

# ASMENŲ, SERGANČIŲ I TIPO CUKRINIU DIABETU, PSICHOEMOCINĖ BŪSENA IR VEIKLOS PROBLEMOS COVID-19 PANDEMIJOS METU

**Irma Katkauskaitė, Daiva Baltaduonienė**

*Kauno kolegija*

**Anotacija.** Cukrinis diabetas – visame pasaulyje paplitusi liga. COVID-19 pandemija sukėlė didelį nerimą visiems pasaulio žmonėms, ypač tiems, kurie serga lėtinėmis ligomis. Sergantiesiems I tipo cukriniu diabetu pandemija apribojo galimybes naudotis kasdienėmis medicinos paslaugomis, lankantis ligoninėse ar skubios pagalbos punktuose, esant ligos pablogėjimui. Įpročių ugdymas yra vienas iš pagrindinių ergoterapijos tikslų, skirtų lėtinėms ligoms valdyti, sveikatos priežiūros akcentavimas, kurį tęsiant palaikomi tinkami sveikatos rodikliai ir išugdomi nauji kasdieniai įpročiai. Straipsnyje analizuojama asmenų, sergančių I tipo cukriniu diabetu, psichoemocinė būsena ir iškilusios problemos kasdienėje, darbinėje ir laisvalaikio veiklose COVID-19 pandemijos metu. Tyrimo rezultatai atskleidė, jog informantų psichoemocinė būsena COVID-19 pandemijos metu pablogėjo; labiausiai išryškėjo kitų žmonių palaikymo svarbumas, jaudinimasis ir baimė; kasdienės veiklos problemos buvo susijusios su judrumo apribojimu, gliukozės kiekio stebėjimo ir savarankiško pasirūpinimo svarba; tiek darbinė, tiek laisvalaikio veiklos tapo pasyvesnės.

**Reikšminiai žodžiai:** cukrinis diabetas, psichoemocinė būsena, veiklos problemos, COVID-19 pandemija, ergoterapija.

## Įvadas

Cukrinis diabetas (CD) – tai lėtinė liga, kuriai būdingas didelis cukraus kiekis kraujyje, atsirandantis dėl organizmo nesugebėjimo gaminti išskiriančio hormono insulino arba jo gaminama labai mažai (International Diabetes Federation, 2019). Remiantis Tarptautinės diabeto federacijos (2020) duomenimis, Europoje cukrinis diabetas plačiai paplitęs ir nurodoma, jog laikui bėgant sergančiųjų šia liga tik daugės. Skelbiama, kad 2019 m. Europoje CD sergamumas siekė 59 mln., o 2045 m. bus 68 mln. sergančių asmenų (International Diabetes Federation, 2019). 2019 m. Lietuvoje užregistruoti 47,8 tūkst. nauji susirgimo atvejai asmenims nuo 18 metų (Lietuvos Respublikos sveikatos apsaugos ministerija. Higienos instituto Sveikatos informacijos centras, 2019). Asmenys, sergantys I tipo CD, turi leisti insulino išoriniu būdu arba dėvėti insulino pompas, kad sumažintų gliukozės kiekį kraujyje (Rodríguez-Rodríguez ir kt., 2019). Kai vaikas tampa pilnametis, sprendimus, susijusius su sveikata, priima pats, jam labai sunku adaptuotis tarp suaugusių žmonių. Toks asmuo jaučiasi pasimetęs, sunerimęs. Jaunam suaugusiam asmeniui gali būti sunku palaikyti gerą kontrolę ir tolimesnę jos kontroliavimą (International Diabetes Federation, 2019). Weigensberg ir kt. (2018) pastebi, kad jaunų suaugusiųjų, sergančių I tipo CD, daugėja, perėjimas nuo vaikų prie suaugusiųjų priežiūros yra sunkus ir dažnai kartu su diabetu susijęs sveikatos pablogėjimas.

Asmenys, sergantys I tipo CD, patiria daug sunkumų dėl savo ligos, emociškai išsenka dėl

kasdienio gyvenimo kontrolės, dažnai jaučiasi silpni, patiria daug streso dėl tiesioginio fiziologinio poveikio ir nuolatinės diabeto priežiūros (Weigensberg ir kt., 2018). Hussain ir kolegų 2020 m. atlikto tyrimo rezultatai atskleidė, kad asmenų, sergančių COVID-19 ir diabetu ar kitomis lėtinėmis ligomis, tai yra viena iš dažniausių mirtingumo priežasčių pasaulyje (Hussain ir kt. 2020). Klatman ir kt. (2020) teigia, kad COVID-19 pandemija sukėlė didelį visuotinį nerimą visiems pasaulio žmonėms, ypač tiems, kurie serga lėtinėmis ligomis, tokiomis kaip I tipo CD. Sergantiesiems šia liga pandemija apribojo galimybes naudotis kasdienėmis medicinos paslaugomis lankantis ligoninėse ar skubios pagalbos punktuose, esant ligos pablogėjimui, kadangi dėl vaistų trūkumo labai greitai išsivysto hipoglikemija ir hiperglikemija, o tai turi įtakos atsirasti ir kitoms rimtoms komplikacijoms (Hussain ir kt., 2020).

