

عنوان مقاله:

بررسی اثرات استفاده طولانی مدت از عصا بر برخی متغیرهای کینماتیکی راه رفتن در مردان سالمند

محل انتشار:

ششمین همایش ملی دانشجویان تربیت بدنی و علوم ورزشی ایران (سال: 1390)

تعداد صفحات اصل مقاله: 13

نویسندگان:

محمد ربیعی - کارشناس ارشد بیومکانیک ورزشی

نادر فرهپور - استاد دانشگاه بوعلی سینا همدان

فرزاد ناظم - دانشیار دانشگاه بوعلی سینا همدان

سید محمد مهدی هزاوه ای - استاد دانشگاه علوم پزشکی همدان

خلاصه مقاله:

هدف: هدف این پژوهش بررسی اثر عصا بر کینماتیک راه رفتن بود. روش شناسی: این پژوهش از نوع آزمایشگاهی- توصیفی است. تعداد 10 نفر سالمند با حداقل 3 سال سابقه استفاده از عصا (گروه 1) و تعداد 10 سالمند بدون سابقه استفاده از عصا (گروه 2) بررسی شدند. این سالمندان فاقد هر گونه بیماری حاد اثر گذار بر راه رفتن بودند. ابتدا اندام های سر، تنه، لگن، ران، ساق و پا در سمت راست بدن با استفاده از مارکرهای کروی منعکس کننده نور شناسایی شدند. سپس با استفاده از H-Rez 3D Motion Analysis System متغیرهای کینماتیکی راه رفتن آزمودنی ها در طول یک استراید کامل اندازه گیری و ثبت گردید. آزمودنی ها در یک مسیر 12 متری راه می رفتند که گام های هفتم و هشتم این افراد برای بررسی مورد استفاده قرار گرفتند. برای تحلیل آماری از Multivariate و $(\alpha=0/05)$ استفاده شد. یافته ها نشان دادند که طول استراید در گروه 1 و 2 به ترتیب برابر بود با 68 ± 1140 و 235 ± 1341 میلی متر که اختلاف بین آنها معنی دار. $(p=0.01)$. همچنین سرعت راه رفتن گروه 1 با 908 میلی متر بر ثانیه به طور معنی داری کوچکتر از سرعت راه رفتن در گروه 2 (650) میلی متر بر ثانیه) بود. زمان استراید نیز در گروه 1 به طور معنی داری حدود 16% بیش از گروه 2 بود $(p=0.01)$. بحث و نتیجه گیری: در راه رفتن عادی حداقل یک و حداکثر دو تکیه گاه وجود دارد. اما در راه رفتن با عصا حداکثر سه و حداقل یک تکیه گاه دیده می شود. وجود عصا انتقال طرفی مرکز ثقل را کاهش می دهد و مکانیک راه رفتن را تغییر می دهد. کندی راه رفتن و طول گام کوتاهتر در افرادی که از عصا استفاده میکنند بخاطر تغییر الگوی راه رفتن در دراز مدت ممکن است عوارض خاصی در برداشته باشد. در نتیجه برای کاهش این عوارض وجود یک برنامه مستمر توانبخشی توصیه می شود.

کلمات کلیدی:

سالمندی، راه رفتن با عصا، طول استراید، سرعت گام برداری

لینک ثابت مقاله در پایگاه سیویلیکا:

<https://civilica.com/doc/194306>

