

عنوان مقاله:

بررسی تاثیر هشت هفته تمرین کششی بر درد و مشکلات کمر بند شانه ای در زنان ماستکتومی شده: کارآزمایی بالینی شاهددار تصادفی شده

محل انتشار:

مجله زنان، مامایی و نازایی ایران، دوره 23، شماره 9 (سال: 1399)

تعداد صفحات اصل مقاله: 9

نویسندگان:

میر محمدتقی مرتضوی - استادیار گروه بیهوشی، دانشکده پزشکی، دانشگاه علوم پزشکی تبریز، تبریز، ایران.

عباسعلی درستی - دانشیار گروه بیهوشی، دانشکده پزشکی، دانشگاه علوم پزشکی تبریز، تبریز، ایران.

محمدرضا محرمی - استادیار گروه ارتوپدی، واحد توسعه تحقیقات بالینی بیمارستان شهداء، دانشگاه علوم پزشکی تبریز، تبریز، ایران.

خلاصه مقاله:

مقدمه: برداشتن بافت پستان (ماستکتومی) به دنبال آسیب به اعصاب ناحیه قفسه سینه و همچنین پوزیشن طولانی مدت نامناسب در طی جراحی، منجر به مشکلات کمر بند شانه ای می گردد. حرکات کششی می تواند در بهبود این مشکل موثر واقع شود که در نوع این تمرینات اتفاق نظر وجود دارد؛ مطالعه حاضر با هدف بررسی تاثیر ۸ هفته تمرین کششی بر مشکلات کمر بند شانه ای در زنان ماستکتومی شده انجام شد. روش کار: این مطالعه کارآزمایی بالینی شاهددار تصادفی شده در سال ۱۳۹۷ بر روی ۳۰ زن پس از ماستکتومی در بیمارستان امام رضا تبریز انجام شد. افراد پس از تخصیص تصادفی در دو گروه مداخله (انجام ۲۴ جلسه یک ساعته حرکات کششی) و کنترل (بدون هیچ مداخله ای) قرار گرفتند. زوایای سر به جلو، کیفوز شانه و درد قبل و بعد از مداخله اندازه گیری شد. تجزیه و تحلیل داده ها با استفاده از نرم افزار آماری SPSS (نسخه ۲۰) و آزمون های تی تست و تحلیل کوواریانس انجام شد. میزان p کمتر از ۰/۰۵ معنی دار در نظر گرفته شد. یافته ها: مداخله منجر به اثرات مثبت و معنادار در متغیرهای کیفوز ($p=0.03/0$)، گروه شاهد = 41.03 ± 3.91 ، گروه مداخله = 3.90 ± 51.43 ، سر به جلو ($p=0.41/0$)، گروه شاهد = 25.03 ± 13.32 ، گروه مداخله = 98.02 ± 29.91 و درد ($p=0.01/0$)، گروه شاهد = 11.93 ± 2.65 ، گروه مداخله = 6.14 ± 3.01 بین دو گروه شد. بر اساس نتایج تحلیل کوواریانس، اختلاف معناداری بین دو گروه در زاویه کایفوز ($p=0.03/0$)، زاویه سر به جلو ($p=0.19/0$) و درد ($p=0.03/0$) پس از تمرین وجود داشت. نتیجه گیری: متغیرهای درد، زاویه سر و کیفوز که از متغیرهای ناتوان کننده به دنبال مشکلات کمر بند شانه ای هستند، به دنبال ۸ هفته تمرینات کششی با بهبود همراه شدند و مداخله موبوطه در این مطالعه توانست مفید واقع شود.

کلمات کلیدی:

توانبخشی، درد، کمر بند شانه ای، ماستکتومی

لینک ثابت مقاله در پایگاه سیویلیکا:

<https://civilica.com/doc/1715941>

