

عنوان مقاله:

رابطه بین ناهنجاری های وضعیتی ستون فقرات با عادات و وسایل استراحتی ایرانیان در سنین میان سالی در پنج استان منتخب کشور

محل انتشار:

مجله پژوهش در علوم توانبخشی، دوره 7، شماره 3 (سال: 1390)

تعداد صفحات اصل مقاله: 11

نویسندگان:

ابوالفضل فراهانی - Full Professor, Physical Education, Payame Noor University

مرجان فراهانی - MSc, Physical Education, Payame Noor University

لیلا قربانی قهفرخی - PhD Student, Member of Academic Board, Physical Education Payame Noor University

خلاصه مقاله:

مقدمه: از جمله عادات و نیازهای مهم انسان، خواب و استراحت است که بخشی از زندگی افراد را تشکیل می دهد و در افراد مختلف به شیوه های متفاوت صورت می گیرد. هدف از اجرای این پژوهش، بررسی عادات خوابیدن و وسایل مورد استفاده در جامعه میان سال ایرانی، بررسی ارتباط احتمالی بین عادات و شیوه های معمول در استراحت و وسایل مورد استفاده هنگام خواب و استراحت است. همچنین مقایسه و شناخت بین تفاوت های موجود در شیوه های استراحتی ساکنان میان سالان در مناطق مختلف ایرانی و به طور کلی روشن تر ساختن زمینه های ارتباطی بین وسایل استراحتی، شیوه زندگی، وضعیت بدنی و ناهنجاری های اسکلتی بود. مواد و روش ها: روش انجام این پژوهش از نوع توصیفی بوده، جامعه آماری آن شامل کلیه زنان و مردان میان سال (۴۰ تا ۵۵ ساله) استان های تهران، یزد، سیستان و بلوچستان، لرستان و کرمانشاه است. با استفاده از روش نمونه گیری در دسترس ۱۷۱۹ نفر پرسش نامه بررسی نحوه استراحت و وضعیت ستون فقرات را تکمیل کردند. پایایی پرسش نامه به روش Cronbach's alpha ۸۳ درصد برآورد شده است. برای معاینات بالینی حدود ۱۰ درصد از جامعه آماری اولیه، که وجود یکی از ناهنجاری های اسکلتی در آن ها شایع بوده است (۱۳۴ آزمودنی)، از استان های مختلف به صورت داوطلبانه انتخاب شدند. برای اندازه گیری زاویه لوردوز و کیفوز از خط کش منعطف و برای تشخیص اسکولیوز از آزمون Adams استفاده شد. داده های حاصل از پرسش نامه ها با استفاده از نرم افزار آماری SPSS و آمارهای t مستقل و LSD برای توصیف تفاوت ها در سطح اطمینان ۹۵ درصد مورد استفاده قرار گرفت ($\alpha = 0.05$). یافته ها: بین انتخاب وضعیت خوابیدن به پشت، پهلو و شکم توسط زنان و مردان در استان های مختلف تفاوت معنی داری وجود داشت ($P < 0.05$). از نتایج دیگر تحقیق این است که بین استفاده یا عدم استفاده از تشک و بالش توسط زنان و مردان تفاوت معنی داری وجود نداشت ($P > 0.05$). اما در استان های مختلف فقط در مورد استفاده تشک این تفاوت معنی دار است ($P < 0.05$). نتیجه گیری: در رابطه با ارتباط بین ناهنجاری های اسکلتی و شیوه استراحتی رابطه معنی دار آماری بین شیوع لوردوز و خوابیدن روی تشک نشان داده شد. همچنین بین شیوه لوردوز و مواد و نوع بافت وسایل استراحتی رابطه معنی دار وجود داشت ($P < 0.05$). در سایر موارد فرضیه های آزمون شده، رابطه معنی داری را نشان نداده است. کلید واژه ها: عادات استراحت، وسایل استراحت، شیوه زندگی، میان سال

کلمات کلیدی:

لینک ثابت مقاله در پایگاه سیویلیکا:

<https://civilica.com/doc/1593410>



