

مقایسه تأثیر بار خارجی بر میزان انحنای کمر در زنان مبتلا به کمر درد مزمن با زنان سالم

ندا ارشاد^۱، * دکتر صدیقه کهریزی^۲، دکتر سید محمد فیروزآبادی^۳، دکتر سقراط فقیه زاده^۴

چکیده

هدف: انحنای کمر یکی از مهمترین مشخصات پاسچر و حرکت بدن می‌باشد و در فهم بهتر مشکلات کمر درد و چگونگی ایجاد آن با اهمیت است. هدف از این مطالعه بررسی تأثیر بار خارجی و وضعیت تنه بر میزان انحنای کمر در زنان مبتلا به کمر درد مزمن در حالت استاتیک است.

روش بررسی: این تحقیق یک مطالعه مداخله‌ای شبه تجربی با گروههای آزمون - کنترل است که بر روی ۱۰ زن مبتلا به کمر درد مکانیکی مزمن و ۱۰ زن سالم به عنوان گروه کنترل و با استفاده از نمونه‌گیری ساده و غیر تصادفی انجام شد. با استفاده از دو حسگر شیب سنج الکترونیکی، میزان انحنای کمر افراد در شش فعالیت استاتیکی با سه سطح بار خارجی (صفر، شش و دوازده کیلوگرم) و دو وضعیت تنه (نوترال و خمیده ۳۰ درجه) مورد بررسی قرار گرفت. اطلاعات بدست آمده با استفاده از آمارهای کولموگراف - اسمیرنوف، تی مستقل و اندازه‌گیرهای مکرر (آنووا) مورد ارزیابی قرار گرفتند.

یافته‌ها: نتایج نشان داد که میزان لوردوز کمر در افراد مبتلا به کمر درد در دو وضعیتی که فرد بار ۶ و ۱۲ کیلوگرمی را با تنه نوترال حفظ کرده بود، بیشتر از افراد سالم است ($P < 0/05$).

نتیجه‌گیری: افزایش لوردوز کمر در افراد مبتلا به کمر درد در حالت ایستاده و حین حفظ بار که در اثر عوامل مختلفی رخ می‌دهد، مخالف حالتی است که در افراد سالم وجود دارد و این افزایش انحنای بصورت تطابق جبرانی به دلایلی از جمله کاستن درد و ترس از درد می‌باشد، همانند چرخه‌ای معیوب خود باعث افزایش کمر درد به دلیل نیروهای نامتناسب وارده به کمر در درازمدت می‌شود.

کلید واژه‌ها: لوردوز کمر / کمر درد / بار خارجی / فعالیت استاتیک

- ۱- دانشجوی دکترای فیزیوتراپی، دانشگاه تربیت مدرس
- ۲- دکترای فیزیوتراپی، استادیار دانشکده پزشکی دانشگاه تربیت مدرس
- ۳- دکترای فیزیک پزشکی، دانشیار دانشکده پزشکی دانشگاه تربیت مدرس
- ۴- دکترای آمار حیاتی، استاد دانشکده پزشکی دانشگاه تربیت مدرس

تاریخ دریافت مقاله: ۸۶/۴/۲۶

تاریخ پذیرش مقاله: ۸۶/۱۰/۳۰

* آدرس نویسنده مسئول:

تهران، تقاطع بزرگراه شهید چمران و بزرگراه جلال آل احمد، دانشکده پزشکی دانشگاه تربیت مدرس، گروه فیزیوتراپی
تلفن: ۸۸۲۲۰۱۵۲

* E-mail: kahrizi20@yahoo.com