
Krioterapija hladnim zrakom i ledom u bolesnika s reumatoidnim artritisom - pilot studija

Local Cryotherapy with Cold Air and Ice in Patients with Rheumatoid Arthritis

Kristina Kovač Durmiš, Nikolino Žura, Nadica Laktašić-Žerjavić,
Andreja Matijević, Josip Draženović, Iva Žagar, Porin Perić

Klinika za reumatske bolesti i rehabilitaciju, KBC Zagreb

Uvod

Krioterapija je učinkovita i često primjenjivana metoda fizikalne terapije za liječenje boli i upale u reumatskim bolestima.

Cilj

Cilj rada bio je usporedba učinka lokalne krioterapije hladnim zrakom i masažom ledom na bol i snagu stiska šake u bolesnika s reumatoidnim artritisom (RA).

Metode i ispitanici

Bolesnici s dijagnozom RA (N=10) hospitalizirani u Klinici za reumatske bolesti i rehabilitaciju podvrgnuti su jednokratnom standardnom postupku kriomasaže obje šake ledom tijekom 5 minuta te sljedeći dan lokalnoj krioterapiji hladnim zrakom (-30 st. C) tijekom 5 minuta (uređaj Zimmer, Cryo 6). Praćeni parametri bili su bol u šaci mjereno numeričkom ljestvicom boli (0-10) te snaga stiska obje šake mjereno digitalnim dinamometrom u kilogramima (uređaj Seahan, Model SH5003) neposredno prije i neposredno nakon krioterapije te 30, 60 i 90 minuta nakon postupka. Učinjena je osnovna deskriptivna statistička analiza te korelacija s t- testom za zavisne uzorke.

Rezultati

Prosječna razina boli prije postupka bila je 3,4 ($\pm 2,7$ SD) te 2,5; 2,2; 2,1; 2,0 neposredno nakon, 30, 60 i 90 minuta nakon krioterapije hladnim zrakom. U skupini s krioterapijom ledom prosječna razina boli prije postupka bila je 4,0

($\pm 2,4$ SD) te 2,7; 2,6; 2,9; 3,0 neposredno nakon, 30, 60 i 90 minuta nakon postupka. Deskriptivnom analizom (aritmetička sredina) za varijablu snaga stiska šake dobiveno je da je ista najveća neposredno nakon primjene hladnog zraka, dok je u skupini koja je tretirana ledom snaga šake bila podjednako povećana tijekom svih mjerenja.

Rasprava/zaključak

Primjenom oba krioterapijska postupka došlo je do smanjenja boli i poboljšanja snage stiska šaka. Razlike među skupinama nisu bile statistički značajne što je očekivani rezultat obzirom na veličinu uzorka. Ispitanici su subjektivno ugodnijom doživjeli krioterapiju hladnim zrakom što se može protumačiti načinom prijenosa topline (strujanje) kod kojeg ne dolazi do izravnog dodira krute tvari (cilindra leda) s bolešću zahvaćenim tkivom.

Ključne riječi: krioterapija, led, hladni zrak, reumatoidni artritis, bol, snaga stiska šake