



Ei-akuutin iskeemisen aivohalvauspotilaan kestävyyskuntoutus.

Arvioitiin riskitekijöiden vähenemistä ja elämän laatutekijöitä 10 viikon mittaisella sydänkuntoutusohjelmalla.

Interventio: 47 kotona asuvaa potilasta. Tutkimus käsitti 10 viikon mittaisen ergometriharjoittelun (MOTOmed) aerobisella intensiteetillä, kaksi kertaa viikossa 30 minuuttia. Harjoittelun tehoksi määriteltiin 50-60% potilaan sykemaksimista. Intensiteettimäärityksessä käytettiin Karvosen kaavaa $THR = (HR_{max} - HR_{rest})(50-60\%) + HR_{rest}$. Vastus ja pojentanopeus säädettiin päivittäin progressiivisen kehityksen mukaisesti.

Tulokset:

Hapenottokyky parani keskimäärin 14%. RPE kuormittumistuntemus väheni 7%. Voimantuottoa kuvaava poljentehomaksimi parani 33%. Pelko- ja mieliala kohenivat HADS-skaalla 20-50%.



KUNTOVÄLINE OY
Oltermannintie 8, Helsinki
Puh. 09 752 75301
www.kuntovaline.fi

A pilot randomized controlled trial to evaluate the benefit of the cardiac rehabilitation paradigm for the non-acute ischemic stroke population.

OliveLennon, Aisling Carey ...

Clinical Rehabilitation 2008; 22: 125-133

FES parantaa motorista kuntoutumista. MOTOMed-terapia ja FES synkronoitu.



Raajojen toistuvat luonnolliset tai lähes luonnolliset liikkeet ovat tärkeitä aivohalvauspotilaiden motorisen oppisen ja toipumisen kannalta.

(Nelles et al (7))

Tomografia tutkimuksissa on havaittu aivojen aktivoituvan samaan tapaan olipa kysymyksessä passiivinen tai aktiivinen liike.

(Nelles et al (7), Weiler et al (10))

Tutkimustulosten mukaan afferentin hermosolun synaptinen aktiivisuus lisääntyy ja sensorisen ja motorisen systeemin uudelleen organisoitumista tapahtuu pian aivohalvauksen jälkeen.

Functional Electrical Stimulation Improves Motor Recovery of the Lower Extremity and Walking Ability...

A randomized Placebo-Controlled Trial

Tiebin Yan, MD...2004

Interventio: 3 viikkoa, 5 päivänä viikossa, 30 min FES terapiaa kylkimakuuasennossa, raaja kevennetynä. Elektroterapia annettiin ohjelmoitusti siten, että raajaan tuotettiin kävelyä muistuttava rytminen liike. Aktivoidut lihakset quadriceps, hamstring, tibialis anterior, medial gastrocnemius.

FES pulssi 0,3 ms 30 Hz, voimakkuudella 20 - 30 mA.

Tulokset 3 viikon kuntoutuksen jälkeen: spastisuus n 50% pienempi ja dorsiflexio voimantuotto n. 2 kertaa suurempi kuin perinteisessä kuntoutusryhmässä.



KUNTOVÄLINE OY

Oltermannintie 8, 00620 Helsinki

Puh. 09 752 75301, 752 75305

www.kuntovaline.fi

Email: kuntovaline@kolumbus.fi