

Kristina Kovač Durmiš¹
Đurđica Babić-Naglić¹
Ivana Pavlič-Renar²
Maja Baretić²
Porin Perić¹
Nadica Laktašić-Žerjavić¹
Iva Žagar¹

¹Klinika za reumatske bolesti i rehabilitaciju
Klinički bolnički centar Zagreb

²Zavod za endokrinologiju
Klinika za unutarnje bolesti
Klinički bolnički centar Zagreb

Tjelesna aktivnost bolesnika sa šećernom bolesti tip 1

Physical activity in patients with diabetes mellitus type 1

Šećerna bolest tip 1 je kronična bolest koja prvenstveno pogađa mlađu populaciju te uključuje kompleksne mjere liječenja edukacijom, dijetom, inzulinom i tjelesnom aktivnošću.

U istraživanju je sudjelovalo 28 bolesnika sa šećernom bolesti tip 1 obrađivanih u sklopu dnevne bolnice Zavoda za endokrinologiju. Razina tjelesne aktivnosti procijenjena je Međunarodnim upitnikom tjelesne aktivnosti (eng. *International Physical Activity Questionnaire* - IPAQ) koristeći četiri dimenzije: tjelesna aktivnost na poslu, tjelesna aktivnost u prijevozu, kućanski poslovi i tjelesna aktivnost u slobodno vrijeme. Rezultati su prikazani u MET minutama tjedno kao kontinuirane varijable te klasifikacijom u 3 stupnja ukupne razine tjelesne aktivnosti (visoki, umjereni, niski).

Od ukupnog broja ispitanika 3 je isključeno zbog nepravilno ispunjenog upitnika te 1 zbog postojanja klinički značajnog funkcionalnog deficita donjih udova.

Prosječna dob ispitanika bila je 32,96 godina (SD 10,16), a prosječno trajanje bolesti 15,00 godina (SD 9,62). Od ukupnog broja analiziranih njih 9 (37,5%) imalo

je razvijene komplikacije osnovne bolesti. Najučestalija razina tjelesne aktivnosti bila je ona visokog stupnja (66,7%), zatim umjerenog (20,8%) i niskog stupnja (12,5%).

Medijan za pojedinačnu IPAQ dimenziju iznosio je 0,00 (0,00-21.600,00) za tjelesnu aktivnost na poslu; 297,00 (0,00-1.386,00) za tjelesnu aktivnost u prijevozu; 727,50 (0,00-9.180,00) za kućanske poslove te 678,00 (0,00-6.714,00) za tjelesnu aktivnost u slobodno vrijeme.

Medijan ukupne razine tjelesne aktivnosti bio je 9.065,00 MET minuta tjedno (594,00-20.604,00) za osobe muškog spola (N=12,50%) i 5.335,50 (0,00-22515,00) za osobe ženskog spola (N=12,50%) bez statistički značajne razlike među skupinama.

Značajna proporcija ispitanika sa šećernom bolesti tip 1 (87,5%) spada u skupinu visoko i umjereni tjelesno aktivnih osoba što pridonosi boljoj kontroli bolesti i sprečavanju kasnih komplikacija. Nema razlike u ukupnoj razini tjelesne aktivnosti među spolovima.

Ključne riječi: šećerna bolest tip 1, tjelesna aktivnost, međunarodni upitnik tjelesne aktivnosti