مجلة دامو لعلوم الرياضة
DAMU JOUNRAL OF SPORT SCIENCE (DJSS)
ISSN-L: 3005-8244 ، ISSN-P: 3005-8236
https://www.iasj.net/iasj/journal/460

تأثير الحجامة الجافة والمتزحلقة على كفاءة البدنية لمفصل الكتف للاعبي بعض الالعاب الفردية المصابين بألم اللفافة العضلية اللوحية

عباس صالح هادي أ. د علي بديوي طابور

Sp.post250@qu.edu.iq

كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة \جامعة القادسية

تاريخ استلام البحث 2025/10/10 تاريخ نشر البحث 25/ 2025/12

الملخص

هدفت الدراسة لتعرف الى أثر الحجامة الجافة والمتزحلقة على الكفاءة البدنية لمفصل الكتف لدى لاعبي بعض الألعاب الفردية المصابين بمتلازمة الألم اللفافي العضلي. وقد اعتمد الباحث على تصميم المجموعة الواحدة التجريبي، حيث تم قياس المتغيرات قبل التدخل وبعده لقياس التغيرات الناتجة عن العلاج.

تكونت العينة من 24 لاعبًا تم اختيارهم بعناية وفقًا لمعايير محددة لضمان التجانس في العمر وشدة الإصابة ونوعها. وقُيس المدى الحركي للكتف باستخدام الجنيوميتر، وقوة العضلات باستخدام الديناموميتر، بينما تم تقييم شدة الألم عبر مقياس VAS.

أظهرت النتائج تحسنًا كبيرًا بعد تطبيق الحجامة، حيث لوحظ زيادة المدى الحركي لجميع اتجاهات حركة الكتف، وانخفاض ملحوظ في شدة الألم، وتحسن قوة عضلات الذراع .ويُعزى هذا التحسن إلى تأثير الحجامة على تنشيط الدورة الدموية، استرخاء العضلات، وتقليل الاحتقان العضلي , توصلت الدراسة إلى أن الحجامة الجافة والمتزحلقة تمثل وسيلة فعالة في علاج متلازمة الألم اللفافي العضلي وتحسين الأداء الحركي، كما أنها تساعد اللاعبين على العودة لممارسة نشاطهم الرياضي الطبيعي بسرعة. من خلال عرض وتحليل البيانات ومناقشتها توصل الباحث للاستنتاجات الآتية :

- تحسين المدى الحركي لمفصل الكتف في جميع الاتجاهات
- التخلص من الألم بسرعة، حيث تكفي مدة أسبوعين لعودة المصاب إلى حالته الطبيعية.
- الألم يُعد السبب الأساسي لتقييد حركة مفصل الكتف.

الكلمات المفتاحية : تأثير الحجامة الجافة والمتزحلقة , كفاءة البدنية , مفصل الكتف , الالعاب الفردية

مجلة دامو لعلوم الرياضة
DAMU JOUNRAL OF SPORT SCIENCE (DJSS)
ISSN-L: 3005-8244 ، ISSN-P: 3005-8236
https://www.iasj.net/iasj/journal/460

The Effect of Dry and Sliding Cupping on Shoulder Joint Physical Efficiency in Individual Sports Athletes with Myofascial Pain

Abbas Saleh Hadi, Prof. Dr. Ali Badiwi Tabour

Sp.post250@qu.edu.iq

College of Physical Education and Sports Sciences, Al-Qadisiyah University

Research Received: 10/10/2025 ,Research Published: 25/12/2025

Abstract

This study aimed to identify the effect of dry and sliding cupping on the shoulder joint physical efficiency of individual sports athletes with myofascial pain syndrome. The researcher adopted a single-group experimental design, where variables were measured before and after the intervention to assess the changes resulting from the treatment.

The sample consisted of 24 athletes carefully selected according to specific criteria to ensure homogeneity in age, injury severity, and type. Shoulder range of motion was measured using a gynometer, muscle strength using a dynamometer, and pain intensity was assessed using the VAS scale. The results showed significant improvement after cupping therapy, with an increased range of motion in all directions of shoulder movement, a noticeable decrease in pain intensity, and improved arm muscle strength. This improvement is attributed to cupping's effect on stimulating blood circulation, relaxing muscles, and reducing muscle congestion. The study concluded that dry and sliding cupping are effective methods for treating myofascial pain syndrome and improving motor performance, helping athletes return to their normal athletic activities quickly. Through data presentation, analysis, and discussion, the researcher reached the following conclusions:

• Improved range of motion of the shoulder joint in all directions.

• Rapid pain relief; a return to normal function is typically achieved within two weeks.

