



**Klaipėdos
universitetas**

Sveikatos
mokslų fakultetas



**Klaipėdos
universitetas**

30
metų

**XXI-OJI NACIONALINĖ MOKSLINĖ
KONFERENCIJA
„Į SVEIKĄ GYVENSENĄ IR SKAIDRIĄ BŪTĮ
VYDŪNO KELIU“**

Konferencijos pranešimų medžiaga



Klaipėda, 2021

Leidinio bibliografinė informacija pateikiama Lietuvos nacionalinės
Martyno Mažvydo bibliotekos Nacionalinės bibliografijos duomenų banke (NBDB)

Mokslinis komitetas:

Pirmininkas: prof. dr. Artūras Razbadauskas,
Klaipėdos universiteto rektorius

Nariai:

prof. habil. dr. Algimantas Kirkutis
prof. dr. Elvyra Acienė
prof. habil. dr. Ingrida Baranauskienė
prof. dr. (hp) Leta Dromantienė
prof. dr. Arvydas Martinkėnas
prof. dr. Daiva Mockevičienė
prof. dr. Sigutė Norkienė
doc. dr. Aelita Skarbalienė
prof. habil.(hp) dr. Dalia Marija Stančienė
prof. dr. Asta Šarkauskienė
doc. dr. Marija Truš

Organizacinis komitetas:

Pirmininkė: Goda Sakalauskaitė

Nariai:

prof. dr. Birutė Anužienė
Dainius Aponkus
Erika Butkutė
lekt. dr. Sigita Derkintienė
lekt. Rita Gikarienė
Juozas Ivanauskas
doc. dr. Asta Kiaunytė
lekt. Viktorija Lukminaitė
lekt. Jurgita Raišutienė
Tatjana Žuravlioiva

Leidinio sudarytoja:

prof. dr. Birutė Anužienė

© Klaipėdos universitetas, 2021

ISBN 978-609-481-100-5

MOTERŲ, TURINČIŲ ANTSVORĮ IR NUTUKIMĄ, GYVENIMO KOKYBĖS VERTINIMAS

Viktorija Tarasenko, dr. Kęstutis Jacikevičius

Klaipėdos universitetas, Sveikatos mokslų fakultetas, Holistinės medicinos ir reabilitacijos katedra

Antsvoris ir nutukimas yra apibrėžiami kaip nenormalus arba per didelis riebalų kaupimasis, kuris gali pakenkti sveikatai. Šiuo metu, kiekvienais metais, dėl sėslaus gyvenimo būdo vis daugėja žmonių turinčių antsvorį ar nutukimą. Manoma, kad net 1,5 milijonai pasaulio gyventojų turi antsvorį. Antsvoris ir nutukimas yra penkta mirties rizikos priežastis, todėl kasmet pasaulyje miršta apie 2,8 milijonai žmonių, dėl nenormalaus svorio padidėjimo sukeltų ligų. Atlikti tyrimai rodo, kad didėjanti kūno masė neigiamai veikia asmenų, turinčių antsvorį ar nutukimą, net tik fizinę sveikatą, bet ir kognityvines funkcijas, dėl šių priežasčių taip pat pablogėja gyvenimo kokybė.

Tikslas – įvertinti moterų, turinčių antsvorį ir nutukimą, gyvenimo kokybę.

Metodika. 2020 m. sausio mėnesį buvo atliktas kiekybinis tyrimas, naudojant anketinės apklausos metodą. Tiriamosioms buvo pateikta tyrimo autorės sudaryta anketa, demografiniams duomenims surinkti, bei SF-36 klausimynas – gyvenimo kokybei įvertinti. Tyrimo populiaciją sudarė moterys, turinčios antsvorį arba nutukimą. Antsvoriui ir nutukimui nustatyti, buvo skaičiuojamas respondenčių KMI (kūno masės indeksas). Statistinis duomenų apdorojimas atliktas SPSS 21 programos paketu.

Rezultatai. Iš viso tyrime dalyvavo 97 moterys, kurių amžiaus vidurkis buvo $39,0 \pm 9,9$ metai. 39,2 proc. moterų turėjo antsvorį ir 60,8 proc. – nutukimą. Nustatyta, kad visų respondenčių gyvenimo kokybė buvo sutrikusi visuose aštuoniuose srityse (fizinio aktyvumo, veiklos apribojimų dėl fizinių apribojimų, veiklos sutrikimų dėl emocinių problemų, skausmo, socialinės sferos, energingumo / gyvybingumo, emocinės būklės, bendros sveikatos būklės vertinimo). Tiriamųjų turėjusių antsvorį, labiausiai sutrikusi buvo energingumo / gyvybingumo gyvenimo kokybės sfera, o turėjusių, nutukimą – bendros sveikatos būklės vertinimo sritis. Palyginus tiriamųjų moterų, turėjusių antsvorį ir nutukimą, gyvenimo kokybę nustatyti statistiškai reikšmingi ($p < 0,05$) skirtumai fizinio aktyvumo, emocinės būklės ir bendros sveikatos būklės vertinimo srityse.

Išvados. Įvertinę moterų, turinčių antsvorį ir nutukimą, gyvenimo kokybę nustatėme, kad moterų, turinčių antsvorį ir nutukimą, gyvenimo kokybė pablogėjusi visose aštuoniuose gyvenimo kokybės srityse pagal SF-36 klausimyną.

Reikšminiai žodžiai: antsvoris, nutukimas, gyvenimo kokybė

Literatūra:

- Heijnen, S., Hommel, B., Kibele, A., Colzato, L. S. 2016. Neuromodulation of Aerobic Exercise – A Review. *Frontiers in Psychology*, vol. 7(6), p. 1890-1895
- Lee, Bo-Ae, Oh, Duk-Ja. 2014. The effects of aquatic exercise on body composition, physical fitness, and vascular compliance of obese elementary students. *Journal of Exercise Rehabilitation*, vol. 10 (3), p. 184-190.
- Mirmiran, P., Ghorbani, Z., Hosseini-Esfahani, F. 2017. A Narrative Review of Obesity and Its Associated Complications in Iranian Women. *Women's Health Bull*, 4 (2), p. 405-446.
- Nguyen, J. C. D., Killcross, A. S., Jenkins, T. A. 2014. Obesity and cognitive decline: role of inflammation and vascular changes. *Frontiers in Neuroscience*, vol. 8, p. 375-380.