

بررسی مقایسه ویژگیهای ساختاری و فیزیولوژیکی معلولین جسمی ورزشکار با معلولین جسمی غیرورزشکار

محقق: ممسن ثالثی

کارشناس ارشد تربیت بدنی و عضو هیأت علمی دانشگاه شیراز

به دلیل اینکه معلولین مانند سایر انسانها حق حیات دارند و چون اساس ادامه زندگی فعال و بقاء تعالی اقتصادی، سیاسی، علمی و معنوی اجتماعی تحرک و لازمه تحرک انسانها، سلامت اندامهاست، و ورزش یکی از راههای کسب سلامتی و بالا بردن قابلیت‌های جسمانی است و پژوهش حاضر در زمینه ابعاد مختلف فیزیولوژیکی معلولین بوده و سعی شده تا یک سری از خصوصیات ساختاری و فیزیولوژیکی معلولین ضایعه نخاعی را در دو گروه ورزشکار و غیرورزشکار بررسی شده و مشخص گردد که آیا ورزش می‌تواند در بالا بردن تواناییهای جسمانی معلولین ضایعه نخاعی موثر باشد؟

تعداد ۲۱ نفر از معلولین و جانبازان ضایعه نخاعی عضو تیم ملی در رشته‌های دو میدانی (دوها و پرتابها) و وزنه برداری که در اردوی آمادگی تیم ملی برای شرکت در مسابقات استوک مندویل به سر می‌بردند، به طور تصادفی انتخاب شدند. در کنار آنان ۱۹ نفر از معلولین ضایعه نخاعی ساکن در آسایشگاههای تهران به عنوان آزمودنیهای غیرورزشکار برگزیده شدند. روش به کار گرفته شده در این پژوهش، نیمه تجربی یا علی پس از وقوع بود.

اندازه گیریهای زیر به طور یکسان از کلیه آزمودنیها به عمل آمد:

- ۱- اندازه گیری ضربان قلب در حالت استراحت
- ۲- اندازه گیری فشار خون سیستولی و دیاستولی در حالت استراحت
- ۳- اندازه گیری ظرفیتهای ریوی (VC- FVC- FEV1- FEF%25 - 75)
- ۴- اندازه گیری چربی زیر جلدی در چهار نقطه بدن (ناحیه دو سر بازو، سه سر بازو، تحت کتفی، تاج خاصره)
- ۵- اندازه گیری قدرت دستها
- ۶- اندازه گیری قد
- ۷- اندازه گیری وزن

پس جمع آوری اطلاعات و طبقه بندی آنها، داده ها مورد تجزیه و تحلیل قرار گرفتند. روش های آماری بکار گرفته شده شامل: آمار توصیفی (میانگین- انحراف معیار- خطای انحراف معیار) و آمار استنباطی (استفاده از آزمون t).

با عنایت به نتایج بدست آمده، در مجموع می توان عنوان کرد که فعالیتهای ورزشی در کاهش و پیشگیری عوامل تهدید کننده جسمانی که افراد ضایعه نخاعی را به مقدار زیادی تهدید می کند، موثر هستند. در واقع باید گفت که شرکت در فعالیتهای ورزشی کنترل شده در سیستمهای بدن شرایطی را ایجاد می کنند که در نهایت منجر به افزایش کارایی ارگانهای بدن می گردد. لذا همان گونه که نتایج این تحقیق نشان داد و پژوهشهای دیگر نیز این یافته ها را تأیید می کنند، ورزش عاملی است که پس از درمانهای پزشکی مهمترین نقش را در باز توانی و بازگشت به زندگی عادی افراد ضایعه نخاعی دارد که باید جایگاه خاص را در میان پزشکان، فیزیوتراپها و جامعه معلولین و همچنین زنجیره درمانی باز نماید.