

ערכה את המדור: ד"ר סמדר פלג BPT, PhD

במדור זה מובאים תקצירים בעברית של מאמרים שפורסמו בספרות העולמית. על פי חוזי זכויות היוצרים של כתבי העת הפועלים בשיטת הגישה הפתוחה (open access), אין צורך בהסכמת מערכות כתבי עת אילו לתרגום ופרסום התקצירים בעברית. במקרה של תקצירי מחקרים שהופיעו בכתבי עת שאינם פועלים בשיטת הגישה הפתוחה, מערכת כתב העת של העמותה לקידום הפיזיותרפיה בישראל קיבלה מעורכי כתבי העת הרלוונטיים אישור רשמי לפרסום בתרגום לעברית. יש לציין כי מערכת כתב העת שלנו אחראית על תרגום התקצירים ועל כל שגיאה או שינוי במהות התכנים הנובעים מתהליך התרגום מאנגלית לעברית.

במדור הנוכחי מובא תקציר אחד של חוקרים מחו"ל ובהמשך תקצירים של ארבעה מאמרים שמבוססים על מחקרים שהובילו עמיתי ועמיתות מחקר מישראל.

קול קורא: נשמח אם קוראי כתב העת ו/או עמיתים/ות שהיו שותפים לאחרונה לפרסום מאמרים בספרות העולמית, יפנו את תשומת ליבנו למאמרים עדכניים אשר הופיעו בספרות העולמית ואשר יכולים לעניין את ציבור הקוראים שלנו.

נתונים לאורך כל תהליך השיקום שלהם (שנתיים וחצי בממוצע). הנתונים נותחו באמצעות מודל אנליטי לאינטראקציה רב-מודאלית.

תוצאה: עלו ארבעה נושאים: (1) משוב כידע גופני; (2) בקרה על התהליך; (3) התאמה; ו- (4) הגישה הגופנית. התוצאות חשפו את החשיבות שיש בהתייחסות לגוף המטופל הן כאל אובייקט והן כאל סובייקט כדי ליצור אינטראקציה עם הידע הגופני המובנה של המטופל.

מסקנה: גישה פנומנולוגית כלפי המטופל יכולה לתמוך בידע הגופני המובנה שיש למטופל, ועל ידי כך לתמוך ולסייע בהתפתחות זהותו.

מילות מפתח: פיזיותרפיה, גישה גופנית, זהות, פנומנולוגיה, אירוע מוחי

Body and identity in physiotherapy after stroke

Roenn-Smidt H, Jensen H, Pallesen H
Physiother Theory Pract 2021 37(10): 1067-1097.
<https://doi.org/10.1080/09593985.2019.1681041>

גוף וזהות בפיזיותרפיה לאחר אירוע מוחי

תקציר

רקע: אירוע מוחי תואר כשבר של מהלך החיים, אשר גורם לשינויים בזהות המטופל. יש לכך השלכות חשובות על חיי המטופל לאחר אירוע מוחי. עם זאת, עדיין חסר מידע מבוסס מדעית לגבי מצבו של המטופל, וקיימת חוסר עקביות לגבי דרכי ההתמודדות עם הנושא במהלך השיקום.

מטרה: מטרת המחקר שלפנינו היא ללמוד ולתאר כיצד מתנהלת האינטראקציה בין המטופל לפיזיותרפיסט וכיצד הגישה הפנומנולוגית יכולה לחזק את זהות המטופל ולפתחה.

עיצוב ושיטות: מחקר איכותני המבוסס על נתונים אמפיריים, המורכבים מ-146 סרטונים קצרים של אינטראקציות בין פיזיותרפיסט למטופל וכן מתצפיות ומראיונות של פיזיותרפיסטים ומטופלים. השתתפו 12 מטופלים, ונאספו

Factors associated with dynamic balance in people with Persistent Postural Perceptual Dizziness (PPPD): a cross-sectional study using a virtual-reality Four Square Step Test

Aharoni MMH, Lubetzki AV, Arie L, Krasovsky T
J NeuroEngineering Rehabil 2021 18: 55
<https://doi.org/10.1186/s12984-021-00852-0>

גורמים המשפיעים על שיווי משקל דינאמי בקרב אנשים עם סחרחורת יציבתית - תפיסתית מתמשכת PPPD (Persistent-postural perceptual dizziness): מחקר-חתך רוחבי בסביבה של מציאות מדומה

