

چکیده

هدف از این مطالعه بررسی رابطه دیسمنوره اولیه با درد، وضعیت خلقی و برخی عوامل آمادگی جسمانی در زنان ورزشکار بود.

روش: جامعه آماری این تحقیق شامل ۵۰۰ ورزشکار زن با میانگین سنی $24/15 \pm 2/39$ سال، قد $1/68 \pm 0/05$ سانتی متر و وزن $63/18 \pm 8/64$ کیلوگرم بودند که، نمونه آماری آن ۲۳۰ نفر از ورزشکاران منتخب می باشد، حجم نمونه آماری با کمک جدول مورگان تعیین شد. متغیرهای آمادگی جسمانی شامل: توان هوازی، استقامت عضلات ناحیه شکم، قدرت عضلانی بالاتنه، قدرت عضلانی پایین تنه، توان انفجاری و متغیرهای ترکیب بدن شامل: قد، وزن، درصد چربی بدن، شاخص توده بدن مورد اندازه گیری قرار گرفتند. همچنین میزان درد و وضعیت خلق و خو و میزان دیسمنوره اندازه گیری شد. برای تجزیه و تحلیل داده ها از آزمون ضریب همبستگی پیرسون توسط نرم افزار SPSS نسخه ۲۱ استفاده شد.

نتایج: نتایج نشان داد شاخص توده بدن با چربی زیر جلد ($P < 0/02$)، شاخص چربی زیر جلد با آمادگی جسمانی کل ($P < 0/01$) شاخص توده بدن با چربی زیر جلد و درازنشست ($P < 0/02$)، شاخص چربی زیر جلد، توان هوازی و قدرت پایین تنه با توان انفجاری ($P < 0/00$)، توان انفجاری با چربی زیر جلد، توان هوازی، قدرت پایین تنه ارتباط معنی داری وجود داشت ($P < 0/00$). اما درد با شاخص توده بدن و چربی زیر جلد ($P > 0/05$)، خلق و خو با ترکیب بدن ($P > 0/01$)، خلق و خو با آمادگی جسمانی ($P > 0/01$)، درد با آمادگی جسمانی ($P > 0/01$)، درد با وضعیت خلقی ارتباط معنی داری وجود نداشت ($P > 0/05$). نتیجه گیری: تمرینات ورزشی موجب ارتباط معنی داری بین متغیرهای ترکیب بدن و آمادگی جسمانی می شود. اما در پژوهش حاضر ارتباط معنی داری بین وضعیت درد، خلق و خو و دیسمنوره در ورزشکاران دیده نشد.

کلیدواژه: ورزشکار-آمادگی جسمانی-خلق و خو-دیسمنوره-درد-ترکیب بدن.