

بررسی تاثیر کفی ها در درمان کمر درد: یک مطالعه مروری

رستم ابراهیم زاده^۲

سابقه و هدف: کمر درد یکی از اختلالات شایعی است که مردم از آن رنج می برند، و مراقبت های درمانی زیادی را می طلبد. مشکلاتی مانند ناتوانی و محدودیت حرکتی ایجاد می کند. دارای دو نوع حاد که حدود دو هفته طول می کشد و مزمن که حدود ۱۰٪ افراد دچار حاد وارد آن می شوند هست. ۸۵٪ از موارد منشا نا مشخصی دارند، و نیز بازگشت درد پس از دوره درمان از نکات قابل توجه است.

روش های درمانی شامل دارو درمانی و استراحت و ورزش پشتی، درمان با دست^۳ و ارتزها

درمان ارتزی یکی از روش های درمانی در این زمینه است و استفاده از کفی یکی از انواع آن است که در اصلاح وضعیت اندام پایینی و توزیع وزن صحیح در کف پا و برای بهبودی اختلالات عضلانی-استخوانی می توان از آن استفاده کرد و درد را کاست. البته جنبه درمانی روانی را نباید نادیده گرفت. در این مطالعه تاثیر کفی ها در روند درمان کمر درد را بررسی کردیم.

روش: در این مقاله که به روش مطالعه مروری انجام شد، از ۲۴ مقاله لاتین که به روش جست و جو با کلید واژه های low back pain و insole، orthose یافت شد، ۸ تایی آن برای کار ما انتخاب گردیدند.

یافته ها: از ۸ مقاله بررسی شده ۲ تایی آن بی تاثیری کفی را در کاهش درد بیان نمودند و ۶ تایی دیگر بهبودی علایم را اعلام کردند.

نتیجه گیری: با توجه به مطالعه ما استفاده از کفی ها یکی از روش های درمانی درد پشتی است. که در صورت ساخت و استفاده صحیح با تاثیر گذاری روی ساختارهای عضلانی-استخوانی اصلاح وضعیت ناصحیح اندام پایینی و توزیع مناسب وزن در کف پا علایم درد را کاهش می دهد. همچنین از نظر تاثیر روانی در درمان بیمار و تشخیص درمانگر موثر است. البته در مورد اثرگذاری جنس کفی ها و یا دو نوع پیش ساخته و دست ساز در درمان درد پشتی تعداد مطالعات اندک^۴ است.

واژگان کلیدی: low back pain-insole-orthose

^۱ Low back pain

^۲ موسسه آموزش عالی هلال ایران

رشته ارتز پروتز

پوشهر سعدآباد-خیابان شهدا-کوچه شهید مشایخ-پلاک ۷۲

۰۹۳۷۳۷۵۳۸۹۰-too_1372@yahoo.com

^۳ manipulation.

^۴ Comparson of plantar pressure and muscloskeletal symptoms with the use of custom and prefabricated isole in the work environment-josiane almeida.guaracy cararlho filho.carlos m pastre.carlos r padovani.rodrigo martines-2008