

عنوان مقاله:

بررسی شیوع لوردوز افزایش یافته کمری در زنان مستعد کمردرد

محل انتشار:

اولین کنفرانس بین المللی یافته های پژوهشی در تربیت بدنی و علوم ورزشی (سال: 1401)

تعداد صفحات اصل مقاله: 4

نویسندگان:

فاطمه طباطبایی ملاذی - کارشناس ارشد حرکات اصلاحی و آسیب شناسی ورزشی دانشگاه تهران

رضا رجبی - استاد تمام گروه طب ورزشی دانشکده تربیت بدنی دانشگاه تهران

محمد کریمی زاده اردکانی - استادیار گروه طب ورزشی دانشکده تربیت بدنی دانشگاه تهران

راحیل مهدیان - کارشناس ارشد حرکات اصلاحی و آسیب شناسی ورزشی دانشگاه تهران

خلاصه مقاله:

کمردرد یکی از شایع ترین دردهای اسکلتی عضلانی است که در اثر یک سری اختلالات عضلانی و پاسچرال قابل تشخیص پیش از وقوع درد در فرد ایجاد می شود. یکی از این اختلالات احتمالی، لوردوز افزایش یافته کمری است که با ایجاد افزایش تمایل به حرکت در جهت اکستنشن، فرد را مستعد کمردرد می کند. اگر این ادعا ثابت شود، می توان اصلاح لوردوز افزایش یافته پیش از وقوع درد، را یکی از راهکارهای پیشگیری از کمردرد معرفی کرد. از این رو مطالعه اخیر با هدف بررسی این ادعا، به ارزیابی میزان شیوع لوردوز افزایش یافته کمری در زنان مستعد کمردرد اختصاص یافت. از آزمون ایستادن طولانی مدت به عنوان معیاری برای شناسایی افراد مستعد کمردرد استفاده شد. جهت تشخیص لوردوز افزایش یافته از روش کیفی غربالگری استفاده شد. نتایج این ارزیابی نشان داد از ۲۵۰ زن مستعد کمردرد بررسی شده، ۷۴ درصد دچار لوردوز افزایش یافته کمری بودند. با توجه به شیوع بالای این اختلال در زنان مستعد کمردرد، احتمالا بتوان لوردوز افزایش یافته کمری را به عنوان یکی از عوامل مستعدساز کمردرد در زنان دانست.

کلمات کلیدی:

لوردوز، کمردرد، ایستادن طولانی مدت، پیشگیری

لینک ثابت مقاله در پایگاه سیویلیکا:

<https://civilica.com/doc/1496670>