• Pain is the primary cause of restricted shoulder joint movement.

Keywords: Effect of dry and sliding cupping, physical fitness, shoulder joint, individual sports

مجلة دامو لعلوم الرياضة
DAMU JOUNRAL OF SPORT SCIENCE (DJSS)
ISSN-L: 3005-8244 ، ISSN-P: 3005-8236
https://www.iasj.net/iasj/journal/460
DAMU JOUNRAL of sport science

1-المقدمة:-

إنّ الاصابات الرياضية تتطلب فهماً عميقاً للبيولوجيا البشرية و فسلجية الجسم وعلم الحركة تعززان القدرة على تطوير استراتيجيات فعالة لتجنب الأصابة والوقايه منها والعلاج في حاله حدوث الاصابة, ان تعطيل انسجة واعضاء الجسم او تلف بتهتك تلك الانسجة و يسبب تغيرات تشريحيه او فسيولوجية في بعض انسجة الجسم

عندما تتواجد الاصابة فمن الضروري استخدام وسائل علاجية متقدمة ومتطورة وحديثة مناسبة لتلك الاصابة فيعتبر التأهيل الحركي احدى الطرق والوسائل الطبيعية الاساسية في مجال علاج الاصابات الرياضية , وتكمن اهمية البحث لما له من فائدة في تأهيل تلك الاصابات التي تحدث فقد تكون خطيرة ومزمنة وتحدث في كافة الالعاب سواء فرقية او فردية, لذلك وجب علينا ايجاد الحل لتأهيل المصابين وعودتهم الى حياتهم السابقة وقيامهم بأعمالهم اليومية وممارسة النشاط الرياضي بعلاج الاصابة.

1-2مشكلة البحث :-

إن بعض تقلصات كبيرة لجهة واحدة وبوضع تشريحي غير صحيح يؤدي بالنتيجة النهائية الى سحب اللفافة العضلية اللوحية وظهور العقد التي تعيق الفرد في بعض الاحيان و تؤثر وبشكل سلبي على المدى الحركي لمفصل الكتف و لا يمكنه الوقوف او الجلوس دون الاحساس بألم في كل الاوضاع ولا يصل الى احساس الراحة وايضا قد يشعر ان هذا الالم يمتد الى الكتف مع وصول الاحساس بتنمل اليدين , اذ يظهر على اللاعب الخوف والتردد و التعب المبكر عند ممارسة الفعالية وهذا ما دفع بالباحث الى ايجاد وسائل علاجية او تأهلية متنوعة للإسراع في التخلص من المتلازمة وعودة اللاعب الى الملاعب بأسرع وقت ممكن.

3- منهجية البحث واجراءاته الميدانية :

1-3 منهج البحث:-

إن طبيعة المشكلة المطروحة هي التي تحدد طبيعة المنهج المستخدم، لذا استخدم الباحث المنهج التجريبي بتصميم المجموعة الواحدة (One-Group Design)، وهو من التصاميم البسيطة التي تُستخدم في الدراسات الأولية والاستطلاعية، حيث يعتمد على قياس قبلي للمتغيرات ثم تطبيق المعالجة التجريبية وأخيرًا القياس البعدي لقياس التغيرات الحاصلة. ويُعد المنهج التجريبي بوجه عام الأدق بين المناهج في اختبار العلاقات السببية, لذا فأن المنهج التجريبي يتناسب مع طبيعة المشكلة المراد دراستها والذي يعد أدق انواع المناهج وأكثرها كفاءة في التوصل إلى نتائج علمية موثوق بها .

واكثر ما يميز هذا النوع هو امكانية الباحث في التحكم وبدرجة عالية في العوامل المؤثرة في التجربة قيد الدراسة .

مجلة دامو لعلوم الرياضة
DAMU JOUNRAL OF SPORT SCIENCE (DJSS)
ISSN-L: 3005-8244 ، ISSN-P: 3005-8236
https://www.iasj.net/iasj/journal/460
DAMU JOUNRAL of sport science

3- 2 المجتمع وعينة البحث :

قام الباحث بتحديد المجتمع بطريق العمدية "ويعتبر الاهداف التي يضعها الباحث في بحثه والاجراءات التي يستخدمها هي التي تحدد طبيعة العينة التي سيختارها ومن خلال زيارة الباحث للحصول على عينة من الرياضيين المصابين وتم جمع مجتمع قوامه (24) لاعباً مصاباً وهم الرياضيون المصابون بمتلازمة اللفافة العضلية اللوحية للاعبي بعض الالعاب الفردية وتم اخذ المجتمع بأكملة لتكون نسبة العينة من المجتمع (100%) وراعى الباحث توحيد الاصابة من حيث نوعها وشدتها والعمر , وسيتم ادخال المتغير التجريبية وتم اجراء التجانس في المتغيرات ذات صله في البحث.

