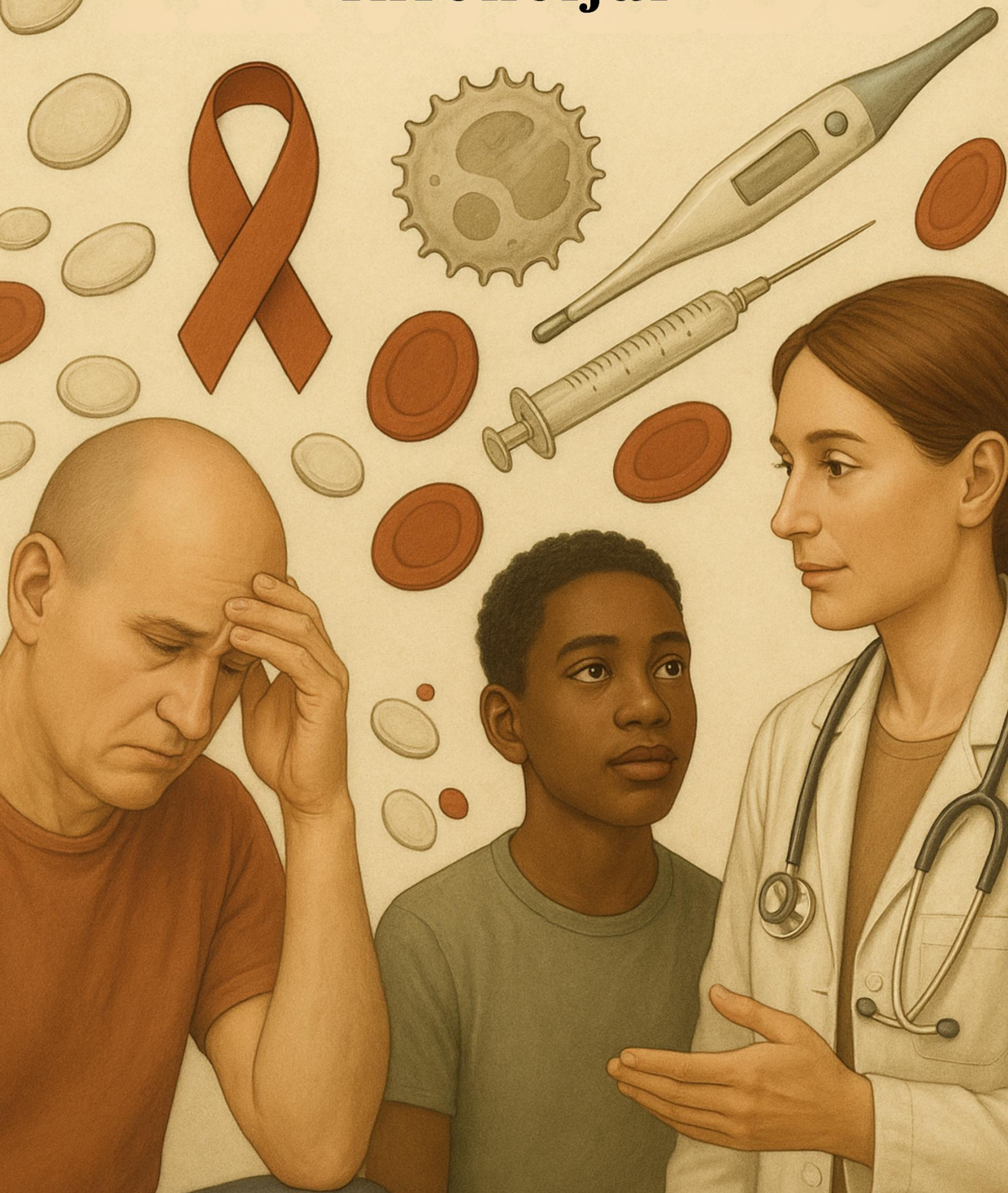


Masažas Esant Žmogaus Imunodeficito Virusinei Infekcijai



Masažas Esant Žmogaus Imunodeficito Virusinei Infekcijai

Iliustracijos: Sukurtos naudojant Copilot
dirbtinį intelektą

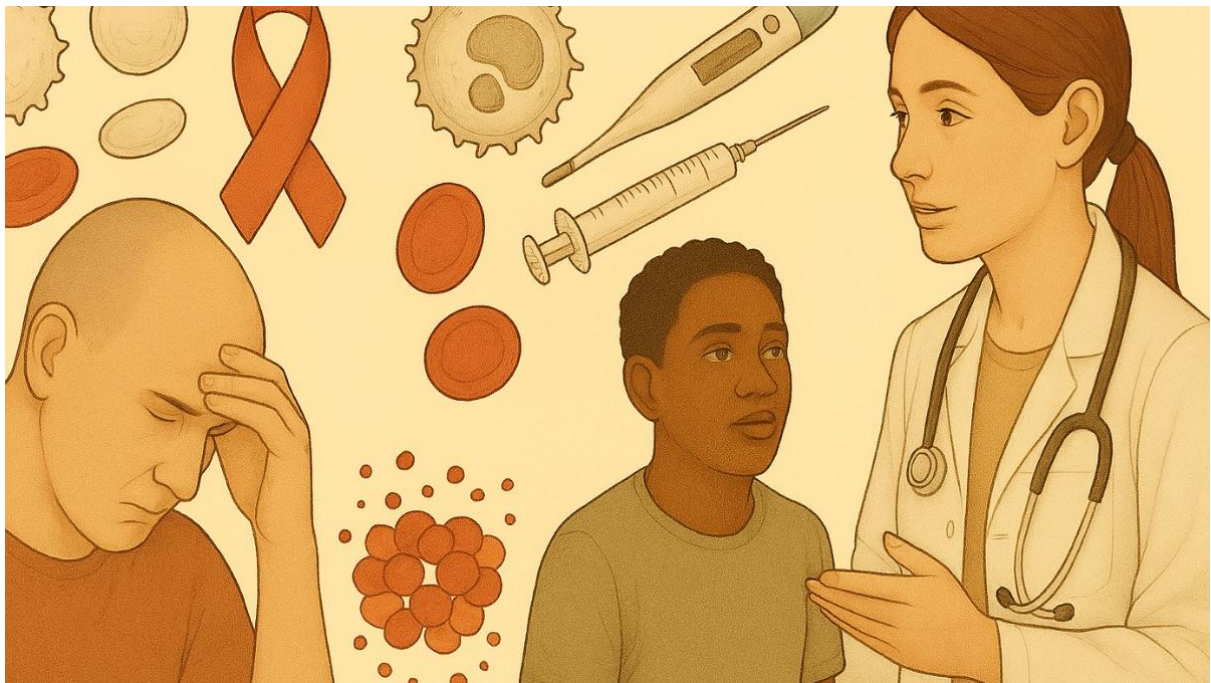
Vertimas:

1. Carla-Krystin, A. (2023). Outcome-Based Massage Across the Continuum of care Fourth Edition. *United States of America: Wolters Kluwer*.
2. Gayle, M. & Carolyn, T. (2021). *Hands in Health Care Massage therapy for the adult hospital patient Second edition. United Kingdom: Handspring Publishing*.
3. Susan G., S. (2022). *Mosbys's Patalogy for Massage Professionals Fifth Edition. United States of America: Elsevier*.

Leidėjas: Savileidybos leidinys

Autoriai: Darius Četyrko ir Renata Četyrko

2025. Visos teisės saugomos Masažo studija „Humanus“, MB



Masažas Esant Žmogaus Imunodeficito Virusinei Infekcijai

Žmonės, esantys sveikatos priežiūros įstaigose, ypač ligoninėse, ilgalaikės priežiūros įstaigose ar reabilitacijos centruose, yra ypač linkę į imunosupresiją. Tai gali būti vyresnio amžiaus pasekmė arba dėl vaistų, tokių kaip steroidiniai vaistai ar vaistai nuo ŽIV ir vėžio. Chirurgija ir traumos taip pat gali slopinti imuninę sistemą, kaip ir ligos, tokios kaip leukemija, aplazinė anemija, AIDS ir limfomos. Tai atsitinka dėl sumažėjusio arba nenormaliai veikiančio baltųjų kraujo kūnelių arba limfocitų kiekio. Pagrindinis silpnos imuninės sistemos šalutinis poveikis yra padidėjusi infekcijos rizika. Kitos komplikacijos yra padidėjusi vėžio, grybelinių infekcijų, negalavimo, nuovargio ir karščiavimo rizika (Macdonald & Tague, 2021).

