

## عنوان مقاله:

بررسی تاثیر نوع بار (دینامیک یا استاتیک) بر فعالیت عضلات تنه

## محل انتشار:

مجله پژوهش در علوم توانبخشی، دوره 8، شماره 6 (سال: 1392)

تعداد صفحات اصل مقاله: 10

## نویسندگان:

ندا ارشاد - PhD of Physiotherapy, Department of Physiotherapy, School of Medicine, Tarbiat Modares University, Tehran, Iran

صدیقه کهریزی - Assistant Professor, Department of Physiotherapy, School of Medicine, Tarbiat Modares University, Tehran, Iran

محمد پرنیان پور - Professor, Department of Biomechanic, School of Mechanic, Sharif University, Tehran, Iran

محمود رضا آذغانی - Assistant Professor, Department of Biomechanic, School of Mechanic, Sahand University, Tabriz, Iran

انوشیروان کاظم نژاد - Professor, Department of Biostatistics, School of Medicine, Tarbiat Modares University, Tehran, Iran

## خلاصه مقاله:

مقدمه: کمردرد ناشی از فعالیت های باربرداری و نگهداشتن بار، عامل مهمی در ایجاد ناتوانی عملکردی برای بیمار و ضررهای سنگین اقتصادی است. هنگام نگهداری بارهای دینامیکی مقدار گشتاور وارد شده به ستون فقرات در حال تغییر است که می تواند ثبات ستون فقرات را به مخاطره بیندازد. هدف از این تحقیق، بررسی تاثیر نوع بار (دینامیک یا استاتیک) بر فعالیت عضلات تنه به منظور بررسی دقیق تر ضایعات ستون فقرات بود. مواد و روش ها: ۱۲ مرد سالم در این مطالعه شرکت کردند. افراد بارهای دینامیک و استاتیک را در دو وضعیت ایستاده و خمیده تنه (۱۲ آزمون)، در یک جلسه آزمایش حفظ کردند. فعالیت عضلات [درصد ماکزیمم انقباض ارادی (Maximum voluntary contraction یا MVC) راست شکمی، مایل داخلی و خارجی شکمی، ارکتوراسپاین پشتی و کمری و مولتی فیدوس مورد ارزیابی قرار گرفت. یافته ها: فعالیت عضله ارکتوراسپاین کمری حین نگهداری بارهای دینامیکی در مقایسه با بار استاتیک به طور معنی داری افزایش یافت. فعالیت عضلات شکمی، مولتی فیدوس و ارکتوراسپاین پشتی حین نگهداری بارهای دینامیکی افزایش یافت، اما معنی دار نبود. نتیجه گیری: افزایش فعالیت عضلات ارکتوراسپاین حین حفظ بارهای دینامیکی منجر به افزایش نیروهای فشاری روی ستون فقرات می گردد. بنابراین جهت جلوگیری از بروز آسیب، علاوه بر مقدار بار (کیلوگرم)، نوع بار خارجی (استاتیک یا دینامیک) نیز باید در فعالیت های باربرداری و نگهداشتن بار مورد توجه قرار گیرد. کلید واژه ها: بار دینامیک، الکترومیوگرافی، عضلات تنه، حفظ بار

## کلمات کلیدی:

لینک ثابت مقاله در پایگاه سیویلیکا:

<https://civilica.com/doc/1593313>

