سیویلیکا - ناشر تخصصی مقالات کنفرانس ها و ژورنال ها
گواهی ثبت مقاله در سیویلیکا
CIVILICA.com

عنوان مقاله:
مروری نظام مند بر اثرگذاری تحریک الکتریکی عضلات بر مشکلات ساختار قامتی و دردهای اسکلتی-عضلانی ناشی از عدم تعادل عضلانی

محل انتشار:
همایش ملی تربیت بدنی، تغذیه و طب ورزشی (سال: 1398)

تعداد صفحات اصل مقاله: 23

نویسندگان:
محبوبه فرزین فر - *دانشجوی کارشناسی ارشد آسیب شناسی ورزشی-حرکات اصلاحی دانشگاه بین المللی امام رضا (ع)*

وحید ساعت چیان - *استادیار دانشگاه بین المللی امام رضا (ع)*

امین عظیم خانی - *استادیار دانشگاه بین المللی امام رضا (ع)*

خلاصه مقاله:
مقدمه: تحریک الکتریکی کل بدن (WB-EMS) ، یک روش آموزشی نسبتا جدید است که در سال های اخیر، فوق العاده مورد استفاده قرار گرفته است ، با این وجود ، عدم اجماع در مورد اثر بخشی اثرات WB-EMS با توجه به استفاده ی زیاد از آن وجود دارد ، هدف این بررسی تاثیر اثرات این روش بر مشکلات ساختار قامتی و دردهای اسکلتی-عضلانی است.روش انجام کار: خلاصه مقالات پایگاه های اطلاعاتی نور، ایرانداک، SID ، Google scholar ، American Journal of Sports Medicine ، PubMed Journal of Rehabilitation Medicine ، Cochrane و ژورنال های طب ورزشی بین سال های 2000 تا 2019 برای شناسایی تمام مطالعاتی که تحریک الکتریکی را به صورت هم زمان در اندام فوقانی و تحتانی به کار برده اند ، صورت پذیرفت. کلید واژه های تحریک الکتریکی، تحریکی الکتریکی عضلات، تحریک الکتریکی عملکردی، تحریک الکتریکی کل بدن، سنسورهای پوشیدنی، الکتروتراپی، جلیقه الکترودی، جلیقه ی الکترودی برای درمان و بازتوانی ، Electronic suit ، lectronic stimulation ، Whole body electronic muscle stimulation ، Electronic muscle stimulation ، E-fit ، Wearable sensor و Electrotherapy به منظور دستیابی به مقاله های مرتبط مورد استفاده قرار گرفتند و در نهایت با توجه به معیارهای تعیین شده از 107 مقاله به دست آمده، 22 مقاله مورد مقایس قرار گرفتند. یافته ها: بر اساس نتایج مطالعات انجام شده در زمینه اثرات WB-EMS ، این ابزار بر روی پارامترهایی نظیر قدرت عضلات، سایز عضلات، ترکیب بدنی، چاقی، سارکوپنی، چاقی ناشی از سارکوپنی و کاهش درد در افراد داری کمر درد مزمن غیر اختصاصی تاثیر معنادار مثبتی دارد. نتیجه گیری: با توجه به کمبود مطالعات در زمینه اثرات WB-EMS و تناقض بین مطالعات و نبود اجماع یکسان، نیاز به انجام تحقیقات بیشتری در این زمینه می باشد.

کلمات کلیدی:
WB-EMS؛ تحریک الکتریکی کل بدن، ساختار قامتی

لینک ثابت مقاله در پایگاه سیویلیکا:
https://civilica.com/doc/959288