

🌸 **שם המחקר:** ללכת על המים: השפעות תכנית התערבות תנועתית במים על סיכון

לנפילות ויכולות קוגניטיביות-מילוליות באוכלוסייה מזדקנת עם מוגבלות שכלית

התפתחותית

🌸 **שנה:** 2017

🌸 **מס' קטלוגי:** 152

🌸 **שמות החוקרים:** פרופ' אברהם גולדשטיין, פרופ' ישעיהו הולצר, ד"ר מיכל ניסים

מרכז גונדה לחקר המוח, אוניברסיטת בר אילן, המכללה האקדמית בוינגייט

**السير على الماء: تأثير برنامج المداخلة الحركية في الماء على مخاطر السقوط والقدرات
الذهنية-الكلامية عند المسنين من ذوي الإعاقة العقلية التطورية.**

د.ميخال نيسيم، د. أبي جولدشطين، بروفيسور شايكه هوتسلر، جامعة تل أبيب، ٢٠١٥.

رقم الكاتالوغ: 152

المسنين من ذوي الإعاقة العقلية التطورية موجودون تحت مخاطر أكبر لحوادث السقوط. هذه الحوادث تحدث نتيجة لهبوط في المهارات الحركية والقدرة على التوازن، السير والتنسيق الحركي اللطيف حيث تشكل واحدة من أهم الأسباب للحوادث عند هذه المجموعة. أيضاً، قدرة كلامية-ذهنية مثل الذاكرة قصيرة المدى واستيعاب كلامي الاخذان بالتدهور مع التقدم في السن، كما يحدث عند المسنين بشكل عام.

الجروح الناتجة عن حوادث السقوط مع هبوط القدرات الكلامية-الذهنية تؤثر على جودة الحياة وعلى القيام بالمهام اليومية عند المسنين من ذوي الإعاقة العقلية التطورية وعلى المحيطين بهم. كون عدد المسنين من ذوي الإعاقة العقلية التطورية يرتفع بشكل متنسق بسبب الخدمات الطبية التي ترفع من متوسط العمر المتوقع، يجب ايجاد برامج فعالة لتقليل المخاطر لحدوث حوادث السقوط وتدهور القدرات الكلامية-الذهنية.

التدخل الحركي عن طريق الماء يتضح أنها فعّالة في تقليص مخاطر حوادث السقوط وتحافظ على القدرات الكلامية-الذهنية عند المجموعات المختلفة، لكن تأثيرها على مجموعة المسنين من ذوي الإعاقة العقلية التطورية لم تُبحث بعد. الهدف من البحث الحالي هو فحص تأثير النشاط الحركي الممنهج في الماء على مخاطر السقوط والقدرات الكلامية-ذهنية عند المسنين من ذوي الإعاقة العقلية التطورية.

مجموعة البحث تحوي ٤١ مسن (من جيل ٥٠-٦٦) من ذوي الإعاقات العقلية التطورية الخفيفة حتى المتوسطة حيث تم تقسيمهم بشكل تلقائي لواحدة من مجموعتي البحث. المجموعة الأولى اشتركت

في برنامج الحركة الممنهجة في الماء (أي تشي) والمجموعة الثانية اشتركت في برنامج حركة ممنهجة مشابه على اليابسة (تاي تشي). البرنامج استمر لمدة ١٤ أسبوع، لقاءان في كل أسبوع، ٢٠ دقيقة في كل لقاء. جمع المعطيات تم عبر ثلاثة لقاءات: قبل بداية البرنامج، بعد ٧ أسابيع من بداية البرنامج وبعد ١٤ أسبوع من بداية البرنامج.

بحث النتائج حول قدرة التوازن والسير وتقدير الاخطار للسقوط، تمت عبر فحص "تينتي" (Tinetti Assessment Tool)، فحص النتائج حول قدرة التنسيق الحركي تمت عبر فحص غرز خرزات، فحص النتائج حول الذاكرة الكلامية تمت عبر فحص تذكّر أرقام أمامية (Digit Span Forward) وفحص النتائج تمت عبر فحص الجانب المساوي.

نتائج البحث يدعمون التأثير الإيجابي للتدخل الحركي الممنهج في الماء واليابسة في تقليص مخاطر السقوط، حيث أن المشتركين في مجموعة البرنامج الحركي الممنهج في الماء قلصوا مخاطر السقوط بوتيرة أكبر من المجموعة المشتركة في برنامج الحركة الممنهجة على اليابسة.

بالإضافة إلى ذلك، استنتجنا أنه كلما كانت العلامة التي حصل عليها المسنّ في مقياس مخاطر السقوط قبل بداية البرنامج كلما كان التغيير أكبر.

أيضاً، نتائج البحث تدعم التأثير الإيجابي للتدخل الحركي الممنهج في الماء واليابسة على قدرة الاستيعاب الكلامي كما تؤثر النتائج على أفضلية للتدخل الحركي الممنهج في الماء بتأثيرها على الذاكرة الكلامية.

هذا البحث يعطينا فهم أعمق لتأثير البرنامج الحركي الممنهج في الماء على تقليص مخاطر السقوط والحفاظ على القدر الكلامية-الذهنية عند المسنين من ذوي الإعاقة العقلية التطورية. هذا الفهم يعطينا القدرة على تطوير طرق وبرامج لمساعدة هذه المجموعة. برامج مركزة ومتلائمة من شأنها أن تساعد في تقليص حوادث السقوط ومنع جروح مرافقة أخرى، حيث الموجودين في مخاطر مرتفعة للسقوط يستفيدوا أقصى ما يمكن من هذه البرامج التي من شأنها تقليص حوادث السقوط.



- [للبحث الكامل](#)
- [لمחקר המלא](#)
- [לייانات אبحاث في קרן שלם](#)
- [למאגר המחקרים של קרן שלם](#)
- [לייانات היות البحث في קרן שלם](#)
- [למאגר כלי המחקר של קרן שלם](#)