

## مقایسه تاثیر تمرین های عملکردی و تقویتی در بهبود عملکرد اندام فوقانی

### سمت مبتلا در همی پارزی متعاقب سکته مغزی

محمد حسینی فر\*، دکتر اصغر اکبری\*\*، طیبه سنچولی\*\*\*، آسیه کلیم شستان\*\*\*، فاطمه غیائی\*

تاریخ دریافت مقاله: ۸۶/۱۱/۱

تاریخ پذیرش مقاله: ۸۷/۷/۲۵

\* دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی زاهدان، دانشکده پیراپزشکی، گروه فیزیوتراپی

\*\* دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی زاهدان، دانشکده پیراپزشکی، گروه فیزیوتراپی

\*\*\* دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی زاهدان

#### چکیده

**زمینه و هدف:** سکته مغزی یکی از شایع ترین بیماری های نورولوژیک تهدیدکننده زندگی و مهم ترین علت ناتوانی افراد مسن است. ناتوانی در استفاده از اندام فوقانی در بیماران مبتلا به همی پارزی ناشی از سکته مغزی شایع است. هدف از این مطالعه تعیین و مقایسه تاثیر تمرین های عملکردی و تقویتی بر دامنه ی حرکتی مفاصل، قدرت عضلانی و عملکرد اندام فوقانی مبتلا در همی پارزی ثانویه به سکته مغزی بود.

**مواد و روش کار:** این مطالعه در سال ۱۳۸۶ در کلینیک فیزیوتراپی رزمجمقدم زاهدان انجام شد. برای این کار آزمایی کنترل شده تصادفی دوسوکور ۲۸ بیمار دچار همی پارزی با میانگین سنی  $52/5 \pm 10/2$  سال که حداقل ۳ تا ۶ ماه از بیماریشان گذشته بود، انتخاب شدند. بیماران بصورت تصادفی در دو گروه تمرین های تقویتی (۱۴ مورد) و عملکردی (۱۴ مورد) قرار گرفتند. دامنه حرکتی (درجه) با گونیامتر، قدرت عضلانی (کیلوگرم) با نیروسنج و عملکرد اندام (رتبه ای) با مقیاس RMA River Mead Motor Assessment قبل و بعد از ۱۲ جلسه درمان اندازه گیری شدند. برای داده های با توزیع نرمال از آزمون های t مستقل و t زوجی و داده های ناپارامتری از آزمون های من ویتنی و یلکاکسون به ترتیب جهت مقایسه نتایج قبل و بعد درمان بین و درون گروهی استفاده شد. سطح معنی داری  $P < 0/05$  در نظر گرفته شد.

**یافته ها:** میانگین عملکرد اندام فوقانی در گروه تمرین های عملکردی از  $6/8 \pm 2/2$  به  $10/3 \pm 1/7$  و در گروه تمرین های تقویتی از  $7/0 \pm 2/1$  به  $9 \pm 1/4$  افزایش پیدا کرد. ( $P < 0/05$ ) همچنین میانگین دامنه ی حرکتی مفاصل شانه، آرنج و مچ دست و قدرت عضلات اندام فوقانی بعد از درمان نسبت به قبل از آن در هر دو گروه افزایش یافت ( $P < 0/05$ ). افزایش میانگین عملکرد اندام فوقانی در گروه تمرین های عملکردی نسبت به گروه تمرین های تقویتی بیشتر بود. ( $P < 0/05$ ) ولی تفاوت معنی داری بین دو گروه از نظر دامنه حرکتی مفاصل و قدرت عضلات اندام فوقانی دیده نشد ( $P > 0/05$ )

**نتیجه گیری:** هر دو نوع تمرین های تقویتی و عملکردی سبب بهبود عملکرد، قدرت عضلات و دامنه های حرکتی مفاصل اندام فوقانی مبتلا می شوند. همچنین به نظر می رسد تمرین های عملکردی در بهبود عملکرد اندام فوقانی موثرتر از تمرین های تقویتی هستند. (مجله طبیب

شرق، دوره ۱۰، شماره ۳، پائیز ۱۳۸۷، ص ۱۶۳ تا ۱۷۳)

**کلیدواژه ها:** عملکرد اندام فوقانی، دامنه حرکتی، قدرت عضلانی، مقیاس RMA، همی پارزی، سکته مغزی

#### مقدمه

دارند.<sup>(۵،۶)</sup> اغلب کسانی که بعد از سکته مغزی زنده می مانند، دچار همی پارزی می شوند.<sup>(۷)</sup> الگوهای حرکتی غیرطبیعی که در بیماران همی پارزی دیده می شوند سبب کاهش توانایی

سکته مغزی مهم ترین عامل ناتوانی فیزیکی در میان افراد بالغ در کشورهای پیشرفته است.<sup>(۱-۴)</sup> نیمی از کسانی که بعد از سکته مغزی زنده می مانند، ناتوانی نورولوژیک قابل توجهی