

بررسی فعالیت الکتریکی عضلات اطراف شانه در حین انجام

ورزشهای زنجیره بسته در افراد جوان سالم

* خسرو خادمی کلانتری^۱، سیمین برنجی^۲، صدیقه السادات نعیمی^۳، مهری قاسمی^۴

چکیده

هدف: در مورد اثر میزان استحکام سطح اتکا در حین تمرینات، بر ازدیاد فعالیت عضلات اطراف شانه تناقضات زیادی وجود دارد. هدف از انجام مطالعه حاضر بررسی ارتباط بین تغییرات میزان ثبات سطح اتکا با میزان فعالیت الکترومیوگرافیک استاتیک عضلات اطراف شانه است.

روش بررسی: در این تحقیق تجربی ۳۰ فرد سالم مطابق معیارهای مورد نظر از نمونه‌های در دسترس انتخاب و فعالیت الکترومیوگرافیکی سطحی عضلات دوزنقه‌ای فوقانی، دوزنقه‌ای تحتانی، شانه‌ای قدامی، سر دراز دو سر، گرد بزرگ و سه‌گوش خلفی سمت غالب آنها در حالت استراحت و پس از ۱۰ ثانیه قرار گرفتن در ۶ وضعیت مختلف تست شنا رفتن، با توالی تصادفی و متفاوت از نظر میزان استحکام سطح اتکا ثبت گردید. میزان مجذور ریشه میانگین سه ثانیه میانی الکترومیوگرافی برای مقایسه شدت فعالیت عضلانی بین وضعیت‌ها مورد استفاده قرار گرفت. سپس داده‌ها با آزمون‌های تحلیل واریانس با اندازه‌گیری‌های مکرر و همبستگی پیرسون مورد بررسی قرار گرفتند.

یافته‌ها: شدت فعالیت عضلانی در سه وضعیتی که سطح اتکای مستحکم استفاده شد، بیشتر از وضعیت‌هایی بودند که ثبات سطح اتکا کمتر شده بود. این تفاوت قابل توجه در تمام عضلات غیر از عضله دوزنقه‌ای فوقانی ($P=0/081$)، معنادار بود ($P<0/001$).

نتیجه‌گیری: ازدیاد بی‌ثباتی سطح اتکا نمی‌تواند به عنوان یک روش جهت ازدیاد پیشرونده قدرت عضلات اطراف شانه مورد استفاده قرار گیرد.

کلید واژه‌ها: استحکام/ سطح اتکا/ شانه/ عضلات/ الکترومیوگرافی

- ۱- دکترای فیزیوتراپی، دانشیار دانشکده توانبخشی دانشگاه علوم پزشکی شهید بهشتی
- ۲- کارشناس فیزیوتراپی، دانشکده توانبخشی دانشگاه علوم پزشکی شهید بهشتی
- ۳- دکترای فیزیوتراپی، استادیار دانشکده توانبخشی دانشگاه علوم پزشکی شهید بهشتی
- ۴- کارشناس ارشد فیزیوتراپی، دانشکده توانبخشی دانشگاه علوم پزشکی شهید بهشتی

تاریخ دریافت مقاله: ۸۷/۴/۱۹

تاریخ پذیرش مقاله: ۸۸/۳/۲۶

* آدرس نویسنده مسئول:

خیابان دماوند، روبروی بیمارستان بوعلی، دانشکده توانبخشی دانشگاه علوم پزشکی شهید بهشتی، گروه فیزیوتراپی

تلفن: ۷۷۵۶۱۴۱۱

*E-mail: khosro_khademi@yahoo.co.uk