بررسی اثر دوره آموزش نظامی پایه بر درد زانو و انعطاف‌پذیری عضلات پیرامون آن

فريد رضایی‌پور *، م.د.، کامران آزمای *، م.د.، سیداحمد رضایی‌پور **، م.س.، علیرضا شمشیدی ***، م.د. و ایمان ناصح ***

آدرس مکاتبه: *دانشگاه علوم پزشکی اراک - مرکز تحقیقات طبی پزشکی وتربیت‌پذیری - اراک - ایران
**دانشگاه علوم پزشکی مشهد - گروه دومانداری - مشهد - ایران
***دانشگاه علوم پزشکی اراک - کارشناسی ارشد کاردیولوژی

تاريخ اولین مقاله اصلاح: 1385/11/1 - تاريخ دوباره مقاله: 1386/1/1

خلاصه

مقدمه: درد زانو یکی از مشکلات رایج در مردان بوده و این هم موجب تغییرات در کاربرد و عملکرد افراد می‌شود. کاربرد عضلات ادامه‌دار تحمل (به وسیله گوناگون) در ۲ مرحله قبل و بعد از دوره آموزش نظامی سه ماهه مورد ارزیابی قرار گرفت.

مواد و روش کار: درک مطالعه کارآزمایی خودکنل شونده، ۱۱۰ نفر از سربازان پایگان ۴-آوین در که

شکایتی از درد زانو مشکلات زانو تداوم دارند. مورد بررسی قرار گرفتند. روش مطالعه گروهی بود. برای تصویب ساده بود.

در مطالعه مشاهدات دموگرافیک و متغیرهای از قبیل اختلالات سخت‌تا مفصل، یافته‌های معنی‌ناپذیری بالینی زانو و همچنین روابط دامنه حرکت‌های بخصوص معنی‌ناپذیر بوده در طی دوره آموزشی سه ماهه جهت سنجش میزان انعطاف‌پذیری عضلات ادامه‌دار تحمل (به وسیله گوناگون) در ۲ مرحله قبل و بعد از دوره آموزشی به ماه مورد ارزیابی قرار گرفت.

نتایج: تا پایان دوره آموزشی ۲۰ نفر (۲۰%) دچار درد زانو شدند. در معاینات پایان دوره فراوانی تست شرکت شد. در مطالعه گروهی دچار درد زانو بودند.

۲۶ نفر (۲۴%) رسید (۲۵) ویل پایه‌های ساز است تا نمایش داده‌نکرد از میان سربازان که در طی دوره آموزشی دچار درد زانو شدند و ۱۱ نفر (۵۵%) زنوزور، ۵ نفر (۲۵٪) کالکتیوگالوگوم و ۴ نفر (۷٪) خاصی فک یا داشتن که در مقایسه با کل افراد دوره مطالعه در مود فراوانی زنوزور و کالکتیوگالوگوم اختلاف معنی‌دار (۵٪) و در مورد صافی کف یا اختلاف از نظر آماری بی‌معنی بود. در طی ۳ ماه دوره آموزشی انعطاف‌پذیری عضلات چهار سر رانی ۵/۷۷±۲/۴ درصد، خفه ساق ۷/۶±۲/۴ درصد، و ادکلن‌های رانی ۵/۵±۲/۴ درصد افزایش یافت (۵/۵±۲/۴ درصد افزایش یافت (۵٪)).

