

بررسی اثر درمانی آزاد سازی وضعیتی در کاهش درد نقاط ماشه ای در بیماران مبتلا به گردن درد

معصومه محمدپور^۱، منصوره محمدپور^۲، مرضیه محمدپور^۳

مقدمه و هدف: یکی از شایعترین بیماری های سیستم عضلانی اسکلتی گردن درد است که با فعال کردن نقاط ماشه ای در قسمت های مختلف کارایی فرد را تحت تاثیر قرار می دهد با وجود اینکه نیروهای وارد بر گردن کمتر از ناحیه پستی و کمری می باشند اما حرکات گردن از آنها بیشتر است. این نیروها ناشی از وزن سر؛ فعالیت عضلات گردن؛ استرین؛ اسپرین و استرچ لیگامان ها و یا نیروهای خارجی است. همچنین ممکن است نواحی گردن مکانی برای ارجاع دردهای اختلالات غیر عضلانی اسکلتی باشد. پس با توجه به گوناگونی و پیچیدگی مشکلات عملکردی گردن نیازمند به توجه؛ تشخیص های خاص و به کار بردن روشهای مناسب درمان در این زمینه می باشد. این مطالعه جهت بررسی اثر درمانی PRT در کاهش درد نقاط ماشه ای در بیماران مبتلا به گردن درد در مرکز فیزیوتراپی خصوصی شیراز در سال ۱۳۸۷ بود.

روش تحقیق: این مطالعه به صورت کارآزمایی بالینی بر روی ۳۰ نفر با درد گردن در بافت نرم مراجعه کننده به کلینیک های خصوصی فیزیوتراپی شیراز به صورت دوسوکور بدون گروه کنترل در سال ۱۳۸۷ انجام شد. میزان شدت درد نقاط ماشه ای از روش VAS در زمان های قبل و پس از درمان اندازه گیری شد. اعمال روش (آزاد سازی وضعیتی) PRT برای هر بیمار ۳ دقیقه در روز در مدت ۱۰ جلسه درمانی فیزیوتراپی در نظر گرفته شد. در این مطالعه محققین پایبند به اصول اخلاقی هلسینکی بودند. متغیر مورد بررسی سن، جنس و نوع اختلال بوده که با استفاده از پرسشنامه جمع آوری گردید.

نتایج: با توجه به موارد ثبت شده نتایج زیر حاصل شد: از تعداد ۳۰ بیمار مراجعه کننده ۲۱ نفر خانم و ۹ نفر آقا بودند و میانگین سنی آنان ۴۰-۲۰ سال بوده و پس از ۱۰ جلسه درمانی میزان درد نقاط ماشه ای در این بیماران با اعمال روش PRT از ۹ در جلسه اول به ۴-۳ در جلسه دهم رسید.

بحث و نتیجه گیری: با توجه به این بررسی گردن درد در خانمها بر اثر کارهای تکراری در سن بالای ۲۵ سال رو به افزایش است که آموزش صحیح انجام کارها را می طلبد روش PRT در کاهش درد موثر بوده و میتوان از این روش در جهت درمان نقاط ماشه ای استفاده کرد. و بررسی های بیشتر جهت کاهش درد نقاط ماشه ای در دیگر نقاط بدن را می طلبد.

کلمات کلیدی: نقاط ماشه ای، PRT، فیزیوتراپی، گردن درد

۱- دانشجوی کارشناسی ارشد علوم تشریح دانشگاه علوم پزشکی جندی شاپور اهواز

۲- دانشجوی پزشکی دانشگاه علوم پزشکی چهرم

۳- دانشجوی پرستاری، کمیته تحقیقات دانشجویی، دانشگاه علوم پزشکی گناباد