

## مقایسه سندروم متقاطع فوقانی در افراد کم بینا و کم شنوا با همتایان عادی

چیمین علیارنژاد<sup>۱\*</sup>، حسن دانشمندی<sup>۲</sup>، نادر سمایی<sup>۳</sup>

۱. کارشناس ارشد آسیب شناسی ورزشی و حرکات اصلاحی، دانشکده تربیت بدنی و علوم ورزشی، دانشگاه گیلان
۲. استاد آسیب شناسی ورزشی و حرکات اصلاحی، دانشکده تربیت بدنی و علوم ورزشی، دانشگاه گیلان
۳. استادیار آسیب شناسی ورزشی و حرکات اصلاحی، دانشکده تربیت بدنی و علوم ورزشی، دانشگاه گیلان

تاریخ دریافت مقاله: ۱۳۹۶/۱۲/۱۲

تاریخ پذیرش مقاله: ۱۳۹۷/۱/۲۰

### چکیده

سندروم متقاطع فوقانی به عنوان یک ناهنجاری پاسچرال با فعالیت بیش از حد عضلات سینه‌ای و عضلات دوزنقه‌ای فوقانی شناخته می‌شود. هدف از این مطالعه بررسی سندروم متقاطع فوقانی در دانش‌آموزان کم بینا، کم شنوا و عادی است. این مطالعه توصیفی تحلیلی روی ۳۰ پسر کم بینا، ۳۰ پسر کم شنوا و ۳۰ پسر عادی با میانگین و انحراف استاندارد سنی  $11.76 \pm 2.89$  سال، وزن  $52 \pm 29.47$  کیلوگرم، قد  $135.15 \pm 13.13$  سانتی‌متر انجام شد. ارزیابی ناهنجاری سر به جلو و شانه گرد از نمای جانبی وضعیت سر و شانه و ارزیابی کایفوز با خط کش منعطف ( $r=0.91$ ) انجام شد. تجزیه و تحلیل آماری با استفاده از آنالیز واریانس یکطرفه (ANOVA) و آزمون تعقیبی شفه در سطح معناداری ( $p \leq 0.05$ ) انجام شد. نتایج نشان داد زاویه سر به جلو کم بینایان بیش تر از گروه کم شنوایان و عادی بود ( $p=0.001$ ). زاویه شانه گرد و کایفوز در کم بینایان بیش تر از کم شنوایان و گروه سالم بود ( $p=0.001$ ). نارسایی بینایی و شنوایی می‌تواند با ناهنجاری‌های وضعیتی مرتبط باشد. نتایج نشان داد سر به جلو، شانه گرد و کایفوز منجر به سندروم متقاطع فوقانی می‌شود و لازم است به آن توجه شود؛ بنابراین، به مربیان و متخصصان ورزشی توصیه می‌شود برای بهبود وضعیت بدنی این افراد برنامه‌های آموزشی پیشگیرانه و نیز تجویز برنامه حرکتی اصلاحی را برنامه‌ریزی نمایند.

کلیدواژه‌ها: سندروم متقاطع فوقانی، کم بینایان، کم شنوایان.

### The comparison of upper cross syndrome in children with visual and hearing impairments with normal counterparts

Alyarnezhad, Ch<sup>2</sup>., Daneshmandi, H<sup>3</sup>., Samami, N<sup>4</sup>.,

1. Master of Science, Sport Injuries and Corrective Exercises, Faculty of Physical Education and Sport Sciences, Guilan University, Iran
2. Full Professor, Sport Injuries and Corrective Exercises, Faculty of Physical Education and Sport Sciences, Guilan University, Iran
3. Assistant Professor, Sport Injuries and Corrective Exercises, Faculty of Physical Education and Sport Sciences, Guilan University, Iran

### Abstract

The upper cross syndrome is a postural abnormality with excessive activity of the muscles on the chest and upper trapezius muscles. In this study, upper cross syndrome in hearing impairment, vision impairment, and normal students is investigated. This descriptive-analytic study was performed on 30 poor vision boys, 30 poor hearing boys and 30 normal boys with mean age  $11.76 \pm 2.89$  years and their height was  $135.15 \pm 13.13$  cm, weight:  $52 \pm 29.47$  kg. Photos of each person were examined in sagittal planes for head and shoulder deviation. Flexible ruler ( $r=0.91$ ) was used for the assessment of kyphosis. One-way ANOVA and scheffe post hoc test was used to compare groups by using SPSS (version 20) software (detection limit  $p \leq 0.05$ ). Data analysis showed a significant difference between members of groups in case of forward head, rounded shoulder and kyphosis. Visual and hearing impairment is due to position abnormalities. Preventing and improving of the position forward head, rounded shoulder, and kyphosis lead to an abnormality postural position which is called the upper cross syndrome and it is conceivable with design and implementation of corrective exercises.

