

تأثیر بالش طبی در بیماران مبتلا به گردن درد مزمن غیر اختصاصی

مروری بر مقالات

فاطمه فضلی^{۱*}، بهشید فرهمند^۲

۱. دانشجوی کارشناسی ارشد ارتز- پروتز دانشگاه علوم پزشکی ایران

۲. عضو هیئت علمی ارتز- پروتز دانشگاه علوم پزشکی ایران

مقدمه: گردن درد یکی از شایع ترین بیماری های عضلانی-اسکلتی و یکی از عوامل عمده ناتوانی در عملکرد فردی، شغلی و اجتماعی بیماران در سراسر جهان است.

اهداف: هدف از این مطالعه مرور مقالاتی است که به بررسی تأثیر بالش طبی بر درد، دامنه حرکتی و کیفیت خواب در این بیماران می پردازد.

روش ها و ابزار: در این مطالعه، یک جست و جوی الکترونیک در پایگاه های اطلاعاتی Ovid, Scopus, Pub Med, Google scholar و Science Direct به زبان فارسی و انگلیسی از سال ۱۹۴۷ تا ۲۰۱۵ توسط لغات کلیدی Neck pain, pillow, sleep quality, comfort, stiffness, headache انجام شد.

نتایج: بر اساس کلمات کلیدی در مجموع ۶۱ مقاله بازیابی شدند که ۱۴ مقاله دارای معیارهای ورود به مطالعه بودند.

بحث و نتیجه گیری: در اکثر مطالعات بالش به طور واضحی بر کاهش درد و بهبود کیفیت خواب افراد تأثیر داشته است. هر چند پیشنهاد می شود که بالش طبی به منزله ی بخشی از درمان و تکمیل کننده ی برنامه ی توانبخشی این بیماران در نظر گرفته شود. یافته ها در رابطه با دامنه حرکتی دچار تناقض است. نتایج نشان می دهد که بالش مناسب به عنوان یک ساپورت گردنی می تواند کیفیت خواب را ارتقا داده و در کاهش درد و □ سایر علائم در افراد مبتلا به گردن درد مزمن غیر اختصاصی مؤثر واقع شود.