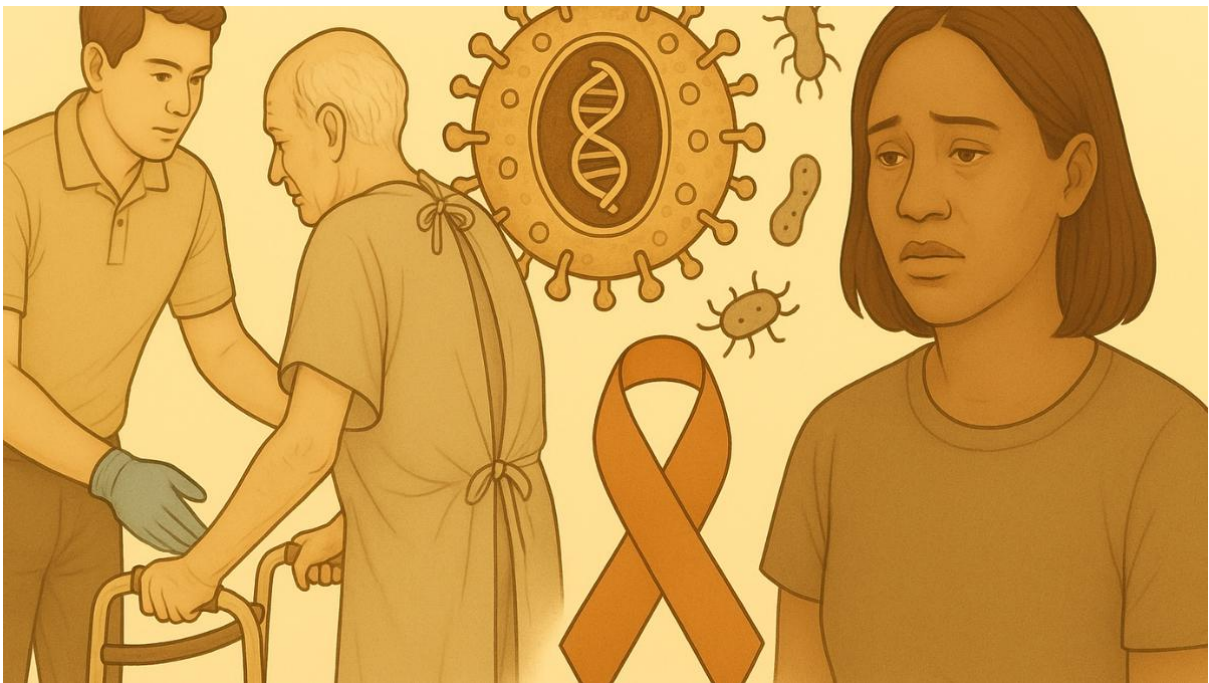
Du medicininiai terminai, susiję su sumažėjusiu imunitetu, yra leukopenija ir neutropenija. Leukopenija yra sumažėjęs visų baltųjų kraujo kūnelių kiekis. Normalus baltųjų kraujo kūnelių kiekis yra apie 4500–11000 leukocitų viename kubiniame mikrolitre, dažniausiai žymimas $4,5\text{--}11 \times 10^3/\text{mikroL}$. Neutropenija yra mažas neutrofilų, baltųjų kraujo kūnelių, būtinų kovojant su infekcija, kiekis (Macdonald & Tague, 2021).

Infekcijos svarbos negalima pervertinti, nes tai yra dažna mirties priežastis. Neutrofilų lygis matuojamas naudojant laboratorinį tyrimą, vadinamą absoliučiu neutrofilų kiekiu (ANG). Normalus diapazonas yra nuo 1500 iki 8000 ląstelių viename kubiniame mikrolitre ($1,5\text{--}8,0 \times 10^3/\text{mikroL}$). 1500 ar mažesnė laboratorinė vertė laikoma neutropenija. 500 (0,5) reiškia sunkią neutropeniją, kuri dažniausiai pasireiškia chemoterapijos pacientams (Macdonald & Tague, 2021).



Pacientai, sergantys vėžiu ir AIDS, yra ypač linkę į imunosupresiją: vėžiu sergantys pacientai dėl gydymo, o AIDS pacientai – dėl ligos. Žmonės, kuriems taikoma intensyvi chemoterapija, pvz., prieš kaulų čiulpų ar kamieninių ląstelių transplantaciją, patiria didžiausią imunosupresiją. Dėl didelių chemoterapijos dozių baltųjų kraujo kūnelių skaičius gali sumažėti iki 100 (0,1). Tuo metu pacientams kyla itin didelė rizika užsikrėsti mikroorganizmais, kurie sveikam žmogui nepavojingi, tačiau sergančiam neutropenija gali būti mirtini. Net šviežias maistas ir gėlės neleidžiami dėl ant jų esančių bakterijų ir grybų (Macdonald & Tague, 2021).

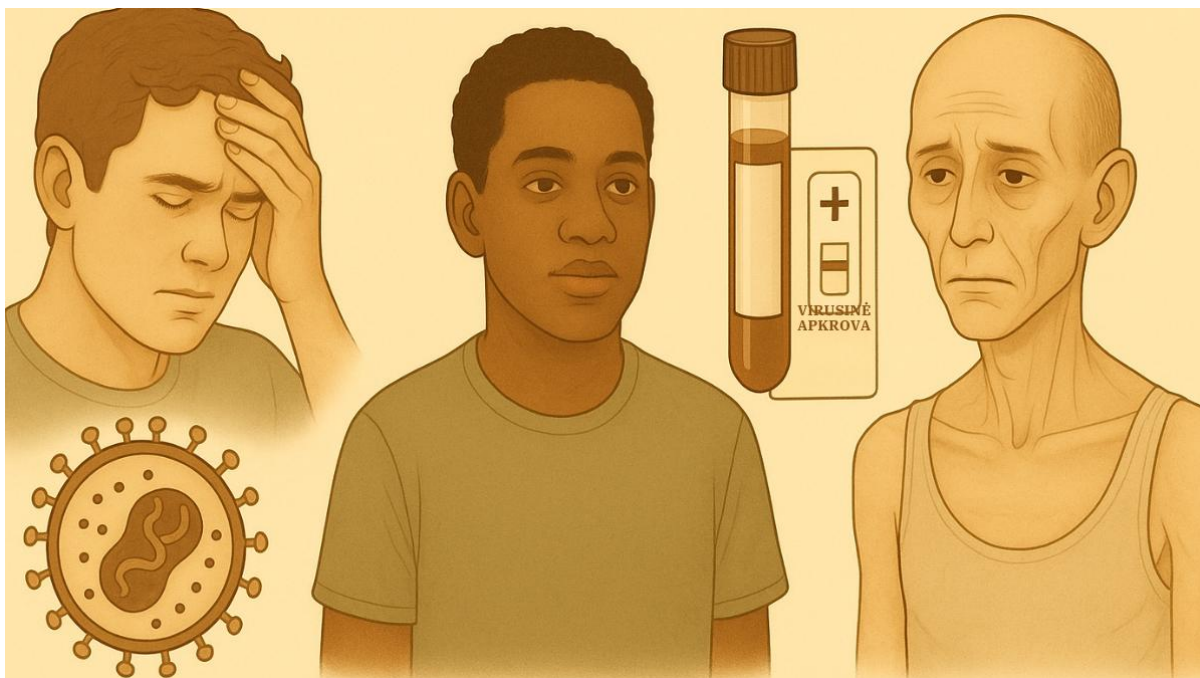
Žmonių, kuriems atliekama organų transplantacija, imuninė sistema sąmoningai slopinama vaistais, tokiais kaip ciklosporinas ir prednizonas, kad būtų išvengta naujo organo atmetimo. Tačiau šis atmetimo valdymo kompromisas reiškia, kad asmeniui kyla didesnė infekcijos rizika. Dažnai pacientai, kuriems persodinti organai, visą likusį gyvenimą turi vartoti imunosupresantus (Macdonald & Tague, 2021).



