



تأثیر ۶ هفته ماساژ روسی بر روی شدت درد، افتادن و کیفیت زندگی مردان PTSD ۴۰-۶۰ سال

رضا اسدی^{۱*}، غلامعلی قاسمی^۲

۱. کارشناس ارشد تربیت بدنی (گرایش آسیب شناسی ورزشی و حرکات اصلاحی)، دانشکده تربیت بدنی و علوم ورزشی، دانشگاه خوراسگان، اصفهان، ایران (*نویسنده مسئول).

۲. دکتری تخصصی تربیت بدنی (گرایش آسیب شناسی ورزشی و حرکات اصلاحی)، دانشکده تربیت بدنی و علوم ورزشی دانشگاه اصفهان
*Email: (r.asadi206@yahoo.com)

نوع ارائه مقاله: پوستر

چکیده

زمینه و هدف: هدف اصلی این پژوهش بررسی مطالعه تأثیر ۶ هفته ماساژ روسی بر شدت درد، افتادن و کیفیت زندگی مردان PTSD ۴۰-۶۰ سال بود.

روش کار: ۳۴ مرد بین دامن سنی ۴۰ تا ۶۰ سال مبتلا به PTSD به صورت در دسترس و هدفمند انتخاب، که به صورت تصادفی به دو گروه تجربی (۱۴ نفر با میانگین سن $51/57 \pm 4/71$ سال، قد $171/43 \pm 4/53$ سانتی متر و وزن $76/14 \pm 5/55$) و گروه کنترل (۲۰ نفر با میانگین سن $50/95 \pm 4/70$ سال، قد $172/15 \pm 4/04$ سانتی متر و وزن $75/15 \pm 7/12$ کیلوگرم) تقسیم شدند. قبل و بعد از دوره ماساژ متغیرهای درد، افتادن و کیفیت زندگی آزمودنی ها به ترتیب توسط مقیاس بصری درد مقیاس خطر افتادن (FES-۱) و پرسشنامه کیفیت زندگی SF-۳۶ اندازه گیری شد. آزمودنی های گروه تجربی به مدت ۶ هفته ماساژ روسی را دریافت کردند و در مدت مشابه آزمودنی های گروه کنترل فعالیت های روزمره خود را پیگیری نمودند. جهت تحلیل استنباطی داده ها از روش آماری تحلیل واریانس برای داده های تکراری استفاده شد ($P=0/05$).

یافته ها: نتایج تحقیق حاضر نشان داد که پروتکل ماساژ مورد استفاده در بهبود کیفیت زندگی ($p<0/01$)، کاهش خطر افتادن ($p=0/01$) و درد ($p=0/01$) آزمودنی های گروه تجربی در مقایسه با گروه کنترل نقش مهمی داشت.

نتیجه گیری: بر اساس نتایج پژوهش به نظر می رسد درمانگران با استفاده از روش ماساژ درمانی در کنار سایر درمان های تخصصی بتوانند در بهبود سلامت مردان PTSD اثرگذار باشند.

کلیدواژه ها: اختلال استرس پس از سانحه، کیفیت زندگی، فتادن، درد، ماساژ