**Keywords:** Upper Cross Syndrome, Visual Impairment, Hearing Impairment.

\*. ch.alyarnezhad@yahoo.com

## مقدمه

یکی از مهم‌ترین شاخص‌های سلامت عمومی، برخورداری از ساختار قامتی مناسب به عبارتی وضعیت بدنی مطلوب است، که در زندگی انسان از اهمیت خاصی برخوردار است و تغییرات مثبت و منفی آن ممکن است بر دیگر ابعاد زندگی انسان اثرگذار باشد (۱). هنگامی که راستای بدنی به‌طور مطلوب شکل می‌گیرد، ساختمان اسکلتی-عضلانی نیز از شرایط متعادل خوبی برخوردار خواهد بود، بنابراین چنین وضعیتی کمتر مستعد آسیب و بدشکلی‌های اسکلتی است (۲). انحراف از وضعیت دلخواه قامتی نه فقط از لحاظ ظاهری ناخوشایند است، بلکه بر کارایی عضلات تأثیر منفی گذاشته و منجر به افزایش مصرف انرژی و مهم‌تر این‌که فرد را مستعد آسیب‌های عضلانی-اسکلتی (۳) و بروز ناهنجاری‌های وضعیتی می‌کند (۲). یکی از مهمترین اختلالات عضلانی اسکلتی، بروز تغییر شکل‌های پاسچرال یا وضعیتی در ستون فقرات و بخش فوقانی تنه است (۴). براساس یافته‌های تئوریک ارتباط متقابلی میان ناهنجاری‌های وضعیتی مختلف، در ناحیه یک‌چهارم فوقانی بدن وجود دارد به‌طوری که بروز ناهنجاری سر به جلو و شانه به جلو<sup>۱</sup>، تمایل مهره‌های ستون فقرات سینه‌ای به فلکشن را افزایش داده و موجب ایجاد ناهنجاری کایفوز شده (۵) و این ناهنجاری‌ها منجر به تغییر کلی الگوی بدن در یک‌چهارم فوقانی می‌شود (۶). جاندا از این پدیده با عنوان سندرم متقاطع فوقانی<sup>۲</sup> نام برده است (۷). دلیل اولیه و اصلی سندروم متقاطع فوقانی تکرار و حفظ پاسچر نامناسب بدنی برای مدت زمان طولانی و اعمال فشار مزمن به ناحیه فوقانی بدن است (۸). افراد با آسیب بینایی و شنوایی برای جبران آسیبی که دارند برخی وضعیت‌های نادرست را در بدن خود اتخاذ می‌کنند که با گذر زمان ممکن است موجب ناهنجاری و اختلال شود (۳). مطابق آماری که از سوی سازمان بهداشت جهانی (WHO)<sup>۳</sup> منتشر شده است به‌طور کلی ۲۸۵ میلیون نفر در سراسر دنیا دچار آسیب بینایی هستند (۹). یک تخمین کلی از تعداد افراد با اختلال بینایی نشان می‌دهد که تقریباً ۱/۰ از جمعیت سن صفر تا ۱۴ سال حداقل سطح متوسطی از اختلال بینایی دارند (۱۰). ناشنوایی نیز نوعی اختلال حسی عصبی است که بیش از ۱۲۰ میلیون نفر در سراسر دنیا از آن رنج می‌برند (۱۱). در بیش‌تر موارد، این افراد از حواس جایگزین برای اجرای حرکات استفاده می‌کنند بنابراین، بیش‌تر در معرض رشد ناهنجاری‌های عضلانی-اسکلتی قرار می‌گیرند (۱۲).

به‌نظر می‌رسد افراد کم‌بینا و کم‌شنوا به‌دلیل مشکلات خاص از جمله ضعف عمومی عضلات و عدم توجه به وضعیت‌دهی مناسب، بیش از کودکان عادی در معرض مشکلات اسکلتی و عوارض ثانویه آن قرار دارند؛ زیرا داشتن یک وضعیت بدنی مناسب در گرو داشتن کارکرد مناسب سیستم‌هایی از قبیل سیستم حسی، بینایی و سیستم دهلیزی است که این سیستم‌ها در بیش‌تر دانش‌آموزان معلول با نارسایی‌هایی روبه‌رو است (۱۳).