جدول(1) تجانس أفراد عينة البحث

ت	المتغيرات الاحصائية	وحده القياس	الوسط Mean	الوسيط Median	الانحراف Std.deriation	معامل الاختلاف	الدالة
1	الطول	سم	178.958	180.000	2.941	1.643	معنوي
2	العمر	سنة	25.375	25.000	2.222	2.851	معنوي
3	الوزن	كغم	77.958	79.000	4.133	5.302	معنوي

3-3 اجرأت البحث الميدانية :

3-3-1 تحديد المتغيرات

قام الباحث بتحديد المتغيرات المناسبة والدقيقة لمتغيرات البحث مع متطلبات الدراسة , تم تحديد المتغيرات متطلبات الدراسة كما في متبين في لجدول ادناه (2)

جدول (2) يبين متغيرات الدراسة

ت	المتغير	القياس
1	المدى الحركي	الجونيوميتر (Goniometer)
2	درجة الالم	استماره لقياس الالم
3	قوة الذراع	الداينموميتر (Dynamometer)

3-3-2 الاختبارات المستخدمة :

مجلة دامو لعلوم الرياضة
DAMU JOUNRAL OF SPORT SCIENCE (DJSS)
ISSN-L: 3005-8244 ، ISSN-P: 3005-8236
https://www.iasj.net/iasj/journal/460
DAMU JOUNRAL of sport science

1-2-3-3 اختبارات المدى الحركي للمفصل الكتف باستخدام جهاز الجنيوميتر (GOINOMETER):

ويتمثل أختبار المد الحركي لمفصل الكتف من خلال قياس الزاوية في الحركة المفصل باستخدام الجهاز الجنوميتر **(GOINOMETER)** ملحق (3) هو جهاز مصمم لقياس الزوايا المفاصل مما يساعد في تحديد مدى الحركة من خلال وجود قراءات مختلفة لهذا الجهاز بشكل يتلأم مع طبيعة افراد العينة ونوع الاصابة تم قياس المدى الحركي من قبل الباحث بالنظر الى ملحق (16) في جميع الاتجاهات.

الهدف من الاختبار :قياس زوايا المدى الحركي لمفصل الكتف باتجاهات مختلفة الى عدة انواع رئيسية ومنه الثني(flexion): تحريك الذراع الأمام نحو الامام والمدى الحركي الحقيقي 180 درجة . المد (extension) تحريك الذراع الى الوراء والمدى الحركي الحقيقي 60 درجة . التبعيد (abduction) :تحريك الذراع بعيداً عن الجسم والمدى الحركي الحقيقي 180 درجة. التقريب (adduction) : تحريك الذراع نحو الجسم والمدى الحركي الحقيقي -50 درجة . الدوران الداخلي(internal rotation) : تدوير الذراع نحو الداخل والمدى الحركي الحقيقي 70 درجة . التدوير الخارجي (external rotation): تدوير الذراع نحو الخارج والمدى الحركي الحقيقي 90 درجة. الدوران (circumduction) :حركة دائرية للذراع تتضمن مجموعة من الحركات السابقة والمدى الحركي الحقيقي اذا اعتبرنا ان الذراع يمكن ان تدور حول محور المفصل فان يمكن ان تدور بشكل كامل 360 درجة .

الامكانيات والادوات:

- جهاز قياس الزوايا (Goniometer)
- ورقه وقلم لتدوين القياسات
- سدية طبية اومستوى مريح للمريض او يكون الشخص الذي يتم قياسه او المعالجة واقفاً مستنداً الى الحائط .

موصفات الاداء:

بعد التأكد من أن الشخص في وضع مريح ووجود بيئة هادئة ومريحة , ويكون الشخص بأحد الاوضاع ويفضل ان يكون الشخص المصاب مستلقياً على سدية أو واقفاً بالاستناد الى الحائط ومن ثم نقوم بتحديد المفصل الذي سيتم قياسه بتثبيت الجنوميتر على الجزء الخارجي من الكتف وبعد التأكد من وضع الجهاز بدقة للحصول على القياس الصحيح ثم يرفع ذراعه للأعلى وقراءة الزاوية التي وصل اليها المصاب بالدرجات ومن ثم انزالها بوضع المد وكذلك قراءة الزاوية التي وصل اليها المصاب وكذلك التباعد والتقارب والدوران الداخلي والخارجي وللتوضيح أكثر نلخص الاداء بنقاط التالية

1- نحدد المفصل المراد قياسة مثلا (الكتف والكوع) .
2- وضع الجونيوميتر على المفصل المراد قياسة .
3- نثبت الذراع الثابتة بمحاذاة العظم الثابت.
4- حرك الذراع المتحركة وسجل الزاوية عند اقصى مدى بدون ألم .

