

[S110]

Yaşlılarda Vücut Bileşimi ve Mobilite, Denge İlişkisi

Ferhan Soyuer, İrem Süzen

Antalya Bilim Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Fakültesi, Fizyoterapi ve Rehabilitasyon Bölümü, Antalya

Amaç: Çalışmada Huzurevinde kalan yaşlıların vücut bileşimi ile mobilite, denge ilişkisini belirlemek amaçlanmıştır.

Gereç-Yöntem: Katılımcıların yaş, cinsiyet, boy, kilo, huzurevinde kaldığı süre gibi veriler

sosyo-demografik form ile değerlendirilmiştir. Vücut bileşimi Bioelektrik İmpedans Analizi ile belirlenmiştir. Mobilite düzeyleri; 4m yürüme ve Zamanlı Kalk Yürü Testi ile, dengeleri ise Berg Denge Ölçeği ile değerlendirilmiştir.

Sonuçlar: Çalışmaya Huzurevinde kalan 49'u kadın, 60'ı erkek olmak üzere 109 yaşlı katılmıştır. Kas kitlesi, kemik kitlesi, bazal metabolizma hızı ve su yüzdesi ile Zamanlı Kalk Yürü Testi ($p<0,05$; sırasıyla; $r=-0,30$, $r=-0,32$, $r=-0,32$, $r=-0,23$), 4 m yürüme testi ($p<0,05$; sırasıyla; $r=-0,29$, $r=-0,31$, $r=-0,29$, $r=-0,21$) arasında negatif yönde; Berg Denge Ölçeği ile ($p<0,05$; sırasıyla; $r=0,29$, $r=0,32$, $r=0,33$, $r=0,26$) pozitif yönde anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Yağ yüzdesi ile Zamanlı Kalk Yürü Testi arasında pozitif yönde bir ilişki bulunmuştur ($p<0,05$; $r=0,20$).

Tartışma: Yaşlanma ile birlikte kronik sağlık problemleri, geriyatrik sendrom kavramları gündeme getirmiştir. Yaşlılarda mobilite ve dengenin değerlendirilmesi önemlidir. Düşük düzeyde mobilite ve denge, yaşlıların yaşam kalitesini etkilemektedir. Yaşlanma ile birlikte vücut kompozisyonunda değişiklikler meydana gelmekte ve vücudun bazı fonksiyonlarında yetersizlikler görülmektedir. Çalışmamız, yağ yüzdesi, su yüzdesi, kas kitlesi, kemik kitlesi ve bazal metabolizma hızının mobilite ve denge ile anlamlı bir ilişkinin olduğunu göstermiştir.

Anahtar Kelimeler: Bakım Evleri, Mobilite, Postural Denge, Vücut Bileşimi

Relationship of Body Composition and Mobility, Balance in the Elderly

Ferhan Soyuer, İrem Süzen

Antalya Bilim University, Faculty of Health Sciences, Department of Physiotherapy and Rehabilitation, Antalya

Purpose: The aim of the study was to determine the relationship between body composition and mobility and balance of the elderly living in the nursing home.

Materials-Methods: Data such as age, gender, height, weight, and length of stay in the nursing home were evaluated using a socio-demographic form. Body composition was determined by Bioelectric Impedance Analysis. Mobility levels with 4m walking and Timed Up and Go Test; balances were evaluated with the Berg Balance Scale.

Results: 109 elderly people, 49 women and 60 men, living in the nursing home participated in the study. Muscle mass, bone mass, basal metabolic rate and percentage of water were negatively correlated between the Timed Up and Walk Test ($p<0,05$; respectively; $r=-0,30$, $r=-0,32$, $r=-0,32$, $r=-0,23$) and the 4 m walking test ($p<0,05$; respectively; $r=-0,29$, $r=-0,31$, $r=-0,29$, $r=-0,21$); a positive significant correlation was found with the Berg Balance Scale ($p<0,05$; respectively; $r=0,29$, $r=0,32$, $r=0,33$, $r=0,26$). A positive correlation was found between the fat percentage and the Timed Get Up and Go Test ($p <0,05$; $r=0,20$).

Discussion: Along with aging, chronic health problems have brought the concepts of geriatric syndrome into the agenda. It is important to evaluate mobility and balance in the elderly. Low levels of mobility and balance affect the quality of life of the elderly. With aging, changes in body composition occur and deficiencies are observed in some functions of the body. Our study showed that fat percentage, water percentage, muscle mass, bone mass and basal metabolic rate are significantly associated with mobility and balance.

Keywords: Nursing Home, Mobility, Postural Balance, Body Composition