



پياده روي موجب افزايش توانايي بيماران قلبي مي‌شود

نتايج تحقيقات اخير نشان مي‌دهد: فعاليتهاي ورزشي به عنوان يك روش درماني در بيماران مبتلا به نارسايي قلبي موثر است...

نتايج تحقيقات اخير نشان مي‌دهد: فعاليتهاي ورزشي به عنوان يك روش درماني در بيماران مبتلا به نارسايي قلبي موثر است.

تنگي نفس و خستگي در نارسايي قلبي، باعث اختلال در كيفيت زندگي و توانايي عملكرد اين بيماران مي‌شود. اين بررسي به منظور تعيين تاثير برنامه ورزشي پياده‌روي خانگي بر كيفيت زندگي بيماران قلبي توسط علي عباسي، عضو هيات علمي كارشناسي ارشد پرستاري دانشكده پرستاري مامايمي گرگان انجام شده است.

در اين پژوهش 60 بيمار بستري مبتلا به نارسايي قلبي كلاس II و III در بيمارستان‌هاي دانشگاه علوم پزشكي اهواز در دو گروه مورد و شاهد همراه با ارائه برنامه ورزشي پياده‌روي سه بار در هفته تا هشت هفته مورد مطالعه قرارگرفتند.

در ابتدا و انتهاي مداخله نيز چك ليست كيفيت زندگي مينه‌سوتا براي تعيين كيفيت زندگي به بيماران داده و تست پياده روي شش دقيقه‌يي جهت تعيين توانايي عملكردي بيماران در ابتدا و انتهاي مداخله در دو گروه انجام شد.

نتايج بررسي حاكي از وجود اختلاف قابل توجهي بين ميانگين مسافت طی شده در 6 MWT در ابتدا و انتهاي مداخله در بيماران گروه آزمون بود و نيز تفاوت قابل توجهي ميان نمرات كيفيت زندگي، در ابتدا و انتهاي مداخله در گروه آزمون ديده شد. همچنين بين مدت زمان ورزش هفته‌هاي اول، چهارم و هشتم تفاوت معني‌داري وجود داشت.

يافته هاي نهايي اين بررسي نشان مي دهد فعاليتهاي ورزشي پياده‌روي مي‌تواند به عنوان يك روش درماني در بيماران مبتلا به نارسايي قلبي به كار رود، زيرا باعث كيفيت زندگي و نيز توانايي عملكردي و ظرفيت ورزشي بيماران مي شود.

خلاصه اين مقاله در مجله دانشگاه علوم پزشكي گرگان به چاپ رسیده است.