

Badanie pilotażowe: Cel zastosowania i efekty Bubble na podstawie badań naukowych (kwiecień 2021)

Ocena wykonana przez Prof.Dr.sc.med. Urs Gruber*

Użyteczność i wykorzystanie Bubble firmy Centropix zostały zbadane za pomocą kwestionariusza w celu dalszego rozwoju jakości efektywnej. Ankieta ta została przeprowadzona na zasadzie dobrowolności. Użytkownicy mogli zarówno odpowiadać na postawione pytania, jak i nanosić własne notatki i uwagi. Użytkownicy nosili codziennie po jednym Bubble.

W ankiecie tej pytano przede wszystkim o cel użycia, specyficzne efekty, jakich doświadczano oraz o łatwość obsługi. Ponadto użytkownicy mogli wpisywać swoje opinie i nietypowe komentarze w dowolnym tekście.

Udział wzięło 146 użytkowników. Spośród nich 14 kwestionariuszy nie mogło być ocenionych dla każdego pytania lub dla kilku pytań.

Ocena

1. Cel użycia:

(Pytania wielokrotnego wyboru)

Spośród 132 użytkowników

- a) 127 zastosowało Bubble, aby osiągnąć ogólną poprawę stanu zdrowia fizycznego i psychicznego.
- b) 53 uczestników zastosowało Bubble, aby poprawić jakość snu.

- c) Optymalizacji trawienia oczekiwało 39 osób.
- d) Poprawa mobilności / ruchomości (układ mięśniowo-szkieletowy) była motywem do testowania Bubble u 25 osób.
- e) 99 osób życzyło sobie wzmocnienia odporności psychicznej (efekt antystresowy).
- f) Lepsza rekonwalescencja była dla 42 osób powodem do wybrania Bubble.

Cel użycia (n=132)	absolutny	względny (%)
ogólna poprawa zdrowia fizycznego/psychicznego	127	96.21
Optymalizacja snu	53	40.15
Poprawa trawienia	39	29.55
Poprawa ruchomości/stawów/witalności	25	18.94
Wzmocnienie psychiczne (działanie antystresowe)	99	75.00
polepszenie rekonwalescencji	42	31.82

2. Okres do ustalenia możliwych efektów

Spośród $n = 142$ kwestionariuszy, które można było ocenić na podstawie tego pytania, użytkownicy wskazali efekt w oparciu o okres zastosowania. 25 osób zgłosiło efekt od „natychmiast” do „kilka godzin”.

39 osób zauważyło efekt po upływie połowy dnia, a 74 użytkowników podało, że zauważalny efekt nastąpił po kilku dniach. W sumie 132 osoby (97,18%) opisały odczuwalny lub widoczny efekt. 14 osób (2,82%) nie zauważyło żadnego efektu.

Efekty pozytywne (n=142)	godziny	1/2 dnia	kilka dni	W SUMIE	w %
	25	39	74	138	97.18

3. Dane dot. łatwości użytkowania

Spośród 138 możliwych do oceny kwestionariuszy dotyczących tego pytania, 134 osoby (97,1%) stwierdziły, że Bubble jest łatwy w użyciu, 4 osoby (2,9%) określiły obsługę jako trudną.

4. Efekty w kontekście celu użycia

Jeśli wyniki pożądanego celu rozpatruje się w kontekście skutecznie opisanej reakcji użytkowników, pojawiają się następujące wyniki:

- a) Odczuwalne uczucie lub oznaki w kontekście ogólnej poprawy zdrowia / sprawności fizycznej i psychicznej mogło być zgłoszone przez 92,13% respondentów.
- b) Poprawy snu (optymalizacji snu) doświadczyło 45,28%,
- c) 20.51% uczestników zaobserwowało po kilku dniach poprawę trawienia.

- d) Wyraźną poprawę lub pozytywną zmianę w kierunku lepszej mobilności mięśniowo-szkieletowej poświadczyło 92% osób, które zamówiły Bubble w tym celu.
- e) Definicję wzmocnienia psychicznego (działania antystresowego) opisało znacznie więcej osób niż liczba osób, które zamówiły w tym celu Bubble. Są to 135,35%.
- f) 76,19% badanych wskazało na lepszą rekonwalescencję (lepsze tzw. procesy lecznicze po zmianie stanu zdrowia).
- g) Średnio - w kontekście celu użycia i odczuwalnych specyficznych korzyści - zostało potwierdzonych pozytywnie 76,91% wyników.

Cel użycia	absolutny	względny (%)		Efekty pozytywne	w %
ogólna poprawa zdrowia fizycznego/psychicznego	127	96.21	→	117	92.13
Optymalizacja snu	53	40.15	→	24	45.28
Poprawa trawienia	39	29.55	→	8	20:51
Poprawa ruchomości/stawów/witalności	25	18.94	→	23	92.00
Wzmocnienie psychiczne (działanie antystresowe)	99	75.00	→	134	135.35
polepszenie rekonwalescencji	42	31.82	→	32	76.19
				Średnia	76.91

5. Inne/dalsze efekty

Obok efektów, które zostały opisane powyżej na podstawie otrzymanych danych,

- a) 5 użytkowników stwierdziło wyraźną poprawę w swobodzie oddychania.
- b) 3 osoby zauważyły poprawę widzenia i

- c) 4 użytkowników stwierdziło dużą ulgę w odczuwanych przez nich bólach chronicznych.
- d) Jedna osoba stwierdziła większe zmęczenie,
- e) 2 osoby nie odczuły żadnego efektu,
- f) 2 osoby czuły się wyraźnie „bardziej chronione” przed wpływami zewnętrznymi.

Dyskusja

Te naukowo istotne, chociaż subiektywne stwierdzenia reprezentują obserwacje dostrzeżone przez użytkownika, lecz nie opierają się one na tak zwanych obiektywnych metodach pomiaru, liczby są jednak jednoznaczne. Liczy te to wyraźne wartości, znane w nauce.

Korzyści z Bubble wydają się więcej niż wyraźnie odpowiadać życzeniom i wymaganiom użytkowników.

Dalsze badania w kontekście dyskretnego wsparcia i promocji zdrowia za pomocą biologicznych i psychologicznych parametrów zdrowia byłyby przydatne i pożądane.

Opis Bubble: zob. instrukcja obsługi

* Urs Gruber, prof. sc. med., członek rady ekspertów w dziedzinie metafizyki i-like; Kierownik Instytutu Odporności Bio-Psychospołecznej - Badania i Nauczanie w CH-WMU, Kierownik Kampusu Zdrowia na Uniwersytecie św. Elżbiety w Ebikon / Lucerna.