



Onko Sinulla MS-tauti ja haluaisitko tietää lisää päivittäisestä aktiivisuudestasi ja sen yhteydestä uupumukseen?

TULE MUKAAN TUTKIMUKSEEN!

Tutkimus:

Arjessa ilmaantuvan uupumuksen ja aktiivisuuteen liittyvän väsyvyyden käsitteellistäminen ja ymmärtäminen MS-tautia sairastavilla (EMA-FAMS)

TARKOITUS

Tutkimuksessa selvitetään uupumusta ja aktiivisuuteen liittyvää väsyvyyttä MS-tautia sairastavilla henkilöillä sekä henkilöillä, joilla ei ole MS-tautia. Tutkimus kestää osaltasi noin 10 päivää, joista seitsemänä (7) seurataan uupumustasi ja aktiivisuuttasi arkiympäristössäsi aktiivisuusmittareilla ja päiväkirjasovelluksella.

Lisäksi sinulla on mahdollisuus osallistua tutkimuksen jälkeen yhteen (1) etähaastatteluun, jossa kerätään kokemuksia seurantajaksosta.

OSALLISTUMALLA TUTKIMUKSEEN

- Saat yksilöllistä tietoa uupumuksesi ja aktiivisuutesi tasoista sekä niiden mahdollisista yhteyksistä.
- Autat lisäämään ymmärrystä uupumuksen ja aktiivisuuteen liittyvän väsyvyyden merkityksistä MS-tautia sairastavilla sekä siitä, miten nämä eroavat henkilöillä, joilla ei ole MS-tautia.

MITÄ OSALLISTUMINEN VAATII SINULTA?

- Osallistumista alku- ja lopputapaamiseen (2 tuntia kerta) LAB-ammattikorkeakoulun Lahden tai Lappeenrannan kampuksella tai Maskun Neurokeskuksessa.
- Päiväkirjakyselyyn vastaamista kuudesti päivässä viikon ajan älypuhelinsovelluksella.
- Aktiivisuusmittareiden pitämistä reidessä ja ranteessa viikon ajan.

TUTKIMUSTULOSTEN HYÖDYNTÄMINEN

- Tutkimustulokset julkaistaan ryhmätasolla tieteellisissä julkaisuissa, konferensseissa sekä blogi- ja lehtikirjoituksissa.
- Tutkimus auttaa tulevaisuudessa huomioimaan uupumusta ja väsyvyyttä paremmin MS-taudin hoidossa ja kuntoutuksessa.

Sovellut tutkimukseen, jos

- olet 18–65-vuotias
- sairastat aaltomaista MS-tautia
- pystyt kävelemään vähintään 200 metriä ilman apuvälineitä
- omistat älypuhelimien tai olet halukas käyttämään sellaista tutkimuksen aikana

Sinua ei voida ottaa mukaan tutkimukseen, jos

- sinulla on ollut viimeisen 30 päivän aikana MS-taudin pahenemisvaiheen oireita tai olet saanut pahenemisvaiheeseen liittyvää hoitoa
- sinulla on huomattavaa masennusoiretta
- sinulla on diagnosoitu mielenterveyteen liittyvä sairaus, jokin muu neurologinen sairaus tai muu sairaus, joka aiheuttaa uupumusta

Jos olet kiinnostunut osallistumaan tutkimukseen, voit olla yhteydessä:

LAHTI JA LAPPEENRANTA:

Aki Rintala, vastuullinen tutkija

Hyvinvointiyksikkö, LAB-ammattikorkeakoulu
aki.rintala@lab.fi | 044 708 5254

MASKU:

Anders Romberg, tutkija

Neuroliitto
anders.romberg@neuroliitto.fi | 050 511 8824