



مقایسه اثر کوتاه مدت کینزیوتیپینگ و کشش عضله پلانتر فلکسور مچ پا بر روی کنترل پوسچرال مردان سالمند

امید خشاوی^۱، *زهرة شفیع زادگان^۲، حمزه بهارلوئی^۳، نیلوفر فرشته نژاد^۴

- ۱- دانشجوی کارشناسی فیزیوتراپی، عضو کمیته تحقیقات دانشجویی، دانشکده علوم توانبخشی، دانشگاه علوم پزشکی اصفهان، اصفهان، ایران
- ۲- کارشناسی ارشد فیزیوتراپی، مربی گروه فیزیوتراپی، مرکز تحقیقات اختلالات اسکلتی و عضلانی، دانشکده علوم توانبخشی، دانشگاه علوم پزشکی اصفهان، اصفهان، ایران
- ۳- دانشجوی دکتری تخصصی فیزیوتراپی، کمیته تحقیقات دانشجویی، دانشگاه علوم پزشکی جندی شاپور اهواز، اهواز، ایران
- ۴- کارشناسی ارشد ارتوپدی فنی، عضو هیئت علمی دانشکده علوم توانبخشی، مرکز تحقیقات اختلالات اسکلتی و عضلانی، دانشگاه علوم پزشکی اصفهان، اصفهان، ایران

مقدمه: یکی از عمده ترین مشکلات سلامت سالمندان، عدم تعادل و زمین خوردن است. کنترل پوسچرال اساس حفظ تعادل بوده و لازمه انجام فعالیت های روزمره می باشد. کینزیوتیپینگ و کشش عضلانی از تکنیک های درمانی مورد استفاده در فیزیوتراپی هستند که در پیشرفت تعادل موثرند. با توجه به نقش موثر عضلات پلانتر فلکسور مچ پا در حفظ وضعیت پوسچرال، این مطالعه به مقایسه اثر این دو روش درمانی بر روی کنترل پوسچرال مردان سالمند می پردازد.

مواد و روش کار: در یک کارآزمایی بالینی تصادفی یک سوپیه کور، ۲۰ مرد سالمند بالای ۶۰ سال انتخاب و به صورت تصادفی در دو گروه کینزیوتیپ و کشش درمانی قرار گرفتند. تیپ مورد استفاده به صورت مهاری بر روی عضله گاستروکنمیوس چسبانده شد. در گروه کشش نیز این عضله به مدت ۶۰ ثانیه و با ۴ مرتبه تکرار تحت کشش قرار گرفت. تعادل استاتیک (سرعت و میزان جابجایی مرکز فشار بدن) افراد با استفاده از صفحه نیرو قبل و بعد از مداخله مورد بررسی قرار گرفت.

نتایج: براساس آزمون مان ویتنی، تفاوت معنی داری در متغیرهای مورد بررسی بین دو گروه تیپ و کشش در قبل و بعد از مداخله مشاهده نشد. همچنین آنالیز درون گروهی با استفاده از آزمون ویلکاکسون هیچ تغییر معنی داری را در سرعت و میزان جابجایی مرکز فشار قبل و بعد از انجام مداخله در دو گروه نشان نداد ($P > 0.05$).

نتیجه گیری: یافته های مطالعه حاضر نشان میدهد اثر کوتاه مدت تیپ و کشش عضله پلانتر فلکسور، باعث بهبود معنادار کنترل پوسچرال در مردان سالمند نمی شود.

کلمات کلیدی: کنترل پوسچرال، کینزیوتیپینگ، کشش عضلانی، پلانتر فلکسور مچ پا، سالمندی