תקציר

רקע: סחרחורת יציבתית-תפיסתית מתמשכת PPPD (Persistent postural-perceptual dizziness) מאופיינת בתסמיני סחרחורת כרונית המוחמרים על ידי עומס חזותי. תנאים סביבתיים המחמירים תסמינים אלו אצל אנשים עם PPPD הינם מקומות בעלי אובייקטים נעים והומי אדם. אולם מבדקי שיווי משקל סטנדרטים אינם מדמים תנאים אלו. באמצעות סביבה של מציאות מדומה כימתנו מדדי שיווי משקל דינמי בקרב נבדקים עם PPPD ובקרב קבוצת ביקורת של נבדקים ללא PPPD, במגוון תנאים של עומס ראייתי.

שיטות: עשרים ושניים נבדקים עם PPPD ו-29 נבדקים בקבוצת הביקורת חבשו קסדת מציאות מדומה (HTC Vive) וביצעו מבדק צעימה מהירה (Four Square Step Test Virtual Reality - FSST-VR) בשלושה תנאי עומס חזותי (רציף רכבת ריקה; רציף עם תנועת אנשים; רציף עם תנועת אנשים ורכבות). מדדים קינמטיים של משך הביצוע, חלקות התנועה וטווחי תנועת הראש במישור סגיטלי (AP-ROM) ופרונטלי (ML-ROM) נמדדו באמצעות הקסדה, וקצב הלב נמדד באמצעות רצועת חזה. נוסף על כך, כל הנבדקים ביצעו מבחן יכולת ניידות (Timed-Up-and-Go - TUG), ומילאו שאלונים המודדים חרדה תכונתית ומצבית (State-Trait Anxiety Inventory - STAI), ביטחון בשמירת שיווי המשקל (Activities-Specific Balance Confidence - ABC), תחושת

Looking beyond the binary: an extended paradigm for focus of attention in human performance

Gose R, Abraham A
Experimental Brain Research (2021). 239: 1687-1699.
<https://doi.org/10.1007/s00221-021-06126-4>

התבוננות מעבר לבינארי: פרדיגמה מורחבת למיקוד תשומת הלב בביצוע המוטורי של האדם

תקציר

מיקוד תשומת הלב (focus of attention ; מת"ל) משפיע על ביצועיו המוטוריים של האדם. הספרות המדעית מחלקת את מת"ל לשתי קבוצות: מת"ל פנימי ומת"ל חיצוני לגוף האדם. חלוקה בינארית זו איננה מתייחסת לאינטראקציה הדינמית בין האדם, המשימה והסביבה. אינטראקציה שכזו היא בליבת תחומים רבים, כולל מחול. כותבי המאמר סוקרים את ההשפעות של מת"ל חיצוני לעומת מת"ל פנימי על ביצועים מוטוריים בבני האדם. בהמשך, הם מזהים אתגרים מובנים בתפיסה בינארית זו ברמה התפיסתית, ההגדרתית והתפקודית. הכותבים מציעים כי אתגרים אלו עלולים להוביל להטיות במחקרים בתחום ולפרשנות בלתי מדויקת של ממצאי מחקרים. על בסיס אתגרים אלו, הכותבים מרחיבים את הפרדיגמה הקיימת על-ידי הצעת סוג שלישי וחדש של מת"ל - Dynamic Interactive Focus of Attention - אשר מדגיש את האינטראקציה הדינמית הטבעית הקיימת בין מת"ל חיצוני ובין מת"ל פנימי. לסיום, הכותבים מציעים את הדמיון המנטלי (mental imagery) כגישה למחקר וליישום קליני של שלושת סוגי מת"ל, ומתארים מגוון יישומים קליניים אפשריים לסוג החדש של מת"ל במגוון תחומים, כולל שיקום פיזיותרפיה, ספורט ומחול.

