

**UTJECAJ VJEŽBI NA CIRKULARNOST NATKOLJENICE
DESNE I LIJEVE NOGE KOD OSTEOARTRITISA KOLJENA**
**INFLUENCE OF EXERCISES ON RIGHT AND LEFT THIGH
CIRCUMFERENCE IN KNEE OSTEOARTHRITIS**

Senka Rendulić Slivar

Cilj rada je procjena učinka vježbi snaženja stabilizatora koljena u bolesnika s osteoartritisom koljena na cirkularnost lijeve, odnosno desne natkoljenice i utvrditi postoje li razlike s obzirom na dominantnu stranu tijela.

Provedeno je istraživanje na 30 ispitanika-dešnjaka liječenih u Bolnici Lipik, prosječne životne dobi 70 godina, s osteoartritisom koljena bez značajnije razlike u simptomima bolesti s obzirom na lijevo i desno koljeno. Dnevno su provođene skupne vježbe u termomineralnoj vodi (30 minuta) i individualna medicinska gimnastika (30 minuta) programirana za snaženje stabilizatora koljena kroz 2 tjedna. Na početku i kraju tretmana izmjeren je opseg natkoljenice 10 cm iznad gornjeg ruba patele ($M \pm SD$) sa centimetarskom vrpcom (mm). Dobivene vrijednosti lijeve i desne strane uspoređene su t-testom. Podaci su obrađeni SPSS progra-

mom za Windowse, verzija 15.0. Statistička značajnost je uzeta za razinu 0,05.

Cirkularnost natkoljenice bila je desno početno $486,0 \pm 9,3$; završno $492,8 \pm 8,8$ mm. Lijevo je izmjerena početno $486,7 \pm 8,1$ mm, a završno $490,7 \pm 7,9$ mm. Značajna razlika nađena je s obzirom na početna i završna mjerenja desno ($p < 0,05$). Uspoređivanjem dobivenih vrijednosti cirkularnosti lijeve i desne noge niti početno, niti završno nije nađena statistički značajna razlika ($p > 0,05$).

Primjenom vježbi u starijih dešnjaka s osteoartritisom koljena bez jasne lateralizacije simptoma, uočeno je početno povećanje cirkularnosti obje natkoljenice bez veće asimetrije, izrazitije na dominantnoj strani tijela.

Ključne riječi: cirkularnost natkoljenice, vježbe, osteoartritis koljena