Imunosupresija netrukdo žmogui gauti kūno darbų. Gali būti kartu įtakojančių veiksnių, kuriuos terapeutas turi pakoreguoti dėl amžiaus, operacijos ar ligos. Tačiau specifinis koregavimas, susijęs su susilpnėjusia imunine sistema, yra standartinių atsargumo priemonių laikymasis (Macdonald & Tague, 2021).

Įgytas imunodeficitas (AIDS) yra būklė, kurią sukelia žmogaus imunodeficitas virusas (ŽIV). Šis virusas naikina tam tikro tipo T ląsteles, vadinamas CD4, kurios kovoja su infekcija. ŽIV infekcija pasireiškia stipria imunosupresija, piktybiniais navikais, infekcijomis, išsekimu ir centrinės nervų sistemos (CNS) degeneracija (Susan G., 2022), (Carla-Krystin, 2023).

Akronimas „ŽIV“ gali reikšti tiek virusą, tiek infekciją. Laikui bėgant, ŽIV gali sunaikinti tiek daug CD4 ląstelių, kad padidėja jautrumas oportunistinėms infekcijoms (OI) ir ligoms, įskaitant vėžį. OI yra infekcijos, kurios yra dažnesnės arba sunkesnės dėl susilpnėjusios imuninės sistemos. ŽIV gali plisti per tam tikrus kūno skysčius. Asmuo laikomas ŽIV užsikrėtusiu, kai kraujo tyrimai yra teigiami ŽIV antikūnams nustatyti, net jei nėra jokių simptomų (Susan G., 2022), (Carla-Krystin, 2023).



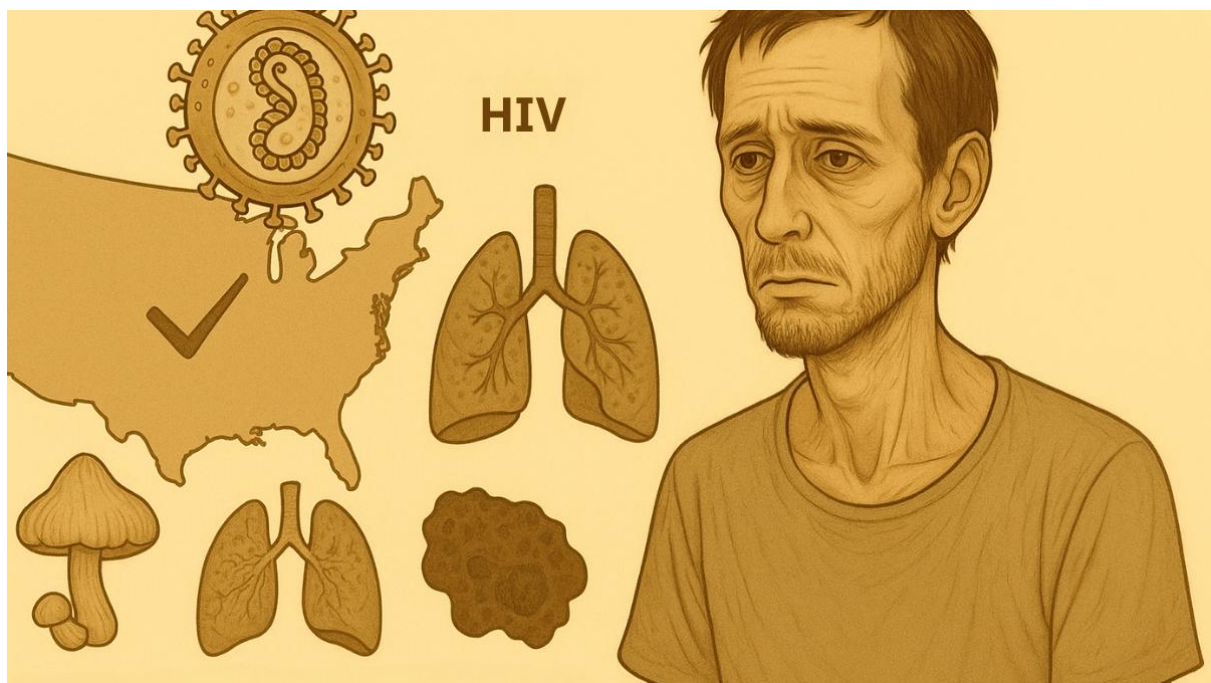
Trys ŽIV Stadijos Yra:

1 Etapas: Ūmi ŽIV Infekcija

Pirmoji ŽIV stadija paprastai išsivysto praėjus 2–4 savaitėms po pirminės infekcijos. Per šį laikotarpį kai kuriems žmonėms pasireiškia į gripą panašūs simptomai, kurie trunka kelias savaites. ŽIV greitai dauginasi ir plinta visame kūne, šiek tiek sumažindamas T ląstelių skaičių. Tačiau dauguma žmonių šiuo metu nežino, kad yra užsikrėtę, o ŽIV perdavimo rizika kitiems yra didelė (Susan G., 2022).

2 Etapas: Lėtinė ŽIV Infekcija

Šioje infekcijos stadijoje ŽIV vis dar aktyvus, tačiau dauginasi mažai, todėl daugelis žmonių neturi su ŽIV susijusių simptomų. Tai ilgiausia stadija, dažnai apibūdinama kaip ramybės stadija arba klinikinė latentinė stadija. Žmonės per šį etapą vis dar gali perduoti ŽIV kitiems, tačiau tie, kurie vartoja antiretrovirusinį gydymą (ART) ir turi neaptinkamą virusų kiekį, turi mažą arba visai nekelia pavojų perduoti ŽIV savo ŽIV neigiamiems seksualiniams partneriams. Virusinė apkrova – tai testas, kuriuo nustatomas viruso kiekis kraulyje. Didelis virusų kiekis yra susijęs su ligos progresavimu ir padidėjusia oportunistinių infekcijų tikimybe. Žmonėms, vartojantiems ART, kaip nurodyta, šis etapas gali trukti kelis dešimtmečius. Žmonėms, kurie nevartoja ART, šis laikotarpis gali trukti dešimtmetį ar ilgiau, bet gali pereiti į 3 stadiją, kai didėja viruso kiekis ir mažėja T ląstelių kiekis (Susan G., 2022).

