

## اثربخشی ارتز پا بر شدت درد زانو و عملکرد ورزشکاران خانم مبتلا به سندرم درد پاتلو فمورال

دکتر پریسا نجاتی<sup>۱</sup>، دکتر بیژن فروغ<sup>۲</sup>، دکتر جلیل کوهپایه زاده<sup>۳</sup>، دکتر رضا معین الدین<sup>۴</sup>، مینا نجاتی<sup>۵</sup>

نویسنده مسئول: تهران، دانشگاه علوم پزشکی ایران، دانشکده پزشکی، گروه پزشکی ورزشی parisanejati@yahoo.com

دریافت: ۸۷/۱۱/۱۴ پذیرش: ۸۸/۲/۱۳

### چکیده

**زمینه و هدف:** سندرم درد پاتلو فمورال شایع ترین سندرم استفاده‌ی بیش از حد در بین ورزشکاران می‌باشد و تقریباً ۴۰ درصد موارد دردهای قدام زانو در مراجعه کنندگان به کلینیک‌های پزشکی ورزشی را شامل می‌شود. این بیماری در دختران ورزشکار شایع تر است، مخصوصاً در گروه سنی نوجوان و جوان بیشتر دیده می‌شود. علائم بیماری شامل درد پشت یا اطراف کشکک می‌باشد که با بالا و پایین رفتن از پله‌ها و چمباتمه زدن و نشستن برای مدت طولانی تشدید می‌شود. فاکتورهای مختلفی از جمله افزایش زاویه‌ی پروناسیون پا، در همراهی با این بیماری دیده می‌شود و می‌تواند از علل ایجاد بیماری باشد. هدف مطالعه‌ی ما ارزیابی تاثیر اصلاح پروناسیون پا با کمک کفی در میزان درد زانو و افزایش کیفیت کارکرد ورزشکاران بود.

**روش بررسی:** ۴۱۸ ورزشکار خانم در پنج رشته‌ی ورزشی فوتبال، والیبال، دومیبدانی، کوهنوردی و شمشیربازی از باشگاه‌های مختلف سطح شهر تهران به‌طور اتفاقی انتخاب شدند و علائم کلینیکی سندرم پاتلو فمورال در آن‌ها ارزیابی شد. افراد مبتلا به سندرم پاتلو فمورال مشخص شدند و سپس زاویه‌ی پروناسیون پا در آن‌ها اندازه‌گیری شد. در افرادی که این زاویه از ۹ درجه بیشتر و زاویه‌ی قوس طولی پا از ۱۴۱ درجه کمتر بود، ارتز داده شد. شدت درد با استفاده از VAS اندازه‌گیری و کارکرد ورزشی افراد از نظر ۵ زیر گروه (علائم بیماری، درد، میزان فعالیت‌های روزمره، فعالیت‌های ورزشی و کیفیت زندگی) با استفاده از پرسشنامه‌ی KOOS ارزیابی شد. از افراد خواسته شد که ارتز را روزانه حداقل ۸ ساعت استفاده نمایند. دو هفته پس از مصرف ارتز، مجدداً KOOS و VAS ارزیابی شد. نتایج با مقادیر قبل از ارتز مقایسه گردید.

**یافته‌ها:** مقادیر به‌دست آمده از درد و کارکرد قبل و بعد از مداخله با استفاده از آزمون T بررسی شد. دو هفته پس از استفاده از ارتز درد زانوی ورزشکاران کاهش واضحی داشت ( $P < 0/0001$ ). پس از شش هفته نیز کاهش درد چشمگیر بود ( $P < 0/0001$ ). از نظر کارکرد نیز بهبودی واضحی در هر یک از زیر گروه‌های پرسشنامه KOOS حاصل شد. بهبودی علائم پس از ۶ هفته گزارش شد ( $P < 0/0001$ )، کاهش درد پس از ۲ و ۶ هفته به‌ترتیب با  $P < 0/0001$  و  $P < 0/0001$ ، افزایش فعالیت‌های روزمره زندگی پس از ۲ هفته ( $P = 0/004$ ) و ۶ هفته ( $P < 0/0001$ ) معنی‌دار بود، بهبود فعالیت‌های ورزشی پس از ۲ هفته ( $P = 0/012$ ) و پس از ۶ هفته ( $P < 0/0001$ ) واضح بود و کیفیت زندگی افراد پس از ۶ هفته بهبودی واضحی داشت ( $P < 0/0001$ ).

**نتیجه‌گیری:** نتایج مطالعه‌ی ما بهبودی واضحی را با استفاده از ارتز در کاهش میزان درد زانو و افزایش کارکرد ورزشکاران مبتلا به سندرم پاتلو فمورال دارای افزایش پروناسیون پا نشان داد.

**واژگان کلیدی:** ورزشکاران خانم، درد زانو، پروناسیون پا، ارتز پا

- 
- ۱- دستیار پزشکی ورزشی، دانشگاه علوم پزشکی ایران
  - ۲- متخصص طب فیزیکی و توانبخشی، دانشیار دانشگاه علوم پزشکی ایران
  - ۳- متخصص پزشکی اجتماعی، مرکز توسعه و آموزش پزشکی دانشگاه علوم پزشکی ایران
  - ۴- دستیار رادیولوژی، دانشگاه علوم پزشکی شهید بهشتی
  - ۵- دانشجوی مدیریت خدمات بهداشتی درمانی. دانشگاه علوم پزشکی قزوین