

بررسی و تعیین اثرات «تمرینات و تجسم سازی ذهنی» و «ورزش درمانی اندامهای سالم» بر باز یافت قدرت عضلانی اندامهای معلول در بیماران مبتلا به C.V.A در شهرستان سنندج

مسعود حاجی رسولی

کارشناسی ارشد تربیت بدنی

یکی از شایعترین علل مرگ و میر در جوامع صنعتی و شهری ابتلا به C.V.A یا بیماریهای عروق مغزی بوده که بیماران در صورت زنده ماندن دچار معلولیت حرکتی، گفتاری و حسی شده و ضمن صرف هزینه‌های زیاد، از کیفیت زندگی بسیار یائینی برخوردار خواهند شد.

بس از ۶ ماه از ابتلا به C.V.A ضایعات اندامی بصورت تثبیت شده باقیمانده و از نظر علم «نورولوژی» امیدی به بهبود بیشتر وجود ندارد.

پژوهسگر با کمک همکاران طرح در مورد ۲۶ نفر از بیماران را مبتلا به C.V.A در بیمارستان توحید سنندج که ۱۴ نفر بیش از ۶ ماه از ابتلا، بد بیماری آنان سپری شده و بقیه بتازگی مبتلا شده بودند، روش درمانی جدیدی را در کنار خدمات داروئی و درمانی رایج اعمال نمود. بیماران کمتر از ۶ ماه روش نصادفی گروه‌بندی شده و بیماران با بیش از ۶ ماه سابقه بیماری بصورت before - after تحت آزمایش قرار گرفتند. تعدادی از بیماران را علاوه بر دریافت خدمات درمانی رایج، تحت ورزش درمانی نیمه سالم بدن قرار گرفتند و تعدادی دیگر علاوه بر دریافت خدمات درمانی رایج و ورزش درمانی، به «تمرینات ذهنی و تجسم‌سازی» حرکات طبیعی بدن خود پرداخته و بطور مرتب توسط پزشک، همکار از نظر «نیروی عضلانی» سنجش شدند. نتایج توسط همکاران اماری بررسی شد که شواهد حاکی از آن است که میزان بهبود و باز یافت قدرت عضلانی در بیماران بویژه، بیماران با بیش از ۶ ماه سابقه ابتلا، قابل ملاحظه است.

برخی از بیماران بدلیل سکونت در روستا و فصل زمستان نتوانستند بموقع

مراجعه نمایند. اما بیمارانی که سر بنا مراجعه کرده و تحت درمان قرار گرفتند علاوه بر بازیافت مقداری از قدرت عضلانی از دست رفته از نظر سلامت روانی و شادابی و نیز کیفیت بهتر زندگی خانوادگی و اجتماعی وضعیت بهتری دارند. این تحقیق در شرایطی بهتر و با تعداد بیماران واجد شرایط بیشتر و امکانات علمی بهتر می‌تواند در ایجاد روش درمانی جدیدی در بیماران مبتلا به C.V.A و سایر بیمارانی که دچار ضایعه در قسمت قدامی C.N.S شده‌اند مؤثر باشد.

کلید واژه‌ها:

- ۱- تمرینات ذهنی: گرایش دادن بیماران به تفکر و تجسم‌سازی حرکات و رفتار مورد علاقه و خوشایندی که در زمان سلامت و قبل از ابتلا به بیماری بطور مکرر انجام می‌داد و انجام دوباره آن حرکات فعلاً غیر مقدر و جزء اهداف درمانی نهانی است.
- ۲- ورزش درمانی اعضاء سالم: انجام ورزشهای مورد نیاز هر بیمار و بنا به وضعیت جسمانی وی، روی اندامهای سالم.
- ۳- روش سنجش نیروی عضلانی بر مبنای Muscle - force - Grading و از (۱) به معنای فلج کامل تا ۵ نشان دهنده نیروی انقباضی و قدرت عصبی - عضلانی کامل است.