1. Rounded Shoulder
2. Upper Cross Syndrome
3. World Health Organization

دانشمندی و همکاران (۱۳۹۳) در پژوهشی راستای سر و گردن در کودکان با اختلالات بینایی و شنوایی را بررسی کردند (۱۱)؛ از سوی دیگر، عالی (۱۳۹۳) پس از بررسی نیمرخ ساختاری کودکان ۶ تا ۱۲ ساله با اختلالات حسی تفاوت معناداری را میان شاخص‌های ارزیابی شده گزارش کرد (۵) که بیانگر انحراف از راستای نرمال و وجود عدم تعادل عضلانی و فشار غیرطبیعی روی سیستم اسکلتی-عضلانی است (۱۴)؛ بنابراین، شناسایی ناهنجاری‌های ستون فقرات و بی‌تقارنی‌های وضعیتی، ارزیابی اولیه وضعیت بدنی و نیز شناسایی عوامل موثر بر آن از اهمیت بالایی برخوردار بوده و ممکن است در پیشگیری از ناهنجاری در بخش‌های مربوطه نیز نقش مهمی داشته باشد (۱۵)؛ از سوی دیگر، می‌توان به نیازهای حرکتی این گروه پی برد و برنامه‌های تربیت بدنی و ورزش را مطابق با نیازهای این گروه از افراد کم‌توان طراحی و تنظیم نمود. این در شرایطی است که با وجود اهمیت این موضوع جنبه‌های نظری و عملی تربیت بدنی برای کودکان با اختلال حسی از سوی محققان به این رشته کم‌تر توجه شده و یا کم‌تر در پژوهشی مستقل بدان پرداخته شده است. با توجه به این‌که اطلاعات جامعی در خصوص وضعیت بدنی و ناهنجاری‌های شایع در کم‌بینایان و کم‌شنوایان و مقایسه آنها با افراد سالم وجود ندارد، این مطالعه به منظور مقایسه سندروم متقاطع فوقانی در دانش‌آموزان پسر کم‌بینا و کم‌شنوا با همتایان عادی انجام شد.

### روش‌شناسی

در این مطالعه توصیفی مقایسه‌ای، نمونه آماری تحقیق ۹۰ پسر ۷ تا ۱۴ سال در سه گروه (۳۰ کودک کم‌بینا)، (۳۰ کودک کم‌شنوا) و (۳۰ کودک عادی) بود که در سال ۱۳۹۵ براساس متغیرهای سن و جنس به صورت غیرتصادفی هدف‌دار انتخاب شدند و داوطلبانه در مطالعه شرکت نمودند. فرم رضایت در تحقیق از سوی والدین کودکان مطالعه و تکمیل شد. پس از هماهنگی لازم با گروه تحقیقات و پژوهش آموزش پرورش و اخذ مجوز از آموزش و پرورش استثنایی و پس از هماهنگی‌های لازم با مدارس استثنایی و عادی، فعالیت‌های میدانی تحقیق آغاز شد. ابتدا در جلسه‌ای با حضور اولیای دانش‌آموزان اطلاعات کامل درباره هدف تحقیق و نحوه اندازه‌گیری‌ها داده شد تا با آگاهی و رضایت کامل در تحقیق شرکت کنند. آزمون‌های لازم در مدارس استثنایی ویژه دانش‌آموزان با اختلال بینایی و شنوایی انجام شد. با استفاده از پرونده معلولان اطلاعات پزشکی مربوط به اختلال حسی (درجه نقص و سن شروع کم‌بینایی یا کم‌شنوایی) ثبت گردید. معیارهای ورود به مطالعه شامل افراد زیر سن بلوغ، کم‌بینایی و کم‌شنوایی از بدو تولد بود. با توجه به این‌که جامعه مطالعه حاضر افراد با کم‌شنوایی شدید و عمیق بودند و این گروه از افراد، اختلال شنوایی حدود ۷۰ دسی‌بل و بیش‌تر دارند، کودکان با این میزان کم‌شنوایی برای این تحقیق در نظر گرفته شد (۱۲). آزمودنی‌های نابینا و ناشنوا، آزمودنی‌های با معلولیت چندگانه، مشکلات مفصلی و ارتوپدیکی مانند درد گردن، کم‌درد، روماتیسم مفصلی و ناشنوایان با مشکلات بینایی و همچنین در صورت عدم رضایت والدین و دبیران از مطالعه حذف شدند. برای اندازه‌گیری سربه‌جلو و شانه‌گرد از روش تصویربرداری استفاده شد. این روش از تکرارپذیری مطلوبی برخوردار بوده و در تحقیقات متعدد استفاده شده است. در این روش، از