מילות מפתח: מיקוד תשומת לב, ביצוע מוטורי, דמיון מנטלי, דמיון מנטלי דינמי נורו-קוגניטיבי, ריקוד

Backward Running on a Negative Slope as a Treatment for Achilles Tendinopathy in Runners: A Feasibility Pilot Study

Hammer S, Spitzer E, Springer S
J Sport Rehabil 2021 Online ahead of print
[doi: 10.1123/jsr.2020-0500](https://doi.org/10.1123/jsr.2020-0500)

**ריצה אחורנית על מסילה בשיפוע שלילי כאפשרות טיפול
 בטנדינופתיה של גיד האכילס אצל רצים - מחקר היתכנות**

תקציר

רקע: טנדינופתיה של גיד אכילס היא אחת הפציעות השכיחות ביותר בקרב רצים. הטיפול באמצעות תרגילי חיזוק אקסצנטריים, המעמיסים באופן הדרגתי על שרירי הסובר וגיד האכילס, נמצא יעיל, ושיטה זו מהווה טיפול קו ראשון. עם זאת, בשלבים המוקדמים של השיקום החולים מקבלים, בדרך כלל, הנחיה להפסיק לרוץ. ריצה לאחור בשיפוע שלילי מספקת עומס אקסצנטרי דומה לזה שקיים בתרגול. לפיכך, ניתן להציע את השיטה כטיפול חלופי.

מטרת המחקר: להעריך את ההיתכנות של תוכנית ריצה אחורנית בשיפוע שלילי כשיטת טיפול בטנדינופתיה של גיד אכילס אצל רצים.

שיטות: למחקר גויסו 15 רצים עם טנדינופתיה של גיד אכילס. תוכנית הטיפול כללה תשעה מפגשים. בכל מפגש המטופלים רצו לאחור על הליכון בשיפוע שלילי. לפני ואחרי כל ריצה התבצע חימום/שחרור למשך חמש דקות באמצעות דיווש על אופניים סטטיות. ההיענות לטיפול הוערכה על ידי שיעור המשתתפים שסיימו את הפרוטוקול המלא ללא תופעות לוואי. היעדים האישיים הקשורים לריצה נקבעו לפני התוכנית בשיטת Goal attainment scaling (GAS) והוערכו לאחר שיקום. זמן הריצה קדימה ללא סימפטומים (FRT) Forward Running Time ושאלון מוגבלות תפקודית The Victorian Institute of Sports Assessment Scale - Achilles (VISA-A) נמדדו בתחילת המחקר (T0), לפני הטיפול השישי (T1), ולאחר המפגש האחרון (T2).

מוגבלות מסחרחורת (Dizziness Handicap Inventory) ומחלת סימולטור (Simulator Sickness Questionnaire - SSQ). נבדקו אפקטים עיקריים של העומס הראיתי וקבוצת המחקר, וקשרים בין מדדי הביצוע, התפקוד ומדדים סובייקטיביים.

תוצאות: בסיום הבדיקה החרדה המצבית ומחלת הסימולטור לא התגברו. בשתי הקבוצות AP-ROM וקצב הלב עלו בתנאים של עומס ראיתי גבוה ($p < 0.05$). לא נמצאו הבדלים במדדים הקינמטיים של תנועת הראש בין הקבוצות שהשתתפו במחקר. בקבוצת המחקר, בתנאי עומס ראיתי גבוה, נמצא קשר בין חרדה תכונתית גבוהה ויכולת ניידות איטית ובין טווחי תנועת ראש מופחתים בשני המישורים (AP-ROM, ML-ROM). נוסף על כך, בקבוצה זו נמצא קשר בין ביטחון תנועת נמוך ותחושת מוגבלות גבוהה ובין AP-ROM נמוך ($r = 0.47$ to 0.53 ; $p < 0.05$). לעומת זאת, בקבוצת הביקורת נמצא קשר בין חרדה תכונתית גבוהה, יכולת ניידות איטית וביטחון תנועת נמוך ובין AP-ROM גבוה ($r = 0.38$ to 0.46 ; $p < 0.05$). כמו כן נמצא קשר בין יכולת ניידות איטית ובין ML-ROM גבוה ($r = 0.53$; $p < 0.01$).

מסקנות: מבדק ה-FSST-VR עשוי לספק מידע על אסטרטגיות התנועה בקרב אנשים עם PPPD מעבר לזמן ביצוע המבדק לבדו. אף על פי שלא נצפו הבדלים תלויי קבוצה, הקשרים המובהקים בין המדדים הסובייקטיביים למדדי הביצוע, אשר זוהו במדידת תנועות הראש, יכולים להצביע על כך שאנשים עם PPPD מדגימים תנועות ראש מופחתות בעת ביצוע מטלת שיווי משקל דינמית. ממצאים אלו תומכים בקיומו של קשר אפשרי בין התפיסה המרחבית ובין תסמיני PPPD.

