

‘Terapi fizikal bantu kurangi keseriusan akibat jatuh’

SATU program terapi fizikal mengikut kesesuaian warga tua dapat membantu mengurangkan tahap keterukan apabila golongan tersebut terjatuh, demikian menurut hasil dapatan kajian yang diketuai oleh Sekolah Perubatan Duke-NUS.

Kajian Langkah bagi Mengelak Kejatuhan dalam Warga Tua (SAFE) yang dikeluarkan semalam itu berdasarkan pengamatan sembilan bulan melibatkan 354 pesakit yang berumur 65 tahun ke atas dan telah mendapat rawatan perubatan di jaba-

tan kecemasan ekoran terjatuh.

Dalam kajian yang turut melibatkan Hospital Besar Changi dan Agensi Penjagaan Bersepadu (AIC), separuh daripada mereka dipilih secara rambang bagi mengikuti terapi tambahan berstruktur sementara yang lain tidak berbuat demikian.

Pesakit dalam kedua-dua kumpulan, masing-masing dengan 177 orang, diawasi selama sembilan bulan selepas terjatuh. Dalam tempoh itu, 54 orang dalam kumpulan terapi terjatuh lagi. Ini hanya 13 orang

kurang daripada 67 orang yang terjatuh dalam kumpulan lain.

Penyertaan dalam program terapi fizikal mungkin tidak begitu mengurangkan jumlah warga tua yang terjatuh tetapi apa yang jelas ia membantu mengurangkan tahap keseriusan akibat terjatuh.

Kajian itu juga mendapati kesihatan peribadi memainkan peranan dalam keberkesanan terapi. Mereka yang menghadapi pelbagai penyakit sedia ada seperti barah atau kegagalan jantung tidak begitu mendapat

manfaat daripada terapi fizikal itu.

Daripada pesakit yang menghadapi tidak lebih satu masalah perubahan utama, mereka yang menerima terapi fizikal melaporkan hampir 70 peratus kurang insiden terjatuh daripada mereka yang tidak.

Pengarah program penyelidikan perkhidmatan kesihatan dan sistem di Duke-NUS, Profesor David Matchar, berkata kajian itu menunjukkan satu ‘titik manis’ dari segi mengenal pasti siapa yang akan dapat meraih manfaat program itu.