آزمودنی در وضعیت ایستاده از نمای ساجیتال با دوربین دیجیتال مدل (SONY EX-F1) عکس گرفته شد و زاویه میان خط واصل مهره هفتم گردنی و زائده تراگوس گوش با خط عمود اندازه‌گیری شد. برای شانه گرد نیز زاویه ایجادشده بین خط عمود و خطی که از مهره هفتم گردنی و زائده اخرومی استخوان کتف عبور می‌کرد به عنوان زاویه شانه گرد در نظر گرفته شد (۳،۵) و با استفاده از نرم‌افزار اتوکد ۲۰۱۰، زوایای لازم به دست آمد (شکل ۲). وضعیت سر در صورتی وضعیت سر به جلو و شانه‌های گرد به شمار می‌رود که  $FHA \geq 46^\circ$  و  $FSA \geq 52^\circ$  باشد؛ به این معنی که، هر فرد بایستی هر دو شرط را دارا باشد (۱۱). برای اندازه‌گیری کایفوز از خط‌کش منعطف ایرانی با مارک کیدوز ( $I=0/91$ ) استفاده شد (۱۶). زائده شوکی مهره دوم و دوازدهم پشتی آزمودنی‌ها در حالت فلکشن ستون فقرات از راه لمس دست آزمونگر که تجربه کافی در کاربرد روش محاسبه زاویه کایفوزیس با خط‌کش منعطف را داشت، مشخص شد. به منظور پرهیز از خطای اندازه‌گیری مرتبط با حرکت پوست بدن، آزمونگر انگشت خویش را بر روی برجستگی نگه می‌داشت تا آزمودنی به حالت ایستاده برگردد و سپس محل مورد نظر علامت‌گذاری می‌شد. در حالی که با پای برهنه، حدود ۱۵ سانتی‌متر میان پاهای آزمودنی فاصله است، از آزمودنی درخواست می‌شد تا در وضعیت طبیعی و راحت در مقابل وسیله ثابت‌کننده ستون فقرات بایستد. سر در حالت طبیعی قرار می‌گرفت و آزمودنی به جلو نگاه می‌کرد از آزمودنی درخواست می‌شد در حالیکه وزنش را بطور کاملاً مساوی بر روی دو پا تقسیم شده حدود سه دقیقه وضعیت را حفظ کند تا به وضعیت عادی خویش برسد. در حالت طبیعی زاویه کایفوز بین ۲۰-۴۰ درجه می‌باشد، در صورتی که انحنا بیشتر از ۴۰ درجه باشد، هایپر کایفوزیس نامیده می‌شود (۱۵). داده‌ها با استفاده از نرم‌افزار آماری SPSS ۲۰ و آزمون‌های آماری شاپیروویلک، آنالیز واریانس یک‌طرفه و آزمون تعقیبی شفه در سطح معنی‌داری ۰/۰۵ تحلیل شد.



شکل ۲: روش اندازه‌گیری سر به جلو و شانه گرد

## یافته‌ها

جدول شماره ۱، نشان می‌دهد که توزیع داده‌ها با استفاده از آزمون شاپیرو-ویلک در هر سه گروه نرمال بود.

جدول ۱. نتایج آزمون شاپیروویلک جهت بررسی نرمال بودن توزیع داده‌ها (۹۰ نفر آزمودنی)

نتیجه	نمره Z	سطح معناداری	گروه	متغیر
*	۰/۹۳	۰/۰۷	کم‌بینا	سربه‌جلو
*	۰/۹۶	۰/۳۶	کم‌شنو	
*	۰/۹۸	۰/۸۶	سالم	
*	۰/۹۶	۰/۴۶	کم‌بینا	شانه‌گرد
*	۰/۹۶	۰/۴۳	کم‌شنوا	
*	۰/۹۴	۰/۱۲	سالم	
*	۰/۹۸	۰/۹۶	کم‌بینا	کیفوز
*	۰/۹۸	۰/۸۸	کم‌شنوا	
*	۰/۹۴	۰/۰۹	سالم	

- بالاتر از ۰/۰۵ نرمال و پایین‌تر از ۰/۰۵ غیرنرمال

جدول شماره ۲، میانگین و انحراف استاندارد اطلاعات توصیفی مربوط به اندازه‌گیری آزمودنی‌ها شامل سن، قد، وزن، شاخص توده‌بدنی و میزان کم‌بینایی و کم‌شنوایی جهت شناخت بیشتر ویژگی‌های فردی آزمودنی‌ها را نشان می‌دهد:

جدول ۲. میانگین و انحراف استاندارد ( $\bar{X} \pm SD$ ) ویژگی‌های فردی آزمودنی‌ها

متغیر	گروه کم‌بینا	گروه کم‌شنوا	گروه سالم
سن (سال)	۱۱/۷۶±۲/۸۹	۱۲/۵۳±۲/۹۶	۱۲/۴۰±۲/۹۲
قد (سانتی‌متر)	۱۳۵/۱۵±۱۳/۱۳	۱۵۲/۱۳±۱۳/۱۳	۱۵۹/۳۰±۱۷۲/۸۴
وزن (کیلوگرم)	۵۲/۰۰±۲۹/۴۷	۴۴/۸۶±۸/۹۴	۳۸/۸۲±۱۸/۴۷۳۷
BMI	۱۹/۴۰±۴/۵۹	۱۷/۷۴±۲/۱۷	۱۷/۸۸±۲/۱۹
میزان کم‌بینایی	حد بینایی بین ۰/۲ تا ۰/۵ درجه		
میزان کم‌شنوایی	بین ۱۱۰-۱۰۰ دسی‌بل		

مطابق اطلاعات جدول ۲، گروه کم‌بینا نسبت به دو گروه کم‌شنوا و سالم، مقدار شاخص توده بدنی بیشتری دارد. به منظور بررسی توصیف کمی متغیرهای سندروم متقاطع فوقانی، میانگین و انحراف استاندارد سربه‌جلو، شانه‌گرد و کایفوز در جدول ۳، ارایه شده است. براساس اطلاعات جدول ۳، افراد کم‌بینا در هر سه ناهنجاری مقدار میانگین و انحراف استاندارد بیش‌تری دارند که نشان‌دهنده میزان بیش‌تر عارضه در آن‌ها است.

