

## عنوان مقاله:

تاثیر تیپینگ مچ پا بر توانایی حفظ تعادل ایستا و پویا با و بدون ورودی بینایی قبل و بعد از خستگی

## محل انتشار:

فصلنامه علوم پیراپزشکی و توانبخشی مشهد، دوره 10، شماره 4 (سال: 1400)

تعداد صفحات اصل مقاله: 12

## نویسندگان:

آزاده عسگریپور - دانشجوی دکتری آسیب شناسی ورزشی و حرکات اصلاحی، دانشکده تربیت بدنی و علوم ورزشی، دانشگاه بوعلی سینا، همدان، ایران

علی یلفانی - دانشیار گروه آسیب شناسی ورزشی و حرکات اصلاحی، دانشکده تربیت بدنی و علوم ورزشی، دانشگاه بوعلی سینا، همدان، ایران

زهرا رئیسی - استادیار گروه آسیب شناسی ورزشی و حرکات اصلاحی، دانشکده تربیت بدنی و علوم ورزشی، دانشگاه اراک، ایران

## خلاصه مقاله:

هدف: بهبود کنترل پاسچر (Postural Control) به عنوان یک توانایی اساسی عملکردی برای انجام فعالیت های روزمره زندگی ضروری است. خستگی عضلانی، اطلاعات رسیده از منابع حسی به مغز را مختل، کنترل پاسچر را تحت تاثیر و تعادل را کاهش می دهد. با توجه به نقش اساسی پا به عنوان نقطه اصلی برخورد میان زمین و بدن، هرگونه مداخله ی خارجی موثر بر پا، می تواند تعادل را تحت تاثیر خود قرار دهد. هدف از تحقیق حاضر تاثیر آنی تیپینگ مچ پا بر توانایی حفظ تعادل ایستا و پویا با و بدون ورودی بینایی قبل و بعد از خستگی بود. روش بررسی: جامعه آماری پژوهش حاضر دانشجویان دختر دانشگاه بوعلی سینا بودند. پس از اعلام فراخوان مطالعه، با توجه به معیارهای ورود و خروج، ۲۰ داوطلب زن به عنوان نمونه آماری وارد مطالعه شدند. معیارهای ورود به پژوهش عبارت بودند از: برتر بودن پای راست، عدم ابتلا به ناهنجاری های (Deformity) بارز در اندام تحتانی و برخورداری از ارتفاع نرمال نایوکولار. مداخلات به کار رفته در مطالعه حاضر شامل اعمال کینزیوتیپ به روش بسکت ویو (Basket Weave) در مچ پا و ایجاد خستگی توسط پروتکل خستگی بروس بود. تعادل ایستا و پویای آزمودنی ها قبل و بعد از تیپینگ در زمان های با و بدون خستگی با استفاده از دستگاه تعادل-سنج بایودکس مورد بررسی قرار گرفت. داده ها با استفاده از آزمون تحلیل واریانس با اندازه های تکراری در سطح معناداری ( $p < 0.05$ ) با استفاده از نرم افزار SPSS مورد تجزیه و تحلیل قرار گرفتند. یافته ها: اثر زمان (با و بدون خستگی) و وضعیت (با و بدون کینزیوتیپ) در هیچ یک از متغیرهای مورد بررسی معنادار نبود ( $p \geq 0.05$ ). همچنین اثر متقابل زمان و وضعیت در بهبود تعادل ایستا در وضعیت چشم باز ( $p = 0.13$ ) و چشم بسته ( $p = 0.297$ ) و تعادل پویا ( $p = 0.738$ ) قبل و بعد از اعمال پروتکل خستگی تفاوت معناداری نشان نداد. نتیجه گیری: با توجه به نتایج، تیپینگ مچ پا قبل و بعد از اعمال پروتکل خستگی در افراد سالم منجر به بهبود تعادل ایستا و پویا نگردید. به نظر می رسد انجام مطالعات تکمیلی بیشتری در این زمینه مورد نیاز است که به ما نشان دهد آیا تیپینگ موجب افزایش توانایی کنترل پاسچر می شود یا بیشتر نقش دارونما دارد.

## کلمات کلیدی:

تعادل ایستا، تعادل پویا، خستگی، کینزیوتیپ

## لینک ثابت مقاله در پایگاه سیویلیکا:

<https://civilica.com/doc/1424054>



