

عنوان مقاله:

مقایسه تاثیرات دو نوع ماساژ سویدی و شیاتسو بر سندروم گیر افتادگی شانه والیبالیست های مرد

محل انتشار:

چهارمین همایش ملی علوم ورزشی و تربیت بدنی ایران (سال: 1397)

تعداد صفحات اصل مقاله: 10

نویسندگان:

مراد جهانی - دانشجوی کارشناسی ارشد، گروه تربیت بدنی و علوم ورزشی، دانشگاه آزاد اسلامی، واحد بروجرد، ایران

بیژن گودرزی - استادیار گروه تربیت بدنی و علوم ورزشی، دانشگاه آزاد اسلامی، واحد بروجرد، ایران

خلاصه مقاله:

هدف از مطالعه حاضر مقایسه تاثیرات دو نوع ماساژ سویدی و شیاتسو بر سندروم گیر افتادگی شانه والیبالیست های مرد بود. جامعه آماری کلیه والیبالیست های شهر بروجرد با سابقه حداقل 3 سال که از بین آنها 36 نفرکه مبتلا به سندرم گیر افتادگی شانه بودند انتخاب و بصورت تصادفی به 3 گروه (n=12) تقسیم شدند. پروتکل برنامه ماساژ در شش هفته و هر هفته دو جلسه 60 دقیقه ای اجرا شد. فعالیت های ماساژ شامل استروکینگ سطحی، ماساژ افلوراژ (نوازشی)، ماساژ پتریساژ (ورز دادن)، ماساژ پرکاشن (ضربه ای)، ضربه زدن با لبه دست و در ماساژ شیاتسو شامل نقاط ضد درد در ناحیه کمر بند شانه بود. پس آزمون مطابق پیش آزمون بعمل آمد و نتایج ثبت گردید. به منظور ارزیابی میزان ناتوانی شانه از تست DASH یا (Disability of Arm Shoulder) که سطح ناتوانی را بر حسب واحد (0 تا 100) نشان می دهد استفاده گردید. نتایج حاصل از آزمون t نشان داد برنامه ماساژ سویدی (t = - 21.57) و شیاتسو (t = - 31.57) بر کاهش ناتوانی مفصل والیبالیست های مرد مبتلا به سندرم گیر افتادگی شانه اثر دارد. همچنین بین گروه ماساژ سویدی و شیاتسو بر کاهش ناتوانی مفصل والیبالیست های مرد مبتلا به سندرم گیر افتادگی شانه تفاوت معنادار وجود دارد (sig= 0001). علاوه براین نتایج نشان داد برنامه ماساژ شیاتسو بیش از ماساژ سویدی بر ناتوانی شانه والیبالیست های مرد مبتلا به سندرم گیر افتادگی شانه اثر دارد. بنابراین جهت کاهش ناتوانی و کاهش هزینه های درمان این دو روش ماساژ توصیه می شود.

کلمات کلیدی:

سندرم گیر افتادگی شانه، ماساژ سویدی، ماساژ شیاتسو، والیبالیست های مرد

لینک ثابت مقاله در پایگاه سیویلیکا:

<https://civilica.com/doc/774530>

