



S-05: Düzenli Fiziksel Aktivitenin Dikkat Eksikliği ve Hiperaktivite Bozukluğu Olan Çocuklardaki Etkisinin Araştırılması

Abdülaziz Türksöylü¹, Yusuf Öztürk², Metin Ergün¹, Mümine Türksöylü³

¹Ege Üniversitesi Tıp Fakültesi, Spor Hekimliği Anabilim Dalı, İzmir

²Dumlupınar Üniversitesi Evliya Çelebi Eğitim ve Araştırma Hastanesi, Çocuk ve Ergen Ruh Sağlığı ve Hastalıkları Bölümü, Kütahya

³Ege Üniversitesi Tıp Fakültesi, Çocuk Sağlığı ve Hastalıkları Anabilim Dalı, İzmir

Öz

AMAÇ: Düzenli fiziksel aktivitenin 8-12 yaş arası Dikkat Eksikliği ve Hiperaktivite Bozukluğu (DEHB) tanısı alan ve en az 6 ay stimulan tedavi kullanan çocuklar üzerindeki etkisinin araştırılması amaçlanmıştır.

YÖNTEM: Randomize kontrollü olarak planlanan çalışmaya DEHB tanısı alan, 8-12 yaş arası, 46 erkek çocuk dahil edildi. 23 olgu kontrol grubu, diğer 23 olgu ise düzenli fiziksel aktivite (DFA) grubu olmak üzere randomize edildi. Tüm olgulara DuPaul DEHB Değerlendirme Ölçeği, Çocuk için Yaşam Kalitesi Ölçeği (ÇİYKÖ) 8-12 yaş grubu Ebeveyn ve Çocuk Formu ve Güçler Güçlükler Anketi (GGA) uygulandı. Kontrol grubu 10 hafta boyunca mevcut stimulan tedaviyi almaya devam etti ve herhangi bir ek müdahale yapılmadı. DFA grubuna ise en az 60 dakika süren futbol antrenmanı, haftada 3 gün, 10 hafta boyunca yaptırıldı. DFA grubunda, izlemde 19 olgu düzenli fiziksel aktiviteye devam edebilmiş ve çalışmayı tamamlamıştır. 10 hafta sonunda tüm olgulara DuPaul DEHB Değerlendirme Ölçeği, ÇİYKÖ 8-12 yaş grubu Ebeveyn ve Çocuk Formu ve GGA tekrar uygulandı.

BULGULAR: Çalışmamızda DFA grubu ve kontrol grubu yaş ortalamaları, DEHB alt tipleri ve Komorbidite dağılımları birbirine benzerdi. DFA grubunun fiziksel aktivite öncesi ve sonrası testleri karşılaştırıldığında; GGA alt ölçeklerinde duygusal, davranış, dikkat eksikliği ve aşırı hareketlilik, akran ilişkileri ve toplam güçlük puanlarında anlamlı azalma ($p<0,05$), DuPaul DEHB dikkat eksikliği, hiperaktivite alt testlerinde ve toplam puanda istatistiksel olarak anlamlı azalma ($p<0,001$), ÇİYKÖ 8-12 yaş grubu Ebeveyn ve Çocuk Formu alt ölçeklerinde fiziksel sağlık, psikososyal sağlık ve toplam skorda anlamlı artış saptandı ($p<0,05$). Kontrol grubunda ise ilk ve son testler arasında anlamlı bir değişiklik saptanmadı ($p>0,05$).

SONUÇ: Çalışma sonuçları, düzenli fiziksel aktivitenin stimulan tedavi alan DEHB tanısı olan

çocukların DEHB belirtilerini, hastalığın şiddetini ve davranışsal sorunlarını azalttığını, çocukların yaşam kalitesi üzerine olumlu etkileri olduğunu göstermektedir. DEHB olan çocuklarda, stimulan tedaviye ek olarak düzenli fiziksel aktivitenin yapılması iyileşmeye katkıda bulunabilir.

Available at: <http://journalofsportsmedicine.org> and <http://dx.doi.org/10.5152/tjism.2017.009>