Pyatak ir kt. (2018) teigia, kad kasdienių įpročių ugdymas yra vienas iš pagrindinių ergoterapijos tikslų, skirtų lėtinėms ligoms valdyti, sveikatos priežiūros akcentavimas, kurį tęsiant palaikomi tinkami sveikatos rodikliai ir išugdomi nauji kasdieniai įpročiai. Ergoterapijos veiklų ar užsiėmimų poveikis pagerina diabeto savitvarką, pasitenkinimą kasdiene veikla, problemų sprendimą ir su diabetu susijusį savęs vertinimą. Pagrindinis dėmesys skiriamas veiklos analizei, kuri dekonstruoja veiklos poreikius sergančio asmens gyvenime. Ergoterapeutai nustato norimos veiklos atlikimo kliūtis, informuoja apie pritaikytas intervencijas, palengvinančias kasdienės veiklos atlikimą (Shen ir kt., 2019; Thompson, 2014).

Nemažai tyrimų atlikta esant II tipo cukriniam diabetui, iširtas ir COVID-19 poveikis šiems asmenims ir jų problemoms, tačiau apie asmenų, sergančių I tipo cukriniu diabetu, psichoemocinę būseną ir veiklos problemas atlikta labai mažai tyrimų, kuriuose pasigendama informacijos apie tai, su kokiomis problemomis susiduria diabetikai. Šiuo tyrimu buvo siekiama detaliau išanalizuoti problemas su kuriomis susiduria 18–22 metų amžiaus asmenys COVID-19 pandemijos laikotarpiu. Tyrimo problema – kokios asmenų, sergančių I tipo cukriniu diabetu, psichoemocinės būsenos ir veiklos problemos pasireiškė COVID-19 pandemijos metu?

**Tyrimo objektas** – asmenų, sergančių I tipo cukriniu diabetu, psichoemocinė būseną ir veiklos problemos COVID-19 pandemijos metu.

**Tyrimo tikslas** – atskleisti asmenų, sergančių I tipo cukriniu diabetu, psichoemocinę būseną ir veiklos problemas COVID-19 pandemijos metu.

**Tyrimo uždaviniai:**

1. Atskleisti asmenų, sergančių I tipo cukriniu diabetu, psichoemocinės būsenos pokyčius pandemijos metu.
2. Išskirti kasdienės veiklos problemas, iškilusias asmenims, sergantiems I tipo cukriniu diabetu, COVID-19 pandemijos metu.
3. Nustatyti, kaip pakito asmenų, sergančių I tipo cukriniu diabetu, darbinė veikla ir laisvalaikis pandemijos metu.

**Tyrimų metodologija ir metodika**

Tyrimo buvo taikoma **kokybinė tyrimo strategija**, leidžianti atskleisti tiriamųjų nuostatas, vertybes ir požiūrį į tyrimo temą. Buvo siekiama išsiaiškinti, kokios veiklos problemos pandemijos laikotarpiu iškilo tiriamiesiems. Tyrimui atlikti buvo naudojamas individualus, pusiau struktūruotas interviu metodas su parengtais klausimais. Šiuo metodu siekiama sužinoti išsamesnę informaciją apie sveikatą ir gerovę, kurią tiriamieji galėtų pateikti iš savo patirties (Meyrick, 2006).

**Tyrimo imtis.** Pasirinktas tiriamųjų atrankos tipas – tikslinis, t. y. tyrimo dalyvavo asmenys, sergantys I tipo cukriniu diabetu. Tyrimo dalyviai turėjo atitikti šiuos kriterijus: 1) amžius 18–22 metai; 2) asmenys, sergantys I tipo cukriniu diabetu; 3) moksleiviai arba studentai; 4) savanoriškas sutikimas dalyvauti tyrime. Tyrimo dalyvavo 5 informantai (4 moterys ir 1 vyras).

Tyrimas buvo atliekamas 2021 metų sausio–kovo mėn. Interviu buvo atliekamas nuotoliniu būdu, tiriamieji apklausiami savo namuose dėl jų pačių saugumo ir šalyje esamos situacijos, pasitelkiant „Google Meet“ įrankį. Susitikimo nuorodos buvo išsiųstos tiriamiesiems į jų

elektroninius paštus su iš anksto numatyta data. Kiekvienas interviu truko apie 1–1,5 val., priklausomai nuo pokalbio tempo, informanto išitraukimo. Pokalbiai buvo įrašomi į diktofoną, gauti duomenys pažodžiui transkribuojami į atskirus *MS Word* failus.

Kokybinis tyrimas buvo vykdomas laikantis tyrimo etikos principų. Tyrimo dalyviai buvo supažindinti su tyrimo tikslu, duomenų rinkimo metodais bei užtikrinta teisė išlaikyti privatumą ir saugumą. Siekiant užtikrinti tyrimo dalyvių konfidencialumą, jų vardai buvo užkoduoti.

Tyrimo metu gauti duomenys buvo analizuojami taikant turinio analizę. Pagrindiniai atlikto tyrimo duomenų apdorojimo žingsniai: kiekvienas interviu buvo transkribuojamas, vėliau, remiantis reikšminiais žodžiais, išskiriami kodai; kategorijų turinio skaidymas į potemes; potemių turinio elementų sutapimo identifikavimas; potemių integravimas į analizuojamo fenomeno kontekstą ir jo turinio aprašymą. Bendros potemės buvo sujungtos į keturias temas.

