

شیوع کمردرد و عوامل موثر بر آن در دانش‌آموزان ۱۱-۱۴ ساله مدارس راهنمایی استان مازندران

چکیده

زمینه و هدف: کمردرد در بالغین و نوجوانان شایع می‌باشد، ولی در نوجوانان کمتر مورد توجه قرار گرفته است. تعداد زیادی از بزرگسالانی که دچار این عارضه هستند، اولین شروع آن را در اوایل سنین نوجوانی یا دهه ۲۰ زندگی خود گزارش می‌کنند. با توجه به اهمیت موضوع مطالعه فوق طراحی شد تا به بررسی شیوع کمردرد و عوامل مؤثر بر آن در دانش‌آموزان مدارس مقطع راهنمایی استان مازندران بپردازد.

روش بررسی: این تحقیق توصیفی - تحلیلی به روش مقطعی در سال ۱۳۸۳ روی ۵۰۰۰ نفر از دانش‌آموزان مدارس راهنمایی استان مازندران انجام گرفت. نمونه‌گیری از نوع تصادفی چند مرحله‌ای بوده است. از پرسشنامه برای بررسی عوامل فردی، عوامل مکانیکال، سبک زندگی، شیوع و خصوصیات کمردرد استفاده گردید. داده‌ها با استفاده از نرم‌افزار آماری SPSS مورد تجزیه و تحلیل قرار گرفت.

یافته‌ها: از ۵۰۰۰ دانش‌آموز مورد بررسی (۴۸۱۳ نفر) ۹۶/۲ درصد پرسشنامه‌ها را تکمیل نمودند. نتایج نشان داد که ۱۵ درصد دانش‌آموزان در زمان مطالعه، ۱۴/۴ درصد در طی یک ماه گذشته، ۱۵/۶ درصد در طی ۶ ماه گذشته و ۱۷/۴ درصد در طی یک سال گذشته از کمردرد شاکی بوده‌اند. کمردرد با سن و برخی از عوامل مکانیکال مانند بلند کردن بار سنگین رابطه داشته است ($P < 0/05$). نتایج ارتباط معنی‌داری بین کمردرد با عوامل سبک زندگی مانند وضعیت و مدت زمان تماشای تلویزیون، وضعیت و مدت زمان انجام تکالیف مدرسه نشان می‌دهد ($P < 0/05$).

نتیجه‌گیری: نتایج این مطالعه شیوع بالای کمردرد در این گروه و تأثیر عوامل مختلف را نشان می‌دهد. بنابراین مطالعه روی اثر اقدامات مختلف پیشگیرانه در این مقطع سنی ضروری به نظر می‌رسد.

کلید واژه‌ها: کمردرد - شیوع - دانش‌آموزان مقطع راهنمایی - عوامل مؤثر

دکتر محمدعلی محسنی بندپی

منخصص فیزیوتراپی، استادیار دانشگاه علوم پزشکی مازندران

معصومه باقری نسائی

کارشناس ارشد پرستاری، عضو هیأت علمی دانشگاه علوم

پزشکی مازندران

مولود فخری

کارشناس ارشد مامایی، عضو هیأت علمی دانشگاه علوم پزشکی

مازندران

مرجان احمدشیروانی

کارشناس ارشد مامایی، عضو هیأت علمی دانشگاه علوم پزشکی

مازندران

دکتر علیرضا خلیلیان

منخصص آمار حیاتی، دانشیار دانشگاه علوم پزشکی مازندران

نویسنده مسؤول: دکتر محمدعلی محسنی بندپی

پست الکترونیکی: mohseni_bandpei@yahoo.com

نشانی ساری، بلوار دانشگاه، دانشگاه علوم پزشکی و خدمات

بهداشتی درمانی مازندران

تلفاکس: ۲۲۷۳۶۳۴ - ۰۱۵۱

وصول مقاله: ۸۴/۲/۲۰

اصلاح نهایی: ۸۴/۶/۱

پذیرش مقاله: ۸۴/۶/۵

مقدمه

کمردرد در بالغین و نوجوانان شایع می‌باشد، ولی در نوجوانان کمتر مورد توجه قرار گرفته است. در حالی که میزان شیوع آن در این سنین مشابه بالغین روند افزایش یابنده‌ای را طی می‌کند (۱ و ۲). مشکلات کمردرد از زمان نوجوانی و رشد آغاز می‌شود (۳) و تعداد زیادی از بزرگسالانی که دچار این عارضه هستند، اولین شروع آن را در اوایل سنین نوجوانی یا دهه ۲۰ زندگی خود گزارش می‌کنند (۴ و ۵). مطالعه در این گروه سنی، به دلیل این که زمینه‌ساز شروع کمردردهای مزمن، شدید و مکرر در بزرگسالی می‌باشد، دارای اهمیت خاصی است (۶ و ۷). در مورد شیوع کمردرد تحقیقات گوناگون نتایج متفاوتی را ارائه کرده است و مطالعات اخیر شیوع بالایی از کمردرد را در بین کودکان نشان می‌دهد (۸-۱۰). در بررسی ۱۰۰۰ دانش‌آموز ۷ ساله شیوع یک درصد گزارش شده است که تا ۱۰ سالگی به ۶ درصد رسید (۱۱) و مطالعه‌ای که روی ۱۴۴۶ دانش‌آموز ۱۱-۱۴ ساله انجام گردید، شیوع یک ماه گذشته ۲۴ درصد گزارش شده است (۱۰). یک مطالعه در سوئیس شیوع ۲۷

درصدی را نشان می‌دهد (۷). نتایج مطالعات در آمریکا روی ۱۲۴۲ دانش‌آموز شیوع کمردرد را ۲۲ درصد و در دانمارک روی ۱۳۹۵ دانش‌آموز سنین ۱۶-۱۳ ساله شیوع آن را ۵۱ درصد نشان داد. نتایج مطالعه دیگری نشان می‌دهد که ۸ درصد کودکان از کمردرد حاد و ۸۶ درصد آنها از کمردرد مزمن رنج می‌برند (۱۲ و ۱۳).

در اکثر مطالعات اپیدمیولوژیکی مشخص گردید که ممکن است عوامل فیزیکی و مکانیکی در بروز کمردرد نقش داشته باشند (۱۳) و نیز تحقیقات متعددی در زمینه تأثیر کوله‌پشتی، حمل کتاب بر روی کمر درد انجام شده است که نتایج متناقضی را ذکر کرده‌اند (۲۰-۱۴). مطالعات متفاوت ارتباط آسیب پشت و ستون مهره، سبک زندگی، عوامل اقتصادی، سابقه فامیلی مثبت و دردهای ناشی از رشد (۲۱) را نیز با کمردرد مطرح کرده‌اند.

بررسی‌های گوناگونی نقش عوامل سایکولوژی را بسیار مهم ذکر کرده‌اند (۷ و ۹ و ۲۲ و ۲۳). به طوری که کمردرد با عوامل روحی و روانی و سوماتیک مانند سردرد، گلو درد و درد شکم رابطه داشته است (۱ و ۲۲)، اما علت کمردرد