

Täiskasvanute astma käsitus esmatasandil

Soovituste koostamiseks kokkuvõtte

Kliiniline küsimus nr 3c

Kliiniline küsimus Kas astma diagnoosiga patsiente tuleks nõustada järgmistel teemadel:

c. füüsilise treenituse (fitness) parandamine vs mitteparandamine

Töörühma soovitus: Nõustage patsienti tervislike eluviiside (sh suitsetamisest loobumise) osas. Julgustage teda olema kehaliselt aktiivne.		
Patsient/sihtrühm	Kõik astma diagnoosiga patsiendid	
Sekkumine	c) füüsilise treenituse parandamine vs mitteparandamine	
Tegur	Otsus	Selgitus
Väga hea või keskmise kvaliteediga tõendusmaterjal (kas tõendusmaterjal on väga kvaliteetne?) <i>(Mida kõrgem on tõendusmaterjali kvaliteet, seda tugevam on soovitus)</i>	☐ Jah ☐ Ei	Tõendusmaterjaliks on aastatel 2012 ja 2013 avaldatud 3 süstemaatilist ülevaadet (neist 2 meta-analüüsiga), milles kõigis leiti kehalisel treeningul soodne toime: regulaarne kehaline treening parandab patsientide maksimaalset hapnikutarbimisvõimet ning parandab elukvaliteeti ja astma kontrolli. Lisaks hiljem veel publitseeritud 2 RCT samasuunaliste tulemustega.

Kindlustunne kasude ning kahjude ja koormuse tasakaalu suhtes (kas on kindlustunne?) <i>Mida suurem on erinevus soovitatavate ja soovimatute tagajärgede vahel ning kindlustunne selle erinevuse suhtes, seda tõenäolisem on tugev soovitus. Mida väiksem on tegelik kasu ja mida väiksem on kindlustunne selle kasu suhtes, seda tõenäolisem on tingimuslik/nõrk soovitus</i>	☐ Jah ☐ Ei	
---	--	--

Kindlus või sarnasus väärtustes (kas on kindlustunne?) <i>Mida suurem on varieeruvus või ebakindlus patsiendi väärtuste ja eelistuste suhtes, seda tõenäolisem on tingimuslik või nõrk soovitus.</i>	☐ Jah ☐ Ei	Töörühm otsustas, et patsiendile pakub rohkem väärtust parem elukvaliteet.
Ressursi tähendus (kas tarbitud ressursid olid väärt oodatavat kasu) <i>Mida suurem on sekkumise kulu võrreldes kaalutava alternatiiviga ja muud otsusega</i>	☐ Jah ☐ Ei	

seotud kulud, st mida rohkem ressursse tarbitakse, seda tõenäolisem on tingimuslik/nõrk soovitus.		
Soovituse üldine tugevus <i>Mida suurem on sekkumise kulu võrreldes kaalutava alternatiiviga ja muud otsusega seotud kulud, st mida rohkem ressursse tarbitakse, seda tõenäolisem on tingimuslik/nõrk soovitus.</i>	Tugev positiivne soovitus	