



مرور سیستماتیک بر تاثیر ارتوزهای پا و ویژگی های کفش بر کنترل تعادل در افراد سالمند

عاطفه ابوترابی^۱، دکتر مختار عراض پور^۲، دکتر محمود بهرامی زاده^۳، دکتر رضا فدای وطن^۳، دکتر فرزام فرهمند^۴

۱. دانشجوی دکترا، گروه ارتوز و پروتز، دانشگاه علوم بهزیستی و توانبخشی، تهران، ایران
۲. دکترا، هیئت علمی، گروه ارتوز و پروتز، دانشگاه علوم بهزیستی و توانبخشی، تهران، ایران
۳. دکترا، هیئت علمی، مرکز تحقیقات سالمندی ایران، دانشگاه علوم بهزیستی و توانبخشی، تهران، ایران
۴. دکترا، هیئت علمی، گروه مکانیک، دانشگاه صنعتی شریف، تهران، ایران

مقدمه و هدف: برهم خوردن تعادل عامل مهمی در افزایش خطر سقوط در افراد مسن تر است. ارتوزهای پا با قراردادی پا در وضعیت مناسب سبب بهینه سازی عملکرد اندام تحتانی و افزایش ثبات می شوند. هدف از انجام این مطالعه مروری سیستماتیک، ارزیابی تاثیر ارتوزهای پا و ویژگی های کفش بر تعادل افراد سالمند بود.

روش ها: مرور مطالعات مداخله ای بر اساس ساختار PRISMA با در نظر گرفتن روش PICO، با کلمات زیر در عنوان و چکیده مقالات انجام شد: سالمند، ارتوزهای پا، کفش، کفی، تعادل و پاسچر. پایگاه های اطلاعاتی شامل ISI web of knowledge, Science Direct, PubMed, Google Scholar بود. ارزیابی کیفیت مطالعات با مقیاس PEDro انجام شد و در کل ۲۲ مقاله تا سال ۲۰۱۵ برای ارزیابی نهایی برگزیده شدند.

نتایج: نتایج نشان داد که باید به افراد مسن کفی کفش سخت و باریک، با قوس حمایتی و ارتفاع پاشنه ۲/۵ سانتیمتر به منظور کاهش خطر افتادن توصیه شود. یافته ها در ارتباط با ارتوزهای پا نشان داد که کفی های ارتعاشی و مغناطیسی از طریق افزایش اطلاعات حسی پیکری سبب بهبود تعادل شوند ولی به نظر نمی رسد که کفی های بافت دار سبب بهبود تعادل در افراد سالمند شوند.

بحث و نتیجه گیری: ارتوزهای پا از طریق مکانیسم مکانیکی و حسی پیکری ثبات پاسچر را در سالمندان بهبود می بخشد. استفاده از کفش با ویژگی های مناسب، می تواند مداخله مناسب به منظور افزایش تعادل در افراد مسن تر باشد و خطر افتادن را در افراد سالمند کاهش دهد. با این وجود، مطالعات با کیفیت بالاتر هنوز هم برای حمایت از تصمیم گیری مبتنی بر شواهد در مورد استفاده از ارتوزهای پا در سالمندان نیاز است.

کیدواژه ها: ارتوزهای پا، کفی، کفش، سالمند، تعادل