

УДК 613.86:616.98:578.82ВІЛ

**ВТОМА ТА ФІЗИЧНА ПОБУТОВА АКТИВНІСТЬ
У ЛЮДЕЙ, ЩО ЖИВУТЬ ІЗ ВІЛ****Андрій ОРФІН^{1,2}, Марія МАЗЕПА¹**¹*Львівський державний університет фізичної культури
імені Івана Боберського,**м. Львів, Україна*²*КНП ЛОР «Львівська обласна інфекційна клінічна лікарня»,
м. Львів, Україна*

Вступ. Втома у людей, що живуть із ВІЛ (ЛЖВ), негативно позначається на їх працездатності, щоденному функціонуванні та якості життя (ЯЖ). Чинники, які впливають на втоми у ЛЖВ, а також методи її реабілітації залишаються нерозв'язаними питаннями.

Мета – дослідити зв'язок між втомою у ЛЖВ, побутовою фізичною активністю та факторами, які можуть на неї впливати.

Методи: обстежено 60 пацієнтів з ЛЖВ, 40 чоловіків і 20 жінок, 53 пацієнти з IV клінічною стадією ВІЛ-інфекції та 7 з III стадією. Ступінь втоми вивчали за допомогою шкали FAS, фізичну активність (ФА) – за допомогою щоденника ФА, ЯЖ – опитувальником SF 36, CD4+ Т-лімфоцити – проточною цитофлуориметрією, вірусне навантаження – за ПЛР.

Результати дослідження та їх аналіз. Ступінь втоми був у межах 17–47 балів, середнє значення – $36,4 \pm 6,4$ бала. До першої групи увійшло 46 пацієнтів із вираженою втомою, а до другої – 14 пацієнтів з помірною. У I групі виявлено пряму кореляцію з вірусним навантаженням ($r = 0,16$, $p = 0,02$), позитивну кореляцію між психічним компонентом ЯЖ та тривалістю сну ($r = 0,24$, $p = 0,06$); зворотний зв'язок з фізичною побутовою активністю ($r = -0,43$, $p = 0,0001$), загальним показником ЯЖ ($r = -0,16$, $p = 0,02$), фізичним і психічним компонентами ЯЖ – $r = -0,19$, $p = 0,03$ та $r = -0,37$, $p = 0,13$ відповідно, рівнем CD4+ Т-лімфоцитами та вірусним навантаженням ($r = -0,25$, $p = 0,06$). У II групі встановлено: пряму кореляцію між втомою та тривалістю сну $r = 0,46$, $p = 0,22$, вірусним навантаженням $r = 0,24$, $p = 0,28$; зворотну кореляцію між ступенем втоми та загальним показником ЯЖ $r = -0,18$, $p = 0,03$, фізичним компонентом ЯЖ $r = -0,15$, $p = 0,02$, рівнем CD4+ Т-лімфоцитів $r = -0,27$, $p = 0,17$, фізичною побутовою активністю $r = -0,35$, $p = 0,005$, вірусним навантаженням $r = 0,53$, $p = 0,28$.

Висновок: Втома пов'язана з високим рівнем вірусного навантаження, низькою ЯЖ та ІМТ. Побутова фізична активність зменшує втоми у ЛЖВ. Втома у ЛЖВ є нерозв'язаною проблемою ФТ.

Ключові слова: ВІЛ, якість життя, фізична активність, втома.