

# بررسی رابطه عملکرد حرکتی، سلامتی روانی و کیفیت زندگی مردان سالمند خانه

## های شهر تهران

مجری: داریوش خواجوی

عضو هیئت علمی دانشگاه اراک-۱۳۹۲

هدف تحقیق، توصیف عملکرد حرکتی سالمندان مرد خانه‌های سالمندان شهر تهران و رابطه آن با کیفیت زندگی آنها بود. جامعه آماری تحقیق کلیه سالمندان مرد خانه‌های سالمندان شهرستان تهران و نمونه آماری، ۲۴۰ نفر بود. برای سنجش عملکرد حرکتی، از مواد آزمون تعادل، سرعت راه رفتن ۱۰ متر، چابکی ایفرد، بنشین و برسان اصلاح شده، قدرت ایستا، نشستن روی صندلی ۳۰ ثانیه و پرتاب پرتاب توپ پزشکی استفاده شد. برای اندازه‌گیری سلامت روانی و کیفیت زندگی به ترتیب از پرسشنامه SCL-90-R، و SF-36 استفاده شد. برای تحلیل داده‌ها از آزمون ضریب همبستگی پیرسون و آنوا استفاده شد.

نتایج نشان داد که میانگین سن و قد شرکت‌کنندگان به ترتیب ۷۲/۳۷ سال و ۱۶۴/۴۷ سانتی‌متر بود. اندازه‌های عملکرد حرکتی شرکت‌کنندگان شامل میانگین نمره قدرت چنگ زدن دست راست و چپ، تعادل پای راست و چپ، انعطاف‌پذیری، قدرت اندام تحتانی، سرعت راه رفتن با و بدون مانع، مسافت پرتاب و زمان چابکی گروه‌های سنی ۶۰-۶۹، ۷۰-۷۹ و ۸۰ سال و بالاتر متفاوت بود و عموماً با افزایش سن کاهش یافت ( $p \leq 0.05$ ). همچنین، میانگین نمره تعادل پای چپ، قدرت اندام تحتانی، سرعت راه رفتن بامانع و چابکی شرکت‌کنندگان منطقه ری از مناطق شمیرانات و تهران بهتر بود و میانگین نمره شرکت‌کنندگان ری در آزمون ۱۰ متر راه رفتن، پرتاب توپ و قدرت چنگ‌زدن دست چپ نسبت به هم‌تایان تهرانی بهتر بود و همچنین نمره پرخاشگری شرکت‌کنندگان منطقه ری از مناطق شمیرانات و تهران پایین‌تر بود. میانگین نمره اضطراب این دو منطقه، از منطقه ری پایین‌تر بود. میانگین نمره زیرمقیاس حساسیت فردی منطقه تهران از منطقه ری پایین‌تر بود. میانگین نمره دو زیرمقیاس روان‌پریشی و تصورات پارانوئیدی شرکت‌کنندگان منطقه ری نسبت به تهران پایین‌تر بود. در زیرمقیاس ترس مرضی، میانگین نمره مناطق ری و شمیرانات از تهران پایین‌تر بود. میانگین نمره ری از شمیرانات در زیرمقیاس محدودیت نقش روانی بالاتر بود. میانگین نمره زیرمقیاس بهزیستی روانی شرکت‌کنندگان ری از شرکت‌کنندگان تهرانی بالاتر بود. بین نمره زیرمقیاس پرخاشگری با تعادل پای چپ و چابکی و بین نمره تعادل پای چپ و ترس مرضی، رابطه معنی‌داری مشاهده شد ( $p \leq 0.05$ ).

به طور کلی می‌توان نتیجه گرفت که عملکرد حرکتی سالمندان عموماً با افزایش سن کاهش یافت. همچنین بین برخی اندازه‌های عملکرد حرکتی با کیفیت زندگی سالمندان رابطه معنی‌داری مشاهده شد. برخی از اندازه‌های عملکرد حرکتی و کیفیت زندگی سالمندان شهر تهران از سایر مناطق ضعیف‌تر بود. این یافته‌ها، ملاحظات پژوهشی، تندرستی، درمانی و مداخله‌ای مهمی را گوشزد می‌کند.

واژه‌های کلیدی: عملکرد حرکتی، سلامت روانی، کیفیت زندگی، سالمند