

MASA BAŞI ÇALIŞAN KRONİK BEL AĞRISI OLAN VE OLMAYAN KİŞİLERDE KOR KASLARININ FONKSİYONELLİĞİ, ENDURANS VE POSTÜRAL KONTROLÜN KARŞILAŞTIRILMASI: BİR PİLOT ÇALIŞMA

*Fzt. Buse Güreşçi,
Antalya Bilim Üniversitesi, Lisansüstü Eğitim Enstitüsü Fizyoterapi ve Rehabilitasyon Programı,
ORCID NO: 0000-0001-7526-499X
Doç. Dr. Yıldız Erdoğanoğlu
Antalya Bilim Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Fakültesi, Fizyoterapi ve Rehabilitasyon,*

ÖZET

Amaç: Masa başı çalışan kronik bel ağrısı olan ve olmayan kişilerde kor kaslarının fonksiyonelliği, endurans ve postüral kontrolün karşılaştırılması amaçlanmaktadır.

Method: Çalışmamızda masa başı çalışan kronik bel ağrısı olan gönüllü 15 kişi, masa başı çalışan kronik bel ağrısı olmayan gönüllü 15 kişi katılmıştır. Sosyodemografik değerlendirme formu ile kişisel bilgileri kaydedilmiştir. Daha sonra ağrı değerlendirmesi McGill melzack ağrı soru formu ve sayısal derecelendirme ölçeği (NRS), fonksiyonel düzey değerlendirmesi için Oswestry engellilik indeksi, Ruhsal durum değerlendirmesi Beck depresyon ölçeği, kor kaslarının fonksiyonelliğini değerlendirmek için tek bacak duvar oturuşu testi, kor kaslarının enduransını değerlendirmek için Sorensen testi, statik denge değerlendirmesi için tek ayak üzerinde durma testi, dinamik denge değerlendirmesi için Y denge testi yapılmıştır.

Bulgular: İki grup arasında kor kaslarının fonksiyonelliği, enduransı ve postüral kontrol değerlendirilmiştir. İki grup karşılaştırıldığında kor kaslarının fonksiyonelliği, enduransı ve statik denge arasında anlamlı fark bulunmaktadır. ($p < 0.05$) İki grup karşılaştırıldığında Y denge testi arasında anlamlı bir fark bulunmamaktadır. ($p > 0.05$)

Sonuç: Çalışma sonuçları, iki grup karşılaştırıldığında kor kaslarının fonksiyonelliği, enduransı ve statik denge arasında anlamlı fark bulunduğu, Y denge testi arasında anlamlı fark bulunmadığını gösterdi. Yapılan çalışmayla masa başı kronik bel ağrısı olan kişilerde kor kaslarının fonksiyonelliği, enduransı ve statik dengenin etkilendiği anlaşılmaktadır. Çalışmanın daha büyük bir örneklemeyle tekrarlanması gerekmektedir.

Anahtar Kelimeler: Bel ağrısı, kor kasları, endurans, statik denge, dinamik denge

COMPARISON OF CORE MUSCLE FUNCTIONALITY, ENDURANCE AND POSTURAL CONTROL IN PEOPLE WITH AND WITHOUT CHRONIC LACK PAIN AT A DESK WORKER: A PILOT STUDY

SUMMARY

Objective: It is aimed to compare the functionality of the core muscles, endurance and postural control in people with and without chronic low back pain who work at a desk.

Method: In our study, 15 volunteers working at a desk with chronic low back pain and 15 volunteers working at a desk without chronic low back pain participated. Personal information was recorded with the sociodemographic evaluation form. Then, the pain assessment McGill melzack pain questionnaire and numerical rating scale (NRS), the Oswestry disability index for the functional level assessment, the mental status assessment Beck depression scale, the single leg wall sit test to evaluate the functionality of the core muscles, the Sorensen test to assess the endurance of the core muscles. , one-leg standing test was performed for static balance evaluation and Y balance test was performed for dynamic balance evaluation.

Results: The functionality, endurance and postural control of the core muscles were evaluated between the two groups. When the two groups are compared, there is a significant difference between the functionality, endurance and static balance of the core muscles. ($p < 0.05$) When the two groups were compared, there was no significant difference between the Y balance test. ($p > 0.05$)

Conclusion: The results of the study showed that there was a significant difference between the functionality, endurance and static balance of the core muscles when the two groups were compared, but there was no significant difference between the Y balance test. It is understood from the study that the functionality, endurance and static balance of the core muscles are affected in people with desk-bound chronic low back pain. The study needs to be repeated with a larger sample.

Keywords: Low back pain, core muscles, endurance, static balance, dynamic balance