

تأثیر تمرین درمانی بر ناهنجاری‌های اسکلتی عضلانی دانش‌آموزان نابینای پسر (۱۸-۱۲ ساله) مجتمع آموزشی نابینایان شهید محبی تهران

نازیلا اکبرفهمی^{۱*} (M.Sc)، بهرام جدیدی^۲ (M.Sc)، زهرا شاهی^۲ (M.Sc)، حبیب‌الله جدیدی^۱ (P.hD)

۱ - دانشگاه علوم بهزیستی و توان‌بخشی، گروه آموزشی کاردرمانی

۲ - آموزش و پرورش استثنایی، مجتمع آموزشی نابینایان شهید محبی تهران

چکیده

سابقه و هدف: هدف از تحقیق حاضر بررسی تغییرات ۱۳ ناهنجاری اسکلتی عضلانی (گردن جلو، انحراف طرفی سر، افتادگی طرفی شانه‌ها، پشت کج، پشت گرد، پشت گود، پشت صاف، افتادگی طرفی لگن، زانوی کمائی، زانوی ضرب‌دري، کف پای صاف، کف پای گود و شست کج) پس از یک دوره چهار ماهه تمرین درمانی بر دانش‌آموزان نابینای مادرزادی پسر بدون معلولیت ثانویه بود.

مواد و روش‌ها: در این مطالعه شبه تجربی مجموعاً ۶۰ دانش‌آموز راهنمایی و دبیرستانی شامل ۳۴ نابینای مطلق و ۲۶ نیمه بینا (مادرزادی) ۱۸ - ۱۲ ساله به صورت تصادفی از میان ۱۳۵ دانش‌آموز پسر مجتمع آموزشی نابینایان شهید محبی تهران انتخاب شدند. پس از سنجش آن‌ها با استفاده از دستگاه‌های سنجش وضعیت بدنی (شطرنجی متحرک - آنتروپومتر و پودیوسکوپ) و ثبت نتایج آن، دانش‌آموزانی که از طریق تست نیویورک دچار یک یا چند ناهنجاری اسکلتی عضلانی (به صورت متوسط یا شدید) تشخیص داده شدند در یک برنامه تمرینی (شامل تمرینات رایج کاردرمانی و فیزیوتراپی در هریک از بد وضعیتی‌های مذکور) چهار ماهه، هر هفته سه جلسه شرکت داده شدند. بعد از اتمام برنامه تمرینی و اجرای پس آزمون نتایج به دست آمده مجدداً ثبت گردید و اطلاعات حاصل در قبل و بعد از آزمون مورد تجزیه و تحلیل قرار گرفت.

یافته‌ها: ۸۰ درصد دانش‌آموزان نابینا در پیش‌آزمون دچار ناهنجاری‌های وضعیتی بودند که پس از اعمال تمرین درمانی میزان آن تا ۴۵ درصد کاهش یافت. وضعیت بهبودی ناهنجاری‌ها در قبل و بعد از اعمال تمرینات در ۱۱ مورد معنی‌دار بود ($\text{Exact - Sign} = 0 < 0.05$) و در دو مورد افتادگی طرفی لگن و زانوی ضرب‌دري، اختلاف معنی‌دار را نشان نداد ($\text{Exact - Sign} = 1 < 0.05$).

نتیجه‌گیری: یافته‌های تحقیق حاکی از اهمیت و تأثیر تمرین درمانی در بهبود ناهنجاری‌های اسکلتی عضلانی در گروه مورد بررسی بود.

واژه‌های کلیدی: تمرین درمانی، نابینایی، ناهنجاری‌های اسکلتی عضلانی

مقدمه

میل به تحرک از طریق مشاهده حرکت دیگران و تقلید از آن‌ها صورت می‌گیرد. افراد بینا می‌توانند ببینند که دیگران چگونه بدن خود را راست نگه می‌دارند، از انعکاس تصاویر

بدن خود در آینه آگاه می‌شوند، از طریق مشاهده به تمرین اشکال متفاوت حرکت می‌پردازند و حرکات خود را نظاره می‌کنند با این عمل پس‌خوراند لازم برای تغییر و اصلاح حرکات خود کسب می‌نمایند [۱]. از طرفی یکی از عوامل