

## مقایسه میزان کلسترول و تری گلیسیرید خون معلولین ضایعه نخاعی ورزشکار و غیر ورزشکار

محقق:

سید احمد سید باقری - (کارشناس ارشد تربیت بدنی، مدرس و رئیس مرکز تربیت معلم شهید چمران تهران)

هدف از انجام این تحقیق، بررسی تأثیر فعالیت های ورزشی منظم بر تغییرات دو عامل خطرزای قلبی - عروقی یعنی کلسترول و تری گلیسیرید خون معلولین ضایعه نخاعی است.

روش تحقیقی که این پژوهش بر اساس آن انجام شده، روش علی - مقایسه ای یا بعد از وقوع می باشد و دلیل آن این است که معلول و علت فرضی آن هر دو در گذشته اتفاق افتاده و محقق به صورت گذشته نگر، این رابطه علی را بوسیله مقایسه دو گروه یکی واجد متغیر پیوسته و دیگری فاقد آن تحت بررسی قرار می دهد.

برای انجام این تحقیق، ۲۸ معلول ضایعه نخاعی (۲۰-۳۴ سال) در دو گروه ورزشکار و غیر ورزشکار به طور تصادفی به ترتیب از جمع ورزشکاران ضایعه نخاعی که فدراسیون مربوطه معرفی نمود و معلولین ضایعه نخاعی دو آسایشگاه شهید هاشمی نژاد و کهریزک انتخاب شدند، نمونه گیری خونی از آنها در حالت ناشتا پس از ۱۲ ساعت بی غذایی انجام شد.

به منظور بررسی، تجزیه و تحلیل و مقایسه داده های جمع آوری شده از برنامه کامپیوتری SPSS جهت ارائه آمار توصیفی، فراوانی ها و در صدها استفاده شد.

## نخستین همایش سراسری جانباز، تربیت بدنی و ... - ۱۰

همچنین به منظور بررسی آزمون فرضیه‌ها و هدف‌های تحقیق و مقایسه میانگین‌ها، به علت آنکه گروهها کاملاً از یکدیگر مستقل بودند، از آزمون T در گروههای مستقل استفاده شد.

یافته‌های آزمایشگاهی در مورد میزان کلسترول، تری گلیسیرید، لیپوپروتئین‌های HDL و LDL با استفاده از نرم افزار SPSS مورد تجربه و تحلیل آماری قرار گرفت. با توجه به مطالب فوق الذکر می‌توان نتیجه گرفت که فعالیت‌ها و ورزش منظم موجب اکسیداسیون بیشتر چربی‌های خون شده و سلامتی آینده معلولین ضایعه نخاعی را در مقابل بیماریهای قلبی - عروقی تضمین می‌نماید.

در خاتمه باید گفت، ورزش به عنوان عاملی که پس از درمانهای پزشکی، مهم‌ترین نقش را در بازتوانی و بازگشت به زندگی عادی معلولین ضایعه نخاعی به عهده دارد و به همین جهت باید مورد عنایت همه مسئولین بالاخص، پزشکان، فیزیوتراپیست‌ها و جامعه معلولین ضایعه نخاعی قرار گیرد.