lumbalna kralješnica, zatim gornji ekstremiteti kod njih 8, torakalna kralješnica kod 5 ispitanica, kao i donji ekstremiteti

kod 5 ispitanica. Samo su 2 ispitanice navele cervikalnu kralješnicu kao najčešće mjesto boli.

Na numeričkoj analognoj skali studenti su trebali označiti najjaču i najmanju bol u proteklih tjedan dana prije anketiranja te trenutačnu bol u trenutku anketiranja.

Prosječna najjača bol među svim anketiranim ispitanicima iznosila je 3,42, a među svim anketiranim ispitanicama 3,90.

Prosječna najmanja bol među svim anketiranim ispitanicima iznosila je 0,96, a među svim anketiranim ispitanicama 1,16.

U trenutku anketiranja 5 ispitanika i 11 ispitanica osjećalo je bol, a prosječna trenutačna bol kod ispitanika iznosila je 0,70, a kod ispitanica 1,54. Ostalih 19 ispitanika i 20 ispitanica nije imalo bolove u trenutku anketiranja.

Protiv bolova 6 ispitanika je koristilo lijekove, samo 1 ispitanik hidroterapiju, što je rezultiralo olakšanjem boli za prosječno 14%. Ostalih 17 ispitanika nije koristilo ništa protiv bolova. Kod ispitanica njih 28 je koristilo lijekove analgetike, što im je olakšalo bol u prosjeku za 21,6%. Ostale 3 ispitanice nisu koristile ništa protiv bolova.

U procjeni utjecaja boli na svakodnevnu aktivnost procjenjivan je utjecaj na opću aktivnost, raspoloženje, sposobnost hodanja, odnose s drugim ljudima, spavanje i uživanje u životu koristeći numeričku analognu skalu gdje je 0 označavala stanje kada bol uopće ne smeta u svakodnevnim aktivnostima, a 10 potpuno ometa svakodnevne aktivnosti.

Kod anketiranih ispitanika bol u prosjeku najviše remeti raspoloženje 1,33, hod 1,33 i opće aktivnosti 1,30, a najmanje ima utjecaja na odnose s drugim ljudima 0,54.

Kod anketiranih ispitanica bol u prosjeku najviše utječe na raspoloženje 3,26, opću aktivnost 2,49 i uživanje u životu 2,03, a najmanje na odnose s drugim ljudima 1,23.

5. ZAKLJUČAK

Među svim anketiranim studentima više je bilo ispitanika nego ispitanica bez boli što se može objasniti pojavom boli kod ispitanica koja ne pripada redovitim bolovima. I kod jednih i kod drugih najčešća lokalizacija boli je u lumbalnoj kralješnici što se može objasniti pretežno sjedilačkim načinom života. Bol je subjektivan doživljaj te ju jačom percipiraju ispitanice nego ispitanici. Analgetike protiv bolova češće koriste ispitanice, nego ispitanici te im to donosi i veće olakšanje. Analizirajući utjecaj boli na svakodnevne aktivnosti najviše su bolom pogođeni raspoloženje, opće aktivnosti i hod te uživanje u životu, a najmanje odnosi s drugim ljudima i to više kod ispitanica nego kod ispitanika.

6. LITERATURA

1. Gold, M.S., Gebhart, G.F. (2010): Peripheral Pain Mechanisms and Nociceptor Sensitization. U: Fishman, S.M., Ballantyne, J.S., Rathmell, J. P.: *Bonica's Management of Pain* (4th Edition). Lippincott Williams & Wilkins, 2010.
2. Huguet, A., Stinson, J., McGrath, Patrick, J. (2010.). Measurement of self-reported pain intensity in children and adolescents: Journal of Psychosomatic Research. 68 (4), (str.329-336).
3. Lippe, Philipp, M., Brock, C., David, J., Crosno, R., Gitlow, S: The First National Pain Medicine Summit-Final Summary Report: Pain Medicine. 11 (10), (str. 1447-1468).
4. Stubbs, D., Krebs, E., Bair, M., Damush, T., Jingwei, W., Sutherland, J., Kroenke, K. Seks Differences in Pain and Pain-Related Disability among Primary Care Patients with Chronic Musculoskeletal Pain: Pain Medicine. 11 (2), (str. 232-239).
5. Suddath, C. Living with Pain: Time. 177 (9), (str. 72-79).
6. Turk, D. C., Okifuji, A. (2010): Pain Terms and Taxonomies of Pain. U: Fishman, S.M., Ballantyne, J.S., Rathmell, J. P.: *Bonica's Management of Pain* (4th Edition). Lippincott Williams & Wilkins, 2010.
7. Turk, D.C., Swanson, K.S., Wilson, H.D. (2010): Psychological Aspects of Pain. U: Fishman, S.M., Ballantyne, J.S., Rathmell, J. P.: *Bonica's Management of Pain* (4th Edition). Lippincott Williams & Wilkins, 2010.