



## تأثیر ۸ هفته پروتکل ترکیبی ماساژ کف پا و راه رفتن روی سطح طرح دار بر کیفیت زندگی

### بیماران زن نوروپاتی دیابتی

زیتون ملک پور<sup>۱</sup>، غلامعلی قاسمی<sup>۲</sup>، محمدعلی انتشاری<sup>۳</sup>

۱- کارشناس ارشد آسیب شناسی ورزشی و حرکات اصلاحی، دانشکده تربیت بدنی و علوم ورزشی، دانشگاه آزاد

اسلامی، واحد اصفهان (خوراسگان)، اصفهان، ایران. (نویسنده مسئول)

۲- دانشیار، گروه آسیب شناسی ورزشی و حرکات اصلاحی، دانشکده تربیت بدنی و علوم ورزشی، دانشگاه

اصفهان، اصفهان، ایران.

۳- پزشک عمومی، دانشکده پزشکی، دانشگاه علوم پزشکی اصفهان، اصفهان، ایران.

### چکیده

بررسی کیفیت زندگی بیماران مبتلا به عوارض نوروپاتی دیابتی می تواند به برنامه ریزی در جهت اتخاذ تدابیر توانبخشی به منظور پیشگیری و یا کنترل عوارض و ارتقای سطح کیفیت زندگی بیماران کمک نماید. بنابراین انجام پروتکل ترکیبی موثر باعث افزایش کیفیت زندگی بیماران می شود. هدف از تحقیق حاضر تأثیر ۸ هفته پروتکل ترکیبی ماساژ کف پا و راه رفتن روی سطح طرح دار بر کیفیت زندگی بیماران زن مبتلا به نوروپاتی دیابتی بود. پژوهش حاضر در قالب یک تحقیق نیمه تجربی با انجام پیش آزمون و پس آزمون در دو گروه کنترل و تجربی اجرا شد. تعداد ۳۰ نفر از بیماران نوروپاتی دیابتی شهرستان نجف آباد که زیر کلینیک دیابت فرهنگیان و انجمن دیابت جنان تحت درمان بودند، به صورت در دسترس انتخاب و به طور تصادفی در دو گروه تجربی (۱۵ نفر) و کنترل (۱۵ نفر) تقسیم شدند. بیماران گروه تجربی طی ۸ هفته هر هفته سه جلسه تمرین یک ساعته را انجام دادند. از پرسشنامه کیفیت زندگی (SF-36) برای اندازه گیری کیفیت زندگی بیماران قبل و بعد از برنامه تمرینی استفاده شد. داده ها با استفاده از آزمون های تحلیل واریانس با اندازه گیری تکراری در سطح معنی داری ( $P < 0/05$ ) تجزیه و تحلیل شد. یافته های تحقیق نشان داد که پروتکل ترکیبی ماساژ کف پا و راه رفتن روی سطح طرح دار بر میزان کیفیت زندگی بیماران نوروپاتی دیابتی تأثیر معنی داری داشت ( $P < 0/05$ ). نتایج این مطالعه نشان داد پروتکل ترکیبی ماساژ کف پا و راه رفتن روی سطح طرح دار یک روش کار آمد در جهت بهبود فاکتور کیفیت زندگی (بعد جسمانی و روانی) بیماران نوروپاتی دیابتی می باشد.

**واژگان کلیدی:** بیماران نوروپاتی دیابتی، ماساژ، راه رفتن روی سطح طرح دار، کیفیت زندگی.