

Özet

Kas iskelet sistemine ait yaralanmaların önlenmesi ve tedavisi ya da performansın geliştirilmesi için elastik ya da rijit bantlamanın etkinliğine dair yeterince bilimsel destek bulunmamaktadır. Bu çalışmanın amacı sağlıklı bireylerde rijit bantlamanın diz ekstensör kas kuvveti ve alt ekstremitte fonksiyonlarına etkisini göstermektir.

Yirmi sekiz sağlıklı gönüllü (yaş 20.9 ± 1.1 yıl) randomize olarak her biri 14 denekten oluşan 2 gruba ayrıldı: Plasebo ve rijit bantlama grubu (aynı kas grubu üzerine rijit bantlama uygulanmış). Tüm deneklere uygulama öncesi ve sonrasında tek bacak sıçrama mesafesi, çift bacak sıçrama, izometrik ve izokinetik kuvvet ölçümleri yapıldı.

Sağlıklı sedanter erişkinlerde quadriseps kasına yapılan rijit bantlama alt ekstremitte fonksiyonlarında, sıçrama mesafesinde ve diz ekstensör kas kuvvetinde önemli bir değişikliğe neden olmamaktadır.