جدول ۳. توصیف کمی متغیرهای سندروم متقاطع فوقانی ( $\bar{X} \pm SD$ ) و نتایج آزمون آنالیز واریانس داده‌ها

متغیر	گروه کم‌بینا	گروه کم‌شنوا	گروه سالم	سطح معناداری (sig)
سربه جلو (درجه)	۴۸/۸۸±۰/۷۶	۴۴/۱۱±۰/۶۳	۴۳/۷۷±۱/۰۰	۰/۰۰۱
شانه گرد (درجه)	۵۳/۷۱±۱/۰۹	۵۰/۰۹±۱/۳۰	۴۹/۳۸±۱/۳۴	۰/۰۰۱
کایفوز (درجه)	۴۳/۰۳±۵/۹۳	۴۲/۸۶±۶/۴۵	۳۸/۳۳±۵/۱۱	۰/۰۰۴

\* معنی‌داری ( $p \leq 0.05$ )

جدول ۴. نتیجه آزمون تعقیبی شفه برای مقایسه میان کودکان کم‌بینا، کم‌شنوا و عادی

وضعیت متغیرها (درجه)	گروه	تفاوت میانگین	خطای استاندارد میانگین	P-value
سربه جلو	کم‌شنوا-کم‌بینا	۴/۸۱	۰/۲۱	۰/۰۰۱*
	سالم-کم‌بینا	-۵/۱۰	۰/۲۱	۰/۰۰۱*
	سالم-کم‌شنوا	-۴/۷	۰/۲۱	۰/۲۸
شانه به جلو	کم‌شنوا-کم‌بینا	-۳/۶۱	۰/۳۲	۰/۰۱*
	سالم-کم‌بینا	-۴/۳۳	۰/۳۲	۰/۰۰۱*
	سالم-کم‌شنوا	-۰/۷۱	۰/۳۲	۰/۰۹
کایفوز	کم‌شنوا-کم‌بینا	-۰/۱۷	۱/۵۶	۰/۰۱*
	سالم-کم‌بینا	-۴/۶۹	۱/۵۶	۰/۰۱*
	سالم-کم‌شنوا	-۴/۵۲	۱/۵۶	۰/۱۱

\* معنی‌داری ( $p \leq 0.05$ )

## بحث

هدف از انجام این مطالعه مقایسه سندروم متقاطع فوقانی در افراد کم‌بینا، کم‌شنوا و همتایان عادی بود. در کودکان با نیازهای خاص بروز مشکلات جسمانی متأثر از اختلالات حسی و کم‌حرکی یا استفاده از تجهیزات محیطی به دلیل عدم استانداردسازی نسبت به جمعیت عادی بیش‌تر است؛ بنابراین، بررسی مشکلات و ناهنجاری‌ها در این کودکان و دانش‌آموزان به دلیل ماهیت پیشرونده بودن این ناهنجاری‌ها اهمیت دارد (۲). در تحقیق حاضر، میان گروه‌های مطالعه شده در رابطه با زاویه سربه‌جلو تفاوت معنی‌داری یافت شد، به طوری که زاویه سربه‌جلو در گروه کم‌بینا بالاتر از گروه‌های کم‌شنوا و سالم بود که با نتایج تحقیقات دانشمندی و همکاران (۱۳۹۳) (۱۱)، و عالی و همکاران (۱۳۹۳) (۵) هم‌سو و با نتایج مطالعه سالم و همکاران (۲۰۰۲) (۱۷) ناهمسو است. سالم و همکاران (۲۰۰۲) به گونه‌ای شبیه‌سازی شده رابطه میان محرومیت از محرک بینایی با پاسچر سر را بررسی کردند. در این مطالعه وضعیت طبیعی در دو گروه سالم و بینا در یک اتاق ارزیابی شد و یافته‌های حاصل با مشاهدات مشابه از همین آزمودنی‌ها در یک اتاق کاملاً تاریک مقایسه گردید. این مطالعه نشان داد که وضعیت سر به محرک بینایی پاسخ می‌دهد (۱۷). از دلایل ناهمسویی نتایج سربه‌جلوی پژوهش مسلمی و همکاران با این پژوهش به تفاوت در روش اندازه‌گیری، دامنه سنی آزمودنی‌ها، حجم نمونه‌ها و شدت اختلال بینایی می‌توان اشاره کرد. در پژوهش مسلمی و همکاران

