

1 Streszczenie

Wstęp

Wśród licznych publikacji naukowych zwraca się szczególną uwagę na możliwość występowania zależności pomiędzy regularną i wieloletnią grą na instrumencie muzycznym a pojawieniem się zmian w układzie mięśniowo- szkieletowym. Nierównowaga tkankowa, wynikająca z przyjmowania wymuszonej pozycji, często niezgodnej z fizjologią, powtarzanie czynności angażujących stale te same struktury oraz liczne przeciążenia przyczyniają się do powstawania dysfunkcji kręgosłupa oraz stawów ramiennych.

Cel

Celem pracy była analiza wpływu gry na instrumentach dętych drewnianych, na przykładzie fagotu i saksofonu, na funkcje stawu ramiennego wśród muzyków.

Material i metodyka

Materiał badany stanowiło 23 studentów w klasie fagotu lub saksofonu, 23 muzyków zawodowych, grających na fagocie bądź saksofonie oraz 25 studentów na kierunku fizjoterapia. Badanie zrealizowano na podstawie kwestionariusza ankiety oraz badania funkcjonalnego każdego uczestnika. Kwestionariusz ankiety składał się z 24 pytań, które dotyczyły: dokładnej lokalizacji dolegliwości bólowych w obszarze kończyny górnej i kręgosłupa, występowania dysfunkcji w życiu codziennym, objawów towarzyszących bólowi, aktywności fizycznej na co dzień. Zapytano także muzyków o codziennie ćwiczenia na instrumencie muzycznym- wiek rozpoczęcia gry na instrumencie muzycznym, czas gry oraz przerwy. Bilateralne badanie funkcjonalne stawów ramiennych obejmowało badanie: siły mięśni za pomocą dynamometru elektronicznego IDO, zakresu ruchomości z użyciem goniometra, ocenę bólu według Wizualnej Skali Analogowej VAS oraz testy funkcjonalne obejmujące obszar szyi, stawu ramiennego, stawu łokciowego oraz nadgarstka. Zastosowano również badanie z wykorzystaniem testów mięśniowych z oporem, obejmujących mięśnie odpowiedzialne za ruchomość stawu w każdej płaszczyźnie.

Wyniki

Zdecydowana większość badanych instrumentalistów doświadczyła w swoim życiu dolegliwości bólowych układu mięśniowo- szkieletowego wynikających z gry na fagocie bądź saksofonie. Pierwsze problemy zdrowotne pojawiły się u zawodowych muzyków później, aniżeli wśród młodych muzyków. Najczęściej wskazywaną przez badanych artystów okolicą bólową kończyny górnej jest prawy staw ramienny (39,13% u młodych instrumentalistów oraz 30,43% u muzyków zawodowych) i lewy staw ramienny (w każdej grupie muzyków 30,43% badanych). 76,47% młodych oraz 77,78% dojrzałych instrumentalistów skarżyło się na występujące objawy dodatkowe, w postaci mrowienia i drętwienia części dystalnych kończyn górnych. Najwyższe wartości siły mięśni odpowiedzialnych za funkcję stawu ramiennego odnotowano wśród młodych muzyków dla ruchu rotacji wewnętrznej po stronie prawej ($Me=5,03$), natomiast dla muzyków zawodowych był to ruch rotacji wewnętrznej lewego stawu ($Me=8,13$). Młodych muzyków charakteryzował także istotnie statystycznie mniejszy zakres ruchomości rotacji wewnętrznej prawego stawu ramiennego w porównaniu do uczestników grupy kontrolnej ($p=0,014$). Stwierdzono również istotną statystycznie zależność pomiędzy wykonywaniem zawodu muzyka a pozytywnym wynikiem testu Neer'a ($p=0,015$) oraz speed's testu ($p<0,05$).

Wnioski

1. Staw ramienny, obok dolegliwości odcinka szyjnego i lędźwiowo- krzyżowego kręgosłupa, jest jednym z najbardziej wrażliwych obszarów ciała wśród muzyków fagocistów i saksofonistów.
2. Gra na fagocie bądź saksofonie od najmłodszych lat życia wpływa na zmniejszenie siły mięśniowej i zakresu ruchomości stawu ramiennego.
3. U muzyków fagocistów i saksofonistów dochodzi do przeciążenia systemu mięśniowego, który odpowiedzialny jest za stabilizację stawu ramiennego oraz zakres ruchu w stawie.
4. Nie istnieją różnice w zaangażowaniu siły mięśni odpowiedzialnych za ruchy prawego i lewego stawu ramiennego.
5. Nadgarstek i stawy międzypaliczkowe ręki prawej przynoszą zdecydowanie więcej bólu i dysfunkcji muzykom fagocistom i saksofonistom aniżeli w kończynie przeciwnej.

6. Na przestrzeni lat nie zmienia się niska świadomość instrumentalistów dotycząca troski o zdrowie.

Słowa kluczowe: staw ramienny, muzycy dęci drewniani, fagot, saksofon, muzycy instrumentalisci.

