

Multiple Sklerozlu Bireylerde Enerji Koruma Eğitiminin Yorgunluğa ve Aktivite Performansına Etkisi

Effects of Energy Conservation Education on Fatigue and Activity Performance in Individuals
with Multiple Sclerosis

Sezen Turunç*, Gamze Ekici , Elif Nur Kaskır*****

*Erg. Hacettepe Üniversitesi Sağlık Bilimleri Fakültesi Ergoterapi Bölümü, Ankara

** Doc. Dr. Hacettepe Üniversitesi Sağlık Bilimleri Fakültesi Ergoterapi Bölümü, Ankara

***Erg. Hacettepe Üniversitesi Sağlık Bilimleri Fakültesi Ergoterapi Bölümü, Ankara

ÖZET

Amaç: Çalışmamızın amacı multiple sklerozlu bireylerde enerji koruma eğitiminin yorgunluğa ve aktivite performansına etkisini incelemektir. **Gereç ve Yöntem:** Çalışmamıza 4 MS'li birey dahil edildi. Bireylere 4 hafta, haftada 2 seans olmak üzere toplam 8 seans enerji koruma eğitimi verildi. Değerlendirme ölçekleri olarak yorgunluk için Yorgunluk Şiddet Ölçeği (YŞÖ) ve Yorgunluk Etki Ölçeği (YEÖ), aktivite performansı ve memnuniyetini ölçmek için ise Kanada Aktivite Performans Ölçümü (KAPÖ) kullanıldı. 8 seansın sonunda ölçekler tekrar uygulandı ve eğitimin etkinliği incelendi. **Sonuçlar:** Çalışmamızın sonucunda ilk ve son ölçümler arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark olmamasına rağmen bireylerin yorgunluk puanlarında azalma , aktivite performansında ve memnuniyetinde artış görüldü. **Tartışma:** Enerji koruma eğitiminin MS'li bireylerin yorgunluk ve aktivite performans ve memnuniyeti üzerine olumlu etkileri olduğu düşünülmektedir. Bu yüzden MS'li bireylerin rehabilitasyon programları enerji koruma eğitimini içermelidir. Daha büyük örneklem gruplarının dahil edildiği, kontrollü ve takipli çalışmalara ihtiyaç vardır.

Anahtar Kelimeler: Multiple Skleroz; Enerji Koruma Eğitimi; Yorgunluk; Aktivite Performansı