

نقش ناحیه آناتومی مچ‌پا و زانو در میزان عدم تقارن در تست‌های عملکردی (هاپینگ) در فوتبالیست‌های نخبه‌جوان ایرانی

مصطفی ورمزیار[۱]، محمدکریمی زاده[۲*]، علی‌سیستار[۳]

۱.دانشجو کارشناسی ارشد آسیب‌شناسی ورزشی و حرکات اصلاحی ،گروه بهداشت و طب ورزشی، دانشکده تربیت بدنی و علوم ورزشی، دانشگاه تهران،ایران

۲..استادیار،گروه بهداشت و طب ورزشی، دانشکده تربیت بدنی و علوم ورزشی، دانشگاه تهران، ایران. (*نویسنده مسئول).

۳. دانشجو کارشناسی ارشد آسیب‌شناسی ورزشی و حرکات اصلاحی ،گروه بهداشت و طب ورزشی، دانشکده تربیت بدنی و علوم ورزشی، دانشگاه تهران،ایران

*Email: m.karimizadeh@ut.ac.ir

چکیده

زمینه و هدف: فوتبال یکی از ورزش‌های پرطرفدار در دنیا و ایران می‌باشد که افراد زیادی را جذب کرده است. اکثر آسیب‌های فوتبال در اندام تحتانی رخ می‌دهد که مچ‌پا و زانو شایع‌ترین ناحیه آناتومیکی می‌باشد.هدف ازپژوهش حاضر پی‌بردن به نقش ناحیه آناتومیکی مچ‌پا و زانو در میزان عدم تقارن در تست‌های عملکردی(هاپینگ) در ورزشکاران فوتبالیست می‌باشیم.

روش کار: ۴۰فوتبالیست در دو گروه۲۰ نفری با آسیب مچ‌پا وزانو با میانگین سن ۱/۷±۱۸/۳ سال،قد ۶/۹±۱۷۷/۴ سانتی‌متر، وزن ۹/۴±۶۷/۶ کیلوگرم شرکت کردند. آسیب‌ها از طریق پرسشنامه فولر و با تایید پزشک و مربی تیم مشخص گردید و از آن‌ها چهار تست عملکردی:(single hop for distance)، (crossover hop for distance)، (triple hop for distance)، (6- m timed hop) گرفته شد و همچنین میزان عدم تقارن مچ‌پا و زانو محاسبه گردید.

یافته ها: نتایج هاپینگ در پای دارای آسیب کمتر از پای بدون آسیب بود همچنین میانگین هاپینگ در افراد دارای آسیب زانو بیشتر از مچ‌پا بود اما فقط در تست crossover hop for distance اختلاف از لحاظ آماری معنی‌دار شد. و همچنین در محاسبه عدم تقارن، افراد دارای آسیب مچ‌پا کمتر از زانو بود.

نتیجه گیری: به نظر می‌رسد مچ‌پا بیشترین نقش را در تست‌های عملکردی دارد و آسیب آن ورزشکارها را بیشتر در تست‌های عملکردی دچار مشکل می‌کند

کلیدواژه ها: فوتبال، تست‌های عملکردی(هاپینگ)، عدم تقارن