**Tyrimo rezultatai ir jų aptarimas**

Išnagrinėjus iš asmenų, sergančių I tipo cukriniu diabetu, gautą informaciją, pasakojimus ir kitus svarbius išgyvenimus, išryškėjo 4 temos, kurios atskleidė psichoemocinę būseną, informantų patiriamas emocijas ir jausmus, kaip jų požiūris ir nuomonė pakito karantino metu. Paašškėjo veiklos problemos kasdienėje, darbinėje ir laisvalaikio veiklose COVID-19 laikotarpiu, su kuriomis susidūrė informantai.

**Asmenų, sergančių I tipo cukriniu diabetu, psichoemocinė būseną karantino metu**

Stabili psichoemocinė būseną labai svarbi planuojant ir vykdamas tolimesnius ateities darbus (Joensen ir kt., 2017). Pasak Ceriello ir kitų (2020), cukrinio diabeto gydymas COVID-19 pandemijos metu buvo įvardijamas kaip nerimą kelianti painiava. Nekontroliuojama glikemija dar labiau apsunkino padėtį, žmonės labiau pajuto įtampą ir suprastėjusią sveikatą (Hussain ir kt., 2020). Esant tokiai būklei, padidėja rizika susirgti koronavirusu, nei nesergančiam lėtine liga. Wang (2020) ir Ceriello (2020) pastebi, kad šis virusas gali sukelti didesnius ir sunkesnius hipoglikemijos bei hiperglikemijos pasireiškimo periodus. COVID-19 pandemija turėjo didelę įtaką asmenų, sergančių I tipo cukriniu diabetu, psichoemocinei būsenai. Visi 5 informantai papasakojo, kokias emocijas patiria gyvendami su liga, kaip vertina savo sveikatą ir rūpinimąsi ja, kartais pasitaikantį nevisavertiškumo jausmą, nurodė, kas jiems suteikia stabilumo

kontroliuojant diabetą, koks svarbus yra aplinkinių (artimųjų, draugų, „likimo“ draugų) palaikymas, paatviravo apie patiriamą skausmą ir diskomfortą,

taip pat pareiškė nuomonę apie COVID-19 pandemiją ir jos ribojimus, jaudulį dėl ateities (1 lentelė).

**1 lentelė.** Asmenų, sergančių I tipo cukriniu diabetu, psichoemocinė būseną karantino metu

Tema	Potemės	Patvirtinantys teiginiai
Psichoemocinė būseną karantino metu	Patiriamos emocijos	„Labai stipriai banguoja nuo pačių dugno emocijų, norėjimas ignoruoti <...> man būna, kad nesinori pripažinti, kad turiu, <...> ai dzin, nesusileisiu, nu va toks keistas jausmas, bet nebūna labai dažnai, tai gal ir gerai, bet šiaip tai pripratimas jau yra, nes jau daug metų gana praėjo“. „Pyktį ir irzlumą. Toks pyktis ir irzlumas, kad sergi <...> liūdesį, dažniausiai liūdesį, baimę <...>, labai retai džiaugsmas būna.“
	Sveikatos vertinimas ir susirūpinimas	„Pandemijos metu šiek tiek mažiau laiko skiriu dėmesio sveikatai kažkodėl, dabar jau šiek tiek bandau atsigręžti, bet buvau labai įkiritusi į mokslus stipriai, buvo labai sunkūs egzaminai, tai praktiškai diabetas buvo truputėlį antroji vieta pas mane, dabar stengiuosi jį palikti <...> pirmoje vietoje.“ „pandemijos metu, <...> stengiesi dar labiau viską kontroliuoti, kad viskas būtų tik geriau <...> rūpiniesi savimi visada, bet pandemijos metu, kai tu žinai, kad tu taip greitai negali patekti pas daktarą <...> tu stengiesi dar labiau viską kontroliuoti, kad viskas būtų tik geriau <...> mažiau tų visokių būtų nesklandumų. <...>.“
	Nevisavertiškumo jausmas	„Kartais trukdo diabetas, trukdo tokiom kaip ir kasdienė veikla, kai <...> vairavimas. Man labai iškilo daug sunkumų gaunant pažymą sveikatos, nors ir jaučiuosi kaip normalus žmogus“. „Būčiau norėjusi, netgi savanoriauti Rukloje, arba netgi atlikti tarnybą, bet nu negalima taip, neleidžia, tai tam tikra prasme yra toks truputėlį jausmas, kad va čia trukdo man daryti savo svajones, bet tada ieškai kitų kelių, kur netrukdytų liga.“
	Stabilumo jausmas kontroliuojant ligą	„draugai, kurie irgi <...> serga diabetu arba pažįstami. Pasitaiko tikrai tų visokių blogų dienų ir kad čia yra normalu tai ir padeda išlaikyti tą tokią balanso jausmą kažkokį.“ „pakankamai geri cukrai, kad turiu <...> insulino pompą ir iš tiek tu žinai, kad tau nereikia taip dažnai badytis“. „Pasitikėjimas savimi, kai pavyksta kažkokį darbą atlikti ir tada: o taip man pavyksta, tada gerai, pradedi daugiau savimi pasitikėti.“
	Aplinkinių palaikymas	„pagrindė iš tų, kurie serga diabetu, <...> kalbant apie psichologinę būseną, tai <...> anksčiau gaudavau, dabar jau nelabai.“ „iš šeimos pusės, tai tokio palaikymo kaip ir negaunu, o iš draugų pusės, tai gaunu palaikymą <...> tą tokią motyvaciją“. „<...> gaunu iš savo draugų, <...> aš toks žmogus, kuris linkęs išsipasakoti, papasakoti ką jaučiu ir aišku turiu žmonių, kurie mane supras.“
	Skausmas ir diskomfortas	„Nesusitvarkau, ne šiaip kalbuosi dažniausiai su kitais žmonėmis ten arba su gydytojais, arba su savo ligos, <...> likimo broliais, sesėm, bet arba pati su savo galva dirbu.“ „<...> pati naudojuosi insulino pompa, tai to skausmo tiek ir nebūna daug, nu ten <...> jeigu kateterį pasikeiti ir į kažkokią vietą, nu kur tikrai skauda“.
	Jaudinimasis dėl ateities	„labai dažnai jaudinuosi dėl įvairių dalykų, ar aš gausiu tą darbą dėl diabeto.“ „<...> jaudinuosi labai dėl ateities, nes dabar šiek tiek problemų su regėjimu, tai bijau neapakti. Labiau baimė dėl ateities, dėl savo sveikatos būsenos.“
	Požiūris į COVID-19 pandemiją	„Liga yra neneigsiu tikrai, tačiau aš manau vis tiek reikėtų daugeliui prasiųgti, kad mes galėtume grįžti į normalų gyvenimą.“ „aš suprantu, kad tai yra liga, kad <...> vis tiek tai baigsis kažkada.“
	Baimė COVID-19 laikotarpiu	„Aš kaip sirgau, <...> covid pandemijos visa šita sukelta liga, tai iš esmės tada tai labai bijojau numirti, galvojau kas čia dabar bus, bet viskas buvo gerai.“ „Nesusirgti pačiai ir neužkrėsti giminės. <...> prisiskaičius tam tikrų šaltinių, <...> jog covidas neigiamai veikia organus vidinius, <...> baimė dėl savo sveikatos, kad kažkas gali atsitikti man ir baimė dėl artimų žmonių sveikatos, nes irgi jie serga, tai kažkaip nesinori būti priežastimi.“

