

عنوان مقاله:

تاثیر یک دوره ماساژ یو می هو تراپی بر میزان درد، دامنه حرکتی ناحیه کمری و کیفیت زندگی مردان مبتلا به کمردرد مزمن غیر اختصاصی

محل انتشار:

سومین همایش بین المللی پژوهش های نوین در علوم ورزشی و تربیت بدنی (سال: 1397)

تعداد صفحات اصل مقاله: 1

نویسندگان:

سید احمد باقری مرزونی - دانشجوی کارشناسی ارشد، آسیب شناسی ورزشی و حرکات اصلاحی، دانشکده علوم ورزشی و تربیت بدنی، خوارزمی، تهران، ایران

صدرالدین شجاع الدین - دانشیار، آسیب شناسی ورزشی و حرکت اصلاحی، دانشکده تربیت بدنی و علوم ورزشی، دانشگاه خوارزمی، تهران، ایران

امیر لطافت کار - استادیار، آسیب شناسی ورزشی و حرکت اصلاحی، دانشکده تربیت بدنی و علوم ورزشی، دانشگاه خوارزمی، تهران، ایران

خلاصه مقاله:

کمردرد غیراختصاصی که بدون علت خاص ایجاد می شود تقریباً بالای 90 درصد از کمردردها را تشکیل می دهد. به منظور مدیریت کمردرد مزمن دستورالعمل هایی توصیه شده که نشان می دهد ورزش و فعالیت بدنی کنترل شده نخستین گام درمانی برای کاهش درد و محدودیت حرکتی است. با توجه به اهمیت عارضه کمر درد پژوهش حاضر با هدف بررسی تاثیر یک دوره ماساژ یو می هو تراپی بر میزان درد، دامنه حرکتی ناحیه کمری و کیفیت زندگی مردان مبتلا به کمردرد مزمن غیر اختصاصی انجام شد. آزمودنی های این تحقیق شامل 24 مرد مبتلا به کمردرد مزمن غیراختصاصی شهر تهران بود که به صورت غیر تصادفی هدف دار انتخاب شده و به دو گروه ماساژ یومی هو تراپی (سن: $50/25 \pm 4/61$ سال، قد: $1/72 \pm 0/09$ متر، وزن: $80/83 \pm 4/76$ کیلو گرم و شاخص توده بدنی: $26/19 \pm 3/24$) و گروه کنترل (سن: $50/08 \pm 3/26$ سال، قد: $1/68 \pm 0/11$ متر، وزن: $77/16 \pm 5/09$ کیلو گرم و شاخص توده بدنی: $27/34 \pm 3/80$) تقسیم شدند. برای جمع آوری اطلاعات دموگرافیک از پرسشنامه و برای اندازه گیری دامنه حرکتی فلکشن و اکستنشن کمری-پشتی از گونیامتر و همچنین برای ارزیابی میزان درد و کیفیت زندگی آزمودنی ها به ترتیب از پرسشنامه اندازه گیری شدت بصری درد و پرسشنامه کیفیت زندگی سازمان بهداشت جهانی - فرم کوتاه استفاده شد. از آزمون آنالیز کوواریانس و t همبسته برای مقایسه تفاوت میانگین های فاکتورها در بین دو گروه استفاده شد. نتایج پژوهش نشان داد که تفاوت معنی داری بین میزان درد ($p < 0/001$)، دامنه حرکتی فلکشن کمری ($p < 0/001$)، دامنه حرکتی اکستنشن کمری ($p < 0/001$) و نمره کل کیفیت زندگی ($p < 0/001$) بین دو گروه وجود دارد. بر اساس نتایج بدست آمده در این تحقیق به نظر می رسد ماساژ درمانی می تواند به عنوان یک روش درمانی مجزا بتواند در کاهش میزان درد و به دنبال آن بهبود دامنه حرکتی و عملکرد و نیز کیفیت زندگی افراد با کمردرد مزمن غیراختصاصی موثر باشد

کلمات کلیدی:

کمردرد مزمن، ماساژ یو می هو تراپی، دامنه حرکتی، کیفیت زندگی

لینک ثابت مقاله در پایگاه سیویلیکا:

<https://civilica.com/doc/855882>