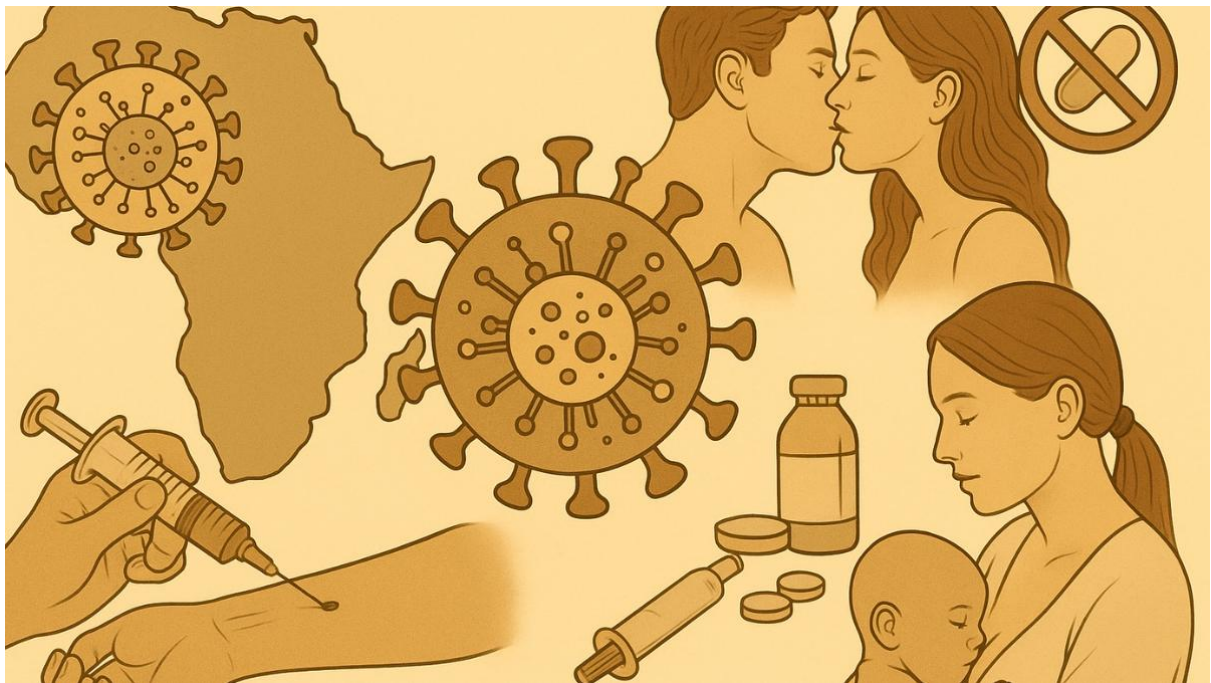


3 Etapas: AIDS

AIDS yra paskutinė ir sunkiausia ŽIV infekcijos fazė. Žmonėms, užsikrėtusiems ŽIV, AIDS diagnozuojamas, kai jų CD4 skaičius yra mažesnis nei $200 \text{ ląstelių/mm}^3$ (normalus diapazonas yra nuo 600 iki 1000) arba jiems išsivysto infekcijos, kurios nedažnai pastebimos tik užsikrėtusiems ŽIV. Šių tipų ligų pavyzdžiai yra kandidozė (grybelinė infekcija, sukelianti pienligę), Pneumocystis carinii pneumonija arba PCP (plaučių infekcija) ir tam tikros vėžio formos, įskaitant Kapoši sarkomą. Su AIDS susijusios ligos taip pat apima sunkų svorio kritimą ir smegenų auglius. Be gydymo AIDS sergantis asmuo paprastai išgyvena apie 3 metus (Susan G., 2022).

Šiandien maždaug 1,1 milijono žmonių Jungtinėse Valstijose gyvena su ŽIV. Apie 15% (1 iš 7) nežino, kad yra užsikrėtę. Apytiksliai 38 700 amerikiečių naujai užsikrėtė ŽIV 2016 m. Kasmetinis naujų ŽIV diagnozių skaičius Jungtinėse Valstijose išliko stabilus 2012–2016 m. (Susan G., 2022).

ŽIV JAV egzistavo nuo aštuntojo dešimtmečio vidurio iki pabaigos. Atrodo, kad pirminis šaltinis atkeliavo iš Centrinės Afrikos, kur žmonės medžiojo šimpanzių rūšį dėl mėsos. Manoma, kad šios šimpanzės buvo užsikrėtusios virusu, panašiu į ŽIV, vadinamu simian imunodeficitu virusu (SIV). Kai kurie žmonės turėjo sąlytį su SIV užkrėstu krauju, todėl virusas galėjo būti mutavęs į ŽIV. Anksčiausiai užregistruotas ŽIV atvejis buvo 1959 m., rastas kraujyje, paimtame iš vyro Kinšasoje, Kongo Demokratinėje Respublikoje. Per dešimtmečius ŽIV lėtai išplito Afrikoje, o vėliau ir kitose pasaulio dalyse (Susan G., 2022).

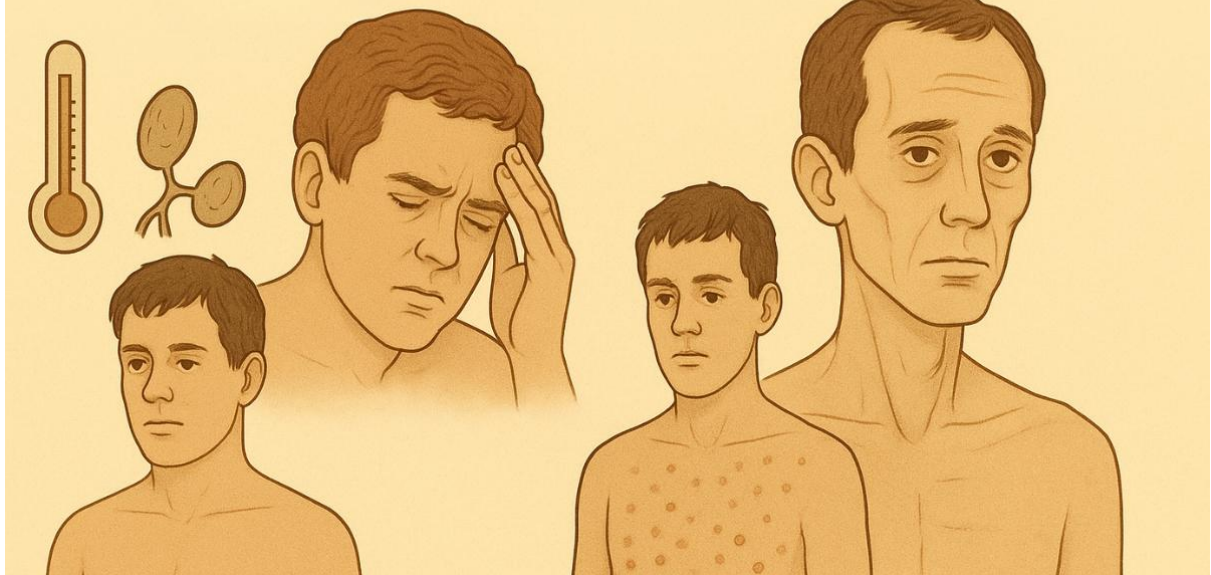


Etiologija (Priežastys)

ŽIV yra dviejų tipų: ŽIV-1 ir ŽIV-2. ŽIV-1 randamas visame pasaulyje, o ŽIV-2 daugiausia aptinkamas Vakarų Afrikoje. ŽIV perduodamas per sąlytį su tam tikrais kūno skysčiais, tokiais kaip kraujas, sperma, priešsėklinis skystis, makšties skysčiai, tiesiosios žarnos skysčiai ir motinos pienas. Jungtinėse Amerikos Valstijose ŽIV dažniausiai plinta per analinį arba vaginalinį seksą su užsikrėtusiu asmeniu, nenaudojant prezervatyvo ar nevartojant ART. Dalijantis švirkščiamųjų narkotikų įranga, pvz., adatomis, su ŽIV sergančiu asmeniu; arba nuo ŽIV užsikrėtusios moters vaikui nėštumo, gimdymo ar maitinimo krūtimi metu. ŽIV negalima užsikrėsti tiesiog kontaktuojant su užsikrėtusiu asmeniu (Susan G., 2022),