طريقة التسجيل:

يتم تسجيل الزوايا بالاتجاهات الاربعة بعد تثبيت اضلاع جهاز الجنيوميتر (Goinometer) لأقصى مدى حركي يمكن ان يصل اليه مفصل الكتف دون الشعور بالألم ويتم تدوين جميع القياسات والزوايا التي تم الحصول عليها .

3-3 -2-2 قياس درجة الألم:

يتم القياس درجة الألم بالأعتماد على مقياس التناظر البصري الذي يرمز له (VAS) ويعتبر مقياس اكثر دقه من المقياس التقدير العددي الذي نرمز له (NRS) وغالباً مايستخدم للاطفال وكبار السن , ويعتبر المقياس التناظري البسيط فعال لقياس شده الالم بصورة اكثر دقة ويعطى على شكل استمارة تحتوي في مضمونها على تقييم مكون من (0) "لا ألم" الى (10) "ألم شديد " والتي تعبر عن درجات ألم.

استخدم الباحث الاختبار بطريقه (VAS) الآتي:

- **اسم الاختبار: قياس درجة شدة الألم الظهر .**
- **الغرض من الاختبار : قياس أقصى درجة للألم في الظهر.**
- **طريقه الاستخدام والقياس :**

بعد اعطاء المصاب الاستمارة قياس ألم ملحق (14) يطلب من المصاب أن يضع (#) علامة على الخط المرسوم بقياس 10 سم بدون ارقام للقياس , وهذا وفقاً لدرجة الألم التي يشعر بها المصاب لمفصل الكتف ولجميع الاتجاهات (الثني – المد - التقريب – التبعيد.. ألخ)

- **التسجيل :**

يتم القياس عن طريق وضع المسطرة من قبل الباحث لقياس درجة ألم من نقطة (0) الى العلامة التي وضعها المصاب لتحديد درجة الاصابة وهذه الدرجة هي مقدار شدة الألم لدى المصاب .

3-2-3-3 اختبارات قوة العضلات الذراع العاملة على مفصل الكتف في اتجاه السته (الثني، المد، ,الرفع الجانبي، والدورانين الداخلي والخارجي) .

اسم الاختبار : قياس اختبار قوة عضلات مفصل الكتف باستخدام جهاز الديناموميتر (Dynamometer) ملحق (4)

وحدة القياس : كغم

الغرض من الاختبار : تقييم القدرة الانقباضية للعضلات العاملة في الاتجاهات الحركية الأساسية والكشف عن أية علامات ضعف عضلي اذ كان ناتجًا عن إصابة و يسهم في تحديد مستوى كفاءتها ووظيفتها.

مجلة دامو لعلوم الرياضة
DAMU JOUNRAL OF SPORT SCIENCE (DJSS)
ISSN-L: 3005-8244 ، ISSN-P: 3005-8236
https://www.iasj.net/iasj/journal/460
DAMU JOUNRAL of sport science

ادوات الاختبار :

- جهاز الداينموميتر Dynamometer
- ورقه وقلم لتدوين القياسات

وصف الاداء :

يجرى اختبار قوة عضلات مفصل الكتف باستخدام جهاز الداينموميتر (Dynamometer)بوضع المصاب في الوضعية المناسبة لكل اتجاه الحركيه الستة ، لضمان عزل العضلة المستهدفة عن باقي الاجزاء والحصول على قراءة جيده ودقيقة لقوتها القصوى. يطلب من المفحوص أداء أقصى انقباض عضلي إرادي ضد مقاومة ثابتة يوفّرها جهاز الداينموميتر، وذلك في الاتجاه الحركي الستة المحددة (الثني، المد، التقريب ، الرفع الجانبي، الدوران الداخلي، أو الدوران الخارجي). يتم تثبيت الذراع والجذع لتقليل المؤثرات الحركية الخارجية وضمان أن القوة المقاسة ناتجة عن العضلات المستهدفة فقط و ضمان دقة القياسات وموثوقية النتائج خلال اختبار .

