

## כאב גב תחתון בקרב סטודנטים לפיזיותרפיה במכללה האקדמית צפת

ד"ר ג'נאן עבאס <sup>1</sup>PT, PhD, ד"ר אמירה דאהר <sup>2</sup>PT, PhD

<sup>1</sup> ראש החוג לפיזיותרפיה, מכללה אקדמית צפת  
<sup>2</sup> מרצה בחוג לפיזיותרפיה, מכללה אקדמית צפת

### תקציר

**רקע:** כאב גב תחתון (כג"ת) הינו אחת מתופעות השלד-שריר הנפוצות ביותר ועלולה להיות מושפעת מגורמים רבים, כגון עומסים פיזיים, השמנה ועישון. אף על פי ששכיחות התופעה הזו עולה עם הגיל, שכיחותה אצל סטודנטים ממקצועות הבריאות יכולה להגיע עד כ-80%. כמו כן, קיימת עדות מחקרית שלימודי הפיזיותרפיה מהווים גורם סיכון להופעת כג"ת.

**מטרות:** להעריך את שכיחות כג"ת אצל סטודנטים לפיזיותרפיה במכללה האקדמית צפת, ולבדוק אם קיים קשר בין כג"ת ובין המשתנים שנת הלימוד ומין באוכלוסייה זו.

**שיטות:** נערך סקר-חתך באמצעות שאלון למילוי עצמי, מקוון ואנונימי לגבי שכיחות כג"ת, בחודש אוגוסט של שנת הלימודים 2019-2020. בשאלון התבקשו הסטודנטים למסור גם פרטים דמוגרפיים ונתונים לגבי פעילותם הגופנית והלחץ הנפשי שהם חווים. כדי לבחון את ההבדלים בין שנת הלימוד או בין גברים לנשים נבדקו המשתנים הכמותיים באמצעות One-way ANOVA ו-T-test, בהתאמה, והמשתנים הדיכוטומיים נבדקו באמצעות מבחן כי בריבוע. גורמי הסיכון להופעת כג"ת נבדקו באמצעות רגרסיה לוגיסטית (logistic regression).

**תוצאות:** במחקר השתתפו 137 סטודנטים (84%), 58 גברים (42%) ו-79 נשים (58%). המחקר הראה כי 71% מן הסטודנטים סבלו מכג"ת בתדירות של פעם ביום עד פעם בחודש במהלך השנה האחרונה. לא נמצא הבדל משמעותי בהימצאות כג"ת לפי שנת הלימוד של הסטודנט ( $p=0.121$ ); בנוסף לכך מין (נשים) מהווה גורם סיכון להופעת כג"ת אצל סטודנטים לפיזיותרפיה ( $OR=3.055, P=0.011$ ).

**מסקנות:** מן המחקר עולה כי שכיחות כג"ת אצל המשתתפים הינה 71%. כמו כן קיים קשר בין כג"ת למין, אך לא קיים קשר בין כג"ת לשנת הלימוד.

**מילות מפתח:** כאב גב תחתון, סטודנטים לפיזיותרפיה, לחץ נפשי ופעילות גופנית