

عنوان مقاله:

مروری بر رایج ترین آسیبهای زانو در ورزشکاران: مقاله مروری

محل انتشار:

دوفصلنامه مطالعات وضعیت بدنی و آسیب های ورزشی، دوره 1، شماره 2 (سال: 1402)

تعداد صفحات اصل مقاله: 11

نویسندگان:

سید محمد حسینی - استادیار، گروه تندرستی و بازتوانی ورزشی، دانشکده ی علوم ورزشی و تندرستی، دانشگاه شهید بهشتی، تهران، ایران

فائزه صفری - کارشناسی ارشد، دانشکده تربیت بدنی و علوم ورزشی، دانشگاه علامه طباطبائی، تهران، ایران

فریده باباخانی - استادیار دانشکده تربیت بدنی و علوم ورزشی، دانشگاه علامه طباطبائی، تهران، ایران

خلاصه مقاله:

هدفهدف از مطالعه حاضر، بررسی نتایج علمی حاصل از تحقیقات مرتبط با راهکارها و تمرین های ورزشی در ناهنجاری های زانو و همچنین انجام یک جمع بندی مناسب، به همراه ارائه اطلاعات جامع تر، جهت دسترسی آسان تر محققین به مطالعات پیشین است. روش بررسیبرای این مطالعه مروری در پایگاه های داده Sport، PubMed، Science Direct، Google Scholar، Scopus، Discus با قراردادن محدودیت زمانی ۱۹۸۰ تا ۲۰۲۲ جستجو شد. کلیدواژه های جستجو شده شامل: آسیب های زانو، دررفتگی زانو، آسیب های رباط صلیبی قدامی، رباط جانبی داخلی، بازگشت به ورزش بودند. یافته هادر این مطالعه پس از اعمال معیارهای ورود و خروج درنهایت تعداد ۵۳۴ مقاله بررسی شد که از بین این تعداد، مقالات مروری، تکراری و فاقد معیارهای ورود حذف شده و درنهایت ۳۳ پژوهش انتخاب شدند. یافته های این مطالعه پس از بررسی مقالات انتخاب شده، بیشترین نرخ آسیب دیدگی در مقالات انتخابی را به ترتیب در رشته فوتبال ۳۸٪، بسکتبال ۱۳٪ و والیبال ۱۵٪ گزارش کرده است. همچنین بیشترین میزان آسیب رباط ACL (حدود ۶۴ درصد) و بعد از آن آسیب MCL بوده است. نتیجه گیریپژوهش حاضر نشان داد که بیشترین میزان آسیب زانو، آسیب در رباط های زانو و اغلب به دلیل دویدن یا پریدن روی سطوح سخت و یا ضربات شدید اتفاق افتاده است. به دلیل اختلاف بین نحوه گزارش پژوهش های انتخابی، امکان جمع بندی و نتیجه گیری مناسب و کاربردی دشوار بوده و بنابراین، نیاز به همسان سازی این ویژگی ها در تحقیقات آتی امری ضروری و دارای اهمیت به نظر می رسد.

کلمات کلیدی:

آسیب زانو، لیگامنت، فوتبال

لینک ثابت مقاله در پایگاه سیویلیکا:

<https://civilica.com/doc/1943606>