Literatūroje aprašoma diabetu sergančių asmenų psichoemocinė būseną, kai jie priversti kiekvieną dieną kovoti su savo mintimis ir daryti viską, kad

išlaikytų gerą glikemijos kontrolę. Tai nuolat besitęsiantis procesas, trunkantis visą gyvenimą. Ilgainiui žmogaus psichinė būseną gali sutrikdyti ir

nebeatsigauti (See, 2020). Apibendrinus gautus tiriamųjų rezultatus, galima teigti, jog sergantieji I tipo cukriniu diabetu patiria labai įvairias emocijas: pyktį, irzlumą: („Toks pyktis ir irzlumas, kad sergi“; „čia yra tiesiog kaip mano gyvenimo būdas ir jokių emocijų nėra.“; „Labai stipriai banguoja nuo pačių dugno emocijų, norėjimas ignoruoti <...> man būna, kad nesinori pripažinti, kad turiu“), o susirūpinimą sveikata kelia suprastėjusi glikemijos kontrolė, nuotaikos kaita ir karantino režimas šalyje („Pandemijos metu šiek tiek mažiau laiko skiriu dėmesio sveikatai.“; „<...> rūpiniesi savim visada, bet pandemijos metu, kai tu žinai, kad tu taip greitai negali patekti pas daktarą“).

Informantai labai skirtingai išgyvena nevisavertiškumo jausmą. Vieniems pasitaiko tokių nevisavertiškumo momentų, kiti to nesureiškina, viską daro kaip visi kiti sveiki asmenys („Būčiau norėjusi, netgi savanoriauti Rukloje, arba netgi atlikt tarnybą, bet nu negalima taip, neleidžia, tai tam tikra prasme yra toks truputėlį jausmas, kad va čia trukdo man daryt savo svajones.“; „yra tokių momentų, kai žmonės sako: o tau diabetas, negali šito, šito daryt. Aišku, kad gali, viską tu gali, <...> tai yra tikrai žmonių stereotipas, nežinau kaip kas, bet asmeniškai man, tai tikrai jaučiuosi labai pilnavertis“).

Kiekvienas tyrime dalyvavęs dalyvis turi numatęs veiksmus, kurie suteikia stabilumo jausmą, t. y. žinojimas, jog tokie žmonės ne vieni, pasitikėjimas savimi, tinkamų žinių turėjimas ir mokėjimas jas panaudoti bei paties žmogaus požiūris į skirtingas situacijas („draugai, kurie irgi <...> serga diabetu arba pažįstami.“; „pakankamai geri cukrai, kad turiu insulino pompą ir iš tiek tu žinai, kad tau nereikia taip dažnai badytis.“; „Pasitikėjimas savimi, kai pavyksta kažkokį darbą atlikti ir tada: o taip man pavyksta, tada gerai, pradedi daugiau savimi pasitikėti“).

Artimų žmonių, „likimo“ draugų ir draugų palaikymas labai svarbus tiriamiesiems. Taip lengviau valdyti ligą ir paskatinama labiau pasitikėti savo jėgomis („iš draugų gaunu palaikymą <...> tą tokių motyvaciją.“; „aš toks žmogus, kuris linkęs išsipasakoti, papasakoti ką jaučiu ir aišku turiu žmonių, kurie mane supras“).

