

عنوان مقاله:

تاثیر تمرین مقاومتی گروهی با موسیقی مهیج بر اسپاستیسیته، قدرت عضلانی و راه رفتن کودکان فلج مغزی

محل انتشار:

نشریه پرستاری کودکان، دوره 6، شماره 2 (سال: 1398)

تعداد صفحات اصل مقاله: 11

نویسندگان:

فرهاد قدیری - Assistant Professor, Department of Motor Behavior, Faculty of Physical Education, University of Kharazmi, Tehran, Iran

حمیدرضا سجادی - MSc, Department Motor Behavior, Faculty of Physical Education, University of Kharazmi, Tehran, Iran

مسلم بهمنی - PhD Student, Department of Motor Behavior, Faculty of physical education, University of Kharazmi, Tehran, Iran

عباس بهرام - Professor, Department of Motor Behavior, Faculty of Physical Education, University of Kharazmi, Tehran, Iran

خلاصه مقاله:

مقدمه: بین ضعف عضلانی و جنبش پذیری کودکان فلج مغزی ارتباط قوی وجود دارد. به همین علت تمرکز برنامه های مداخله ای به سمت تمرینات مقاومتی تغییر یافته است. هدف از این پژوهش تاثیر تمرین مقاومتی گروهی با موسیقی مهیج بر اسپاستیسیته، قدرت عضلانی و توانایی راه رفتن کودکان فلج مغزی بود. روش: این پژوهش از نوع نیمه تجربی با گروه تجربی و شاهد بود. جامعه پژوهش شامل کلیه افراد فلج مغزی شهر کرج بود. ۲۷ کودک فلج مغزی اسپاستیک سطح (۸-۱۴) (GMFCS I-III) سال به عنوان نمونه انتخاب شده و به طور تصادفی به دو گروه مداخله و گروه شاهد تقسیم شدند. گروه مداخله در یک برنامه ۱۲ هفته ای (هفته ای سه جلسه) تمرین مقاومتی به منظور تقویت عضلات اندام های تحتانی شرکت کردند و گروه شاهد نیز برنامه های عادی روزانه خود را ادامه دادند. برای سنجش اسپاستیسیته از مقیاس اصلاح شده اکشورث، قدرت عضلانی از آزمون ۳۰ ثانیه بالا رفتن جانبی و نشستن به ایستادن و برای سنجش سرعت راه رفتن از آزمون ۱۰ متر راه رفتن و یک دقیقه راه رفتن سریع استفاده شد. یافته ها: نتایج، اختلاف معنی داری را در میانگین اسپاستیسیته بعد از دوره تمرینی در گروه مداخله نسبت به گروه شاهد نشان نداد ($p > 0.05$)؛ اما افزایش معنی داری در قدرت عضلانی کارکردی و سرعت راه رفتن گروه مداخله شد که نسبت به گروه شاهد معنی دار بود ($p > 0.05$). نتیجه گیری: به کارگیری برنامه تمرین مقاومتی گروهی با موسیقی مهیج با فراهم نمودن شرایطی برای افزایش انگیزش و مشارکت بیشتر، می تواند شیوه موثری در بهبود عملکرد حرکتی کودکان فلج مغزی اسپاستیک باشد.

کلمات کلیدی:

spastic cerebral palsy, resistance exercise, exciting music, muscle strength, walking
فلج مغزی، تمرین مقاومتی، موسیقی مهیج، قدرت عضلانی، راه رفتن

لینک ثابت مقاله در پایگاه سیویلیکا:

<https://civilica.com/doc/1358282>



