

عنوان مقاله:

تاثیر تمرینات منتخب ثبات مرکزی بر سندرم پای بی قرار و کیفیت زندگی سالمندان همودیالیزی

محل انتشار:

مجله دانشگاه علوم پزشکی قم، دوره 12، شماره 8 (سال: 1397)

تعداد صفحات اصل مقاله: 11

نویسندگان:

مهرداد باستانی - *Department of Sport Injury & Corrective Exercises, University of Isfahan, Isfahan, Iran*

غلامعلی قاسمی - *Department of Sport Injury & Corrective Exercises, University of Isfahan, Isfahan, Iran*

مرتضی صادقی - *Department of Sport Injury & Corrective Exercises, University of Isfahan, Isfahan, Iran*

خلاصه مقاله:

زمینه و هدف: سالمندان همودیالیزی به دلیل عوارض مرتبط با درمان و سبک زندگی غیرفعال، دارای کیفیت زندگی پایین تری نسبت به همسالان خود هستند. در پژوهش حاضر تاثیر تمرینات منتخب ثبات مرکزی بر سندرم پای بی قرار و کیفیت زندگی سالمندان همودیالیزی بررسی گردید. روش بررسی: در این مطالعه نیمه تجربی، تعداد ۳۰ نفر از بیماران تحت درمان همودیالیز (با میانگین سنی 64.2 ± 5.6 سال و سابقه دیالیز 4.18 ± 2.94 ماه) به صورت در دسترس و هدفمند انتخاب شدند و به طور تصادفی در دو گروه تجربی و کنترل (هرکدام ۱۵ نفر) قرار گرفتند. جهت ارزیابی سندرم پای بی قرار و کیفیت زندگی بیماران، از پرسشنامه RLS و کیفیت زندگی بیماران کلیوی (KDQOL-SF) استفاده گردید. برنامه ورزشی ثبات مرکزی منتخب، به مدت ۶ هفته (هر هفته ۳ جلسه، ۴۵ دقیقه ای) توسط گروه تجربی انجام شد. داده ها با استفاده از آزمون آماری تحلیل واریانس در سطح معنی داری، $p < 0.05$ تجزیه و تحلیل شدند. یافته ها: تغییرات و تعامل در هر دو متغیر سندرم پای بی قرار ($p < 0.01$) و کیفیت زندگی ($p < 0.01$) در پس آزمون نسبت به پیش آزمون در گروه تجربی معنی دار بود. همچنین در گروه تجربی در مقایسه با گروه کنترل، بهبود معنی داری در سندرم پای بی قرار و کیفیت زندگی مشاهده گردید ($p < 0.05$). نتیجه گیری: باتوجه به نتایج به دست آمده، کادر مراقبتی مراکز دیالیز می توانند تمرینات ثبات مرکزی را در غالب یک راهبرد ایمن و کاربردی جهت بهبود سندرم پای بی قرار و کیفیت زندگی به بیماران سالمند همودیالیزی توصیه کنند.

کلمات کلیدی:

ثبات، Core stability, Hemodialysis, Quality of life, Restless legs syndrome

مرکزی، همودیالیز، کیفیت زندگی، سندرم پای بی قرار

لینک ثابت مقاله در پایگاه سیویلیکا:

<https://civilica.com/doc/1536173>