Visi informantai neišvengiamai patiria lengvesnį ar sunkesnę skausmą bei suduria su diskomforto jausmu. Kad būtų sumažintas skausmas ir diskomforto jausmas, tyrime dalyvavę asmenys ieškojo sprendimo būdų, kaip palengvinti tokius jausmus („kalbuosi dažniausiai su kitais žmonėmis ten arba su gydytojais, arba su savo ligos, <...> likimo broliais, sesėm, bet arba pati su savo galva dirbu.“; pati naudojuosi insulino pompa, tai to skausmo tiek ir nebūna daug, <...> jeigu kateterį pasikeiti ir į kažkokią vietą, nu kur tikrai skauda“).

Visi tyrimo dalyviai jaudinasi dėl ateities: vieni jų jaudinasi dėl savo sveikatos, kiti – dėl profesinių tikslų ir siekių, tačiau visi pabrėžia, kad reikia džiaugtis ir dabartyje esamais mažais dalykais („labai dažnai jaudinuosi dėl įvairių dalykų, ar aš gausiu tą darbą dėl diabeto.“; „jaudinuosi labai dėl ateities, nes dabar šiek tiek problemų su regėjimu, tai bijau neapakti“).

Tyrimo dalyvių požiūris į koronavirusą labai skirtingas: išsiskyrė per rimtas žiūrėjimas į koronavirusą, žmonių nesupratingumas, abejonės, kaip geriau vertinti tokią situaciją, teigiamas vertinimas, kadangi suprantama, kokia tai situacija, neigiamas vertinimas ir prisitaikymas prie esamų aplinkybių („Liga yra neneigsiu tikrai, tačiau aš manau vis tiek reikėtų daugeliui prasirgti, kad mes galėtume grįžti į normalų gyvenimą.“; „aš suprantu – yra liga, kad <...> tai baigsis kažkada“).

Visi informantai labiausiai baiminasi dėl savo artimųjų žmonių sveikatos, kad jie gali susirgti koronavirusu ir mirti („Nesusirgti pačiai ir neužkrėsti giminės.“; „Aš kaip sirgau, <...> covid pandemijos visa šita sukelta liga, tai iš esmės tada tai labai bijojau numirt, galvojau kas čia dabar bus, bet viskas buvo gerai“).

## Veiklų pokyčiai COVID-19 pandemijos metu

Pasaulyje išplitusi COVID-19 pandemija privertė ne vieną asmenį sulėtinti gyvenimo tempą ir pasilikti namuose, bandant suvaldyti koronavirusą šalyje. Daug žmonių savo darbus dirbo nuotoliniu būdu, daugiau laiko praleido namuose. Namai tapo vieta, kurioje vyksta tiek visa kasdienybė, tiek darbinė veikla, tiek laisvalaikis. Shen ir Shen (2019) atliktas tyrimas parodė, kad asmenys, kurie geba dažniau palaikyti gerą kontrolę, yra savarankiškesni priimant sprendimus ar sprendžiant problemas, nei asmenys, kurie blogiau kontroliuoja ligą. Tačiau dažniausiai veiklos problemų kyla dėl diabeto sukeltų komplikacijų (Zajančauskienė ir Šinkūnienė, 2017). Kasdienę veiklą COVID-19 pandemija pakoregavo ir I tipo cukriniu diabetu sergantiems asmenims. Informantai dalinoji savo pasakojimais apie pasikeitusią kasdienybę pandemijos metu (2 lentelė).

2 lentelė. Kasdienės veiklos sunkumai

Tema	Potėmė	Patvirtinantys teiginiai
Kasdienės veiklos sunkumai	Judrumo apribojimas kasdienėje veikloje	„viskas dabar tiesiog vyksta tam pačiam kambary, visą dieną tu sėdi kambaryje prie kompiuterio ir tu viską darai ir jokio judėjimo“. „negali bet kur nuvažiuot, bet kur nueit, tai <...> pakito <...> į priešingą pusę, labiau toks sėdėjimas.“
	Savarankiškas rūpinimasis savimi	„<...> daugiau atsirado tų tokio savarankiškumo, nes <...> daug kas dabar priklauso nuo mūsų: padaryti darbą, išsiųsti darbą <...> duoda gal toki net pasijusti greičiau savarankišku ir labiau tokiu, <...> vyresniu, kai turi atsakomybę“. „<...> labai svarbu, <...> jeigu <...> aš studijuoju ir gyvenu viena, tai nėra kam kitam už mane pasirūpint, tik aš pati galiu savim pasirūpint tuo metu.“
	Sveikatos paslaugų gavimas	Svarbu <...> kaip ir prieš pandemiją, kad gaučiau visapusišką pagalbą, jeigu kažko noriu, tai ir gaunu ko reikia, o ne taip, kad kadangi dabar populiari viską telefonu atlikti dabar tas konsultacijas tai ne taip, kad būtų paskambina, kažką pasako ir viskas <...> svarbu, kad iki galo išsiaiškintų, jeigu kyla kokių nors problemų, kad suteiktų visokią pagalbą. Nesvarbu, karantinas, ne karantinas. „Mums tai, <...> ypatingai reikalinga <...> turi ligą <...> tavo daktarai, specialistai, tu, turi būti mūsų ypatingas bendradarbiavimas, visokie patarimai“.
	Gliukozės kiekio stebėjimas	„Prieš pandemiją <...> buvo mažesnė ta kontrolė <...> dabar namie visą laiką, <...> gali daug atsakingiau viską paskaičiuot, <...> tinkamai apskaičiuoti insulino dozę, nuo to viskas priklauso, jeigu per daug įsileisti – bus hipoglikemija, per mažai – hiperglikemija.“ „Reguliarus cukraus kiekio kraujyje matavimas, maisto priežiūra, susileist insuliną, laiku keistis kateterius, adatėles. Begalė yra visokių dalykų, į kuriuos tu turi kreipti dėmesį“.

