

عنوان مقاله:

آسیب های سیستم اعصاب محیطی متعاقب تمرینات وزنه برداری؛ گزارش کوتاه

محل انتشار:

نخستین همایش ملی دستاوردهای جدید علمی در توسعه ورزش و تربیت بدنی (سال: 1390)

تعداد صفحات اصل مقاله: 5

نویسندگان:

حسن کردی - دانشجوی دکتری تخصصی دانشگاه آزاد اسلامی واحد علوم و تحقیقات تهران

سعید علیزاده - دانشگاه علوم پزشکی گلستان

یوکابد حبیبی - مدرس دانشگاه آزاد اسلامی واحد گمیشان

خلاصه مقاله:

وزنه برداری و سایر اشکال رشته های تمرین با وزنه در حال افزایش هستند، لذا آمار آسیب های ناشی از این نوع تمرینات نیز در حال افزایش است. به طور کلی گفته می شود؛ وزنه برداری خطرناک تر از سایر اشکال تمرین با وزنه است، به خاطر اینکه یک وزنه بردار حداکثر وزنه ممکنه را در دو حرکت یکضرب و دوضرب بالای سر خود می برد. آسیب ها در این رشته می توانند به دو دسته کلی آسیب های عضلانی اسکلتی و آسیب های دستگاه -عصبی تقسیم بندی شوند. بیشتر آسیب های عصبی مشاهده شده در وزنه برداران، مربوط به سیستم اعصاب محیطی هستند، اما دسته ای از آسیب های مربوط به سیستم اعصاب مرکزی نیز در وزنه برداران مشاهده شده است. از جمله آسیب های گزارش شده در مطالعات قبلی عبارتند از؛ فشردگی عصب مدیان، فشردگی عصب اولنار، آسیب عصب پوستی عضلانی، سندرم چرخاننده داخلی، آسیب عصب فوق کتفی و آسیب عصب سینه ای میانی، سندرم شریان قدامی نخاعی. گفته می شود این آسیب ها در وزنه برداران می تواند به دلیل بلند کردن وزنه های سنگین یا به عبارتی ماهیت این ورزش و برنامه های تمرینی سنگین آن به وجود آید.

کلمات کلیدی:

آسیب های عصبی، وزنه برداران، دستگاه عصبی محیطی

لینک ثابت مقاله در پایگاه سیویلیکا:

<https://civilica.com/doc/167665>

