



Pilottitutkimus mobiilisovelluksen käytettävyydestä etäkuntoutuksessa

Parkinsonin tauti on neurologinen sairaus johon liittyy mm. erilaisia motorisia oireita. Keskimääräinen taudin alkamisikä on 60 vuotta. Toiminnallisella kuntoutuksella on todettu olevan vaikutusta sairastuneiden elämän laatuun. GASEL-hankkeessa testataan erilaisia teknologisia ratkaisuja sekä arkielämän toiminnoissa että osana kuntoutusta.

Tämän pilottitutkimuksen tarkoituksena oli tutkia fyysistä harjoittelua tukevan ohjelmiston soveltuvuutta itsenäiseen harjoitteluun ohjattujen lähikuntoutusjaksojen välissä. Tutkimuksessa käytetty mobiililaitteissa toimiva sovellus (PTMomentum from PhysioTools) on suunniteltu tukemaan ja muistuttamaan toiminnallisesta kuntoilusta ammattilaisen suunnitteleman ohjelman mukaan. Pilottitutkimuksessa oli mukana kolme 59-64 vuotiasta Parkinsonin tautia sairastavaa henkilöä, jotka osallistuivat kuntoutukseen kuntoutuslaitoksessa. Henkilöt käyttivät mobiiliohjelmistoa kotona kahden lähikuntoutusjakson välissä.

Kaksi kolmesta testihenkilöstä otti harjoitussovelluksen käyttöön. Arvionsa mukaan sovellus lisäsi heidän kuntoilunsa määrää. Sovelluksen hyödyllisyys ja käytön helppous arvioitiin neutraaliksi. Käytön aloittaminen ei kuitenkaan ollut helppoa. Tulosten mukaan sovellus soveltuu itsenäisen kuntoutumisen tueksi, mutta käytettävyyttä parantamalla voitaisiin helpottaa sen käyttöönotto vaihetta kotioloissa.

Yleisesti tulokset tukevat sitä, että mobiiliteknologia voi olla osa kuntoutusta ja hyvinvointia tukevia ratkaisuja.