Informantai turėjo problemų kasdienėje veikloje, labiausiai išryškėjo fizinio aktyvumo trūkumas, užsidarymas namuose („viskas dabar tiesiog vyksta tam pačiam kambary.“; „negali bet kur nuvažiuot, bet kur nueit“). Visi tyrime dalyvavę informantai atsakė, jog savarankiškumas – labai svarbus kiekvienam asmeniui, kadangi asmuo visapusiškai gali pasirūpinti savimi ir būti naudingas įvairiose veiklose („daugiau atsirado tų tokio savarankiškumo, nes <...> daug kas dabar priklauso nuo mūsų“; „aš studijuoju ir gyvenu viena, tai nėra kam kitam už mane pasirūpint“), o priežiūros paslaugų gavimas, bendradarbiavimas su gydytojais ir atliekami profilaktiniai tyrimai labai svarbu, tačiau bendra sveikatos būklė priklauso ir nuo paties žmogaus pastangų, kuomet asmuo savarankiškai daugiausia laiko turi skirti sveikatos pokyčiams stebėti („Svarbu <...> kaip ir prieš pandemiją, kad gaučiau visapusišką pagalbą“; „Mums tai, ypatingai reikalinga <...> turi ligą <...> tavo daktarai, specialistai, tu, turi būti mūsų ypatingas bendradarbiavimas“).

Tyrimė dalyvavę asmenys labai daug laiko skyrė ligos kontrolei, kuri reikalauja jų pačių laiko, kantrybės, tinkamo maisto ir insulino santykio apskaičiavimo bei greitai priimamų sprendimų, kad sveikata dar labiau nepablogėtų, o atliekamų veiklų nauda nesumažėtų („Reguliarus cukraus kiekio kraujyje matavimas, maisto priežiūra, susileist insuliną, laiku keistis kateterius, adatėles. Begalė yra visokių dalykų, į kuriuos tu turi kreipti dėmesį“;

„Prieš pandemiją <...> buvo mažesnė ta kontrolė <...> dabar namie visą laiką, <...> gali daug atsakingiau viską paskaičiuot“).

### Darbinės veiklos sunkumai

Prasidėjusi COVID-19 pandemija pakoregavo ne tik kasdienybę, bet turėjo poveikį ir darbinei veiklai. Visi informantai teigė, jog didžiausia problema buvo nuotolinis mokymasis, nepakankamas informacinių technologijų našumas ir sveikatos įtaka veiklai (3 lentelė).

3 lentelė. Darbinės veiklos sunkumai

Tema	Potemė	Patvirtinantys teiginiai
Darbinės veiklos sunkumai	Nuotolinis mokymas	„Pažymiai gal ir geri, bet pats mokymasis tai jisai patapo toks labiau tinginiavimu ir lengvesnio kelio ieškojimu.“ „<...> studijų atžvilgiu, tai man prieš pandemiją buvo daug geriau, nes mokėmės kaip ir fakultetuose, eini, viskas kitaip, bendravimas realus su kursioke <...>, o dabar tai mokslas tik per kompiuterį, <...> ir produktyvumas mažesnis <...>.“
	Nepakankamas informacinių technologijų našumas	„Mokslai nuotoliniu, tai mažiau judesio ir daugiau sėdėjimo, daugiau kompiuterio, daugiau streso, nu man tai daugiau streso yra per kompiuterius“. „Labai trūkinėja internetas ir yra tokių dar dalykų, kai nesugebi visko padaryt, o darbų būna nemažai ir viskas tiesiog streikuoja, visa technika <...> nelabai gerai įskaityti <...> padarytas nuotraukas iš vadovėlio ir ten nelabai viskas kokybiška ir vis tiek nu tokių dalykų mes nelabai galim išspręsti.“
	Sveikatos įtaka veiklai	„Su mokymusi, <...> atrodo reiks susikaupti, rašai kontrolinį nieks tavęs negali blaškyti ir tau netikėtai pradeda krist cukrus, tu nebegali susikaupti, jeigu dar tau pompa pradeda pypsėt, iš viso tragedija pasidaro“. „<...> jeigu žemas cukrus, tu turi atidėt savo mokslus į vėliau, negali dabar mokyti, nes turi palaukt kol pakils cukrus.“

Pagal gautus tyrimo rezultatus paaiškėjo, jog visiems informantams buvo geriau mokytis kontaktinių paskaitų ar pamokų metu, o nuotolinis mokymasis nėra toks produktyvus, kelia didesnę įtampą dėl pašalinių staiga atsiradusių trukdžių („studijų atžvilgiu, tai man prieš pandemiją buvo daug geriau, nes mokėmės kaip ir fakultetuose, eini, viskas kitaip, bendravimas realus su kursioke“; „Pažymiai gal ir geri, bet pats mokymasis <...> patapo toks labiau tinginiavimu ir lengvesnio kelio ieškojimu“).