מילות מפתח: מבדק צעידה מהירה, חרדה, קינמטיקה, קסדת מציאות מדומה, גירוי חזותי/ראיתי, סחרחורת כרונית

חוסר השתתפות בפעילות פנאי או ספורט "וההתמכרות" למסכים, הגבירה את אורח החיים היושבני. לכן, השערת המחקר היא ששכיחות כג"ת אצל סטודנטים לפיזיותרפיה בתקופת הסגר אמורה לעלות בהשוואה לחיים הרגילים.

שיטות וכלים: מחקר סקר נערך בחוג לפיזיותרפיה במכללה האקדמית צפת (שנה"ל 2019-2020) והתבסס על שאלון אנונימי שדרכו התקבלו נתונים בסיסיים לגבי המשתתפים, כמו גיל, מין, גובה, משקל, שנת הלימודים, מעורבות בפעילות גופנית ועישון. השאלון התייחס להימצאות כג"ת בשלוש נקודות זמן שונות: (א) תקופת הסגר (5 החודשים האחרונים), (ב) במשך השנה האחרונה (ג) לאורך החיים.

תוצאות: השתתפו במחקר 137 סטודנטים (84% מתוך 164 סטודנטים שלמדו בחוג לפיזיותרפיה בשנת הלימודים 2019-2020. מן המחקר עולה שאין שינוי מובהק בשכיחות כג"ת אצל סטודנטים לפיזיותרפיה בתקופת הסגר בהשוואה לשנה האחרונה. עוד נמצא כי במשך השנה האחרונה נשים סבלו מכג"ת במידה גדולה יותר לעומת גברים.

מסקנות: תוצאות המחקר מראות שתקופת הסגר לא החמירה את שכיחות כג"ת אצל סטודנטים לפיזיותרפיה.

מילות מפתח: סגר, וירוס קורונה, כאבי גב תחתון, סטודנטים לפיזיותרפיה

תוצאות: לא נמצאו תופעות לוואי שליליות בעקבות התוכנית. ארבע עשר משתתפים (93%), (גיל ממוצע 48.8 ± 10.4 שנים, 86% זכרים) השלימו את הפרוטוקול המלא. כמעט כל המשתתפים (85.7%) השיגו את יעדיהם התפקודיים הקשורים לריצה. לאחר ההתערבות, חציון זמן הריצה קדימה ללא סימפטומים עלה מ- 52.5 ± 92.5 שניות ל- 900 ± 522.5 שניות ($p = 0.008$, גודל אפקט 0.858), וחציון ציון VISA-A השתפר ב-28 נקודות ($p = 0.003$, גודל אפקט 0.881).

סיכום: ריצה אחורנית על מסילה בשיפוע שלילי עשויה לשמש כשיטת טיפול לרצים הסובלים מטנדינופתיה של גיד האכילס. בכדי לבחון לעומק את יעילות השיטה נדרשים מחקרים אקראיים מבוקרים.

מילות מפתח: תרגול, העמסה, שיקום, ריצה, פציעת מאמץ חוזרני

Has the COVID-19 outbreak altered the prevalence of low back pain among physiotherapy students?

Abbas J, Hamoud K, Jubran R and Daher A
J Am Coll Health

<https://doi.org/10.1080/07448481.2021.1953505>

האם הסגר בתקופת משבר הקורונה שינה את שכיחות כאבי הגב התחתון אצל סטודנטים לפיזיותרפיה?

תקציר

רקע: כאב גב תחתון (כג"ת) הינו הפרעת שלד-שריר הנפוצה ביותר בעולם המערבי, אשר מושפעת מגורמים שונים, כגון גיל, מין, עישון, לחץ נפשי ועומסים פיזיים. מחקרים קודמים הראו כי סטודנטים בכלל, וסטודנטים ממקצועות הבריאות בפרט, חשופים לכג"ת עקב ישיבה ממושכת בלימודים, או מאמצים פיזיים במסגרת ההכשרה המעשית. מחקרים מראים שהתפרצות נגיף הקורונה והסגר שבא בעקבותיה השפיעו לרעה על החיים החברתיים והנפשיים בקרב האוכלוסייה. נוסף על כך, ההסתגרות בבתי חוסר הגעה לעבודה/לימודים,