

نمونه پیام پژوهشی جهت انتشار (۲)

عنوان پیام پژوهشی

کفش‌های مخصوص دویدن تجویز شده می‌توانند خطر ابتلا به آسیب‌های ناشی از دویدن را در اندام تحتانی کاهش دهند.

پیام کلیدی:

کفش‌های خنثی/بالمشک‌دار در مقایسه با کفش‌های مینیمالیست ممکن است تفاوتی اندک یا عدم تفاوت را در تعداد دوندگانی که آسیب دیده‌اند یا از کفش‌های خود رضایت دارند، ایجاد کنند.

کفش‌هایی با زیره میانی نرم در مقایسه با کفش‌های با زیره میانی سخت ممکن است تفاوتی اندک یا عدم تفاوت را در تعداد دوندگانی ایجاد کنند که آسیب‌های ناشی از دویدن اندام تحتانی را متحمل می‌شوند.

تجویز کفش‌های مخصوص دویدن و انتخاب آنها بر اساس وضعیت یا احتمالاً تفاوتی اندک یا عدم تفاوت را در آسیب‌های ناشی از دویدن ایجاد می‌کند.

متن پیام پژوهشی

پژوهش حاضر به بررسی تأثیر انواع مختلف کفش‌های مخصوص دویدن بر کاهش خطر آسیب‌های ناشی از دویدن در اندام تحتانی پرداخته است. هدف اصلی این مطالعه، مقایسه نرخ آسیب‌دیدگی در دوندگان با استفاده از کفش‌های تجویز شده و غیرتجویز شده بود. با جست‌وجو در مطالعات موجود، ۱۲ مطالعه شناسایی شد که شامل ۱۱,۲۴۰ شرکت‌کننده می‌شدند. این مطالعات به مقایسه انواع مختلف کفش‌ها، از جمله کفش‌های خنثی، مینیمالیست، کنترل حرکت و پایدار پرداخته و نتایج آن‌ها را بر اساس معیارهای آسیب‌دیدگی تحلیل کردند. نتایج نشان داد که کفش‌های خنثی یا بالمشک‌دار در مقایسه با کفش‌های مینیمالیست تأثیر قابل توجهی بر کاهش آسیب‌های ناشی از دویدن نداشتند و شواهد موجود از قطعیت پایینی برخوردار بود. همچنین مشخص نشد که آیا کفش‌های کنترل حرکت یا پایدار می‌توانند به کاهش آسیب‌ها کمک کنند. تجویز کفش‌های مخصوص دویدن بر اساس وضعیت یا نیز احتمالاً تأثیر اندکی بر کاهش آسیب‌های ناشی از دویدن دارد. این یافته‌ها می‌تواند به دوندگان و متخصصان ورزشی در انتخاب مناسب‌ترین کفش برای کاهش خطر آسیب کمک کند و نیاز به تحقیقات بیشتری در این زمینه را نمایان می‌سازد.

تأثیرات و کاربردهای آن

این یافته‌ها می‌تواند به دوندگان و متخصصان ورزشی در انتخاب مناسب‌ترین کفش کمک کند و نیاز به تحقیقات بیشتری در این زمینه را نمایان سازد. پژوهشگران آینده باید به دنبال تعریف مشترکی از طراحی کفش‌های مخصوص دویدن و آسیب‌های ناشی از دویدن باشند تا بتوانند شواهد دقیق‌تری ارائه دهند.

محدودیت‌های شواهد چه بودند؟

به شواهد حاصل از مطالعاتی که به مقایسه کفش‌های مخصوص دویدن تجویز شده و تجویز نشده پرداختند، اطمینان متوسطی داشتیم، اما این شواهد به دلیل این واقعیت که شرکت‌کنندگان می‌دانستند چه نوع کفش‌هایی را برای دویدن دریافت می‌کنند، محدود بود.

اعتماد کمی به شواهدی داریم که انواع مختلف کفش‌های مخصوص دویدن را مقایسه کردند، زیرا شرکت‌کنندگان اغلب می‌دانستند که چه نوع کفشی را برای دویدن دریافت می‌کنند، تعداد شرکت‌کنندگانی که در مطالعه مشارکت داشتند کم بوده و مطالعات کافی برای مقایسه هر نوعی از کفش مخصوص دویدن با نوع دیگر آن وجود نداشت.

مخاطبان طرح پژوهشی:

- گیرندگان خدمات سلامت (مردم، بیماران، رسانه‌ها)
- ارائه‌کنندگان خدمات سلامت (پزشکان، داروسازان، پرستاران، ماماها و ...)
- مدیران و سیاست‌گذاران نظام سلامت (مدیران بیمارستان، دانشگاه، سازمان غذا و دارو، معاونت بهداشتی و ...)

آیا این خبر می‌تواند از نظر اجتماعی، سیاسی، فرهنگی، بهداشتی، ارزش‌های دینی و قوانین سازمان غذا و دارو، تبعاتی داشته‌باشد؟

از نظر بهداشتی، استفاده از کفش‌های غیراستاندارد می‌تواند منجر به بروز مشکلاتی مانند درد در ناحیه پا، زانو و کمر، ناهنجاری‌های پا مانند انگشت چکشی و فرورفتگی ناخن در گوشت شود. این مشکلات نه تنها کیفیت زندگی فرد را تحت تأثیر قرار می‌دهد بلکه می‌تواند به کاهش عملکرد روزمره و فعالیت‌های ورزشی منجر شود.

در صورتی که این طرح منتج به مقاله شده است لینک مقاله درج شود: <http://www.....>

ایمیل ارتباطی و تلفن مجری اصلی طرح:

منابع و مراجع : ۴ مرجع اصلی استفاده شده در طرح تحقیقاتی مورد نظر را ذکر نمایید.