ملاک انتخاب دانش‌آموزان، عینکی بودن افراد بود و اختلال خاصی در نظر این پژوهشگران نبوده است، اما در این پژوهش فقط دانش‌آموزان با اختلال بینایی و شنوایی انتخاب شده بودند. افراد با اختلال بینایی و شنوایی برای داشتن میدان بینایی و شنوایی وسیع‌تر در انجام امور روزمره، سعی می‌کنند سر را به سمت منبع نور و صوت، نزدیک کنند (۱۱)، که این پاسچر نامناسب در طولانی‌مدت منجر به بروز و افزایش ناهنجاری‌های وضعیتی می‌شود. این افراد تغییرات پاسچرال را در ستون فقرات خود از جمله کمر بندشانه و گردن نشان می‌دهند (۵)؛ بنابراین به نظر می‌رسد، اتخاذ وضعیت‌های غلط در کودکان با معلولیت بینایی و شنوایی، خود آغازگر برخی دیگر از ناهنجاری‌ها باشد (۱۴)؛ برای مثال، به دنبال جلو آمدن سر در افراد کم‌بینا، به صورت زنجیروار شانه‌های این افراد برای متعادل ساختن ستون مهره‌ای به جلو آمده و در نتیجه میزان شانه‌گرد آن‌ها افزایش می‌یابد (۱۸)، پاسچر شانه‌به‌جلو به عنوان ناهنجاری پاسچر مرتبط با کوتاهی عضله سینه‌ای بزرگ و کوچک و ضعف تراپز میانی و تحتانی است (۱۴).

در مطالعه حاضر تفاوت معنی‌داری میان میزان شانه‌گرد گروه‌ها مشاهده شد. این مقدار در هر دو گروه کم‌شنوا و سالم به طور معنی‌داری کم‌تر از کم‌بینایان بود، که با نتایج مطالعه پنها و همکاران (۲۰۰۵) (۱۹)، فرهد و همکاران (۱۳۹۰) (۲) و عالی و همکاران (۱۳۹۳) (۵) مبنی بر شیوع شانه‌گرد میان نوجوانان با اختلال حسی به‌ویژه میان نابینایان هم‌راستا است. به نظر محققان علت جلو آمدن شانه در سنین پایین، انعطاف‌پذیری زیاد سیستم اسکلتی-عضلانی و تمایل بیشتر این کودکان برای قرارگیری در وضعیت‌های غیرطبیعی نوشتاری است که به دنبال آن شانه‌گرد ایجاد می‌شود (۲). کلاسن و همکاران (۲۰۰۵)، مطالعه‌ای روی شیوع و پیش‌بینی ناهنجاری‌های اسکلتی عضلانی قسمت فوقانی بدن و گردن انجام دادند؛ آنها نتیجه گرفتند که با توجه به نشانه‌های اسکلتی - عضلانی باید روی ناهنجاری‌های گردن و شانه اقدامات پیشگیرانه انجام داد (۲۰). حفظ پاسچر نامناسب و شانه‌گرد برای مدت طولانی، منجر به موقعیت کتف ناهنجار می‌شود. کتف میان تنه و اندام فوقانی یک پل ارتباطی مهم است و همچنین برای فعالیت عملکردی اندام‌های فوقانی پایداری پروگزیمال را فراهم می‌کند (۱۴). در تحقیق حاضر، میان میزان کایفوز در گروه‌های کم‌بینا، کم‌شنوا و سالم تفاوت معنی‌داری مشاهده شد، به طوری که میان کم‌بینایان با کم‌شنوایان و افراد سالم تفاوت معنادار، اما میان کم‌شنوایان و افراد سالم تفاوت غیرمعنادار و میزان کایفوز در کم‌بینایان بیش‌تر از دو گروه دیگر بود، که با نتایج تحقیق وسکنسل و همکاران (۲۰۱۰) که نشان دادند افزایش کایفوز شایع‌ترین تغییر شکل ستون فقرات در کودکان ۷ تا ۱۲ ساله است، مشابه است (۲۱). نحوه قرارگیری کتف روی قفسه سینه تأثیر می‌گذارد و وضعیت غیرطبیعی آن منجر به راستای غیرطبیعی و اختلال در حرکت می‌شود (۲۲). در تحقیق ملو و همکاران (۲۰۱۱) که با استفاده از صفحه شطرنجی به ارزیابی ستون فقرات در کودکان و نوجوانان ۱۷-۷ ساله با نقص شنوایی پرداختند؛ ناهنجاری هایپرکایفوزیس دومین عارضه شایع بود (۲۳). زویرچوسکا و گالیک (۲۰۰۷) نشان دادند که بیش‌ترین اختلال پاسچرال در صفحه ساجیتال اتفاق می‌افتد که در میان آن‌ها کایفوز با ۴۴/۴ درصد بیش‌ترین درصد را به خود اختصاص داده است (۲۲). این نتایج با نتیجه تحقیق حاضر هم‌راستا

