



دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی فسا  
دانشکده پزشکی

پایان نامه برای اخذ درجه دکتراي پزشکی عمومی  
عنوان :

مقایسه سطح فعالیت فیزیکی در افراد مبتلا به کمر درد و افراد سالم

شرکت کننده در مرکز کوهرت شهر فسا

استاد راهنما :

دکتر مجتبی فرجام

استاد مشاور:

دکتر حبیب ذاکری

نگارش :

زهرا امیری

## چکیده:

مقایسه سطح فعالیت فیزیکی در افراد مبتلا به کمردرد و افراد سالم فسا

مقدمه: اکثر افراد مبتلا به کمردرد، سبک زندگی نامطلوب دارند و از جمله عوامل مرتبط با سبک زندگی، فعالیت فیزیکی می باشد که با کمردرد مرتبط است. سطح فعالیت عبارت است از ظرفیت و پتانسیل فرد برای انجام فعالیت های روزانه مورد استفاده. فعالیت بدنی منظم به عنوان یک رفتار مهم ارتقاء دهنده سلامت باعث پیشگیری و یا به تاخیر انداختن انواع بیماری های مزمن و مرگ و میر زود رس می گردد. لذا مطالعه حاضر با هدف مقایسه سطح فعالیت فیزیکی در افراد مبتلا به کمردرد و افراد سالم ثبت شده در مرکز کوهورت شهر فسا انجام گرفت.

روش بررسی: این مطالعه توصیفی-مقطعی بر روی ۳۰۰ نفر (۱۵۰ نفر فرد مبتلا به کمردرد و ۱۵۰ نفر فرد سالم) که واجد معیارهای ورود به مطالعه بودند، انجام گرفت. داده ها این مطالعه از اطلاعات ثبت شده در مرکز کوهورت فسا جمع آوری گردید. جهت آنالیز داده ها از نرم افزار SPSS ویرایش ۲۲ و آزمونهای آماری توصیفی، کای اسکویر، ضریب همبستگی و رگرسیون خطی برای تجزیه و تحلیل داده ها استفاده شد.

نتایج: در این مطالعه میانگین و انحراف معیار سن افراد مورد مطالعه در گروه مبتلا به کمردرد ( $49/20 \pm 6/10$ ) و افراد سالم ( $47/57 \pm 5/85$ ) و میانگین و انحراف معیار نمایه توده بدنی افراد مورد مطالعه در گروه مبتلا به کمردرد ( $26/01 \pm 4/09$ ) و افراد سالم ( $23/90 \pm 2/98$ ) بود. آزمون آماری ضریب همبستگی پیرسون نشان داد که بین شدت کمردرد با سن ( $P=0/006$ ) و نمایه توده بدنی ( $P=0/03$ ) ارتباط آماری معنی داری در گروه مبتلا به کمردرد وجود داشت. براساس آزمون رگرسیون خطی، شدت کمردرد با فعالیت فیزیکی ارتباط آماری معکوسی ولی با BMI و مدت زمان خواب ارتباط مستقیم آماری داشت ( $P < 0/05$ ).

بحث و نتیجه گیری: براساس نتایج این مطالعه، اجرای مداخلات آموزشی در جهت ارتقاء سلامت افراد مبتلا به کمردرد، کاهش پیامدها و هزینه های اقتصادی و اجتماعی حاصل از این بیماری توصیه می گردد.

واژگان کلیدی: کمردرد، فعالیت فیزیکی، کوهورت، فسا

## Abstract

The level of activity in patient with low back pain compared to healthy people

**Introduction:** Most people with low back pain have an undesirable lifestyle and are related to lifestyle, physical activity associated with low back pain. The aim of this study was to compare the level of physical activity in patients with back pain and healthy subjects registered in the center of .cohort of Fasa

**Methods:** This descriptive cross-sectional study was performed on 300 people (150 people with low back pain and 150 healthy people) who had the criteria for entering the study. Data was compiled from data recorded at the Fasa Cohort Center. For data analysis, SPSS software version 22 and descriptive statistics, Chi-square, correlation coefficient and linear regression were used for data .analysis

**Results:** In this study, the mean and standard deviation of the age of the subjects in the low back pain group ( $49.20 \pm 6.10$ ) and healthy subjects ( $47.57 \pm 5.85$ ) and The mean and standard deviation of the BMI of the subjects were in the low back pain group ( $26.01 \pm 4.9$ ) and healthy subjects ( $23.99 \pm 2.98$ ). Pearson correlation coefficient test showed that there was a significant correlation between low back pain severity ( $P = 0.006$ ) and body mass index ( $P = 0.03$ ) in patients with low back pain. Based on linear regression analysis, the severity of back pain with physical activity was statistically .(correlated but had a direct correlation with BMI and sleep duration ( $P < 0.05$

**Discussion:** Based on the results of this study, is recommended the implementation of educational interventions to promote the health of people with low back pain, reducing the consequences and .social and economic costs of the disease

**Keywords:** Lower back pain, physical activity, cohort, fasa