

Risultati

La statistica identifica che, su 100 utenti circa:

- il 98% degli utenti ha diminuito la frequenza respiratoria, la saturazione si normalizza per chi aveva problemi
- il 100% degli utenti ha dichiarato un miglioramento di relax e di condizione di benessere generico
- il 100% degli utenti con pressione alta ha regolarizzato la pressione arteriosa
- Il 100% di utenti con problemi alla schiena ha dichiarato un notevole miglioramento
- Il 100% degli utenti ha dichiarato un miglioramento di 2-3 punti della VAS del dolore
- Il 100% degli utenti ha diminuito la frequenza cardiaca a riposo (3-15%) durante attività agonistica del 15%

VAS dolore: valutazione del dolore da parte dell'utente, scala 0-10 0=nessun dolore 10 =dolore molto forte

VAS benessere: valutazione del benessere da parte dell'utente, scala1-10: 0= molto scarso 10= grande benessere

Questionari di alcuni utenti - rilievi gennaio/giugno 2017

utente	età	data	primo inserimento-controllo	pressione arteriosa	frequenza respiratoria a riposo, da seduto	saturazione	frequenza cardiaca	VAS dolore	VAS benessere	note, anamnesi breve, dichiarazioni utente	eventuali note aggiuntive
C.P.	59	28/01/17	primo inserimento	regolare	24	regolare	100	6	5	ansia depressione insonnia	nessuna
		12/02/17	controllo	non provata	20	non provata	non provata	5	6	forte ansia, farmaci antidepressivi	leggera sensazione di affaticamento ai primi esercizi
		12/02/17	controllo dopo esercizi	non provata	16	non provata	non provata	4	7		

Diminuzione della frequenza respiratoria, miglioramento generale e diminuzione dello stato d'ansia.

utente	età	data	primo inserimento-controllo	pressione arteriosa	frequenza respiratoria a riposo, da seduto	saturazione	frequenza cardiaca	VAS dolore	VAS benessere	note, anamnesi breve, dichiarazioni utente	eventuali note aggiuntive
G.L.	71	27/02/17	primo inserimento	140/80	20	ok	90	4	5	depressione (antidepressivi), gastrite cronica, ipertensione	
		03/07/17	controllo	147/92	22	ok	84	2	7		
		03/07/17	controllo dopo esercizi	143/84	14	ok	85	0	8		

Azzeramento del dolore, frequenza respiratoria più bassa, leggera diminuzione della pressione arteriosa con gli esercizi.

utente	età	data	primo inserimento-controllo	pressione arteriosa	frequenza respiratoria a riposo, da seduto	saturazione	frequenza cardiaca	VAS dolore	VAS benessere	note, anamnesi breve, dichiarazioni utente	eventuali note aggiuntive
D.C.	56	13/05/17	primo inserimento	alta	26	ok	92	0	8	ansia, incontinenza intestinale dovuta ad asportazione 1 metro di intestino	eseguire esercizi posturali per schiena
		08/06/17	controllo	regolare	18	ok	ok	0	10	mi sento bene e in forma, da 6-7 volte al giorno in bagno a 2 volte e non serve correre. fine dell'incontinenza forte	

Completa risoluzione dei problemi intestinali, regolarizzazione della pressione arteriosa e della frequenza cardiaca.

<i>utente</i>	<i>età</i>	<i>data</i>	<i>primo inserimento-controllo</i>	<i>pressione arteriosa</i>	<i>frequenza respiratoria a riposo, da seduto</i>	<i>saturazione</i>	<i>frequenza cardiaca</i>	<i>VAS dolore</i>	<i>VAS benessere</i>	<i>note, anamnesi breve, dichiarazioni utente</i>	<i>eventuali note aggiuntive</i>
F.Z.	60	16/06/17	primo inserimento	144/84	6	97	70	0	7	farmaco antipsicotico	poca attività sportiva
		16/06/17	controllo dopo esercizi	135/85	4	97	70	0	9		

Diminuzione della frequenza respiratoria e aumento della sensazione di benessere generico.

<i>utente</i>	<i>età</i>	<i>data</i>	<i>primo inserimento-controllo</i>	<i>pressione arteriosa</i>	<i>frequenza respiratoria a riposo, da seduto</i>	<i>saturazione</i>	<i>frequenza cardiaca</i>	<i>VAS dolore</i>	<i>VAS benessere</i>	<i>note, anamnesi breve, dichiarazioni utente</i>	<i>eventuali note aggiuntive</i>
G.M.	84	16/06/17	primo inserimento	105/65	24	97	62	5 6	7	Pace maker, Parkinson, problemi di pressione, aritmie	
		16/06/17	controllo dopo esercizi	104/67	24	99	60	0	8		esercizi in piedi tonificanti

Azzeramento del dolore, miglioramento della saturazione.

<i>utente</i>	<i>età</i>	<i>data</i>	<i>primo inserimento-controllo</i>	<i>pressione arteriosa</i>	<i>frequenza respiratoria a riposo, da seduto</i>	<i>saturazione</i>	<i>frequenza cardiaca</i>	<i>VAS dolore</i>	<i>VAS benessere</i>	<i>note, anamnesi breve, dichiarazioni utente</i>	<i>eventuali note aggiuntive</i>
C.P.	63	16/06/17	primo inserimento	110/80	14	98	80	0	8	Nessuno	
		16/06/17	controllo dopo esercizi	120/80	10	99		0	8	Nessuno	

Diminuzione della frequenza respiratoria e aumento della saturazione

<i>utente</i>	<i>età</i>	<i>data</i>	<i>primo inserimento-controllo</i>	<i>pressione arteriosa</i>	<i>frequenza respiratoria a riposo, da seduto</i>	<i>saturazione</i>	<i>frequenza cardiaca</i>	<i>VAS dolore</i>	<i>VAS benessere</i>	<i>note, anamnesi breve, dichiarazioni utente</i>	<i>eventuali note aggiuntive</i>
M.G.T.	67	17/06/17	primo inserimento	112/67	16	98	80	0	8	Pressione bassa, ansia	
		17/06/17	controllo dopo esercizi	98/68	10	99	75	0	9		Mi sento il diaframma rilassato

Diminuzione della frequenza respiratoria e aumento della sensazione di benessere.

<i>utente</i>	<i>età</i>	<i>data</i>	<i>primo inserimento-controllo</i>	<i>pressione arteriosa</i>	<i>frequenza respiratoria a riposo, da seduto</i>	<i>saturazione</i>	<i>frequenza cardiaca</i>	<i>VAS dolore</i>	<i>VAS benessere</i>	<i>note, anamnesi breve, dichiarazioni utente</i>	<i>eventuali note aggiuntive</i>
M.T.	67	17/06/17	primo inserimento	120/80	16	98	74	2	6	Cpap notte postura e mal di schiena causa trauma caviglia e malleolo sinistro diaframma basso irregolarità intestinale	
		17/06/17	controllo dopo esercizi	118/80	12	99	75	2	8		Rilassato
		29/06/17	controllo	117/80	14	98	73	0	9		Non ho più dolori alla schiena

In dodici giorni azzeramento dei dolori alla schiena, diminuzione della frequenza respiratoria.