1 ETAPAS: ŪMINĖ ŽIV INFEKCIJA

2 ETAPAS: LĖTINĖ ŽIV INFEKCIJA



Požymiai ir simptomai

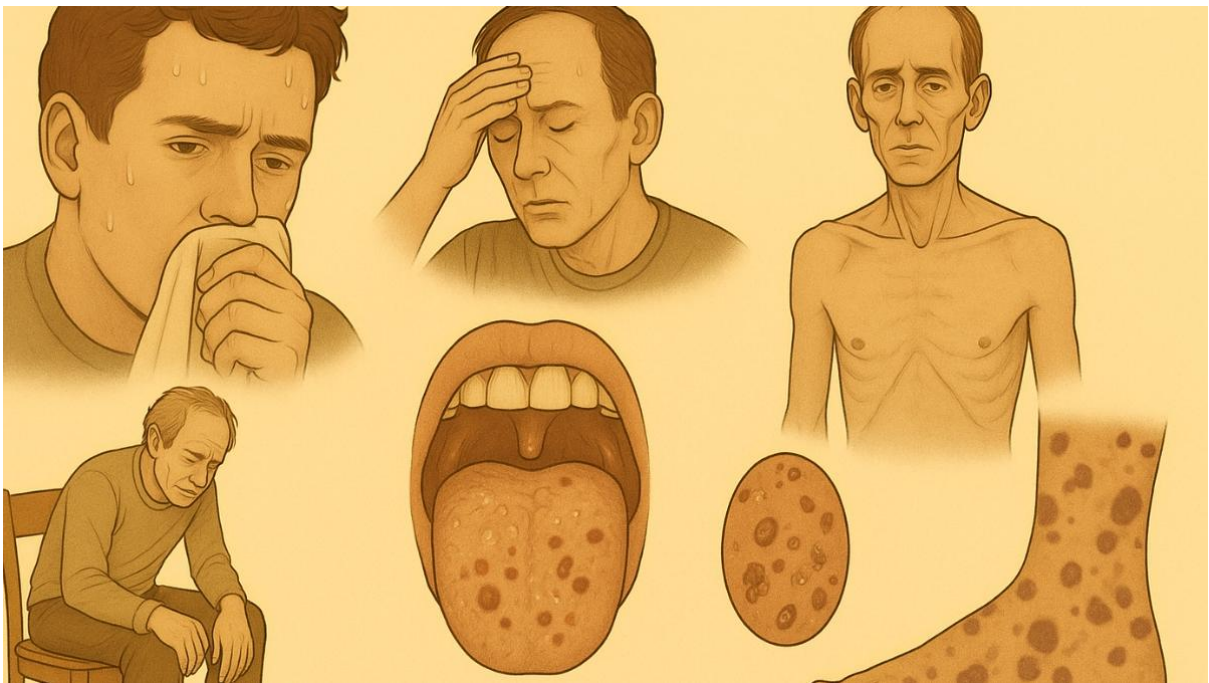
ŽIV ir AIDS požymiai ir simptomai priklauso nuo klinikinės stadijos:

1 Etapas: Ūminė ŽIV Infekcija

Per 2–4 savaites po pirminės infekcijos maždaug du trečdaliai žmonių serga į gripą panašia liga, kurios simptomai yra karščiavimas, šaltkrėtis, galvos skausmas, gerklės skausmas, limfmazgių padidėjimas, raumenų ir sąnarių skausmai, bėrimas ir naktinis prakaitavimas. Šie simptomai trunka nuo 3 iki 14 dienų (Susan G., 2022).

2 Etapas: Lėtinė ŽIV Infekcija

Šiame etape ŽIV vis dar aktyvus, tačiau dauginasi mažai, todėl daugelis žmonių neturi su ŽIV susijusių simptomų. Tai ilgiausia stadija, dažnai vadinama ramybės arba klinicine latentine stadija. Žmonės, vartojantys antiretrovirusinį gydymą (ART), kaip nurodyta, gali išlikti šiame etape kelis dešimtmečius arba visą gyvenimą. Be ART, lėtinė ŽIV infekcija progresuoja į AIDS maždaug per 10 metų ar ilgiau, tačiau kai kuriems žmonėms AIDS išsivysto greičiau (Susan G., 2022).



3 Etapas: AIDS

Šio etapo metu T ląstelių skaičius labai sumažėja, o žmogui pasireiškia daugiau požymių ir simptomų, tokių kaip karščiavimas, šaltkrėtis, naktinis prakaitavimas, nuovargis, padidėję limfmazgiai, stiprus svorio kritimas ir viduriavimas; arba oportunistinių infekcijų (OI) pasireiškimas, įskaitant juostinę pūslelinę (herpes zoster), pienligę (burnos kandidozę), opas burnoje arba lytiniuose organuose (herpes simplex) ir purpurines, raudonas arba rudas dėmes ant odos arba gleivinės (Kaposi sarkoma) (Susan G., 2022).

Maždaug trečdalis žmonių, sergančių ŽIV/AIDS, patiria periferinę neuropatiją (PN), kurią sukelia pats virusas, tam tikri vaistai, vartojami ŽIV/AIDS gydyti, arba senatvė. Dvi klinikinės apraiškos yra nenormalūs pojūčiai ir judėjimo sunkumai. Pojūčiai skiriasi nuo tirpimo iki dilgčiojimo, deginimo ir šalčio; simptomai dažnai prasideda distalinėse kūno vietose, pavyzdžiui, rankose ir pėdose, tada progresuoja proksimaliai. Judėjimo problemos apima silpnumą ir koordinacijos stoką (Susan G., 2022).



Gydymas

Šiuo metu ŽIV nėra išgydoma, tačiau jį galima kontroliuoti naudojant ART ir tinkamą medicininę priežiūrą. ART gali sulėtinti arba užkirsti kelią ligos progresavimui iš vienos stadijos į kitą. Kai viruso apkrova sumažinama ir išlaikoma neaptinkamame lygyje, praktiškai nėra pavojaus užkrėsti ŽIV neigiamą partnerį per seksą. Negydant išlieka rizika užsikrėsti lytiniu keliu, o laikui bėgant žmogus paprastai progresuoja į AIDS. Kitos gydymo galimybės yra vaistai, mažinantys ligos simptomus, pvz., vaistai nuo viduriavimo ir karščiavimą mažinantys vaistai; navikams pašalinti naudojama chirurgija. Konsultacijos taip pat rekomenduojamos sprendžiant psichologines problemas (Susan G., 2022).



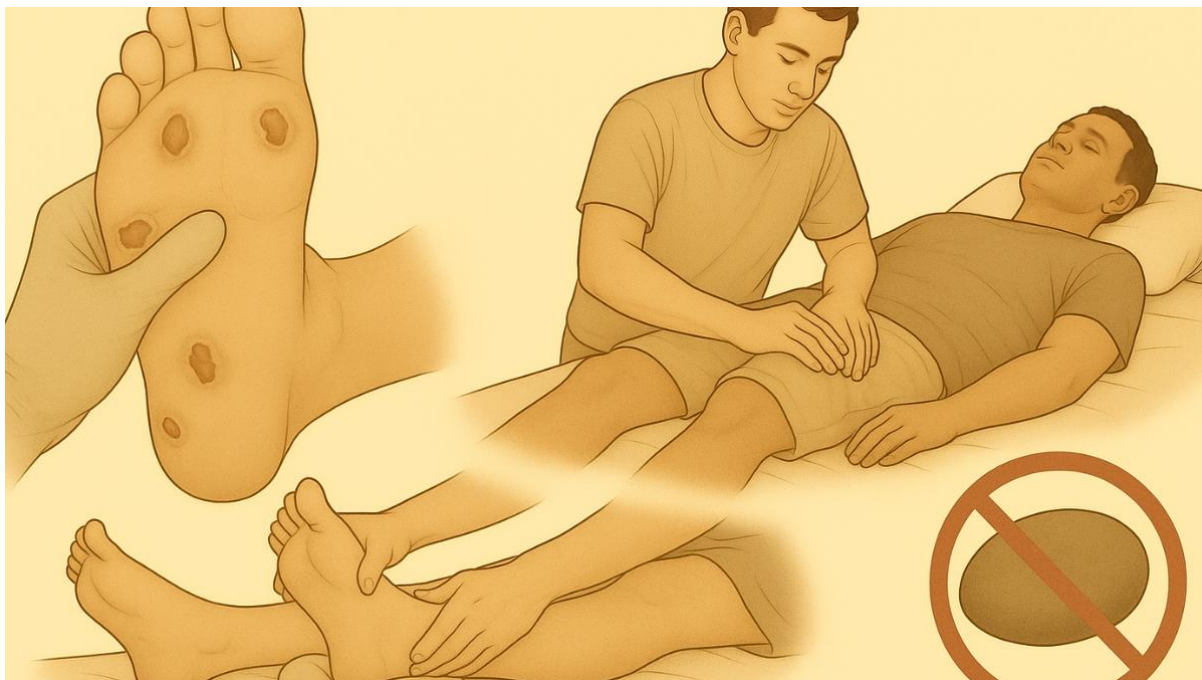
Masažas Esant Žmogaus Imunodeficino Virusinei Infekcijai: Ką Svarbu Žinoti

Nustatykite, ar klientas yra tvirtas ar silpnas, taikydami Fried silpnumo kriterijus, kurie yra:

1. Lėtas ėjimo greitis
2. Raumenų silpnumas, pasireiškiantis silpna rankena ir sarkopenija
3. Savarankiškas išsekimas
4. Žemas fizinio aktyvumo lygis
5. Nepakankamas svoris arba netyčinis svorio kritimas. Jei klientas turi tris ar daugiau iš Fried kriterijų, jis yra silpnas. Žmogaus imunitetas labai susilpnėjęs, jis paprastai jaučiasi blogai ir turi kitų įtakų todėl reikia lėtai spausti (reikalingas nereiklus spaudimas) (Macdonald & Tague, 2021), (Susan G., 2022). Lengvo slėgio pavyzdys yra 3 pagal 10 balų slėgio skalę arba 1–2 lygis Walton slėgio skalėje. Seansai gali būti trumpesni, klientas nusivilkęs mažai drabužių ir kuo mažiau perkeldami kliento padėtį. Apskritai asmenys, kurie yra ankstyvose ŽIV infekcijos stadijose, dažnai yra tvirti, o asmenys vėlesnėse infekcijos stadijose gali būti silpni (Susan G., 2022).