بحث و توصیه گیری: کلاه‌های عضلات و قد و انعطاف‌پذیری مسئول از شیوع بالای درد زانو در میان سربازان بود. در این بحث و توصیه گیری، کلاه‌های عضلات و قد و انعطاف‌پذیری مسئول از شیوع بالای درد زانو در میان سربازان بود. در این بحث و توصیه گیری، کلاه‌های عضلات و قد و انعطاف‌پذیری مسئول از شیوع بالای درد زانو در میان سربازان بود. در این بحث و توصیه گیری، کلاه‌های عضلات و قد و انعطاف‌پذیری مسئول از شیوع بالای درد زانو در میان سربازان بود.
قدمه
در زمان یکی از شایع‌ترین شکایاتی این است که باعث مراهجه بیماران بزرگ می‌شود. در انتظار اموزش‌های بیولوژیکی، افراد به مدت زیادی در جمعیت عمومی تزریق می‌شوند. به عنوان تحقیق، شیوه در جمعیت زندگی و در انتظار آزمایش بر اساس فیزیکی این [20]. شیوه آزمایش بر اساس فیزیکی این [20]. شیوه نتیجه گرفته شده است که از سه امکان مناسب به میزان زیادی، کمترین و همچنین کمترین نگرش گزارش‌های نتیجه گرفته شده است که از سه امکان مناسب به میزان زیادی، کمترین و همچنین کمترین نگرش گزارش‌های نتیجه گرفته شده است که از سه امکان مناسب به میزان زیادی، کمترین و همچنین کمترین نگرش گزارش‌های نتیجه گرفته شده است که از سه امکان مناسب به میزان زیادی، کمترین و همچنین کمترین نگرش گزارش‌های نتیجه گرفته شده است که از سه امکان مناسب به میزان زیادی، کمترین و همچنین کمترین نگرش گزارش‌های نتیجه گرفته شده است که از سه امکان مناسب به میزان زیادی، کمترین و همچنین کمترین نگرش گزارش‌های نتیجه گرفته شده است که از سه امکان مناسب به میزان زیادی، کمترین و همچنین کمترین نگرش گزارش‌های نتیجه گرفته شده است که از سه امکان مناسب به میزان زیادی، کمترین و همچنین کمترین نگرش گزارش‌های نتیجه گرفته شده است که از سه امکان مناسب به میزان زیادی، کمترین و همچنین کمترین نگرش گزارش‌های نتیجه گرفته شده است که از سه امکان مناسب به میزان زیادی، کمترین و همچنین کمترین نگرش گزارش‌های نتیجه گرفته شده است که از سه امکان مناسب به میزان زیادی، کمترین و همچنین کمترین نگرش گزارش‌های نتیجه گرفته شده است که از سه امکان مناسب به میزان زیادی، کمترین و همچنین کمترین نگرش گزارش‌های نتیجه گرفته شده است که از سه امکان مناسب به میزان زیادی، کمترین و همچنین کمترین نگرش گزارش‌های نتیجه گرفته شده است که از سه امکان مناسب به میزان زیادی، کمترین و همچنین کمترین نگرش گزارش‌های نتیجه گرفته شده است که از سه امکان مناسب به میزان زیادی، کمترین و همچنین کمترین نگش
ماده و روش کار
طی یک مطالعه کار آزمایش خون‌کشتن شونده، 100 نفر از سربازان وظیفه‌گر گردان 13، گروه 2 یا 3- 3 مورد به سه‌گروه پایه‌ریزی شدند (مورد سرباز قرار گرفتند). روش تیم‌هایی به صورت تصادفی ساده به افراد مورد مطالعه قبل از شروع دوره آموزشی (4/18) مورد ارزیابی بالینی کامل قرار گرفتند. در طول دوره آموزشی سه ماهه کلیه بیماران با شکایت‌های صرعی ادامه تکرار توسط پزشک پادگان خاصیت قرار گرفتند. سربازان مورد مطالعه مجدداً پیش از پایان دوره آموزشی (4/18) مورد ارزیابی بالینی کامل هستن همانند قبل از آن قرار گرفتند.

در این مطالعه منجر به قبیل مشخصات دمکراسی احتمال، اختلالات ساختاری مکانیکی (کلریاهان، آماده، زندوکالگوم، کلاکاتوکالگوم، کلاکاتوکالگوم، صافی کف با و ...) و قدرت عضلات پایه‌ریزی زانو (بر اساس ارزیابی دست عضلات بررسی شدند. همچنین یافته‌های معاینات بالینی زانو (نتایج کاملاً، تست کمک‌های ثابت و نسبت- وزن بودن دارم مختصات دمکراسیی می‌باشد.) تست شرافت و تست مک مادری و نسبت به مورد خاصیت پایه‌ریزی عمومی مکانیکی تحتانی جهت سنجش مناسب امکان‌پذیری عضلات ادامه‌ای تحتانی (به وسیله کاندر) بر تمرکز قبل و بعد از دوره آموزشی مورد ارزیابی هستند. واکنش تا باسن و با وجود بخش‌های مثبت را به علت نمایش

نتایج

در افراد مورد مطالعه میانگین سنی 33±5 تا 64 سنال، میانگین وزن 67±6 کیلوگرم، میانگین قد 171±6/3/5/6/3/6/3/6/3 کیلوگرم رقی رصد شده. بیش از 90% از نتایج قابل قبول است و قابل توجه بود.

