

## عنوان مقاله:

تأثیر ارتفاع پاشنه ی کفش بر روی ثبات وضعیتی ایستا و پویا در زنان جوان سالم

## محل انتشار:

مجله دانشکده بهداشت و انستیتو تحقیقات بهداشتی، دوره 9، شماره 1 (سال: 1390)

تعداد صفحات اصل مقاله: 12

## نویسندگان:

آویشا نوروزی لرکی - کارشناس ارشد، شعبه بین الملل دانشگاه علوم پزشکی شهید بهشتی

مینو خلخالی زاویه - دانشکده علوم توانبخشی، دانشگاه علوم پزشکی شهید بهشتی

عباس رحیمی - دانشکده علوم توانبخشی، دانشگاه علوم پزشکی شهید بهشتی

صدیقه سادات نعیمی - دانشکده علوم توانبخشی، دانشگاه علوم پزشکی شهید بهشتی

سید مهدی طباطبایی - دانشکده علوم توانبخشی، دانشگاه علوم پزشکی شهید بهشتی

## خلاصه مقاله:

زمینه و هدف: پوشیدن کفش های پاشنه بلند ارتفاع مرکز ثقل را بیشتر کرده و خط ثقل بدن نیز از مرکز سطح اتکا دور می گردد؛ لذا می توان گفت تعادل بدن در معرض خطر قرار خواهد گرفت. در این پژوهش اثر چند ارتفاع پاشنه ی کفش بر روی ثبات ایستا و پویا در افراد جوان مورد بررسی قرار گرفته است. روش کار: در این مطالعه شبه تجربی به روش اندازه گیری مکرر، در ۳۶ دختر سالم شاخص های ثبات پویا به وسیله دستگاه ثبات سنج بایودکس و ثبات ایستا به وسیله آزمون Clinical Test of Sensory Interaction and Balance تغییر یافته ارزیابی شد. اندازه گیری ها به طور تصادفی در چهار وضعیت پابرنه و پوشیدن کفش های پاشنه ۳، ۵ و ۷ سانتیمتری انجام گرفت. نتایج: میانگین شاخص ثبات ایستا در حالت های مختلف آزمون در مقایسه هر سه وضعیت کفشی با وضعیت پابرنه تفاوت معنی دار آماری داشت و در حالتهای چشم بسته پاشنه ۷ سانتی ناپایداری بود. از نظر ثبات پویا نیز پاشنه ۷ سانتیمتری ناپایداری در بین وضعیت های آزمون بود. نتیجه گیری: نتایج این مطالعه افزایش بی ثباتی با بالارفتن ارتفاع پاشنه را مورد تایید قرار می دهد. در مجموع می توان پاشنه ۳ سانتیمتری را به عنوان پاشنه ی بهینه از نظر ثبات در هر دو شرایط ایستا و پویا معرفی نمود.

## کلمات کلیدی:

,Static stability, Dynamic stability, Shoe heel, Young women, Repeated measures  
وضعیت، ثبات ایستا، ثبات پویا، پاشنه ی کفش، زنان جوان، اندازه گیری مکرر

## لینک ثابت مقاله در پایگاه سیویلیکا:

<https://civilica.com/doc/1718650>