Nepakankamas informacinių technologijų našumas ir interneto ryšio trūkinėjimas kėlė nemažą problemą produktyviam ir kokybiškam mokymuisi

(„Mokslai nuotoliniu, tai mažiau judesio ir daugiau sėdėjimo, daugiau kompiuterio, daugiau streso.“;

„Labai trūkinėja internetas ir yra tokių dar dalykų, kai nesugebi visko padaryt, o darbų būna nemažai ir viskas tiesiog streikuoja“).

Tyrimo dalyvių teigimu, pakitęs gliukozės kiekis kraujyje sukėlė problemų mokymuisi. Dėl per

didelės ar per mažos glikemijos informantai buvo priversti skirti laiko jos korekcijai. Esant tinkamam gliukozės kiekiui kraujyje, informantai toliau galėjo mokytis ar ugdyti savo žinias produktyvioje veikloje („Su mokymusi, <...> atrodo reiks susikaupti, rašai kontrolinį nieks tavęs negali blaškyti ir tau netikėtai pradeda krist cukrus, tu nebegali susikaupti“; „jeigu žemas cukrus, tu turi atidėt savo mokslus į vėliau, negali dabar mokyti, nes turi palaukt kol pakils cukrus“).

#### Laisvalaikio veiklos pasikeitimai

COVID-19 pandemija labai pakeitė laisvalaikio veiklą, kadangi įvesti ribojimai šalyje visiškai sumažino laisvalaikio veiklas. Informantai, kalbėdami apie savo laisvalaikį, papasakojo, kaip pakito jų laisvalaikis karantino metu ir išskyrė pačią svarbiausią problemą – susitikimų trūkumą, gyvo kontakto nebuvimą, gyvų emocijų trūkumą ir pasyvesnį laisvalaikį (4 lentelė).

4 lentelė. Laisvalaikio pokyčiai COVID-19 laikotarpiu

Tema	Potemės	Patvirtinantys teiginiai
Laisvalaikio pokyčiai	Susitikimų trūkumas	„<...> daug ryšių sumažėjo ir beveik visi praktiškai gi socialiniai ryšiai sumažėjo, apmažėjo <...> nebent palaikomi per internetą“. „Trūksta to tokio socialumo, mažiau bendravimo su žmonėmis.“
	Pakitęs laisvalaikis	„<...> realiai visos popamokinės veiklos buvo atšauktos, treniruotės, sportas, aš dar piešiau, tai ir tas buvo atšaukta.“ „Laisvalaikis pakito <...> jis ne toks judrus, koks anksčiau buvo“.

Aktyvių veiklų teko atsisakyti, įsivyravo pasyvesnės laisvalaikio veiklos. Remiantis informantų nuomone galima teigti, kad gyvo kontakto pokalbių trūkumas buvo didelė problema: negalėjo susitikti su draugais, artimaisiais ir kitais

žmonėmis, trūko gyvų emocijų, nebuvo apsikabinimų bei prisilietimų („Trūksta to tokio socialumo, mažiau bendravimo su žmonėmis.“; „daug ryšių sumažėjo ir beveik visi praktiškai gi socialiniai ryšiai sumažėjo“). Pakito visų tyrimo

dalyvių laisvalaikis, daugiau laiko jie praleido namuose, pasireiškė motyvacijos stoka („*Visos popamokinės veiklos buvo atšauktos, treniruotės, sportas, aš dar piešiau, tai ir tas buvo atšaukta.*“ „*Laisvalaikis pakito <...> jis ne toks judrus, koks anksčiau buvo*“).

## Išvados

1. Asmenų, sergančių I tipo cukriniu diabetu, psichoemocinė būseną pablogėjo; labiausiai išryškėjo patiriamos emocijos, rūpinimasis sveikata, nevisavertiškumo ir stabilumo jausmas

## Literatūra

1. Ceriello, A., Stoian, A. P., & Rizzo, M. (2020). COVID-19 and diabetes management: What should be considered? *Diabetes Research and Clinical Practice*, 163, 108151.
2. Hussain, A., Bhowmik, B., & do Vale Moreira, N. C. (2020). COVID-19 and diabetes: Knowledge in progress. *Diabetes Research and Clinical Practice*, 162, 108142.
3. International Diabetes Federation. (2019). *IDF Diabetes Atlas, 9th edn.* Brussels: International Diabetes Federation. Prieiga per internetą: <http://www.diabetesatlas.org>.
4. Joensen, L. E., Andersen, M. M., Jensen, S., Nørgaard, K., & Willaing, I. (2017). The effect of peer support in adults with insulin pump-treated type 1 diabetes: a pilot study of a flexible and participatory intervention. *Patient Preference & Adherence*, 11, 1879–1890.
5. Klatman, E. L., Besançon, S., Bahendeka, S., Mayige, M., & Ogle, G. D. (2020). COVID-19 and type 1 diabetes: Challenges and actions. *Diabetes Research and Clinical Practice*, 166, 108275.
6. Lietuvos Respublikos Sveikatos apsaugos ministerija. Higienos instituto Sveikatos informacijos centras. Lietuvos sveikatos statistika 2019. (2019). Prieiga per internetą: [https://hi.lt/uploads/pdf/leidiniai/Statistikos/LT\\_sveik\\_stat\\_health/la\\_2019.pdf](https://hi.lt/uploads/pdf/leidiniai/Statistikos/LT_sveik_stat_health/la_2019.pdf)
7. Meyrick J. (2006). What is good qualitative research? A first step towards a comprehensive approach to judging rigour/quality. *Journal of health psychology*, 11(5), 799–808.
8. Pyatak, E. A., Carandang, K., Vigen, C. L. P., Blanchard, J., Diaz, J., Concha-Chavez, A., Sequeira, P. A., Wood, J. R., Whittemore, R., Spruijt-Metz, D., & Peters, A. L. (2018). Occupational Therapy Intervention Improves Glycemic Control and Quality of Life Among Young Adults With Diabetes: the Resilient,

kontroliuojant ligą, kitų žmonių palaikymo svarba, jaudinimasis ir baimė COVID-19 pandemijos metu.

