



## تأثیر ماساژ بر علائم جسمی و روانی بیماران مبتلا به مولتیپل اسکلروزیس (ام.اس): مقاله مروری فاطمه کمالی زاده<sup>۱</sup>، دکتر وحید ساعتچیان<sup>۲</sup>، سوگند تانار<sup>۳</sup>

۱- دانشجوی کارشناسی ارشد آسیب‌شناسی ورزشی - حرکات اصلاحی دانشگاه بین‌المللی امام‌رضا (ع) (نویسنده مسئول)

۲- استادیار، مدیریت ورزشی، گروه علوم ورزشی، دانشگاه بین‌المللی امام‌رضا (ع)

۳- دانشجوی کارشناسی ارشد آسیب‌شناسی ورزشی - حرکات اصلاحی دانشگاه بین‌المللی امام‌رضا (ع)

### چکیده

به منظور طراحی یک برنامه مداخله‌ای مناسب جهت کاهش علائم جسمی و روانی بیماران مبتلا به مولتیپل اسکلروزیس (ام.اس)، تأثیر ماساژ بر روی این بیماری به عنوان یک طب مکمل باید مورد بررسی قرار بگیرد. لذا این مطالعه مروری، به منظور تعیین میزان تأثیر ماساژ بر علائم بیماری ام.اس صورت گرفت. خلاصه مقالات پایگاه‌های اطلاعاتی ایرانداک، نور، SID، Google scholar، Elsevier مورد بررسی قرار گرفت و مقالات فارسی مربوطه از سال ۱۳۸۶ تا ۱۳۹۷ و مقالات انگلیسی زبان مربوطه از سال ۱۹۹۸ تا ۲۰۱۸ بررسی شدند. کلیدواژه‌های ماساژ، ام.اس، مولتیپل اسکلروزیس، Multiple Sclerosis، Ms، Massage، در ترکیب با واژگان کیفیت زندگی، کیفیت خواب، درد، The pain، Sleep quality، Quality of life مورد استفاده قرار گرفت. با توجه به شاخص‌های تعیین شده، از ۷۵۰ مقاله فارسی و ۶۸۰ مقاله انگلیسی به دست آمده، نهایتاً ۱۰ مقاله فارسی و ۱۵ مقاله انگلیسی وارد این مطالعه شده و میزان تأثیر ماساژ بر علائم جسمی و روانی بیماران مبتلا به ام.اس خلاصه و سپس مقایسه شد. علائم جسمانی ام.اس شامل خستگی، درد مزمن، اختلال- عملکرد روده‌ای، تعادل، قدرت عضلانی، تاری دید، دوبینی و علائم روانی شامل کاهش کیفیت زندگی، افسردگی، اضطراب و کیفیت پایین خواب می‌شود. نتیجه تحقیقات مداخله‌ای نشان دادند که کاهش درد، خستگی، افسردگی و اضطراب، همچنین بهبود کیفیت زندگی و عملکرد روده‌ای از مهم‌ترین دستاوردهای کاربرد ماساژ است. البته با توجه تنوع سبک‌های ماساژ، نیاز به تحقیقات جامع‌تری در مورد مقایسه تأثیر انواع مختلف ماساژ بر علائم بیماری ام.اس وجود دارد.

**واژگان کلیدی:** ماساژ، ام.اس، مولتیپل اسکلروزیس