يتم وضع الديناموميتر على نقطة محددة وثالثه , ويتم تثبيته بواسطة الأخصائي وكذلك على يد المصاب مع التأكد من محاذاة المفصل بالشكل الصحيح. يُطلب من المفحوص الضغط أو الدفع تجاه الجهاز لمدة 3إلى 5 ثواني بأقصى جهد ممكن دون إحداث ألم. ويمكن تلخيص الاداء في النقاط التالية:

- وضعية المريض لأداء الاختبار حسب نوع الحركة المُراد تقييمها، يتم تحديد وضع الذراع كما يلي:
- لقِياس قوة ثني الكتف (Flexion): يكون المفحوص واقفاً والذراع مرفوعًا للأمام بزاوية 90 درجة، والساعد ممتد.
- لقياس قوة مد الكتف (Extension): الذراع موضوع بمحاذاة الجسم، ويُطلب من المريض الدفع للخلف.
- لقياس قوة الرفع الجانبي (Abduction): يُرفع الذراع جانبًا حتى زاوية 90 درجة مع الكتف.
- لقياس قوة التقريب (Adduction): يتم تقريب الذراع من وضع جانبي باتجاه الجسم.

يكرر الإجراء ثلاث مرات لكل اتجاه، مع راحة مدتها 30 ثانية بين المحاولات لتجنب تأثير التعب العضلي. تُسجل القيم الثلاث وتُعتمد أعلى قيمة كمؤشر للقوة القصوى لتلك الحركة. تجرى جميع الاختبارات في بيئة مريحة ، ويتم التوجيه اللفظي طوال العملية وضمان سلامة المفحوص.

الشروط : تعطى لكل مصاب ثلاث محاولات لكل حركة مع اعطاء راحه قصيره 30 ثانية بين المحاولات

طريقة التسجيل : يتم تسجيل المحاولات الثلاث لكل اتجاه وتحتسب أفضل محاولة ويتم العمل على جميع الاتجاهات بعد التثبيت جهاز الداينوميتر (Dynamometer) لأقصى قوى عضلية يمكن ان يصل اليه مفصل الكتف دون الشعور بالألم ويتم تدوين جميع وتؤخذ افضل قراءة.

3-4- التجربة الرئيسة :

1-4-3 الاختبار القبلي :

أجرى الباحث وفريقه المساعد الاختبارات القبلية على العينة المكونة من (24) مصاباً ولضبط المتغيرات لتطبيق الحجامة الجافة والمتزحلقة, , بدأت الاختبارات في تمام الساعة ال9 صباحاً وتم قياس زوايا المدى الحركي بالتجاهات مختلفة وهي الستة رئيسية (الرفع- المد- الرفع الجانبي- الخفض- الدوران) بجهاز القياس (الجينوميتر) وقياس درجة الألم للمصابين وكذلك قياس القوة العضلية للذراع بجهاز(الداينوميتر) وطبقت الوسائل التأهيلية المختلفة الحجامة الجافة نوع من انواع الحجامة التي تعتمد على استخدام كاسات بلاستيكية و أكواب خاصة تحتوي على شافط تطبق على الجلد وتسحب كمية الهواء التي تكون داخل الأكواب لخلق ضغط سلبي مع استخدام الزيوت لتسهيل حركة الاكواب دون استخدام الشقوق الجلدية طريقة الاستخدام اولاً نقوم بدهن الجلد ثم وضع كأس وشفط الهواء ثم زحلقة بشكل دائري عكس عقارب الساعة او صعودا ونزولاً وتبقى على تلك الحال مدة 15-20 دقيقة تعتبر هذه الطريقة شائعة في الطب البديل ولها فوائد عدة منها تحسين الدورة الدموية وتخفيف الالم , وتعزيز الشفاء وتساهم في استرخاء وراحة الجسم للعلاج والعودة بأسرع وقت ممكن .

1. **طريقة الحجامة الجافة:** تعقيم الموضع المراد حجامته بالمطهرات الطبية
2. ربما تحتاج إلى وضع قليل من الزيت أو الفازلين على حافة الكأس حتى يحكم لصق المحجمة على الجلد
3. وضع كأس المحجمة على الموضع المراد حجامته
4. إفراغ كأس المحجمة من الهواء بواسطة جهاز السحب
5. سوف ينسحب الجلد إلى داخل الكأس
6. بعد خمس دقائق إلى عشر دقائق حبذا أن لا تزيد على 10 دقائق انزع الكأس برفق وذلك بالضغط على الجلد عند حافة الكأس
7. في حالة حجامة الوجه لا تزيد المدة عن نصف دقيقة

طرق الحجامة الجافة (كاسات الهواء):

هناك ثلاث طرائق للحجامة الجافة أو للمعالجة بكاسات الهواء تختلف باختلاف مدة بقاء الكأس على الجلد ولكل طريقة هدف وغرض وتأثير علاجي مختلف:

