

تأثیر تمرینات ایزومتریک بر کاهش درد و افزایش دامنه حرکتی در بیماران مبتلا به شانه منجمد

فریبرز رضانی مقدم *، 61،

1395-11-30

زمینه و هدف: هدف کلی پژوهش حاضر، تعیین آثار تمرینات ایزومتریک بر میزان درد و دامنه حرکتی در بیماران مبتلا به شانه منجمد بود. روش بررسی: 30 نفر مرد (8 نفر) و زن (22 نفر) مبتلا به شانه منجمد (با میانگین سنی $3/6 \pm 8/48$ سال، وزن $2/6 \pm 42/75$ کیلوگرم) آزمودنی های تحقیق حاضر را تشکیل می دادند، که به صورت مبتنی بر هدف انتخاب شده و به طور تصافی در دو گروه مساوی تجربی (تمرینات ایزومتریک درمان های رایج) و کنترل (درمان های رایج) تقسیم شدند. آزمودنی ها برنامه تمرینات ایزومتریک را هر روز در منزل و سه جلسه در هفته در مراکز فیزیوتراپی شهر رشت به مدت هشت هفته انجام دادند. برنامه تمرین در 15 تکرار و هر تکرار شامل سه ثانیه انقباض و سه ثانیه استراحت انجام شد. همچنین در این مدت گروه کنترل فقط سه جلسه در هفته روش های درمانی تجویز شده توسط پزشک معالج را دریافت نمودند. دامنه حرکتی فلکشن، آبداکشن و میزان درد آزمودنی ها در دو گروه پژوهش قبل و بعد از 8 هفته با استفاده از گونیامتر و پرسش نامه درد مک گیل، مورد ارزیابی قرار گرفت. برای مقایسه نتایج قبل و بعد از تمرینات، از آزمون آماری t همبسته و ویلکاکسون برای مقایسه نتایج دو گروه با یکدیگر، از آزمون t مستقل و یومن ویتنی استفاده شد؛ سطح معنی داری 05/0P

کلمات کلیدی : شانه منجمد، تمرینات ایزومتریک، دامنه حرکتی، کاهش درد

[Islamic Azad University, Rasht Branch - Thesis Database](#)

[دانشگاه آزاد اسلامی واحد رشت - سامانه بانک اطلاعات پایان نامه ها](#)