2. Kasdienės veiklos problemos asmenų, sergančių I tipo cukriniu diabetu, buvo susijusios su judrumo, sveikatos paslaugų gavimo apribojimu ir gliukozės kiekio stebėjimu; išryškėjo savarankiško rūpinimosi savimi svarba.
3. Tiek darbinė, tiek laisvalaikio veiklos asmenų, sergančių I tipo cukriniu diabetu, tapo pasyvesnės. Daugiau laiko buvo praleidžiama prie kompiuterio, skaitant knygas, žiūrint filmus, mažiau susitikimų su draugais ir artimaisiais.

Empowered, Active Living with Diabetes (REAL Diabetes) Randomized Controlled Trial. *Diabetes Care*, 41(4), 696–704.

10. Rodríguez-Rodríguez, I., Chatzigiannakis, I., Rodríguez, J. V., Maranghi, M., Gentili, M., & Zamora-Izquierdo, M. Á. (2019). Utility of Big Data in Predicting Short-Term Blood Glucose Levels in Type 1 Diabetes Mellitus Through Machine Learning Techniques. *Sensors* (Basel, Switzerland), 19(20), 4482.
11. See, I. (2020). Pumping up a new revolution of diabetes management: insulin pumps and emphasis on psychological aspect of diabetes care. *New Zealand Medical Student Journal*, 0(30), 29–32.
12. Shen, X., & Shen, X. (2019). The Role of Occupational Therapy in Secondary Prevention of Diabetes. *International Journal of Endocrinology*, 2019, 3424727.
13. Thompson, M. (2014). Occupations, habits, and routines: perspectives from persons with diabetes. *Scandinavian Journal of Occupational Therapy*. 21(2), 153–160.
14. Wang, X., Wang, S., Sun, L., & Qin, G. (2020). Prevalence of diabetes mellitus in 2019 novel coronavirus: A meta-analysis. *Diabetes Research and Clinical Practice*, 164, 108200.
15. Weigensberg, M. J., Vigen, C., Sequeira, P., Spruijt-Metz, D., Juarez, M., Florindez, D., Provisor, J., Peters, A., & Pyatak, E. A. (2018). Diabetes Empowerment Council: Integrative Pilot Intervention for Transitioning Young Adults With Type 1 Diabetes. *Global Advances in Health and Medicine*, 7, 2164956118761808.
16. Zajančauskienė, Z. & Šinkūnienė, R. (2017). Edukacinė bendruomenės slaugytojo veikla, vykdančią cukrinio diabeto komplikacijų prevenciją pirminiame sveikatos priežiūros centre. *Sauga. Mokslas ir praktika*, 1(241), 4-10.

## **PSYCHOEMOTIONAL STATUS AND PROBLEMS OF ACTIVITIES OF PEOPLE WITH TYPE I DIABETES DURING THE COVID-19 PANDEMIC**

### **Summary**

Diabetes is a common disease over the world. The COVID-19 pandemic has caused large anxiety for all people around the world, especially those with chronic diseases. For people with type 1 diabetes, the pandemic has limited access to everyday medical services, including visits to hospitals or emergency rooms when the disease worsens. Habit development is one of the main goals of occupational therapy for chronic disease management, emphasizing health care that continues to maintain good health and develop new daily habits. The article analyzes the psycho-emotional state of people with type I diabetes and the problems that arose in their daily, work and leisure activities during the COVID-19 pandemic. The results of the study revealed that the psycho-emotional state of the informants worsened during the COVID-19 pandemic; the importance of other people is support, excitement and fear were most evident; problems with daily activities were related to mobility limitation, glucose monitoring and the importance of self-care; both work and leisure activities became more passive.

**Keywords:** diabetes mellitus, psycho-emotional state, performance problems, COVID-19 pandemic, occupational therapy.

### **Informacija apie autores**

**Irma Katkauskaitė.** Kauno kolegijos Medicinos fakulteto Reabilitacijos katedros absolventė. Mokslinių tyrimų kryptis: asmenys, sergantys I tipo cukriniu diabetu, ergoterapeuto profesinė tapatybė.  
El. pašto adresas: irma.katkauskaite@gmail.com

**Daiva Baltaduonienė.** Kauno kolegijos Medicinos fakulteto Reabilitacijos katedros lektorė. Mokslinių tyrimų kryptys: skirtingo amžiaus ir būklės asmenų funkcionalumo, savarankiškumo ir kognityvinių funkcijų testavimo tyrimai, jų vertinimas ir analizė; veiklos problemų analizė.  
El. pašto adresas: daiva.baltaduoniene@go.kauko.lt