می‌باشد. از دلایل ناهمسویی مطالعه عالی و همکاران (۱۳۹۳) (۵) با این تحقیق در بررسی ناهنجاری کایفوز، می‌توان به میزان آسیب بینایی و شنوایی و جنس آزمودنی‌ها اشاره کرد. ناراستایی‌های قامتی که علائم اولیه آن‌ها غالباً در دستگاه اسکلتی نمایان می‌شود، موجب ایجاد واکنش‌های زنجیره‌ای منفی می‌شود که به مرور زمان بر عملکرد دستگاه‌های دیگر هم اثر می‌گذارد (۲۴). البته باید توجه داشت که، این زنجیره‌های وضعیتی بر اثر یک زنجیره اولیه مفصلی و متعاقباً زنجیره‌های ثانویه عضلانی و عصبی به وجود می‌آید (۲۵) و پاسچرهای جبرانی به وجود آمده در این دوران در سال‌های بعد نیز باقی مانده و با تکامل اسکلتی عضلانی در بزرگسالی تثبیت می‌شود (۲۶). با توجه به قابلیت اصلاح‌پذیری افراد در این سن می‌توان برای جلوگیری از تشدید ناهنجاری‌ها تمرینات اصلاحی تجویز کرد، زیرا در این محدوده سنی بحث سلامت جسمانی از اهمیت ویژه‌ای برخوردار است. میزان زیاد عارضه سر به جلو و شانه‌گرد در کودکان کم‌بینا و شانه نابرابر در افراد کم‌شنوا ارایه برنامه‌های حرکات اصلاحی و تمرین درمانی توصیه می‌شود. پژوهش‌های بیش‌تری لازم است تا بتوان به نتیجه‌گیری کامل‌تر و جامع‌تر دست یافت. در هر صورت تأثیر آموزش روش‌های جبرانی بر میزان شیوع این ناهنجاری‌ها لازم است بیش‌تر بررسی شود؛ همچنین، توصیه می‌شود که گام‌های جدی برای آگاهی پاسچرال در هر سنی خصوصاً دانش‌آموزان برداشته شود. یکی از محدودیت‌های کار، زمان‌بر بودن آموزش آزمونگران بود؛ از سوی دیگر، با توجه به نحوه اندازه‌گیری ناهنجاری، برخی از والدین یا دانش‌آموزان در مطالعه شرکت نمی‌کردند؛ از سوی دیگر، لزوم سفر میان شهرستان رشت و نیز ارومیه، بر دشواری‌های کار می‌افزود.

### نتیجه‌گیری

با توجه به نتایج به دست آمده و رابطه معناداری که میان اختلالات بینایی و شنوایی و تغییرات مربوط در ناحیه فوقانی بدن به دست آمد می‌توان اظهار کرد که سیستم عضلانی بالاتنه با سیستم‌های رفلکسی مرتبط با عملکرد دهلیزی، سیستم حس عمقی، بینایی، پایدارسازی سر و چشم‌ها، جهت‌یابی وضعیتی و پایداری کل بدن رابطه دارد. اصلی‌ترین دلیل تغییر فیزیولوژیکی در افراد کم‌بینا و کم‌شنوا نیز برای نزدیک کردن اندام‌های بینایی و شنوایی به منبع صوت یا تصویر است که در مدت حرکات روزانه، یک حرکت تکراری است. در مجموع آنچه اهمیت دارد این است که وضعیت بدنی مناسب‌تر خستگی کمتر و کارایی بیش‌تری را به دنبال دارد، در مقابل وضعیت بدنی نامناسب اگر چه الزاماً نشان‌دهنده بیماری نیست، اما ممکن است فشارهای غیرطبیعی بر بدن وارد کند به طوری که در درازمدت منجر به انحرافات وضعیت طبیعی و افزایش خطر آسیب‌پذیری شود؛ از این‌رو، انجام حرکت در جهت مناسب ممکن است احتمال ایجاد اختلالات حرکتی را از میان برده و سلامتی سیستم اسکلتی-عضلانی را تأمین کند.



## تشکر و قدردانی

این مقاله حاصل پایان‌نامه درجه کارشناسی‌ارشد در رشته آسیب‌شناسی ورزشی و حرکات اصلاحی از دانشکده تربیت‌بدنی دانشگاه گیلان است و با همکاری سازمان آموزش و پرورش استثنایی استان گیلان به انجام رسیده است. از مساعدت مسئولان و کودکان شرکت‌کننده در این مطالعه قدردانی می‌نمایم.