Visų klientų teiraukitės apie sritis, kurių reikia vengti, įskaitant pažeidimus, padidėjusius limfmazgius ir naujausių kraujo tyrimų vietas (Susan G., 2022). Svarbu vengti pažeistos odos dėl infekcijos pavojaus. Atviros zonos tampa infekcinių organizmų įėjimu. Atkreipkite dėmesį į grybelines infekcijas ant kojų. Jei yra, reikia mūvėti pirštines. Rankų plovimas yra nepaprastai svarbus. Tai yra svarbiausias veiksmas siekiant užkirsti kelią infekcijai. Naudokite ligininės pateiktą losjoną vienkartinėje talpyklėje (Macdonald & Tague, 2021).

Paklauskite apie bet kokias antrines ligas (pvz., herpes simplex, herpes zoster, kandidozė) ir įtraukite jas į gydymo planą. Jei masažas atliekamas sveikatos priežiūros įstaigoje, pavyzdžiui, ligoninėje, tiesioginio kontakto su pacientais metu laikykitės visų įstaigos nurodymų. Be to, venkite priverstinio PROM, jei klientas ilgą laiką buvo neaktyvus, nes gali sumažėti kaulų tankis (Susan G., 2022).

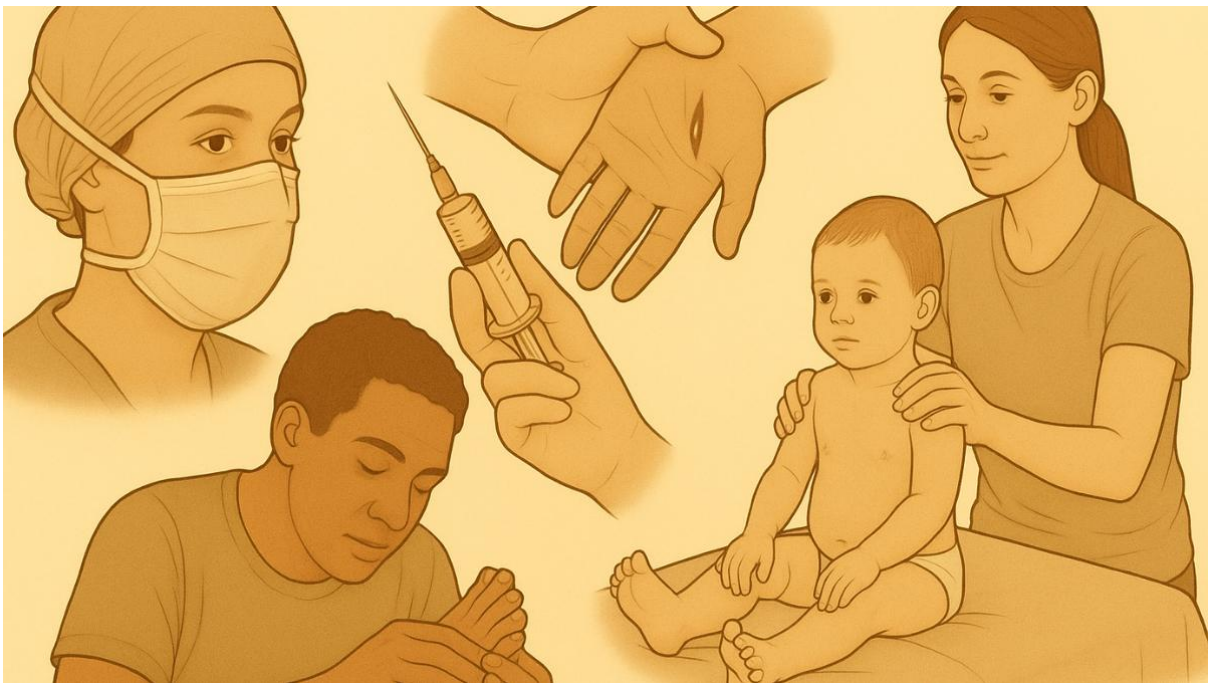


Pastaba

Terapeutai, kurie blogai jaučiasi arba jaučiasi esantys ant ligos slenksčio, neturėtų dirbti su pacientais, kurių imunitetas nusilpęs, kol liga nebebus užkrečiama. Venkite tokių pacientų, kol nepraeis pagrindiniai simptomai: pacientai dažnai nerimauja, kad šalia kosi ar pučia nosį, net ir pasibaigus infekciniam laikotarpiui. Kai kurie medicinos centrai taiko „nulinės tolerancijos“ politiką ligonių darbuotojams skyriuose, kuriuose pacientai yra labai pažeisti (Macdonald & Tague, 2021).

Jei klientas turi PN, masažas gali būti atliekamas paveiktose vietose. Kiekvieno apsilankymo metu apžiūrėkite kliento pėdas, ieškokite opų, sulaužytų odos ir odoje įterptų daiktų. Pėdų opos gali atsirasti visur, kur pėda veikia spaudimą ar kirpimo jėgas (viršuje, šonuose, apačioje). Klientas jų gali nepastebėti, nes praranda jutimą. Jei pažymėta, šių vietų masažo metu reikia vengti, kreipiantis į kliento sveikatos priežiūros paslaugų teikėją medicininiam įvertinimui. Gydytojui patariama stiprinti kasdienį kliento savęs vertinimą kiekvienos sesijos metu (Susan G., 2022).

Masažas gali būti atliekamas neuropatijos vietose naudojant nuo lengvo iki vidutinio spaudimo. Lengvas slėgis yra 3 pagal 10 balų slėgio skalę, o vidutinis slėgis yra 6 pagal 10 balų slėgio skalę. Paprašykite kliento atsiliepimų apie spaudimo lygį ir pakeiskite metodus pagal jo atsakymus. Už kelių naudokite minkštą, o ne standų atramą, kai klientas guli, ir prieš kulkšnis, kai klientas yra linkęs, nes kai kurie pacientai, sergantys apatinių galūnių PN, yra linkę papildomai susižaloti dėl spaudimo. Be to, PN paveiktose vietose venkite naudoti karštus paketus ir karštus akmenis, nes tai gali sukelti kontaktinius nudegimus (Susan G., 2022).



Profesinis ŽIV perdavimas JAV yra labai retas. Iki šiol buvo patvirtinti tik 58 profesinio ŽIV perdavimo sveikatos priežiūros darbuotojams atvejai ir dar 150 galimų perdavimo atvejų. Didžioji dauguma su sveikatos priežiūra susijusių ŽIV infekcijų buvo perduodamos per užkrėstą kraują per pradūrimo ar pjūvio sužalojimus, dėl kurių patekimas įvyko per lūžusią odą (Susan G., 2022).

Kadangi šių pacientų imuninis atsakas yra nepakankamas, jie yra jautresni infekcijoms. "Gydytojas ŽIV užsikrėtusiam klientui kelia didesnę pavojų sveikatai, nei ŽIV užsikrėtęs - praktikuojančiam gydytojui. Jei gydytojas turi infekciją, pavyzdžiui, peršalo, jis turėtų pakeisti masažo laiką, kad būtų naudinga klientui (Susan G., 2022).

