

Sunu #30

BARİYATRİK CERRAHİ GEÇİREN HASTALARDA HİBRİT EGZERSİZ MODELİNİN KARDİYOPULMONER SAĞLAMLIK KAS KUVVETİ VE VÜCUT KOMPOZİSYONU ÜZERİNE ETKİSİ

Bürke Köksalan¹, Aslı Nur Bahar², Ömer Günel³, Özgür Kasımay², Nurper Özbar⁴, Asım Cingi³, Dilek Gogas Yavuz⁵, Meral Küçük Yetgin⁶

1 Marmara Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Hareket ve Antrenman Bilimleri Doktora Programı

2 Marmara Üniversitesi, Tıp Fakültesi, Fizyoloji Anabilim Dalı, Spor Fizyolojisi Bilim Dalı

3 Marmara Üniversitesi, Tıp Fakültesi, Genel Cerrahi Anabilim Dalı

4 Trakya Üniversitesi, Kırkpınar Spor Bilimleri Fakültesi, Antrenörlük Eğitimi Bölümü, Hareket ve Antrenman Bilimleri Anabilim Dalı

5 Marmara Üniversitesi, Tıp Fakültesi, İç Hastalıkları Anabilim Dalı, Endokrinoloji ve Metabolizma Bilim Dalı

6 Marmara Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi Antrenörlük Eğitimi Bölümü, Spor Sağlık Bilimleri Anabilim Dalı

Giriş ve Amaç: Bariyatrik cerrahi sonrası egzersiz obezite tedavisinin önemli bir parçasıdır. Bu popülasyonda özellikle cerrahi sonrasında egzersiz yapmak kas kütleini korunması, sarkopeninin tersine döndürülmesinde etkilidir. Egzersiz kilo alımını engeller, kas gücü, kas kütleini, dayanıklılık kapasitesinin daha iyi korunmasını sağlayarak daha yüksek bir yaşam kalitesi sağlar. Bu çalışmanın amacı bariyatrik cerrahi ameliyatı sonrası uygulanan 4 aylık hibrit egzersiz modelinin vücut kompozisyonu, kas kuvveti ve kardiyopulmoner sağlamlık üzerine etkisinin incelenmesidir.

Gereç ve Yöntem: Marmara Üniversitesi Tıp Fakültesi Genel Cerrahi Bölümünde Sleeve Gastrektomi (SG) yöntemiyle bariyatrik cerrahi ameliyatı olan 20 Katılımcı hibrit egzersiz (HEG/ n=10; VKİ: 31kg/m²) ve kontrol grubu (KG/ n=10 VKİ: 34kg/m²) olarak iki gruba ayrılacaktır. HEG ameliyattan sonraki 13.haftadan başlayarak 4 ay boyunca haftada 3 gün hibrit egzersiz programına tabi tutuldu. Egzersizin başında ve sonunda tüm bireylerin vücut kompozisyonları (Tantita BC-418MA), kas kuvveti (Lafayette) değerleri ölçüldü. VO₂ peak değeri Kardiyopulmoner Egzersiz Testi (modifiye bruce protokolü) ile belirlendi. Grup içi ön son test karşılaştırmalarında Paired Samples T-Test, gruplar arası karşılaştırmalarda ise;Independent Samples T-Test kullanılarak veriler analiz edildi (p<0,05).

Bulgular: KPET parametrelerinden VO₂ değerleri gruplar arasında anlamlı bulunmuştur (p<0.05). Değerler ortalama ± standart sapma olarak verilmiştir. HEG'in VO₂ değerine ilişkin ön ve son test değerleri sırasıyla (25 ± 4,5 ; 31,3 ± 6,27) KG' nin ön son test değerleri sırasıyla 26,5 ± 7,72; 26,6 ± 9,3) ölçülmüştür. Sol ve sağ üst vücut ve alt vücut kuvvetleri incelendiğinde ise HEG grubu katılımcılarında KG grubu katılımcılarına göre daha büyük bir kuvvet artışı olduğu gözlemlenmiştir. (p<0.05) . Her iki grubun, ön ve son test vücut kompozisyon parametrelerinde görülen anlamlı iyileşmeye rağmen gruplar arasında istatistiksel açıdan anlamlı bir farklılık bulunmadığı gözlenmiştir (p>0.05).

Sonuç: Bu çalışmada, bariyatrik cerrahi ameliyatı sonrası uygulanan 4 aylık hibrit egzersiz modelinin kas kuvvetini ve kardiyopulmoner sağlamlığı arttırdığı sonucuna ulaşılmıştır.