

فیزیوتراپی راهی برای توانبخشی بیماران

امروزه به حداقل رساندن عوارض و درمان بیماری‌ها از طریق حذف عوامل محدودکننده و ناتوان‌کننده در بیماران مورد توجه بسیار قرار گرفته است. فیزیوتراپی شاخه‌ای از علم پزشکی است که به بیمار کمک می‌کند در طول دوران زندگی خود، قدرت حرکت و توانایی انجام امور خود را حفظ کند.



جام جم آنلاین: امروزه به حداقل رساندن عوارض و درمان بیماری‌ها از طریق حذف عوامل محدودکننده و ناتوان‌کننده در بیماران مورد توجه بسیار قرار گرفته است. فیزیوتراپی شاخه‌ای از علم پزشکی است که به بیمار کمک می‌کند در طول دوران زندگی خود، قدرت حرکت و توانایی انجام امور خود را حفظ کند.

دکتر داوود شفیعی‌خانی، متخصص طب فیزیکی و توانبخشی در این باره به «جام‌جم» می‌گوید: فیزیوتراپی با عملکرد بدن، حرکت و به حداکثر رساندن پتانسیل‌های انسان ارتباط داشته و هدف از آن اصلاح فعالیت‌های حرکتی، برطرف کردن محدودیت‌ها، تقویت عضلات ارادی، افزایش مهارت‌ها و آموزش حرکات ارادی است.

روش‌ها

با توجه به تداخل و ارتباط زیاد سیستم‌های بدن، درمان‌های فیزیوتراپی مستقیم یا غیرمستقیم باعث بهبود عملکرد سیستم فیزیولوژیک نیز می‌شود. به گفته این متخصص طب فیزیکی و توانبخشی به طور کلی فیزیوتراپی به دو صورت ارائه می‌شود؛ یکی فیزیوتراپی بیماران سرپایی و دوم فیزیوتراپی بیماران بستری.

خدمات در نوع سرپایی انواع بیماران شامل بیماران مبتلا به دردهای آرتروز کمر، گردن، زانو، بیماران دچار شکستگی اندام‌ها و موارد متنوع دیگری را شامل می‌شود و هدف اصلی در این نوع درمان کاهش درد، افزایش دامنه حرکتی، تقویت عضلات، بهبود تعادل و در نهایت افزایش و بهبود عملکرد بیماران در زندگی روزمره است.

وی می‌افزاید: در فیزیوتراپی بیماران بستری، درمان بر بالین بیماران انجام می‌شود و بیشتر شامل فیزیوتراپی تنفسی، قلبی و ورزش اندام‌هاست که با هدف جلوگیری از عفونت ریه‌ها، افزایش ظرفیت و بهبود عملکرد تنفسی و قلبی، جلوگیری از خشک شدن مفاصل و بهبود دامنه حرکتی مفاصل صورت می‌گیرد.

دکتر شفیعی‌خانی توضیح می‌دهد: با وجود این‌که فیزیوتراپی درمانی برای کاهش درد و ناراحتی و بازبانی قدرت عضلانی در افراد است، اما انجام آن می‌تواند گاهی دردناک نیز باشد؛ هرچند بین مردم اغلب تمایل به استفاده از روش‌های گرمایی مانند کیسه آب گرم به دنبال هر جلسه درمان رایج است، اما توصیه بیشتر، استفاده از یخ روی محل آسیب دیده است.

کاربرد

با ارائه خدمات درمانی سریع، بی‌خطر و مفید مانند فیزیوتراپی، فشار ناشی از هزینه‌های بالای درمان را می‌توان تا حدود زیادی کاهش داد.

دکتر شفیعی‌خانی کاربرد فیزیوتراپی را در ارتوپدی بسیار مهم ارزیابی می‌کند و می‌گوید: استفاده از این روش در بهبود شکستگی استخوان‌ها و دررفتگی مفاصل، اختلالات اسکلتی عضلانی (کمردرد و گرفتگی عضلات) ایجاد تغییرات فرسایشی در مفاصل مثل آرتروز زانو، شانه، ران و ستون فقرات، اختلال در ستون فقرات و گردن، فتق دیسک بین مهره‌ای، کشیدگی و پارگی تاندون عضلات و... بسیار موثر است. فیزیوتراپی همچنین در بیماری‌های روماتولوژی (بیماری‌های مفاصل و بافت نرم) نیز می‌تواند برای کاهش درد، تورم، التهاب و نیز جلوگیری از پیشرفت عوارض بیماری و به دست آوردن حداکثر کارایی دوباره مفید واقع شود.

وی می‌افزاید: تعداد جلسات انجام فیزیوتراپی در هر بیمار بسته به نوع آسیب‌دیدگی، شرایط بدنی، سن و احساس بهبودی و رضایت فرد متفاوت است.

درمان

در فیزیوتراپی روش‌های مختلف غیردارویی، جراحی یا امکانات درمان‌های طبیعی برای پیشبرد معالجه به کار گرفته می‌شود؛ در این روش‌ها از وسایل مکانیکی، ورزش، نور، پرتوهای فرابنفش، میدان‌های الکتریکی و مغناطیسی، لیزر، گرما و سرما، جریان برق و...

استفاده می‌شود.

دکتر شفیعی‌خانی می‌گوید: به طور کلی درمان در فیزیوتراپی را می‌توان به 3 گروه اصلی تمرین درمانی (تجویز، انجام و آموزش ورزش‌های درمانی خاص، ماساژ) الکتروتراپی که در آن امواج خاص (امواج مایکروویو، امواج کوتاه رادیویی، امواج مافوق صوت، امواج الکتریکی و...) توسط دستگاه به شکل خاصی تولید شده و به عضو تابانده می‌شوند و هیدروتراپی که در آن با استفاده از خاصیت بی‌وزنی و گرمایی آب (شناوری، تلاطم و...) به درمان برخی از بیماری‌های حرکتی پرداخت، تقسیم کرد.

به گفته وی، هیدروتراپی بخصوص برای بیماران با سوختگی وسیع و فتق دیسک بین مهره‌ای کاربرد نسبتاً مناسبی دارد.