



عنوان طرح تحقیقاتی:

اثربخشی تمرینات پیلاتس بر کیفیت زندگی زنان مبتلا به سرطان پستان: مرور سیستماتیک و متا آنالیز

تاریخ خاتمه طرح: ۱۴۰۴/۱۰/۱۰

مجری یا محقق اصلی و همکاران با ذکر وابستگی هر فرد:

مجری اصلی: مریم دلدار فروتقه، دانشگاه علوم پزشکی بم، بم، ایران

همکاران

فاطمه رضایی شریف، دانشجوی دکتری آمارزیستی، گروه آمارزیستی و اپیدمیولوژی، دانشکده بهداشت، دانشگاه علوم پزشکی کرمان، کرمان، ایران

محیا شریفی راینی، گروه فیزیولوژی ورزشی، دانشکده علوم تربیتی و روانشناسی، دانشگاه شیراز، شیراز، ایران.

سجاد خسروی، استادیار مدیریت خدمات بهداشتی درمانی، معاونت تحقیقات و فناوری، دانشگاه علوم پزشکی بم، بم، ایران

عبدالعلی گلیپایگانی، استادیار مهندسی بهداشت محیط، دانشکده بهداشت، دانشگاه علوم پزشکی بم، بم، ایران

عنوان پیام پژوهشی (حداکثر ۲۰ کلمه):

تمرینات پیلاتس تاثیر مثبت معناداری بر افزایش دامنه حرکتی اندام فوقانی زنان مبتلا به سرطان پستان دارند.

پیام کلیدی (حداکثر ۸۰ کلمه):

طبق نتایج مطالعه ما با توجه به اینکه تمرینات پیلاتس تاثیر مثبت معناداری بر افزایش دامنه حرکتی اندام فوقانی زنان مبتلا به سرطان پستان داشت پیشنهاد می شود که این تمرینات را برای افزایش بازتوانی بیماران سرطان پستان پس از ماستکتومی و بالا بردن کیفیت زندگی این بیماران زیر نظر پزشک متخصص بکار رود.

متن پیام پژوهشی (حداکثر ۲۴۰ کلمه):

اهمیت موضوع (۵۰ کلمه)،

با وجود پیشرفت‌هایی در روش‌های درمانی سرطان پستان، این روش‌ها دارای عوارضی بوده و باعث اختلالاتی مانند محدودیت دامنه حرکتی، ضعف عضلانی، درد و لنف ادم می شوند. تمرینات ورزشی از جمله پیلاتس می تواند نقش حمایتی در بهبود سرطان پستان ایفا کند.

تهیه کننده:

تاریخ تهیه:

گروه کاربری نتایج تحقیقات

۱۴۰۳/۰۸/۳



موارد کاربرد نتایج طرح (۸۰ کلمه)

با توجه به اینکه تمرینات پیلاتس تاثیر مثبت معناداری بر افزایش دامنه حرکتی اندام فوقانی زنان مبتلا به سرطان پستان داشت پیشنهاد می شود که این تمرینات را برای افزایش بازتوانی بیماران مبتلا به سرطان پستان پس از انجام عمل ماستکتومی بکار برند و این کار باعث بالا بردن کیفیت زندگی این بیماران می شود.

تأثیرات و کاربردها:

ورزش پیلاتس می تواند باعث بالاتر بردن کیفیت زندگی بیماران مبتلا به سرطان پستان شود و بعد از عمل ماستکتومی که مریض محدودیت در حرکت شانه پیدا می کند این ورزش باعث افزایش دامنه حرکتی شانه می شود.

با بررسی دقیق تر اثر بخشی تمرینات پیلاتس بر کیفیت زندگی زنان مبتلا به سرطان پستان که تحت درمان ماستکتومی قرار گرفته اند می توان زیر نظر پزشک این تمرینات ارزان و فاقد هزینه را برای بهبود وضعیت زندگی این بیماران تجویز کرد.

محدودیت‌های شواهد چه بودند؟

متأنالیزی که در اینجا انجام شده است ترکیبی از داده ها در سراسر مطالعات برای بررسی تاثیر پیلاتس بر بازماندگان سرطان پستان بود و اثر بیشتری نسبت به مطالعات تکی دارد. محدودیت اصلی این متاآنالیز، همانند هر مرور کلی دیگر، این است که مشخصات شرکت کنندگان در مطالعه، تعریف پیلاتس و تعاریف نتیجه در مطالعات مختلف یکسان نیست.

مخاطبان طرح پژوهشی:

پزشکان انکولوژی زنان و بیماران مبتلا به سرطان پستان

آیا این خبر می تواند از نظر اجتماعی، سیاسی، فرهنگی، بهداشتی، ارزش های دینی و قوانین سازمان غذا و دارو، تبعاتی داشته باشد؟ خیر

در صورتی که این طرح منتج به مقاله شده است لینک مقاله درج شود:

https://www.jogcr.com/article_719141.html

ایمیل ارتباطی و تلفن مجری اصلی طرح:

Ma.deldarf@gmail.com

09158046582

منابع و مراجع: حداکثر چهار مرجع اصلی استفاده شده در طرح تحقیقاتی مورد نظر را ذکر نمایید



1. Gohari MR, MoghadamiFard Z, Abolghasemi J, Mohammadi M, Mokhtarihesari P. Prognostic factors of metastases in breast cancer patients using the recurrent Andersen-Gill model. *Koomesh*. 2013;14(4):483 - 9.
2. Ghorbanian B, Montazeri V, Rostami F, Khanvari T. The effect of combined exercises (aerobic-Pilates) on the serum level of interleukin 10 and blood platelets in women with breast cancer. *the iranian Journal of obstetrics, gynecology and Infertility* 2021.
3. Barbosa KP, da Silva LGT, Garcia PA, Freitas CA, da Silva ECF, Pereira TV, et al. Effectiveness of Pilates and circuit-based exercise in reducing arthralgia in women during hormone therapy for breast cancer: a randomized, controlled trial. *Support Care Cancer*. 2021;29(10):6051-9.
4. Zengin Alpozgen A, Razak Ozdincler A, Karanlik H, Yaman Agaoglu F, Narin AN. Effectiveness of Pilates-based exercises on upper extremity disorders related with breast cancer treatment. *Eur J Cancer Care*. 2017;26(6):23.