

Forskningsprojekt 2020

Titel: Hur påverkar en interventionsperiod med stavgång maximal gånghastighet, uthållighet och steglängd hos barn och ungdomar med Cerebral Pares?

Namn: Camilla Frondelius, Sjukgymnast, Habiliteringsverksamheten Region Sörmland

Sammanfattning:

Cerebral Pares (CP) är den vanligaste orsaken till rörelsehinder. Prevalensen är ca 2,16 per 1000 födda i Sverige. Personer med Cp deltar i mindre utsträckning i fysiska aktiviteter och på en lägre intensitetsnivå vilket är en riskfaktor för ohälsa. De går långsammare och med större energikostnad. Utifrån detta är det angeläget att ta reda på vilka fysiska aktiviteter som kan rekommenderas och hur vi kan befrämja hälsa i ett livslångt perspektiv för personer med CP.

Stavgång har låga kostnader och har visat sig ge god effekt vid en bredd av sjukdomstillstånd hos vuxna genom att påverka bl.a. vilopuls, träningskapacitet, maximal syreupptagningsförmåga, uthållighet, maximal gånghastighet och steglängd. Stavgång kan erbjuda medelhög/hög träningsintensitet vid fibromyalgi. Stavgång som intervention vid funktionsnedsättning hos barn har inte studerats.

Syfte: Hur påverkar en interventionsperiod med stavgång den maximala gånghastigheten, uthålligheten och steglängden hos barn och ungdomar med CP? Kan stavgång erbjuda en träningsform med måttlig till hög träningsintensitet?

Metod: Prospektiv fallstudie med 10 deltagare. Baslinjemätning med standardomhändertagande. Intervention med stavgång 30 min 3ggr/v i 8v, var av 2ggr/v i grupp. Utvärdering med tester. Under interventionsperioden skattar deltagarna sin intensitetsnivå vid varje tillfälle.

För hälso- och sjukvården finns det ett värde i att hitta konstandseffektiva interventioner som är evidensbaserade och kan förebygga ohälsa.