



Tema

Tema

KANDIDATNUMMER 361 - Litteratursøk enkeltstudie

Reflekter

Klinisk situasjon

Forekomst av overvekt blant mennesker med Down syndrom er høyt sammenlignet med den generelle befolkningen. Jeg ønsker å finne informasjon om effekten av tiltak som har ført til forbedring av fysisk form og/eller vektreduksjon.

Praksis

Ikke svart

Annet

Ikke svart

Spørsmålsformulering

Hvilket type [kjernespørsmål](#) du trenger informasjon om?

Effekt av tiltak

Fyll ut relevante [PICO](#) elementer

P: Populasjon/pasientgruppe/brukergruppe

Mennesker med Down syndrom

I: Intervensjon/eksponering/situasjon

Fysisk aktivitet

C: Kontroll/sammenligningstiltak

Personer med psykisk utviklingshemming u/ Down syndrom Personer uten psykisk utviklingshemming

O: Utfall/endepunkt

Forbedret fysisk form

Basert på PICO elementene formuler et presist spørsmål

Hvilken type aktivitet(er) kan være fordelaktig og trygg for mennesker med Down syndrom å utføre?

Litteratursøk

Hvor fant du kunnskapen du vil bruke i denne vurderingen?

Cochrane Library

Legg inn lenke til artikkelen/kapitlet/nettsiden du vil bruke

<http://dx.doi.org/galanga.hvl.no/10.1111/jir.12687>

Legg inn tittelen til artikkelen/kapitlet/nettsiden du vil bruke

The effect of aquatic exercises on the physical and functional fitness of adults with Down syndrome: a non-randomised controlled trial

Begrunn valg av kilde/database

Cochrane Library inneholder systematiske oversikter om blant annet effekt av ørebygging, behandling og rehabilitering. Cochrane Library viser også "trials" eller enkeltstudier. Jeg valgte å søke her for å forsøke å finne valide enkeltstudier.

Beskriv søkeord og hvordan du kombinerte dem

Jeg brukte søkeord "Down syndrome" og "physical Activity OR exercise". Under "trials" fikk jeg 302 treff.

Kritisk vurdering

Velg relevant sjekkliste for kritisk vurdering

Randomisert kontrollert studie

Randomised Controlled Trial

1. Er problemstillingen i studien klart formulert?

Ja

Kommentar

Formålet med studien var å undersøke effekten av trening i basseng på fysisk form hos voksne med Downs syndrom.

2. Ble utvalget fordelt til de ulike gruppene ved bruk av tilfredsstillende randomiseringsprosedyre?

Vet ikke

Kommentar

Studien er en ikke-randomisert kontrollstudie. Deltakerne var ikke randomisert, men studien inneholdt en kontrollgruppe. At studien ikke var randomisert begrunnes med at det ikke var nok deltakere ved den ene institusjonen til å gi en tilfredsstillende statistikk og anses ifølge forfatterne som en svakhet.

3. Ble alle deltakerne gjort rede for ved slutten av studien?

Ja

Kommentar

Det var kun ett frafall fra studien mot slutten, og det er begrunnet med at deltakeren flyttet. Det andre frafallet var en person fra kontrollgruppen som var ikke tilstede på testdagen.

4. Ble deltakere, helsepersonell og utfallsmåler blindet mht. gruppetilhørighet?

Nei

Kommentar

Ikke svart

5. Var gruppene like ved starten av studien?

Nei

Kommentar

Det var 14 menn og 11 kvinner som deltok i studien.

6. Ble gruppene behandlet likt bortsett fra tiltaket som evalueres?

Ja

Kommentar

Alle deltakerne i studien gjennomførte de samme testene for å anslå effekten av vannbasert aktivitet.

7. Hva er resultatene?

Aerob kapasitet, muskelstyrke, funksjonsevne og balanse ble målt, i tillegg til BMI og vekt. Resultatene viste signifikant økning i aerob kapasitet og funksjonsevne. To av tre styrkeparametere viste også signifikant forbedring sammenlignet med kontrollgruppen. Tiltaket ble vurdert som utilstrekkelig for å forbedre balanse og styrke i overkroppen.

8. Hvor presise er resultatene?

Gjennomsnittlig forskjell med tilhørende 95 % konfidensintervall er vist i tabell.

9. Kan resultatene overføres til praksis?

Ja

Kommentar

Forfatterne av studien konkluderte med at vannbasert trening var både trygt og lett gjennomførbart for voksne personer med Downs syndrom. I tillegg var det tilfredsstillende oppmøte gjennom hele studien og forfatterne opplever det slik at deltarne synes det var kjekt å utføre. Det kan dermed tenkes at vannbasert trening kan være en aktuell treningsform for mennesker med Downs syndrom.

10. Ble alle viktige utfallsmål vurdert i denne studien?

Ja

Kommentar

Diverse tester ble utført for å måle aerob kapasitet (kondisjon), balanse og muskelstyrke. Kroppsvekt og høyde ble brukt for å måle BMI.

11. Er fordelene verdt ulemper og kostnader?

Vet ikke

Kommentar

Det nevnes ikke i studien, men det kan tenkes at det i noen tilfeller kan være både kostnadsfult og vanskelig å utføre jevnlig vannbasert aktivitet med tanke på pris for å benytte for eksempel offentlig basseng og transport til og fra, med mindre det foreligger et gratis tilbud i nærheten av hvor brukerne bor. Spesielt hvis den fysiske aktiviteten skal bestå utelukkende av vannbasert trening. Det kan likevel tenkes at vannbasert fysisk aktivitet kan benyttes som et supplementerende tilbud.

Anvend

Har du [anvendt](#) den forskningsbaserte kunnskapen du har funnet?

Nei

Beskriv hvordan

Ikke svart

Kommenter

Ikke svart

Hvordan samarbeidet du med pasient/bruker for å komme frem til en beslutning?

Annet

Spesifiser

Ikke relevant for dette søket

Hvorfor kan du ikke bruke kunnskapen du fant?

Annet

Spesifiser

Jeg har kun brukt kunnskapen i forbindelse med bacheloroppgaven min. Det er ikke aktuelt å forsøke å implementere kunnskapen i praksis per dags dato.

Evaluer

Hvis du endret praksis: hvordan vil du evaluere endringene?

Utførelse i praksis var ikke relevant for dette søket.

Evaluer hvordan du har fulgt og gjennomført trinnene (spørsmålsformulering, søk,

kritisk vurdering og anvende). Hva var bra og hva vil du gjøre annerledes neste gang?

Jeg har etter beste evne fulgt og gjennomført trinnene. Jeg har lest studien nøye og forsøkt å trekke ut de viktige punktene for å best mulig kritisk vurdere og anvende kunnskapen fra artikkelen i oppgaven min. I fremtidig arbeid med søk kan jeg bruke flere søkeord for finne mer forskning.