

---

# Učinak fizikalne terapije na pokretljivost, bolnost i funkcionalne indekse kod bolnog ramena u radno aktivne populacije

---

The effect of physical therapy treatment on shoulder pain, mobility and functional index in the working population

Jure Aljinović, Ljupka Barić, Johanna Dirkwinkel,  
Ana Poljičanin, Tonko Vlak

KBC Split, Hitna pomoć Špiltsko-dalmatinske županije

## Uvod

Izvanzglobni reumatizam u području ramenog zgloba jedan je od najčešćih razloga posjeta radno aktivne populacije fizijatrijskoj ambulanti. Pregledavajući literaturu, stanja kao kalcificirajući tendinitis rotatorne manžete, sindrom subakromijalnog sraca, i burzitis u području ramena opisana su kao glavni uzroci privremene nesposobnosti obavljanja profesionalne aktivnosti. Dijagnoza periartritis humeroskapularis (PHS), razvojem moderne dijagnostike, ne bi se trebala više koristiti.

## Cilj

Cilj istraživanja bio je utvrditi učinkovitost fizikalne terapije na pokretljivost ramena, bol koju pacijent osjeća, te utvrditi moguću povezanost razvoja izvanartikularnog reumatizma i tipa posla koju pacijent obavlja.

## Metode i ispitanici

Studija se provodila od ožujka 2017. do siječnja 2018. godine na Zavodu za fizikalnu medicinu i rehabilitaciju KBC-a Split. Ispitanici su bili radno aktivna populacija koja je obavljala fizikalnu terapiju. Istraživanjem je obuhvaćeno 36 ispitanika (od 38 do 62 godine), od čega 30 žena i 6 muškaraca. Pacijenti koji su imali veće parcijalne i potpune rupture tetiva rotatorne manžete ili prijelom humerusa nisu uključeni u istraživanje.

## Rezultati

Zabilježene dijagnoze: kalcificirajući tendinitis (54%), subakromijalni impingement (14%), osteoartritis (14%), adhezivni kapsulitis (11%), a parcijalne rupture tetiva i instabilitet ramena u manje od 5% slučajeva. Pacijenti su imali RTG (83%), UZV (53%) te MR (19%). Pušilo je 47% ispitanika, a alkohol konzumiralo 14%. Nije utvrđena razlika između vrste posla i boli u ramenu, 20 ispitanika ima fizički, a 16 uredski tip posla. Kod 58% ispitanika riječ je o prvoj, a u 42% o ponovljenoj fizikalnoj terapiji. Nakon fizikalne terapije statistički značajno je povećana pokretljivost ramena i to abdukcija i antefleksija dok je statistički značajno smanjena bol nakon fizikalne terapije prema VAS ljestvici (VAS prije  $7.6 \pm 1.6$ , VAS poslije  $4.5 \pm 2.1$ ).

## Rasprava/zaključak

Istraživanjem smo utvrdili blagotvoran učinak fizikalne terapije na smanjenje bola u ramenu i na povećanje opsega pokreta. Kvalitetan pregled i prethodna radiološka dijagnostika dovodi do boljeg razumijevanja uzroka bolnosti i kvalitetnijeg liječenja.

**Ključne riječi:** rame, bol, kontraktura, VAS, fizikalna, terapija