

## عنوان مقاله:

ارزیابی تاثیر مداخله ورزشی بر چنگش قدرتی کارگران مواجهه یافته با ارتعاش دست بازو

## محل انتشار:

مجله مهندسی بهداشت حرفه ای، دوره 8، شماره 3 (سال: 1400)

تعداد صفحات اصل مقاله: 8

## نویسندگان:

بهنام مرادی - *Department of Health, Safety and Environment, School of Public Health and Safety, Shahid Beheshti - University of Medical Sciences, Tehran, Iran*

جواد آزادی - *Lavan Oil Refining Company, Lavan, Iran*

سمیرا برکات - *Department of Occupational Health engineering, School of Public Health, Isfahan University of Medical Sciences, Isfahan, Iran*

## خلاصه مقاله:

سابقه و هدف: نیروی چنگش یکی از متغیرهای مهم در عملکرد عضلانی دست است که ارتعاش بر آن تاثیر منفی دارد. هدف این مطالعه تعیین تاثیر مداخله ورزشی بر چنگش قدرتی کارگران مواجهه یافته با ارتعاش دست بازو بود. مواد و روش ها: در این مطالعه توصیفی مداخله ای، ۴۱ نفر از کارگران شاغل در یکی از صنایع فلزی شهر اصفهان بررسی شدند. جمع آوری داده ها با استفاده از پرسش نامه های دموگرافیک، اندازه گیری شتاب ارتعاش دست بازو بر اساس استاندارد ISO ۵۳۴۹ و اندازه گیری چنگش قدرتی با دستگاه داینامومتر مدل Jamar انجام شد. مداخله حرکات ورزشی دست به مدت ۸ هفته اجرا شد. داده ها با استفاده از نرم افزار SPSS نسخه ۲۱ تجزیه و تحلیل شدند. یافته ها: چنگش قدرتی کارگران قبل و بعد از مواجهه با ارتعاش معنادار بود ( $P < 0/001$ ). میانگین نیروی چنگش قدرتی کارگران قبل از کار با ابزار مرتعش  $42/16 \pm 3/8$  کیلوگرم نیرو و پس از پایان شیفت کاری و اتمام کار کارگر با ابزار مرتعش  $39/55 \pm 3/97$  کیلوگرم نیرو بود. اختلاف مقادیر نیروی چنگش قدرتی قبل از اجرای مداخله حرکات ورزشی دست با نیروی چنگش بعد از اجرای مداخله معنی دار به دست آمد ( $P < 0/001$ ). نتیجه گیری: نتایج این مطالعه نشان داد ارتعاش سبب کاهش نیروی چنگش کارگران می شود، درحالی که انجام مداخله حرکات ورزشی دست در بهبود چنگش قدرتی کارگران تاثیرگذار بود؛ بنابراین، انجام حرکات ورزشی به طور موثر و کارآمد به بهبود نیروی چنگش قدرتی کارگران مواجهه یافته با ارتعاش منجر می شود.

## کلمات کلیدی:

Hand-arm Vibration, Grip Strength, Musculoskeletal Disorders, Sports  
ارتعاش دست-بازو؛ اختلالات اسکلتی-عضلانی؛ چنگش قدرتی؛ ورزش

## لینک ثابت مقاله در پایگاه سیویلیکا:

<https://civilica.com/doc/1419941>