Apsvarstykite galimybę mokyti tėvus ar globėjus, kaip masažuoti ŽIV užsikrėtusį kūdikį ar vaiką, padaryti masažą labiau prieinamą vaikui ir suteikti tėvams/globėjams kitą būdą rūpintis ir globoti vaiką. Apriboti slydimo ir minkymo būdus ir taikyti tas pačias atsargumo priemones, kurios yra licencijuotos praktikai seka, pavyzdžiui, vengia odos pažeidimų. Taip pat rekomenduokite savarankiškai atliekamą pėdų masažą, kad padėtumėte klientams, sergantiems su ŽIV susijusia periferine neuropatija, pagerinti gydymo tikslus (Susan G., 2022).



Atitinkama Tyrimo Metodika, Sutrikimai Ir Veiklos Pribojimai

Tyrimo metodai	Struktūros ar funkcijos sutrikimai
Interviu dėl suvokto nerimo ar depresijos simptomų	Pranešta apie nerimą ar depresiją
Pokalbis dėl nuovargio požymių ir savo paties nuovargio vertinimas.	Pranešta apie nuovargį
Vizualinė analoginė skalė ir kūno diagrama	Skausmas
Laikysenos tyrimas	Laikysenos sutrikimas
Judėjimo diapazono tyrimas	Sutrikęs judesių diapazonas Sutrikęs raumenų ištempimas
Palpacija	Skausmas Padidėjusi ramybė, raumenų įtampa
Raumenų jėgos testavimas	Sutrikusi raumenų veikla Sutrikęs gebėjimas atlikti judėjimo užduotis
Egzaminavimo metodai	Veiklos apribojimai
Funkcinis tyrimas	Darbo, poilsio ir rūpinimosi savimi apribojimai
Savęs paties funkcinis ir gyvenimo kokybės vertinimas	

(Carla-Krystin, 2023).

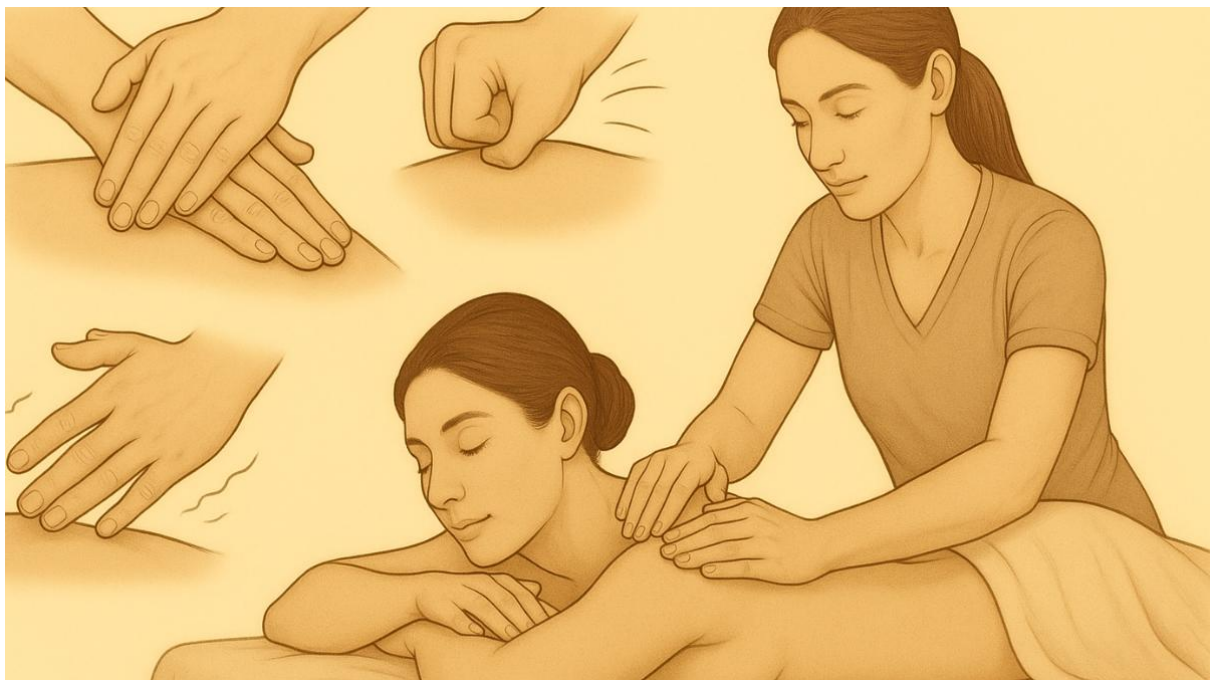


Masažo Rezultatai Ir Technikos:

- **Kai sumažėjęs skausmas:** smulki vibracija, paviršutiniškas glostymas, nuplėšimas (stripping), suspaudimas (petrissage). Miofascialinis atpalaidavimas, tiesioginė fascijos technika, trinimas, ritminė mobilizacija, siūbavimas (Carla-Krystin, 2023).
- **Kai sumažėjusi raumenų įtampa ramybės būsenoje (pirminė ir kompensacinė):** statinis kontaktas, paviršinis glostymas, nuplėšimas (stripping), suspaudimas (petrissage). Odos voliojimas, miofascialinis atpalaidavimas, tiesioginė fascijos technika, ritminė mobilizacija, siūbavimas, kratymas (Carla-Krystin, 2023).
- **Kai padidėjęs raumenų ištempimas:** nuplėšimas (stripping), suspaudimas (petrissage). Tiesioginė fascijos technika (Carla-Krystin, 2023).



- **Kai pagerėja raumenų veikla (antrinis poveikis):** nuplėšimas (stripping), suspaudimas (petrissage). Tiesioginė fascinė technika (Carla-Krystin, 2023).
- **Kai padidėjęs gebėjimas atlikti judesio užduotis:** ritminė mobilizacija, siūbavimas (Carla-Krystin, 2023).
- **Kai pagerėjusi imuninė funkcija ir sumažėjusi depresija:** paviršutiniškas glostymas, nuplėšimas (stripping), suspaudimas (petrissage). Trigerinio taško terapija (Carla-Krystin, 2023).



- **Kai sumažėjęs nuovargis:** paviršinis glostymas, glostymas, plataus kontakto suspaudimas. Stripping technika apima lėtą, gilų ir slystantį spaudimą, nukreiptą išilgai raumenų skaidulų. Nuplėšimas (stripping), šiurkšti vibracija, neraminantis kratymas, perkusija (Carla-Krystin, 2023).

- **Kai padidėjęs suvokiamas atsipalaidavimas, sumažėjęs stresas, pagerėjusi su sveikata susijusi gyvenimo kokybė:** statinis kontaktas, paviršinis glostymas, smulki vibracija, paviršinis glostymas. Nuplėšimas (stripping), suspaudimas (petrissage). Tiesioginė fascijos technika, kad pagerintų raumenų funkciją, tiesioginė fascijos technika (Carla-Krystin, 2023).

AKTUALIOS PAPILDOMOS TECHNIKOS:

Gydomoji mankšta ir tempimas, šiluma, hidroterapija, sausas valymas šepečiu, plovimas šaltu vandeniu, tai chi, hatha joga, diafragminis kvėpavimas, vadovaujamas suvokimas, miego higienos mokymas (Carla-Krystin, 2023).



ATSARGUMO PRIEMONĖS IR KONTRAINDIKACIJOS

Atsižvelgiant į ŽIV/AIDS sergančių pacientų, patiriančių diskriminaciją, paplitimą ir pažeistų audinių dažnį vėlesnėse šios būklės stadijose. Jei terapeutas turi atvirą žaizdą, kurią reikia uždengti pirštinėmis, paaiškinkite tai pacientui ir prieš gydymą gaukite jo sutikimą. Įprastų higienos taisyklių laikymasis apsaugos jus nuo infekcijų ir pacientą, kurio imunitetas susilpnėjęs (Carla-Krystin, 2023).

