

تأثیر تمرین‌های کششی و موبیلیزاسیون عصب در بهبود درد و عملکرد اندام فوقانی در افراد با سندرم خروجی قفسه سینه

محمد حسینی فر^۱ - فاطمه غیائی^۲ - اصغر اکبری^۳ - سکینه محمودی^۴

چکیده

زمینه و هدف: درمان سندرم خروجی قفسه سینه مشکل چالش آوری برای فیزیوتراپیست‌ها است و درمان محافظه کارانه به عنوان راهکار ترجیحی برای این بیماران مورد تأکید قرار می‌گیرد. هدف از این مطالعه مقایسه‌ی تأثیر تمرین‌های کششی و موبیلیزاسیون عصب بر شدت درد و عملکرد اندام فوقانی در مبتلایان به سندرم خروجی قفسه سینه بود.

روش تحقیق: برای این کارآزمایی کنترل شده تصادفی دو سوکور ۲۰ بیمار مبتلا به سندرم خروجی قفسه سینه با میانگین سنی $34/95 \pm 12/9$ سال از کلینیک‌های فیزیوتراپی زاهدان انتخاب شدند. بیماران به صورت تصادفی در دو گروه تمرین‌های کششی (۱۰ مورد) و موبیلیزاسیون عصب (۱۰ مورد) قرار گرفتند. دامنه‌ی حرکتی با گونیامتر، شدت درد با مقیاس چشمی درد، حس تمایز دو نقطه به وسیله پرگار و عملکرد شانه با مقیاس شاخص رتبه‌ای درد و ناتوانی شانه قبل و بعد از سه هفته درمان اندازه‌گیری شدند. از آزمون‌های t مستقل و زوج جهت مقایسه نتایج بین و درون گروه‌ها استفاده شد.

یافته‌ها: میانگین نمره‌ی شاخص درد و ناتوانی شانه در گروه تمرین‌های کششی از $92/3 \pm 9/6$ به $40/5 \pm 13/9$ و در گروه تمرین‌های موبیلیزاسیون عصب از $81/0 \pm 16/3$ به $25/0 \pm 12/06$ کاهش پیدا کرد ($p < 0/05$). کاهش میانگین نمره شاخص درد و ناتوانی شانه در گروه تمرین‌های موبیلیزاسیون عصب نسبت به گروه تمرین‌های کششی بیشتر بوده است ($p < 0/05$). میانگین دامنه‌ی حرکتی مفصل شانه بعد از درمان در هر دو گروه افزایش نشان داد ($p < 0/05$). تفاوتی بین دو گروه از نظر دامنه‌ی حرکتی مفصل شانه، نمره‌ی شدت درد و مقادیر تمایز دو نقطه دیده نشد ($p > 0/05$). نتیجه‌گیری: هر دو نوع تمرین‌های کششی و موبیلیزاسیون عصب سبب کاهش درد، بهبود حس تمایز دو نقطه‌ی دست و بهبود عملکرد و دامنه‌ی حرکات مفصل شانه می‌شوند. اما تمرین‌های موبیلیزاسیون عصب در بهبود عملکرد اندام فوقانی نسبت به تمرین‌های کششی مؤثرتر هستند.

کلیدواژه‌ها: سندرم خروجی قفسه سینه؛ موبیلیزاسیون عصب؛ تمرین‌های کششی؛ عملکرد اندام فوقانی

افق دانش؛ فصلنامه دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی گناباد (دوره ۱۴؛ شماره ۱؛ بهار سال ۱۳۸۷)

پذیرش: ۱۳۸۷/۵/۸

اصلاح نهایی: ۱۳۸۷/۵/۲

دریافت: ۱۳۸۶/۱۲/۲۶

۱- نویسنده مسؤول؛ مربی گروه فیزیوتراپی، دانشگاه علوم پزشکی زاهدان

آدرس: زاهدان - خیابان آیت الله کفعمی - آزمایشگاه رزجومقدم - گروه فیزیوتراپی - کد پستی ۹۸۱۳۶-۶۴۸۵۵

پست الکترونیکی: fardash_s@yahoo.com

نمابر: ۰۵۴۱-۳۲۵۴۲۰۷

تلفن: ۰۵۴۱-۳۲۵۴۲۰۷

۲- کارشناس ارشد فیزیوتراپی، مربی گروه فیزیوتراپی دانشگاه علوم پزشکی زاهدان

۳- دکتری تخصصی فیزیوتراپی، استادیار گروه فیزیوتراپی دانشگاه علوم پزشکی زاهدان

۴- کارشناس فیزیوتراپی، دانشگاه علوم پزشکی زاهدان