

## تأثیر انداختن پاها بر روی هم بر میزان فشار خون

سعادت سالاری\*      مطهره پیله ورزاده\*

### The effects of crossing legs on blood pressure

S.Salari      M.Pilevarzadeh

#### ⊥ Abstract:

**Background:** Many factors influence on the individual's blood pressure. Some guidelines on measuring blood pressure specify that the patient should keep his feet flat on the floor.

**Objective:** To determine the effects of crossing legs on blood pressure.

**Methods:** This experimental study was performed on 100 randomly - selected hypertensive male patients referred to the clinics in Jiroft (2001). The first 50 patients positioned their feet flat on the floor while their pressure was measured. After 3 minutes the blood pressure was measured again with the patient's legs crossed. The procedure was reversed for the second 50 patients. The data were analyzed on the basis of variance analysis.

**Findings:** The findings indicated that the average of systolic blood pressure increased from 146.27 ( flat feet ) to 154.82 ( crossed legs ) and diastolic blood pressure increased from 79.79 ( flat feet ) to 83.49 ( crossed legs ) (  $P < 0.0001$  ).

**Conclusion:** Patients should be instructed to have their feet flat on the floor while measuring blood pressure to eliminate a potential source of error.

**Key Words:** Blood Pressure, Measurement, Crossed Leg

#### ⊥ چکیده:

**زمینه:** عوامل زیادی بر میزان فشارخون تأثیر می گذارند. در برخی مراجع پیشنهاد می شود بیماران هنگام اندازه گیری فشارخون، پاهای خود را به صورت صاف بر روی یک سطح قرار دهند.

**هدف:** این مطالعه به منظور تعیین تأثیر انداختن پاها بر روی هم بر میزان فشار خون انجام شد.

**مواد و روش ها:** این مطالعه تجربی بر روی ۱۰۰ بیمار مبتلا به فشار خون بالا که در سال ۱۳۸۰ به درمانگاه های خصوصی شهرستان جیرفت مراجعه کرده بودند، انجام شد. بیماران به صورت تصادفی ساده انتخاب شدند. ابتدا فشارخون ۵۰ نفر از آنها در حالت صاف بودن پاها و بعد از ۳ دقیقه در وضعیتی که پاها روی هم قرار داشتند، اندازه گیری شد. این اندازه گیری برای ۵۰ بیمار بعدی به صورت معکوس انجام شد. داده ها با استفاده از آنالیز واریانس تجزیه و تحلیل شدند.

**یافته ها:** میانگین فشارخون سیستولیک از ۱۴۶/۲۷ میلی متر جیوه با پا های صاف به ۱۵۴/۸۲ با پا های خم شده و فشار خون دیاستولیک از ۷۹/۷۹ میلی متر جیوه با پا های صاف به ۸۳/۴۹ با پا های خم شده افزایش یافت ( $P < 0.0001$ ).

**نتیجه گیری:** در زمان اندازه گیری فشارخون باید به بیماران آموزش داد که پاها را برای حذف نمودن خطا به صورت صاف قرار دهند.

**کلید واژه ها:** فشارخون، اندازه گیری، انداختن پاها روی هم

\* مربی و عضو هیأت علمی دانشگاه علوم پزشکی کرمان