

عنوان مقاله:

مقایسه ثبات پاسچرال بازیکنان فوتبال با و بدون آسیب مزمن مچ پا در آزمون عملکردی پرش- فرود

محل انتشار:

دو فصلنامه مطالعات کاربردی علوم زیستی در ورزش، دوره 3، شماره 5 (سال: 1394)

تعداد صفحات اصل مقاله: 11

نویسندگان:

عماد شکوهی - نویسنده مسئول، کارشناس ارشد آسیب شناسی و حرکات اصلاحی، دانشکده تربیت بدنی و علوم ورزشی، دانشگاه گیان، رشت، ایران

علی اصغر نورسته - دانشیار گروه آسیب شناسی و حرکات اصلاحی، دانشکده تربیت بدنی و علوم ورزشی، دانشگاه گیان، رشت، ایران

علی شمسی ماجلان - استادیار گروه آسیب شناسی و حرکات اصلاحی، دانشکده تربیت بدنی و علوم ورزشی، دانشگاه گیان، رشت، ایران

محمدعلی سنجرى - استادیار دانشکده توان بخشی دانشگاه علوم پزشکی ایران، تهران، ایران

خلاصه مقاله:

زمینه و هدف: ثبات پاسچرال، به معنی توانایی بدن در حفظ مرکز ثقل در محدوده ثبات است. بازیکنان فوتبال به یک ثبات عملکردی قاب لاطمینان وابسته هستند، بنابراین آسیب های مچ ممکن است باعث یک وقفه در بازی حرفه ای بازیکنان فوتبال شود. هدف از پژوهش حاضر مقایسه ثبات پاسچرال بازیکنان فوتبال با آسیب مزمن مچ پا در آزمون عملکردی پرش- فرود بود. روش تحقیق: 28 بازیکنان فوتبال شامل 14 فرد با بی ثباتی مچ پا و 14 فرد سالم در پژوهش شرکت کردند. برای بررسی ثبات پاسچرال و اندازه گیری متغیرهای زمان رسیدن به ثبات TTS (و جابجایی مرکز فشار) COP (آزمودنی ها فعالیت عملکردی پرش- فرود را بر روی صفحه نیرو انجام دادند. ارزیابی آسیب مچ پا به دو صورت، پرسش از خود فرد و پرسشنامه انجام گردید. برای تجزیه و تحلیل آماری آزمون t مستقل در سطح معنی داری $p > 0.05$ استفاده شد. یافته ها: نتایج نشان داد که در پرسش رو به جلو، متغیر COP در جهت داخلی- خارجی ($p = 0.002$ / $p = 0.01$) و همچنین در پرسش جانبی، متغیر COP در جهت داخلی- خارجی ($p = 0.008$) و قدامی- خلفی ($p = 0.02$ / $p = 0$) بین بازیکنان فوتبال با و بدون بی ثباتی مزمن مچ پا، تفاوت معنی داری دارد؛ به گونه ای که COP در بازیکنان با بی ثباتی بیشتر از بازیکنان سالم بود. در حالی که زمان رسیدن به ثبات در بازیکنان با بی ثباتی و بازیکنان سالم بسیار نزدیک به یکدیگر بود، و در متغیر TTS تفاوت معنی داری بین دو گروه وجود نداشت ($p > 0.05$). نتیجه گیری: با توجه به نقش اساسی رباط های داخلی- خارجی مچ پا در ثبات پا، به نظر می رسد که آسیب این ناحیه در تغییرات مرکز فشار اثر می گذارد و بازیکنان فوتبال با آسیب بی ثباتی مزمن مچ پا، تغییرات بیشتری در مرکز فشار نسبت به بازیکنان سالم دارند. با توجه به نقش حس عمقی در کنترل پاسچر، ورزشکاران مبتلا به آسیب دیدگی مچ پا می توانند با انجام تمرینات حس عمقی و افزایش قدرت اندام تحتانی خود تا حد زیادی نقایص ثبات و تعادل خود را برطرف کنند

کلمات کلیدی:

بی ثباتی مزمن مچ پا، آزمون پرش- فرود، ثبات پاسچرال، فوتبال

لینک ثابت مقاله در پایگاه سیویلیکا:

<https://civilica.com/doc/515139>



