

**Ojukwu, Chidiebele Petronilla, et al., 2024**

### **Evaluering av abdominale spenningsøvelser ved bruk av EMG**

**Mål** Studien brukte biofeedback og elektromyografi (EMG) for å evaluere variasjonene i muskelaktivitetene til Rectus Abdominis (RA) og Transversus Abdominis (TrA) under abdominale spenningsøvelser (ABE) i ulike kroppsposisjoner.

**Resultater** Studien fant at for best resultat bør abdominale spenningsøvelser utføres i stående posisjon.

**Deltakere og forskere** Tjuefem kvinnelige pasienter deltok i studien.

Forskerne var Chidiebele Petronilla Ojukwu og Amarachi Blessing Eze fra Institutt for medisinsk rehabilitering, Fakultet for helsevitenskap og teknologi, Universitetet i Nigeria, Enugu, Nigeria; Ibifubara Ayoola Aiyegbusi, Institutt for fysioterapi, Universitetet i Lagos, Nigeria; Ifeoma Blessing Nwosu, Institutt for medisinsk rehabilitering, Fakultet for helsevitenskap og teknologi, Universitetet Nnamdi Azikiwe, Awka, Nigeria; og Stephen Sunday Ede, Institutt for medisinsk rehabilitering, Fakultet for helsevitenskap og teknologi, Universitetet i Nigeria og School of Sport and Health Sciences, University of Central Lancashire, Preston, Storbritannia.

**Metoder** Elektrisk aktivitet av begge komponentene i RA- og TrA-muskene ble vurdert hos 25 overvektige kvinner via overflateelektromyografi (SEMG) under ABE i fire forskjellige kroppsposisjoner (ligge, ligge på siden, stående og sittende). Hver prøve varte i fem sekunder med en hvileperiode på én time mellom forsøkene.

EMG-inngangssignalene ble registrert ved bruk av et datainnsamlingsystem fra Verity Medical, NeuroTrac Myoplus 2, og ved hjelp av NeuroTrac-programvare (Verity Medical).

Hele sammendraget finnes på

<https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S1360859224000238>