



بررسی شیوع ناهنجاریهای جلو آمدن سر و گردی شانه در دو گروه سنی بانوان سالم

زهرا رحیمی

دکتری تخصصی و استادیار تربیت بدنی، گروه تربیت بدنی، دانشکده هنر و معماری، دانشگاه آزاد اسلامی واحد شیراز
، شیراز، ایران

چکیده

پژوهش حاضر با هدف بررسی شیوع ناهنجاریهای جلو آمدن سر و گردی شانه در بانوان سالم در شهر شیراز صورت گرفته است. افراد شرکت کننده، بانوان سالم بودند که با روش آزمودنی گیری تصادفی نسبی در دو گروه ۱۷ تا ۲۵ (بامیانگین سنی ۱۹ سال) و ۳۵ تا ۵۰ (بامیانگین سنی ۴۰ سال) و از نظر شدت ناهنجاریها به سه گروه تقسیم شدند. ارزیابی پوسچر با استفاده از شاغل صورت گرفت. متغیرهای جمعیت شناختی و میزان ناهنجاریهای سر و گردن در مناطق مورد نظر در پرسشنامه مربوطه ثبت گردیدند. اختلاف معنی داری بین متغیرهای سن و گردی شانه وجود داشت ($P < 0.05$) ولی ارتباط بین سن و ناهنجاری جلو آمدن سر معنی دار نبود. ($P = 0.2$) بین متغیر شغل و ناهنجاری نیز اختلاف معنی داری مشاهده شد ($P < 0.05$) با استفاده از دستگاه کیفومتر زاویه کوژی اندازه گیری و مقایسه گردید. نتایج نشان داد که مقدار این زاویه در گروه سنی بالاتر، بیشتر است. همچنین ارتباط مستقیمی بین مقدار زاویه و درد در ناحیه بین دو کتف مشاهده شد ($r = 0.4$, $P = 0.001$).

ناهنجاریهای مذکور در هر دو گروه سنی مشاهده می شوند و با توجه به عوارض جانبی آنها (درد، مشکلات عصبی و عروقی و ...) استفاده از روشهای دقیق تر جهت ارزیابی بهتر امری بدیهی به نظر می رسد. در مورد شیوع بیشتر ناهنجاری در افراد مسن تر نیز می توان گفت که افزایش سن با مسایل شغلی در ایجاد آنها مؤثر بوده است. افرادی که بطور مرتب ورزش می کردند به وضوح شکایت کمتری از درد را ابراز داشتند.

واژگان کلیدی: جلو آمدن سر، گردی شانه، بانوان سالم.