

تأثير نسبة دعم وزن الجسم على المشي في المرضى المصابين بإصابات الحبل الشوكي غير المكتملة.

الملخص العربي

تعد تمارين تدريب الجري بدعم الوزن إحدى الطرق العلاجية لمساعدة المرضى الذين يعانون من إصابات غير مكتملة في الحبل الشوكي لاستعادة القدرة على المشي مرة أخرى. وقد هدفت هذه الدراسة إلى تقييم النسب المختلفة من التدريب الحركي لدعم وزن الجسم على تعزيز القدرة على المشي للأشخاص الذين يعانون من إصابات غير كاملة في النخاع الشوكي. وقد أجريت هذه الدراسة على عشرين شخصاً مصاباً بشلل نصفي وقد بلغت أعمارهم 32.53 ± 17.93 سنوات وتتراوح أطوالهم 175.71 ± 1.658 سم واوزانهم 71.59 ± 2.442 كجم ومؤشر كتلة الجسم 23.18 ± 0.828 كجم / م². وقد تم تقسيم المرضى عشوائياً إلى عشرة مرضى لتدريب وزن الجسم بنسبة ٣٠٪ (المجموعة أ) وعشرة مرضى آخرين مع تدريب مفرغ وزن الجسم ٤٠٪ (المجموعة ب). كانت المجموعتين تمارس التمارين ساعة واحدة أسبوعياً لمدة شهر واحد ونصف. وكذلك التدريب بوزن الجسم المدعوم لمدة ١٥ دقيقة الاحماء على دراجة ثابتة وتدريبات من وزن الجسم المدعوم مع ٣٠٪ و ٤٠٪ من وزن الجسم لمدة ٤٥ دقيقة وفي النهاية ١٠ دقائق في تباطؤ. وقد كشفت النتائج عن وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين تدريب مفرغ وزن الجسم بنسبة ٣٠٪ وتدريب وزن الجسم بنسبة ٤٠٪ فيما يتعلق بالتغيرات في سرعة المشي وطول الدرج وطول الخطوة ($P < 0.001$) وكذلك الايقاع ($P = 0.009$). الخلاصة: تمارين تدريبات وزن الجسم المدعومة بنسبة ٤٠٪ يمكن أن تزيد من كمية ونوعية المشي في المرضى المصابين بشلل نصفي مقارنة مع تدريبات الجري التي يدعمها وزن الجسم ٣٠٪.

تم النشر في: المجلة المصرية للعلوم العصبية والنفسية وجراحة المخ والاعصاب ٢٠١٩. (٤٠-٥٥)