

الباب الخامس : Chapter Five

5- الاستنتاجات والتوصيات : Conclusions and Recommendations

5-1 الاستنتاجات : Conclusions

أستنتج الباحث الآتي:

- 1- للبرنامج التاهيليان باستعمال الاسلوب الفكري متوسط الشدة وجهاز تحميل العتبة الهوائية عند رفع الذراع غير المسند تأثير ايجابي فى تحسين السعة الحيوية القسرية (FVC) وحجم الزفير القسري عند الثانية الاولى (FEV1) ونسبة (FEV1\FVC) وأقصى معدل لانسياب الزفير (PEFR) والضغط الشهيقي الاقصى (PI,Max) وشدة ضيق التنفس في الدقيقة الاولى والثانية والثالثة وتحسين القدرة البدنية (6MWD) والتشبع الاوكسجيني (SpO2) قبل وبعد اختبار (6MWD) لمرضى التهاب القصبات المزمن.
- 2- لا توجد أفضلية في التأثير بين البرنامج التاهيليان في المتغيرات المبحوثة باستثناء متغير (قمة معدل انسياب الزفير PEFR) ومتغير (VAS في الدقيقة الثانية) لصالح المجموعة الثانية التي استعملت جهاز تحميل العتبة الهوائية عند رفع الذراع غير المسند.
- 3- إن التمرينات المقترحة التي اعدّها الباحث كانت ملائمة لاعمار ومستوى شدة مرض عينة البحث.
- 4- لم يظهر أي تحسن للمجموعة التي استعملت الدواء كعلاج فقط في المتغيرات المدروسة.
- 5- لم يظهر أي تحسن للمجموعات الثلاث في المتغيرات المبحوثة بعد مرور 5 أسابيع من التأهيل.

5-2 التوصيات: Recomendtions

يوصي الباحث بالآتي:

- 1- ضرورة استخدام البرنامج التأهيلي بالاسلوب الفكري متوسط الشدة وجهاز تحميل العتبة الهوائية المقترحين لعلاج مرضى الانسداد المزمن للمجاري التنفسية.
- 2- ضرورة التدرج بزاوية رفع الذراع غير المسندة أثناء استخدام جهاز تحميل العتبة الهوائية.
- 3- إجراء بحوث باستخدام الاجهزة الاخرى مثل جهاز تدريب المقاومة الشهيقية الهادف Targeted inspiratory resistive device أو جهاز تدريب المقاومة الشهيقية غير الهادف nontargeted inspiratory resistance device أو جهاز تدريب فرط ثاني أوكسيد الكربون Normocapnic device hyperventilation لعلاج مرضى الانسداد المزمن للمجاري التنفسية.
- 4- إجراء دراسات مشابهة باستخدام برنامج تأهيلي باساليب تدريبية أخرى لعلاج مرضى الانسداد المزمن للمجاري التنفسية.
- 5- إجراء دراسات مشابهة مع عينات لامراض مختلفة مثل الربو Asthma والتليف الرئوي Pulmonary fibrosis وأمراض الجدار الصدري chest wall diseases وانتفاخ الحويصلات الرئوية Emphysema.
- 6- إجراء بحوث للتعرف على آلية حصول تعب العضلات التنفسية ومعرفة العلاقة بين ضعف العضلات التنفسية وتعبها.
- 7- ضرورة الدمج مابين التمارين العلاجية واجهزة المقاومة في البرنامج التأهيلي الواحد للحصول على نتائج أفضل.
- 8- ضرورة فتح مراكز تأهيلية متخصصة في المساعدة على علاج الامراض المزمنة في العراق عموماً ومحافظة بابل خصوصاً.