## منابع

1. Woldeyes, A., Adamu, Y. (2008). Gender differences in adult blindness and low vision, Central Ethiopia. *Ethiopian Medical Journal*. 46(3): 211-8.
2. Farahbod, M., Ahmadi-Kahjough, M., Sattari, M. (2016). Investigating the Prevalence of Head and Upper Extremity Deformities in Students with Special Need. *Journal Rehabilitation*. 16 (4): 286-93. (Persian)
3. Asadi Ghalehney, M., Norasteh, A.A., Daneshmandi, H., Bahiraei, S. (2016). The comparison of head, shoulder, and spine in veteran soccer and volleyball players and non-athletes. *Journal of Rehabilitation Medicine*. 5(2): 173-83. [Persian]
4. Khorrami-Nejad, M., Heravian, J., Askarizadeh, F., Sobhani-rad, D., Azimi-khorasani, A., Ranjbar-Pazooki, M. (2017). To Investigate The Refractive Error And Visual Field In Hearing Loss Individuals. *Paramedicine and Rehabilitation Sciences Journal*. 6(3): 21-9. [Persian]
5. Aali, Sh., Daneshmandi, H., Norasteh, A.A., Rezazadeh, F. (2014). Comparison of head and shoulder posture in blind, deaf and ordinary pupils. *Journal of Gorgan University of Medical Sciences*. 15(4): 72-8. [in Persian]
6. Daneshmandi, H., Harati, J., Fahimpoor, S. (2017). Bodybuilding links to Upper Crossed Syndrome. *Physical Activity Review*. 5: 124-31.
7. Moore, M.K. (2004). Upper crossed syndrome and its relationship to cervicogenic headache. *Journal of Manipulative and Physiological Therapeutics*. 27(6): 414-20.
8. Muscolino, J. (2015). Upper crossed syndrome. *Journal of the Australian Traditional-Medicine Society*. 21(2): 80.
9. Daneshmandi, H., Karimizadeh, M., Naderifar, H., Kordi Ashkdezi, M. (2015). Sport And Physical Education For Disabled. 1ed. tehran. Hatmi et al. 290-4.
10. Furtado, O.L., Allums-Featherston, K., Lieberman, L.J., Gutierrez, G.L. (2015). Physical activity interventions for children and youth with visual impairments. *Adapted Physical Activity Quarterly*. 32(2):156-76.
11. Daneshmandi, H., Shamsi Majalan, A., Babakhani, M. (2014). The comparison of head and neck alignment in children with visual and hearing impairments and its relation with anthropometrical dimensions. *Physical Treatments-Specific Physical Therapy Journal*. 4(2): 69-76.
12. Winnik, J. (2017). Adapted physical education and sport. Daneshmandi, H., Moradi, A., AliNasab, M., E., Karanian, F., Unesi, .1<sup>st</sup>.ed. tehran. hatmi et al. 328.
13. Rajabi, S., Goodarzi, B., Mazidi, M. (2017). The comparison effects of eight weeks spark and frenkel exercises on static and dynamic balance in the blinds. *Hormozgan Medical Journal*. 20: 401-6.
14. Yoo W-g. (2013). Comparison of shoulder muscles activation for shoulder abduction between forward shoulder posture and asymptomatic persons. *Journal of Physical Therapy Science*. 25(7) :815-6.
15. Seyedi, M.R., Seidi, F., Rahimi, A., Minoonejad, H. (2015). Evaluation of the effectiveness of sensory systems involved in postural control of athlete and non-athlete deaf. *Sport Medicine*. 7(1): 111-27. [Persian]
16. Rajabi, R., Samadi, H. (2015). *Laboratory Corrective Movements*. 3 ed. Tehran University. 15.
17. Salem, O.H., Preston, C.B. (2002). Head posture and deprivation of visual stimuli. *American Orthoptic Journal*. 52(1): 95-103.
18. Tomomitsu, M.S., Alonso, A.C., Morimoto, E., Bobbio, T.G., Greve, J. (2013). Static and dynamic postural control in low-vision and normal-vision adults. *Clinics*. 68(4): 517-21.
19. Penha, P.J., Joao, S.M.A., Casarotto, R.A., Amino, C.J., Penteado, D.C. (2005). Postural assessment of girls between 7 and 10 years of age. *Clinics*. 60(1): 9-16.
20. Klusmann, a., Gebhardt, H., Liebers, F., Rieger, M. A. (2008). Musculoskeletal symptoms of the upper extremities and the neck: A cross-sectional study on prevalence and symptom-predicting factors at visual display terminal (VDT) workstations. *BMC Musculoskeletal Disorders*. 9: 96.
21. Vasconcelos, G.A.R.d., Fernandes, P.R.B., Oliveira, D.A.d., Cabral, E.D., Silva, L.V.C.d. (2010). Postural evaluation of vertebral column in deaf school kids from 7 to 21 years old. *Fisioterapia em Movimento*. 23(3): 371-80.
22. Zwierzchowska, A., Gawlik, K. (2007). Deaf children and adolescents and defective posture. *New Medicine*. 2: 37-9.
23. Melo, R.d.S., Lemos, A., Macky, C.F.d.S.T., Raposo, M.C.F., Ferraz, K.M. (2015). Postural control assessment in students with normal hearing and sensorineural hearing loss. *Brazilian Journal of Otorhinolaryngology*. 81(4): 431-8.
24. Daneshmandi, H., Mogharrebi, M. (2014). The effect of eight weeks comprehensive corrective exercises on upper crossed syndrome. *Journal of Research in Sport Medicine and Technology*. 12(7): 75-86. [Persian]
25. Solberg, gill. (2013). Postural disorders & musculoskeletal dysfunction. Daneshmandi, h., saki, f., zandi, sh. 1 ed. Tehran. Samt. 18.
26. Haegele, J.A., Porretta, D. (2015). Physical activity and school-age individuals with visual impairments: A literature review. *Adapted Physical Activity Quarterly*. 32(1): 68-82.