

چکیده

مقدمه: استئوآرتريت یک بیماری مفصلی است که به آهستگی پیشرفت کرده و یک یا گاهی اوقات چند مفصل را درگیر نموده و موجب محدود شدن حرکت مفصل، درد و در نهایت ناتوانی می‌شود. اقدامات درمانی و حمایتی مختلفی برای این بیماری به کار می‌رود. این مطالعه با هدف تعیین تاثیر زانو درمانی بر درد استئوآرتريت زانو و عملکرد روزانه سالمندان انجام شد.

روش کار: در این کار آزمایی بالینی شاهد دار 70 بیمار 60-74 ساله مبتلا به استئوآرتريت با توجه به معیارهای ورود به مطالعه با استفاده از نمونه گیری هدفمند وارد مطالعه و با استفاده از بلوک های تصادفی (4 تایی) طبقه ای در دو گروه مداخله و گروه کنترل قرار گرفتند. جهت گروه مداخله علاوه بر درمان روتین، یک جلسه 30 دقیقه ای زانو درمانی با استفاده از 6 تا 8 زانو در محیط کلینیک طب سنتی انجام شد. گروه کنترل هیچ گونه مداخله ای از جانب محقق دریافت نکردند. در تمامی گروه ها عملکرد روزانه، شدت درد و سفتی مفصل با استفاده از پرسشنامه¹ womac در بدو ورود به مطالعه، روز هفتم، روز چهاردهم و روز بیست و هشتم بعد از ورود به مطالعه بررسی شد. جهت تحلیل داده ها از نرم افزار spss نسخه 21 و آزمون های آماری آنالیز واریانس یک طرفه، تحلیل واریانس اندازه های تکراری و کای دو استفاده شد و نتایج در سطح معنی داری 0/05 گزارش شد.

یافته ها: نتایج نشان داد که میانگین نمره خشکی مفصل، عملکرد و درد بیماران دو گروه قبل از مداخله تفاوت معنی داری وجود نداشت ($P = 0/94$)؛ اما بعد از مداخله بین تغییرات میانگین تمامی متغیرهای مورد بررسی دو گروه در طول زمان تفاوت معنی داری وجود داشت ($P < 0/001$) به طوری که در روز هفتم کاهش معنی داری در میانگین تمامی متغیرهای مورد بررسی در بیماران گروه مداخله در مقایسه با گروه کنترل وجود داشت ($P < 0/001$) و از این زمان به بعد افزایش معنی داری در میانگین نمرات تمامی متغیرهای مورد بررسی در بیماران گروه مداخله در مقایسه با گروه کنترل که تغییرات نمره آنها به طور یکنواخت ثابت بود، وجود داشت ($P < 0/05$).

نتیجه گیری: براساس یافته های این مطالعه، استفاده از زانو درمانی به منزله روش درمانی برای بهبود کوتاه مدت خشکی مفصل، درد و عملکرد بیماران مبتلا به استئوآرتريت خفیف تا متوسط پیشنهاد می‌شود؛ لذا با توجه به ارزان و در دسترس بودن این درمان با فراهم کردن شواهد مستند علمی همچون این مطالعه، می‌توان این روش های درمان را به سالمندان پیشنهاد داد.

کلید واژه ها: سالمندی، زانو درمانی، استئوآرتريت، درد، عملکرد روزانه
