

İnsanlarda Allojenik Kök Hücre Nakli Sonrasında Fonksiyonel Azalmaya Yönelik Hastane ve Ev Bazlı Egzersiz Programı

Dr. Damla Atay

A Hospital and Home-Based Exercise Program to Address Functional Decline in People Following Allogeneic Stem Cell Transplantation

İnsanlarda Allojenik Kök Hücre Nakli Sonrasında Fonksiyonel Azalmaya Yönelik Hastane ve Ev Bazlı Egzersiz Programı

Supportive Care in Cancer, <https://doi.org/10.1007/s00520-017-4016-x>

Dr. Damla Atay

Prof. Dr. Cemil Taşçıoğlu Şehir Hastanesi

Bu çalışmanın amacı allojenik kök hücre nakli yapılan hastalarda 60 gün sonra başlayan bir egzersiz programının uygulanabilirliğini, allojenik kök hücre nakli öncesi ve sonrasında hastalarda fiziksel fonksiyon ve sağlıkla ilişkili yaşam kalitesindeki değişiklikleri, program öncesi ve sonrasında hasta sonuçlarındaki değişiklikleri araştırmaktır.

Çalışma allojenik kök hücre nakli uygulanan 43 yetişkini içeren tek bölge, prospektif bir vaka serisidir. Royal Melbourne Hastanesi, Avustralya'da Ağustos 2015- Kasım 2016 tarihleri arasında allojenik kök hücre nakli planlanan 55 hasta taranmıştır. Bunların %84'ü (n=46) uygun bulunmuştur. Çalışmada şiddetli aktif psikiyatrik veya bilişsel bozukluğu olan, aktif olarak tedavi edilen başka bir malignitesi olan ve egzersiz yapmayı engelleyebilecek kas-iskelet sistemi komorbiditesi olan katılımcılar hariç tutulmuştur. Çalışmada rıza oranı %93 (n=43) idi.

Sonuçlar arasında geçerlilik (onay, katılım, uyum ve tamamlama oranları), fonksiyonel egzersiz kapasitesi, kas gücü, fiziksel aktivite için öz yeterlilik (Fiziksel Aktivite Değerlendirme Envanteri) ve HRQoL (kemik iliği nakli kanser tedavisinin fonksiyonel değerlendirilmesi) yer almaktadır

Hastanedeki egzersiz seanslarının en az %50'sine katılan ve egzersiz sonrası sonuç ölçümlerini kaydettiren katılımcılar programı tamamlamış olarak kabul edildi. Aynı zamanda katılımcılardan ev egzersiz programına uyum göstermeleri ve bir egzersiz günlüğü tutmaları istendi. Fonksiyonel egzersiz kapasitesi zihinsel mekik yürüme testi (ISWT) kullanılarak ölçüldü. Kas kuvveti kuadriseps kasları için Powertrack II Commander 1500 kullanılarak, el tutma gücü için Jamar el kavrama dinamometresi kullanılarak ölçüldü. Sağlıkla ilişkili yaşam kalitesi (HRQoL) Fonksiyonel Kanser Tedavisi-Kemik İliği Naklinin Değerlendirilmesi anketi (FACT-BMT) ile ölçüldü. Sonuçlar allojenik kök hücre naklinin öncesi, nakilden 60 gün sonrası (müdahale öncesi) ve 100 gün sonrası (müdahale sonrası) ölçülmüştür.

Müdahale ayakta ve evde 8 haftalık egzersiz ve eğitim programını içermektedir. Katılımcılar 8 hafta boyunca haftada 1 kere 60 dk olacak şekilde hastane fizyoterapi spor salonunda egzersiz programına katıldılar. Egzersiz programı hem aerobik egzersizlerden hem de direnç egzersizlerinden oluşuyordu. Başlangıçtan allojenik kök hücre nakli sonrası 60 güne kadar fonksiyonel egzersiz kapasitesinde (ortalama fark 224 m, %95 GA 153–295, $p < 0,0005$), fiziksel aktivite için öz yeterlilikte (294 puan, %95 GA 136–452, $p = 0,001$) ve HRQoL oranında (15 puan, %95 GA 8-21, $p < 0,0005$) önemli bir düşüş vardı. 10 katılımcı ölüm (n=5), hastalık (n=1), allojenik kök hücre nakil iptali (n=4) nedeniyle egzersiz programına başlamadı. Ölüm ve önemli medikal komplikasyonlardan etkilenmeyenlerde katılım mümkün oldu ve hiçbir olumsuz olay yaşanmadı. Müdahale öncesinden sonrasına kadar fonksiyonel egzersiz kapasitesinde ($p = 0,001$) ve HRQoL'de ($p = 0,001$) önemli bir iyileşme sağlandı.

Çalışma sonuçlarına göre allojenik kök hücre nakli fonksiyonel egzersiz kapasitesinde, fiziksel aktivite için öz yeterlilikte ve HRQoL'de önemli iyileşmeye neden olur ve bu durum bir egzersiz programıyla geliştirilebilir. Bu pilot çalışma güvenliği, geçerliliği ve hastaların yüksek ilgisini ortaya koymuştur. Ancak hala randomize araştırmalara ihtiyaç bulunmaktadır.