در 100 سرباز موجود مورد که در بدо آموزش سربازی از درد زانو شکایت داشتند، فراوانی زندوکالگوم 21 نفر (27%) (صفحه 18) که 18 نفر (27%) کلاکاتوکالگوم 8 نفر (27%) (صفحه 18) نباید یاری خشن. فراوانی تست کاملاً 7 نفر (27%) فراوانی تست آنتروپ داور معیت به پای راست 1 نفر (1%) و در پای 2 نفر (24%) تست شرافت معیت 13 نفر (24%) و فراوانی تیم‌های میانگین عضلات خلف صرح مورد. برای اندازه‌گیری میزان اندازه‌پذیری عضلات خلف
<table>
<thead>
<tr>
<th>P value*</th>
<th>درجه تغییرات انعطاف‌پذیری ناپیوسته (MI)</th>
<th>درجه انعطاف‌پذیری ناپیوسته (MI)</th>
<th>چهار سر زانو</th>
<th>همسترینگ ها</th>
<th>خلق ساق</th>
<th>لاتئوکرهای ران</th>
<th>برای مقایسه انعطاف‌پذیری هر عضله در ابتدا و انتهای مطالعه Wilcoxon تست*</th>
<th>برای مقایسه انعطاف‌پذیری هر عضله در ابتدا و انتهای مطالعه ANOVA تست**</th>
</tr>
</thead>
<tbody>
<tr>
<td>&lt; 0.05</td>
<td>0.08 ± 0.79</td>
<td>0.14 ± 0.12</td>
<td>125/52</td>
<td>135/53</td>
<td>155/76</td>
<td>25/25</td>
<td>50/25</td>
<td>45/25</td>
</tr>
<tr>
<td>&gt; 0.05</td>
<td>0.19 ± 0.25</td>
<td>0.24 ± 0.25</td>
<td>149/72</td>
<td>186/37</td>
<td>172/35</td>
<td>217/36</td>
<td>58/08</td>
<td>39/26</td>
</tr>
</tbody>
</table>

* در معاونی یپاون دوره فراوانی تست شرکت می‌شود به 36 نفر (26%) ردیس (5/0) و فراوانی پاتن‌های سایر تست‌های بالینی تعیین می‌شود. 

** تایپان دوره آموزشی 20 گروه (50%) در گروه مبتنی زانو شدند. این تعداد 20 نفر در اینجوع مد沐浴 می‌باشد. زانو بودن که ناشی از پارکی لیگامت مسیلی قلمی بوده 18 نفر نیز علامت کندروالاسی کشک داشته که در مقایسه با فراوانی پاتن‌های به نفع کندروالاسی کشک داشته در اینگروه دوره آموزشی، تعیین منی‌دار بود (5/0). برای مشخصات اولیه سرپرستی در طی دوره آموزشی دچار در زانو شده بودند 11 نفر (55%) زنی‌تلوپ و 4 نفر (22%) صافی کشک داشته که در مقایسه با کل افراد دوره مطالعه و مردی هر فراوانی زنی‌تلوپ و کلاستوکوهوم تفاوت منی‌دار (5/0) دارند و در مردی فراوانی صافی کف به نظر می‌آید در 5/0 است. 

انعطاف‌پذیری عضلات اندازه‌ای تحت تأثیر در 3 مرحله قبل و بعد از دوره آموزشی به وسیله کوئانتیت انتخاب کرده شد در مقایسه میانگین درصد انعطاف‌پذیری عضلات در مرحله افتراشی انعطاف‌پذیری عضلات اندازه‌ای تحت تأثیر (5/0/0) می‌باشد. 

(جدول 1). 

بحث

در مطالعه ما بروز پارکی لیگامان صنیعی قدامی 2 درصد بود. در مطالعه و همکاران این میزان در نظامی امپیریکی Owens مورد در 1000 نفر در سال بیمار موارد پارکی ناکام و 719 مورد در 1000 نفر در سال بیمار موارد پارکی کامی بود [11].


