



تاثیر تمرینات الاستیک در آب بر تعادل ایستا و پویای کودکان فلج مغزی با توانایی راه رفتن ضعیف

محمود خادمیان*^۱، رضامهدوی نژاد^۲، احمدسعدي^۳

۱. کارشناسی ارشد، آسیب شناسی ورزشی و حرکات اصلاحی، دانشگاه خوراسگان، اصفهان، ایران. (*نویسنده مسئول).

۲. دانشیار، آسیب شناسی ورزشی و حرکات اصلاحی، دانشگاه اصفهان، ایران

۳. کارشناسی ارشد، آسیب شناسی ورزشی و حرکات اصلاحی، دانشگاه رجا، قزوین، ایران.

*Email: (m.khz1990@gmail.com)

نوع ارائه مقاله: سخنرانی

چکیده:

هدف و زمینه: کودکان فلج مغزی دارای برخی از مشکلات عصبی عضلانی مانند: اختلال در کنترل حرکتی، وجود تون عضلانی غیر طبیعی، محدودیت اسکلتی عضلانی مانند ناهنجاری های استخوانی، عدم تعادل بین عضلات موافق و مخالف، ضعف و اختلال حسی هستند. لذا هدف از این تحقیق تعیین تاثیر تمرینات الاستیک در آب بر تعادل ایستا و پویای کودکان فلج مغزی با توانایی راه رفتن ضعیف بود.

روش کار: در تحقیق نیمه تجربی حاضر تعداد ۱۶ کودک (پسر) فلج مغزی با توانایی راه رفتن ضعیف و میانگین و انحراف معیار قد ($118 \pm 11/5$)، وزن ($24 \pm 11/8$) و سن ($11/5 \pm 11/46$) به صورت هدفمند به عنوان نمونه آماری این تحقیق انتخاب شدند و به صورت تصادفی به دو گروه تجربی (۸ نفر) و کنترل (۸ نفر) تقسیم شدند. گروه تجربی به مدت ۸ هفته ۳ جلسه در هفته و هر جلسه به مدت ۴۰ دقیقه در کنار درمانهای معمول فیزیوتراپی، برنامه تمرین قدرتی الاستیک در آب را دریافت می کردند. تعادل ایستا و پویای نمونه ها با استفاده از تست ایستادن روی یک پا و راه رفتن زیگزاگ مورد ارزیابی قرار گرفت.

یافته ها: از آزمون t زوجی جهت مقایسه درون گروهی و از آزمون t مستقل جهت مقایسه نتایج بدست آمده از دو گروه با سطح معناداری $p \leq 0.05$ استفاده شد. با توجه به نتایج آزمون t مستقل در پیش آزمون، در میزان تعادل ایستا و پویا، بین دو گروه تمرینی و کنترل تفاوت معنی داری وجود نداشت ($p \geq 0.05$). در پس آزمون در میزان تعادل پویا و ایستا بین دو گروه تمرینی و کنترل تفاوت معنی داری وجود داشت ($p \leq 0.05$).

نتیجه گیری: بنابراین نتایج تحقیق حاضر نشان داد که اضافه نمودن برنامه تمرینات قدرتی با باندهای الاستیک در آب به برنامه های فیزیوتراپی و کاردرمانی بر بهبود تعادل ایستا و پویای کودکان فلج مغزی با توانایی راه رفتن ضعیف تأثیر مثبت و معنی دار دارد.

کلید واژه ها: تمرینات قدرتی الاستیک، فلج مغزی، تعادل، آب درمانی