

عنوان مقاله:

تاثیر یک دوره تمرینات تعادلی بر خستگی روانی و اختلالات خواب بیماران انفارکت مغزی

محل انتشار:

هشتمین همایش ملی علوم ورزشی و تربیت بدنی ایران (سال: 1401)

تعداد صفحات اصل مقاله: 10

نویسندگان:

محمد ملکی پویا - استادیار، گروه فیزیولوژی ورزش، واحد پرفسور حسایی، دانشگاه آزاد اسلامی، پرفسور حسایی، تفرش، ایران

مریم خوش صفا - گروه تربیت بدنی، واحد اراک، دانشگاه آزاد اسلامی، اراک، ایران

خلاصه مقاله:

بیماری سکته مغزی و فلج‌های ناشی از آن از شایع‌ترین بیماری‌های است که سالیانه منجر به مرگ درصد زیادی از جوامع بشری و معلولیت می‌گردد. این بیماران همچنین با خطر افتادگی و شکستگی با کاهش تعادل در طول مدت بیماری به دلایلی مانند خستگی روانی و اختلال در خواب می‌باشند. در همین راستا از بیمارانی که به مراکز متفاوت درمانی مراجعه می‌کردند هدفمند و در دسترس انتخاب و به صورت تصادفی به دو گروه ۱۵ نفره گواه و تجربی تقسیم شده و به مدت ۱۰ جلسه، هر جلسه سه ساعت و ۵ روز در هفته قرار گرفتند. از آزمون تحلیل کوواریانس جهت آنالیز داده ها با سطوح اطمینان ۹۵ درصد و با نرم افزار گراف پد استفاده شد. نتایج ناشی از تحقیق نشان داد که بین دو گروه آزمایش و گواه در کیفیت خواب ($P=0/03$) و خستگی روانی ($P=0/048$) تفاوت معناداری وجود داشت. لذا نتایج پژوهش حاکی از اثربخش بودن یک دوره تمرینات تعادلی بر خستگی روانی و اختلالات خواب بیماران با فلج مغزی بود. نتیجه مطالعه حاضر پیشنهاد میکند توجه به موضوع پیشگیری میتواند علاوه بر کاهش این هزینه ها از عوارضی که بر فرد باقی خواهد ماند نیز جلوگیری کند.

کلمات کلیدی:

فلج مغزی، تمرینات تعادلی، خستگی روانی، اختلالات خواب

لینک ثابت مقاله در پایگاه سیویلیکا:

<https://civilica.com/doc/1649610>

