

عنوان مقاله:

مقایسه نسبت قدرت عضلانی و دامنه حرکتی چرخش داخلی به خارجی مفصل شانه ورزشکاران پرتاب وزنه با افراد غیر ورزشکار

محل انتشار:

دومین کنفرانس ملی مکانیک کاربردی (سال: 1394)

تعداد صفحات اصل مقاله: 8

نویسندگان:

امیررضا فرجی - دانشجوی کارشناسی گروه مهندسی پزشکی، واحد تبریز، دانشگاه آزاد اسلامی، تبریز

سویل غینی - دانشجوی کارشناسی گروه مهندسی پزشکی، واحد تبریز، دانشگاه آزاد اسلامی، تبریز

بهزاد یثربی - عضو هیئت علمی گروه مهندسی پزشکی، واحد تبریز، دانشگاه آزاد اسلامی، تبریز

خلاصه مقاله:

مفصل شانه یکی از آسیب پذیرترین مفاصل بدن در ورزشکاران می باشد. تکرار زیاد حرکات پرتابی می تواند باعث تغییر تعادل قدرت عضلانی و دامنه حرکتی شانه ورزشکاران شود. حرکت پرتابی بالای سر، حرکت بسیار پیچیده و ماهرانه ای است که به دلیل اعمال تقاضای فوق العاده شدید روی مجموعه مفصلی شانه، فشار بسیاری را روی این مجموعه وارد می کند در طی حرکت پرتاب، سر استخوان بازو می تواند تا 44% وزن بدن، نیروهای رو به جلو (Anterior translation) و تا 84% وزن بدن نیروهای جدا کننده (Distraction) را تجربه کند این نیرو های مکرر منجر به ایجاد بافت نرم تطابق یافته و تغییرات استخوانی می شود که به طور اولیه احتمالا عملکرد ورزشکار را افزایش می دهد؛ اما در نهایت ممکن است علت ایجاد آسیب مفصل شانه وی به عنوان یکی از مشکلات رایج در توان بخشی ورزشکاران باشند. روش بررسی: در این تحقیق مقطعی تحلیلی، 38 بازیکن پرتاب وزنه و غیر ورزشکار در رده سنی 24 تا 35 سال به عنوان آزمودنی شرکت و دامنه چرخش شانه آنان با گونیامتر اندازه گیری شد. برای وصف اطلاعات از آمار توصیفی نظیر میانگین و انحراف استاندارد استفاده شد و برای ارزیابی تکرارپذیری ضریب همبستگی به کار برده شد. یافته ها: ورزشکاران تفاوت معنی داری در دامنه چرخش داخلی کمتر ($p=0.00$) و خارجی بیشتر ($p=0.02$) در شانه غالب در مقایسه با غیر غالب و در مقایسه با شانه غیر ورزشکاران ($p=0.00$) نشان دادند. نتیجه گیری: انجام حرکات تکراری پرتاب از بالای سر در طولانی مدت باعث تغییر در تعادل قدرت عضلات و دامنه حرکتی مفصل می شود. بنابر این برنامه ریزی برای کنترل و محدود کردن این ریسک فاکتور باید در دستور کار مربیان و عوامل پزشکی تیم قرار گیرد.

کلمات کلیدی:

دامنه حرکتی، مفصل شانه، حرکت پرتابی، قدرت عضلانی

لینک ثابت مقاله در پایگاه سیویلیکا:

<https://civilica.com/doc/812133>

