
TOTALNA SPINALNA ANKILOZA U ANKILOZANTNOM SPONDILITISU - VJEŽBATI ILI NE?

TOTAL SPINAL ANKYLOSIS IN ANKYLOSING SPONDYLITIS - TO EXERCISE OR NOT?

FRANE GRUBIŠIĆ (franegrubisic@gmail.com)

Hana Skala Kavanagh (hana.skala@kbcsm.hr)

Ines Doko Vajdić (inesdoko@yahoo.com)

Simeon Grazio (simeon.grazio@kbcsm.hr)

Klinika za reumatologiju, fizikalnu medicinu i rehabilitaciju, Medicinski fakultet Sveučilišta u Zagrebu,
Referentni centar za spondiloartritis Minist

CILJ

Totalna spinalna ankiloza (TSA) u ankilozantnom spondilitisu (AS) odnosi se na radiološku definiciju (peti stadij bolesti prema modificiranim NY kriterijima iz 1984. god.: difuzna fuzija ($\geq 80\%$) kralješnice, ≥ 2 spinalna segmenta (≥ 20 kralježaka). Prema postojećim preporukama, medicinske su vježbe, i kod ove grupe pacijenata, sastavani dio nefarmakološkog pristupa u liječenju. Cilj. Utvrditi pregledom literature učinkovitost medicinskih vježbi kod pacijenata s AS i TSA.

METODE

Pretraživanje baza podataka (Pubmed) obavljeno je korištenjem slijedećih ključnih riječi: (spondylitis ankylosing) AND (total spinal ankylosis) AND (exercise OR rehabilitation). Vremenski period pretraživanja je bio 01.01.2000-31.12.2023. god. Vrste pretraživanih publikacija su bile sustavni pregledi, meta-analize i pregledi radovi. Od osam pronađenih publikacija, ukupno ih je sedam uključeno u razmatranje

REZULTAT

Program fizikalne terapije pod nadzorom se pokazao djelotvornijim u smanjenju simptoma bolesti u usporedbi s individualnim programom ili provođenjem bez nadzora. Kontrolirane studije pokazuju kako se najbolje poboljšanje postiže kombinacijom ambulantskog i stacionarnog programa

fizikalne terapije. Sustavni pregled i meta analiza Lianga i sur. pokazala je kako hidrokineziterapija može smanjiti intenzitet boli (SMD -0.33, 95% CI: -0.57 to -0.09, $p=0.007$) i aktivnost bolesti kod osoba s AS (SMD -0.48, 95% CI: -0.77 to -0.18, $p=0.001$), ali ne može poboljšati funkcionalni kapacitet i pokretljivost kralješnice. Ciljano vježbanje omogućuje održavanje posture i obrasca hoda, sprječava daljnji gubitak mišićne i koštane mase, te poboljšava kardiovaskularni i respiratorni fitness.

ZAKLJUČAK

Unatoč malom broju publikacija i kvalitetnih dokaza o tipu i učinkovitosti vježbi, mišljenja smo kako ciljano vježbanje kod bolesnika s TSA u AS ima važnost u održanju funkcionanosti i smanjenju aktivnosti bolesti.