

تأثير استخدام تدريبات الجزء المركزي على مستوى الكفاءة الوظيفية
لدى المصابين بالانزلاق الغضروفي القطني
م.د/ اشرف عبد السلام العباسي
مدرس بقسم علوم الصحة الرياضية- كلية التربية الرياضية- جامعة بنى سويف

يهدف البحث الى التعرف على تأثير استخدام تدريبات الجزء المركزي على مستوى الكفاءة الوظيفية لدى المصابين بالانزلاق الغضروفي القطني واستخدم الباحث المنهج التجريبي بتصميم القياس القبلي البعدي للمجموعتين احدهما تجريبية والاخرى ضابطة وذلك نظرا لطبيعة البحث وتحقيقا لأهداف وفروضه وتم اختيار مجتمع البحث من المصابين بالانزلاق الغضروفي القطني من الدرجة الثانية بمحافظة الفيوم والمتكردين على مركز النخبة للطب الطبيعي والتأهيل بمحافظة الفيوم وتتراوح أعمارهن من (40-55) سنة حيث بلغ مجتمع البحث (24) مصاب تم تقسيمهم الى مجموعتين بالتساوي قوام كل مجموعة (10) مصابين بالإضافة الى (8) مصابين للدراسة الاستطلاعية للبحث وكانت من اهم النتائج انه ادى البرنامج المقترح باستخدام تدريبات الجزء المركزي الى خفض مؤشر الالم وتحسين مستوى القوة العضلية والمرونة لدى المصابين بالانزلاق الغضروفي القطني.