1-استبقاء الكأس لمدة طويلة نسبيا : -

وهذه المدة المقصودة تصل إلى (10) دقائق ويكون الغرض من هذه الطريقة إحداث أعمق تأثير مخفف ومريح للجزء المصاب وهي أكثر الطرق استخداما للعديد من المتاعب والأوجاع

1- تكرار وضع الكأس لفترات بسيطة :

لمدة دقيقة تقريبا ثم إزالته ثم إعادة وضعه وهكذا لعدة مرات . وهذه الطريقة تستخدم لسحب الاحتقانات للسطح تدريجيا مما يحدث تحسنا بوظيفة العضو المصاب

3- طريقة تحريك الكأس على الجسم :

وتحتاج هذه الطريقة لمادة ملينة مثل الفازلين حيث يتم تحريك الكأس من موضع لآخر على الجلد بغرض تنشيط مساحة كبيرة من المواضع المصابة أو المؤلمة

ولنجاح هذه الطريقة يجب أن تجرى فوق منطقة غنية بالعضلات السميكة مثل منطقة الظهر

2-4-3 الاختبار البعدي :

أجري الباحث وفريقه الاختبار البعدي تحت نفس الظروف والاجراءات المتبعة في الاختبار القبلي الساعة ال9 صباحاً لمعرفة مستوى التطور الحاصل في العينة بعد تطبيقهم الوسائل التأهيلية المختلفة .

4- عرض وتحليل ومناقشه النتائج

يتضمن هذا الفصل عرض ومناقشة النتائج وتحليلها التي تم التوصل اليها من تطبيق الاختبارات والوسائل والقياس وضع النتائج على شكل جداول لحصول على بيانات ونتائج كافيه مناسبة للبحث مع تحليل الفروقات الإحصائية ليتمكن الباحث من الوصول لتحقيق اهداف البحث وفروضه والتي من خلالها يمكن الكشف عن الأدلة العلمية من خلال اجراء المعالجات الاحصائية عليها .

مجلة دامو لعلوم الرياضة
DAMU JOUNRAL OF SPORT SCIENCE (DJSS)
ISSN-L: 3005-8244 ، ISSN-P: 3005-8236
https://www.iasj.net/iasj/journal/460
DAMU JOUNRAL of sport science

1-4 عرض وتحليل نتائج ومناقشتها

1-1-4 عرض وتحليل الاختبارات القبلية والبعدية في متغيرات المدى الحركي (الحجامة الجافة والمتزحلقة) ومناقشتها

يبين الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة (t) للعينات ومستوى الدلالة للقياسين القبلي والبعدي في اختبارات المدى الحركي للمجموعة الثانية جدول (2)

ت	المتغيرات	وحده القياس	القبلي		البعدي		قيمه (t)	مستوى الدلالة	الفرق
			س	ع	س	ع			
	المدى الحركي عند الثني Flexion	درجة	157.000	4.536	178.125	1.458	17.800	0.000	معنوي
	المدى الحركي عند المد Extension	درجة	34.875	3.980	57.625	2.200	17.606	0.000	معنوي
	المدى الحركي عند التبعيد Abduction	درجة	153.750	3.105	176.875	2.997	25.276	0.000	معنوي
	المدى الحركي عندالتقريبAdduction	درجة	33.875	2.357	48.250	1.909	13.902	0.000	معنوي
	المدى الحركي عند الدورا الداخلي int.Rotation	درجة	48.875	2.031	67.625	2.387	22.325	0.000	معنوي
	المدى الحركي عند Ext. Rotation	درجة	65.500	4.660	84.500	3.742	20.108	0.000	معنوي

يتضح من الجدول أعلاه (الحجامة الجافة والمتوحلقة) ولغرض الاستدلال عن معنوية الفرق بين الاختبار القبلي والبعدي للمدى الحركي حيث أن قيمة (t) المحسوبة قد كانت (17.800) بمستوى دلالة (0.000) وهو أقل من مستوى الدلالة (0.05) مما يدل على وجود فرق معنوي بين الاختبارين القبلي والبعدي لمتغير المدى الحركي عند ثني لمفصل الكتف الزاوية , أما عن قيمة (t) المحسوبة لمتغير فقد كانت(17.606) وهي معنوية عند مستوى دلالة (0.000) لمتغير المدى الحركي عند المد مما يدل على تحسين متغير المد لمفصل الكتف الزاوية ,أما عن قيمة (t) فقد كانت (25.276) وهي معنوية عند مستوى دلالة (0.000) لمتغير المدى الحركي عند عند التبعيد لمفصل الكتف ، أما عن قيمة (t) فقد كانت (13.902) وهي معنوية عند مستوى دلالة (0.000) لمتغير المدى الحركي عند التقريب لمفصل الكتف , أما عن قيمة (t) المحسوبة قد كانت (22.325) وهي معنوية عند مستوى دلالة (0.000) لمتغير المدى الحركي عند دوران الداخلي ، أما عن قيمة(t) المحسوبة قد كانت (20.108) وهي معنوية عند مستوى دلالة (0.000) لمتغير المدى الحركي عند دوران الخارجي مما يشير إلى وجود فروق معنوية لجميع الاختبارات ولصالح الاختبار البعدي