Pavyzdinis Priežiūros Planas Sergant Žmogaus Imunodeficino Virusinė Infekcija

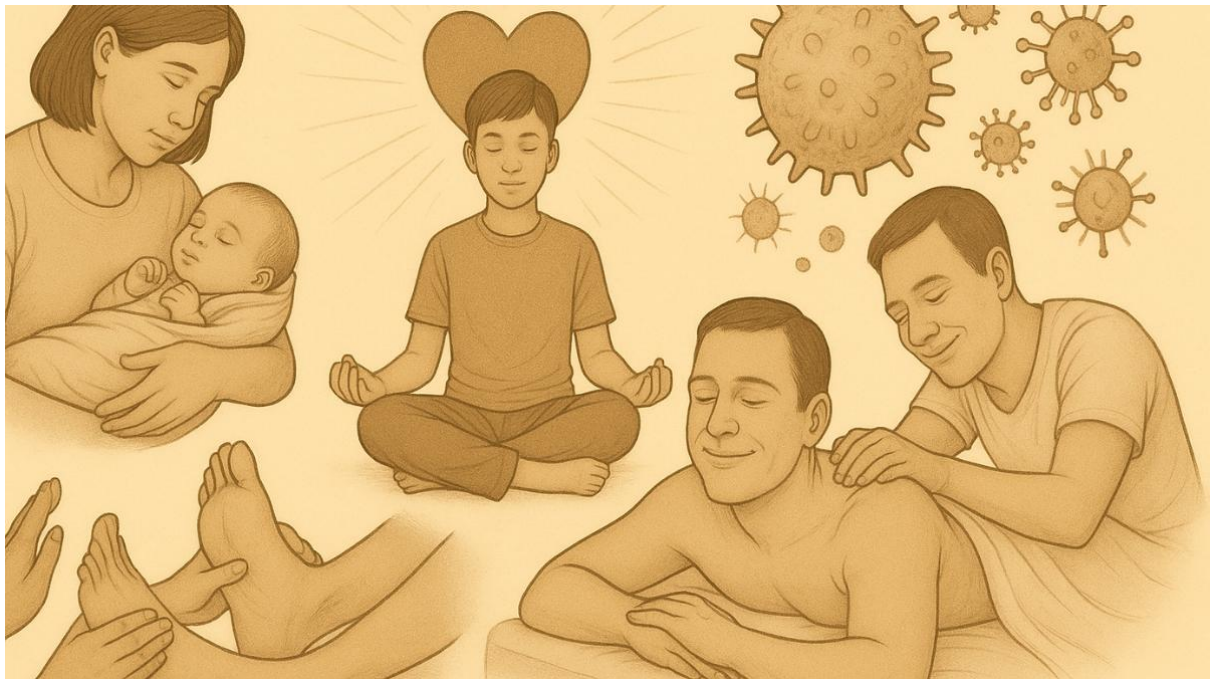
Problemos Ir Masažo Poveikis

Struktūros ar Funkcijos Sutrikimai	Masažo rezultatai ir vaidmuo
Skausmas	Sumažėję skundai dėl skausmo Tiesioginis poveikis: skausmo mažinimas naudojant priešdirginantį analgeziją
Sumažėjęs raumenų ištempimas	Padidėjęs raumenų ištempimas Tiesioginis poveikis: padidėjęs raumenų ištempimas
Raumenų nykimas	Sumažėjęs raumenų nykimas Netikėtinas poveikis: išsekimas atsiranda dėl nenaudojimo
Raumenų silpnumas	Padidėjusi raumenų jėga Netikėtinas poveikis: Silpnumas pirmiausia atsiranda dėl nenaudojimo Galimas netiesioginis poveikis: skausmo mažinimas gali palengvinti norą atlikti judesius per diapazoną
Prasta pratimų tolerancija	Pagerinta pratimų tolerancija Neįtikėtinas poveikis: Prastas pratimų toleravimas visų pirma dėl to, kad jis nenaudojamas Galimas netiesioginis poveikis: skausmo mažinimas gali paskatinti norą atlikti veiklą
Suvokiamas nerimas	Sumažėjęs suvokiamas nerimas Tiesioginis poveikis: sisteminė sedacija
Depresija	Pagerėjusi nuotaika Netiesioginis poveikis: jutiminis susijaudinimas gali palengvinti kai kuriuos depresijos ir mieguistumo simptomus

(Carla-Krystin, 2023).

Aktyvumo Ribojimas	Funkciniai Rezultatai
Sumažėjus skundams skausmu ir sustingimu, gali atlikti maitinimą ir apsirengimą, kai reikia	Sumažėjus skundams skausmu ir sustingimu, gali atlikti maitinimą ir apsirengimą, kai reikia
Sumažėjęs gebėjimas atlikti pervedimus	Sumažėjus skundams skausmu ir sustingimu, gali atlikti lovos mobilumą ir perkėlimą, esant reikalui padedant Netiesioginis poveikis: padidėjusi funkcija, atsirandanti dėl sutrikimų pagerėjimo
Sumažėjęs socialinis bendravimas	Padidėjęs socialinis bendravimas ir sumažėję skundai dėl depresijos Netiesioginis poveikis: Padidėjusi funkcija dėl pagerėjusių sutrikimų
Sutrikęs miegas	Pailgėja miego trukmė, sumažėja skundai dėl skausmo ir nerimo, trukdančio miegoti Netiesioginis poveikis: Padidėjusi funkcija dėl pagerėjusių sutrikimų

(Carla-Krystin, 2023).



Masažo technikos:

Statinis kontaktas, lengvas glostymas ir smulki vibracija gali sumažinti skausmą ir nerimą. Atsižvelgiant į paciento jautrumą, silpnumo lygį ir patirtį masažo srityje, gali būti naudojama mašina sukurianti vibraciją (Carla-Krystin, 2023).

Kiti papildomi metodai:

Pagalbinis judesių diapazonas (pasyvus ir aktyvus), pagalbinė veikla kasdieniniame gyvenime, pagalbinė lovos judėjimo ir perkėlimo technika, siuntimas konsultacijai ar dvasiniam vadovui, miego higienos mokymas (Carla-Krystin, 2023).



Tyrimai: Naudinga Žinoti:

ŽIV užsikrėtusių motinų kūdikiai, kuriems 10 dienų buvo daromi trys masažai po 15 minučių per dieną, gavo aukščiausius balus naujagimių elgesio vertinimo skalėje ir priaugo svorio daugiau nei kontrolinė grupė (Scafidi & Field, 1996). McHenry ir kt. (2019) nustatė, kad masažas reikšmingai padėjo vaikams, gimusiems ŽIV užsikrėtusių motinų.

Paaugliams, užsikrėtusiems ŽIV, 12 savaitių masažas du kartus per savaitę sumažino nerimą, depresiją ir pagerino imuninę funkciją (Diego ir kt., 2001).

Kasdienis masažas mėnesį padidino NK ląstelių kiekį, citotoksinį pajėgumą, sumažino nerimą ir pagerino atsipalaidavimą ŽIV užsikrėtusiems vyrams (Ironson ir kt., 1996).

Aštuonių savaitių masažas du kartus per savaitę sumažino depresijos simptomus sergantiems ŽIV (Lenkija ir kt., 2013).

30 minučių masažas, atliekamas 5 dienas per savaitę mėnesį kartu su meditacija, pagerino gyvenimo kokybę AIDS sergantiems asmenims (Williams ir kt., 2005).

Nicholas ir kt. (2007) bei Ownby ir kt. (2007) nustatė, kad masažas buvo viena iš dažniausiai naudojamų priemonių sprendžiant su ŽIV susijusią neuropatiją (PN). Asmenys, kurie turėjo su ŽIV susijusią PN, pirmenybę teikė papildomiems metodams, tokiems kaip masažas ir akupunktūra, dėl jų suteikiamos galimybės patys dalyvauti sveikatos sprendimų priėmime (Ho & Robles, 2011).

Sistemoje apžvalgoje Hillier ir kt. (2010) nurodė, kad masažas pagerino žmonių, sergančių ŽIV/AIDS, gyvenimo kokybę, ypač kai jis derinamas su kitais streso valdymo metodais, tokiais kaip vaistai. Be to, masažas gali turėti poveikį imunologinėms funkcijoms.

(Susan G., 2022)

Šaltiniai:

1. Carla-Krystin, A. (2023). Outcome-Based Massage Across the Continuum of care Fourth Edition. *United States of America: Wolters Kluwer*.
2. Gayle, M. & Carolyn, T. (2021). *Hands in Health Care Massage therapy for the adult hospital patient Second edition. United Kingdom: Handspring Publishing*.
3. Susan G., S. (2022). *Mosbys's Patalogy for Massage Professionals Fifth Edition. United States of America: Elsevier*.