

عنوان مقاله:

مقایسه تاثیر تمرینات ایزومتریک و ایزوتونیک نوارهای عضلانی بازکننده اندام تحتانی بر درد و ناتوانی بسکتبالیست های مبتلا به سندرم درد کشکی رانی و ارتباط آن با عوامل التهابی

محل انتشار:

اولین کنفرانس بین المللی علوم تربیتی، روانشناسی، علوم ورزشی و تربیت بدنی (سال: 1400)

تعداد صفحات اصل مقاله: 11

نویسندگان:

امیرحسین تلواری - دانشجوی دکترای آسیب شناسی و حرکات اصلاحی دانشگاه تهران

مجید عجم - کارشناس علوم ورزشی موسسه آموزش عالی بینالود مشهد

فرشید آقاییگی - دانشجوی دکترای آسیب شناسی و حرکات اصلاحی دانشگاه تهران

سینا رضوی - کارشناس ارشد رفتار حرکتی دانشگاه آزاد اسلامی واحد مشهد

خلاصه مقاله:

هدف از پژوهش حاضر، مقایسه تاثیر تمرینات ایزومتریک و ایزوتونیک نوارهای عضلانی بازکننده اندام تحتانی بر درد و ناتوانی بسکتبالیستهای مبتلا به سندرم درد کشکی رانی و ارتباط آن با عوامل التهابی بود. ۳۰ بسکتبالیست زن که سندرم درد کشکی رانی آنها توسط پزشک تأیید شد، به طور تصادفی در سه گروه تمرینات ایزومتریک نوارهای بازکننده اندام تحتانی، تمرینات ایزوتونیک نوارهای بازکننده اندام تحتانی و گروه کنترل (هر گروه ۱۰ نفر)، تقسیم شدند. تمرینات شامل ۸ هفته تمرین و ۳ روز در هفته بود که با توجه به این که بیشترین اثربخشی بر روی سندرم درد کشکی رانی ۲ تا ۴ ست و ۱۰ تکرار انجام شد. ۲۴ ساعت قبل و ۴۸ ساعت بعد از مداخلات، درد (با استفاده از مقیاس درد دیداری (VAS) و ناتوانی عملکردی (با استفاده از پرسشنامه WOMAC) اندازه گیری شدند و نمونه خونی نیز در وضعیت ۱۲ ساعت ناشتایی شبانه برای اندازه گیری CRP و TNF- α جمع آوری شد. نتایج نشان داد که درد، نقص حرکتی، CRP و TNF- α در هر دو گروه تمرینی به طور معنادار کاهش یافتند ($P < 0.05$) اما تفاوت معناداری بین دو گروه تمرینی وجود نداشت ($P > 0.05$). ارتباط بین تغییرات درد و نقص حرکتی با عوامل التهابی معنادار بود ($P < 0.05$). احتمالاً کاهش عوامل التهابی در کاهش درد و بهبود عملکرد حرکتی این افراد ایفای نقش میکند به طوری که تمرین با کاهش عوامل التهابی میتواند با بهبود درد و عملکرد حرکتی در افراد مبتلا به سندرم درد کشکی رانی همراه باشد.

کلمات کلیدی:

سندرم درد کشکی رانی؛ درد؛ عملکرد حرکتی؛ عوامل التهابی؛ آسیب زانو

لینک ثابت مقاله در پایگاه سیویلیکا:

<https://civilica.com/doc/1456278>