مجلة دامو لعلوم الرياضة
DAMU JOUNRAL OF SPORT SCIENCE (DJSS)
ISSN-L: 3005-8244 ، ISSN-P: 3005-8236
https://www.iasj.net/iasj/journal/460
DAMU JOUNRAL of sport science

يعزو الباحث ذلك التحسن الدال إلى الانتظام أفراد العينة في استخدام الوسائل التأهيلية المختلفة بانوعها المؤثرة للإصابة من حيث طريقه العمل العضلي والشده وفترات الراحة البينية والتنوع في اشكال وأساليب المستخدمة حيث تشير نتائج التحليل الإحصائي إلى وجود فروق معنوية ذات دلالة إحصائية بين القياسات القبلية والبعدية لجميع متغيرات المدى الحركي لمفصل الكتف (ثني، مد، تبعيد، تقريب، دوران داخلي، دوران خارجي).

وهو ما أكدته مراجعة علمية أوضحت أن الحجامة تساعد في تخفيف الألم وتحسين الوظائف في حالات العضلات والعظام مثل الكتف .

2-1-4 عرض وتحليل الاختبارات القبلية والبعدية في متغيرات الالم(الحجامة الجافة والمتزحلقة) ومناقشتها

يبين الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة (t) للعينات ومستوى الدلالة للقياسين القبلي والبعدي في اختبارات شدة الألم جدول (6)

ت	المتغيرات	وحده القياس	القبلي		البعدي		قيمه (t)	مستوى الدلالة	الفرق
			س	ع	س	ع			
1	شدة الألم	درجة	5.988	0.426	1.812	0.422	18.362	0.000	معنوي

تشير نتائج التحليل الحصائي ولغرض الاستدلال عن معنوية الفرق بين الاختبار القبلي والبعدي أن قيمة (t) المحسوبة قد كانت (18.362) عند مستوى دلالة (0.000) وهو كذلك أقل من مستوى الدلالة (0.05) مما يدل على وجود فرق معنوي دال إحصائياً بين القياسين القبلي والبعدي لمتغير شدة الالم الحركي لمفصل الكتف ولصالح القياس البعدي ويُعزى هذا التحسن إلى الدور الفسيولوجي للحجامة في تخفيف الاحتقان، وتنشيط الدورة الدموية، وتقليل التوتر العضلي، مما ينعكس إيجابًا على تقليل شدة الألم وتحسين الوظيفة الحركية للمفصل .

مجلة دامو لعلوم الرياضة
DAMU JOUNRAL OF SPORT SCIENCE (DJSS)
ISSN-L: 3005-8244 ، ISSN-P: 3005-8236
https://www.iasj.net/iasj/journal/460
DAMU JOUNRAL of sport science

3-1-4 عرض وتحليل الاختبارات القبلية والبعدية في متغيرات البدني .

يبين الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة (t) للعينات ومستوى الدلالة للقياسين القبلي والبعدي في اختبارات المتغير البدني جدول (10)

ت	المتغيرات	وحده القياس	القبلي		البعدي		قيمه (t)	مستوى الدلالة	الفرق
			س	ع	س	ع			
المتغير البدني	الثني Flexion	كغم	16.500	1.195	24.000	1.414	10.247	0.000	معنوي
	المدExtension	كغم	14.375	1.302	21.500	0.756	11.670	0.000	معنوي
	التبعيد Abduction	كغم	16.875	1.246	27.000	0.926	21.116	0.000	معنوي
	التقريبAdduction	كغم	16.000	1.512	29.125	0.834	20.536	0.000	معنوي
	الدورا الداخلي int.Rotation	كغم	20.750	0.886	30.500	1.069	18.532	0.000	معنوي
	Ext. Rotation	كغم	14.500	1.195	23.875	1.125	13.792	0.000	معنوي

يتضح من الجدول أعلاه لجميع المتغيرات البدنية المتعلقة بقوة عضلة الذراع عند مفصل الكتف أن قيمة (t) المحسوبة قد كانت (10.247) بمستوى دلالة (0.000) وهو اقل من مستوى الدلالة (0.05) مما يدل على وجود فرق معنوي بين الاختبارين القبلي والبعدي لمتغير البدني لمفصل الكتف عند الثني ، أما عن قيمة (t) المحسوبة قد كانت (11.670) وهي معنوية عند مستوى دلالة (0.000) لمتغير البدني عند المد عند مفصل الكتف ، أما عن قيمة (t) قد كانت (21.116) وهي معنوية عند مستوى دلالة (0.000) لمتغيرالبدني عند التبعيد لمفصل الكتف ، أما عن قيمة (t) المحسوبة قد كانت (20.536) وهي معنوية عند مستوى دلالة (0.000) لمتغير البدني عند التقريب لمفصل الكتف ، أما عن قيمة (t) المحسوبة قد كانت (18.532) وهي معنوية عند مستوى دلالة (0.000) لمتغير البدني عند الدوران الداخلي لمفصل الكتف ، أما عن قيمة (t) المحسوبة قد كانت (13.792) وهي معنوية عند مستوى دلالة (00.00) لمتغير البدني عند دوران الخارجي ، مما يشير إلى وجود فروق معنوية لجميع الاختبارات في ولصالح الاختبار البعدي . ، مما يدل على فعالية التدخل العلاجي (الحجامة الجافة والمتزحلقة) في تعزيز قوة عضلات مفصل الكتف وتحسين أدائها الحركي .

5- الاستنتاجات والتوصيات :

5-1 الاستنتاجات :

من خلال عرض وتحليل البيانات ومناقشتها توصل الباحث للاستنتاجات الآتية :

1. نجاح عمل الوسائل التأهيلية وفك العقد العضلية والمساهمة على تطور كبير في المدى الحركي وبجميع الاتجاهات والتخلص من الالم .
2. استخدام أسبوعين كافيينِ لتخلص المصاب من ألم اللفافة العضلية اللوحية وعودة إلى حالته الطبيعية بأسرع وقت ممكن .
3. شعور الألم هو المسبب الحقيقي لتحديد الحركة في مفصل الكتف.
4. أظهرت نتائج الدراسة أن الحجامة الجافة والمتزحلقة فعالة في تحسين المدى الحركي لمفصل الكتف ..

5. 5-2 التوصيات:

على ضوء نتائج البحث قام الباحث بوضع مجموعة من التوصيات منها :

1- ضرورة استخدام الطرق العلاجية على يد المتخصصين بعد تشخيص الاصابة وعدم الاكتفاء بالعلاج الدوائي (المسكنات) لانها تعالج المشكلة ولا تعالج السبب .

2- بسبب اختلاف طبيعة جسم الرجل عن المرأة ضرورة اجراء دراسات مشابهة على النساء المصابات بألم اللفافة العضلية اللوحية.

المصادر العربية :-

1- محمد حسن علاوي , أسامه كامل راتب : البحث العالمي في التربية البدنية وعلم النفس الرياضي , القاهر , دار الفكر العربي , 1999.
2- عادل تركي حسن الدلوي , حسين مردان عمر : تطبيقات البحث العلمي , النجف الاشرف ,مطبعة الدار البيضاء , 2021م ,
3- جوني دانييل : اساسيات اختبار العينة في البحوث العلمية :ترجمة :طارق عطية عبد الرحمن ط1 :مركز الابحاث , المملكة العربية السعودية , سنة 2015 .
4- محمد مطر عركي. أساسيات القياس .ط1 .المطبعة . شركه المارد .النجف الاشرف .2021 .
5- جمال محمد زكي : الموسوعة العلمية في الحجامة والابر الصينية من منظور العلم الحديث ,2010 .
6- محمد أحمد عيسى : العلاج بالحجامة وكاسات الهواء . دار الغد الجديد . الطبعه الاولى . 2003 مصر .

المصادر الاجنبية :-

7- Al-Bedah, A., Khalil, M., Elolemy, A., Hussein, A. A., AlQhazani, M., Al-Gabbany, M., ... & AlZahrani, A. (2019). *The use of wet cupping for musculoskeletal pain: A systematic review and meta-analysis of randomized controlled trials*. Complementary Therapies in Clinical Practice, 35, 1–9.
8- Cao, H., Li, X., & Liu, J. (2012). An updated review of the efficacy of cupping therapy. *PLoS ONE*, 7(2), e31793..
9- Smith, J., Johnson, R., & Lee, M. (2023). *Effects of dry and sliding cupping therapy on shoulder muscle strength: A randomized controlled trial*. Journal of Rehabilitation Science, 15(2), 38–50.