

تعریف و تاریخچه: واژه فیزیوتراپی از دو کلمه "فیزیو به معنای فیزیولوژیک، جسمانی و طبیعی" و "تراپی به معنای درمان" ساخته شده است. فیزیوتراپی شیوه ای از درمان بیماری ها و اختلالات عصبی-عضلانی-اسکلتی است که از تجهیزات مکانیکی، جریان های الکتریکی، مانورهای دستی، تمرین درمانی، نور، لیزر، ماوراء صوت، پرتوهای ماوراء بنفش، مادون قرمز، میدان مغناطیسی و عوامل فیزیکی دیگر استفاده می کند و هدف آن، پیشگیری از بیماری ها، درمان، توانبخشی و بالا بردن سطح سلامت می باشد.

تا سال ۱۹۴۵ میلادی افرادی به عنوان تکنسین فیزیوتراپی و جزئی از توانبخشی، در بخشهای بازپروری و بازتوانی فعالیت می کردند. اما بعد از آن فیزیوتراپی مدرن شکل گرفت و فعالیت ها شامل درمان هم شد. روند تغییر ادامه یافت و بعد از سال ۲۰۰۰ میلادی، در بسیاری از کشورها مانند آمریکا، استرالیا، هند، پاکستان، انگلستان، کانادا، هلند و ... بصورت دکتری حرفه ای فیزیوتراپی درآمد. واقعیت این است که فیزیوتراپی به دلیل دیدگاه های جدید خود از قالب توانبخشی محض نیز خارج شده و به عنوان عضوی در انواع گروه های چندرشته ای شناخته می شود.

ابزار و عملکرد: با توجه به ارتباط بین سیستم های بدن، درمان های فیزیوتراپی مستقیم یا غیر مستقیم، باعث بهبود عملکرد فیزیولوژیک سیستم های مختلف بدن نیز می شود. به عنوان مثال فیزیوتراپی دستگاه تنفسی، موجب بهبود درصد گازهای خون و تغییر میزان اسیدپتیه آن شده و به دنبال آن بهبود سطح هشیاری می شود.

در علم فیزیوتراپی، تسلط بر آناتومی، کینزیولوژی (حرکت شناسی) و فیزیولوژی حرکت از اهمیت بیشتری برخوردار است. برهمین اساس فیزیوتراپی به عنوان درمان علمی و بر پایه تحصیلات عالی و بالینی بوده و همزمان با توسعه دانش پزشکی به یکی از ارکان درمان های نوین پزشکی تبدیل شده است.

اصلی ترین هنر و تخصص فیزیوتراپیست توانایی انجام مهارتهای دستی و حرکت درمانی است که در جهت پیشگیری از بسیاری بیماریها و درمان و توانبخشی افراد جامعه بکارگرفته می شود. همراه با این تکنیک ها از خواص مدالپتیه های مختلف، امواج صوتی، میدان های مغناطیسی، لیزر، شاک ویو، امواج رادیویی و خواص درمانی آب، سرما و گرما نیز استفاده می شود تا دستیابی به این اهداف آسانتر گردد.

این نوع از درمان ها منحصرأ توسط فیزیوتراپیست های فارغ التحصیل از دانشکده های توانبخشی انجام می شود که آموزشهای علمی را طی کرده و درمانهای بالینی را بخوبی فراگرفته اند. دیدگاه منحصر به فرد فیزیوتراپیست از بیمار و شناخت ویژه اش از عملکرد و ساختار طبیعی بدن در کنار معاینه و ارزیابی دقیق، به وی این توانایی را می دهد تا بیماران را در جهت رسیدن به اهدافی مانند پیشگیری از بیماریها، تطابق افراد با محیط کار، افزایش سطح کیفیت زندگی افراد، کاهش نیاز به برخی جراحی ها و درمانهای دارویی طولانی مدت که عوارضی نیز در پی دارند سوق دهند.

روشهای درمانی فیزیوتراپی دارای شواهد و پایه علمی و تحقیقاتی تخصصی بوده و با درمان هایی مانند طب فیزیکی، کایروپراکتیک، طب سنتی، ورزش درمانی و ماساژدرمانی، اگرچه در برخی موارد جزئی نقاط مشترکی دارند، متفاوت می باشد.

روش های درمانی: درمان در فیزیوتراپی به طور کلی به سه گروه اصلی تقسیم می شود:

**تمرین درمانی:** فیزیوتراپیست به وسیله تجویز، اجرا و آموزش تمرین های درمانی خاص و تمرین در آب (آب درمانی)، اقدام به درمان بیمار و افزایش سطح سلامت وی می کند.

**الکتروتراپی:** در الکتروتراپی، درمان به وسیله دستگاه های ویژه انجام می شود. این دستگاه ها معمولاً امواج خاصی را که همگی به شکل خاصی تولید شده، تغییر داده و مدوله می کنند.

**مهارتهای درمان یا دست:** که با دستان توانمند فیزیوتراپیست ها انجام می شود و با استفاده از تکنیک های پیشرفته و به روز دنیا مانند، [1]PRT [2]، MET، نورودینامیک، ماساژهای اورتوپدیک، [3]MFR و ..... از آلام دردمندان می کاهد.

حیطه های کاربرد: مهمترین حیطه های فعالیت فیزیوتراپی موارد زیر است:

بیماریهای سیستم عضلانی &ndash; اسکلتی (ارتوپدی)

بیماریهای سیستم قلبی، عروقی و تنفسی

بیماریهای سیستم اعصاب محیطی و مرکزی

بیماریهای پوستی و سوختگی ها

درد و کنترل درد

بیماریهای شغلی و اختلالات پاسچر

بیماری های زنان و زایمان و اختلالات کف لگن

بیماری های کودکان

آسیب های ورزشی

پیشگامی فیزیوتراپیست ها در سیستم های بین المللی سلامت  
عناصری که توانسته فیزیوتراپیست ها را در کشورهای مختلف تبدیل به عناصر پیشرو و در ذات خود مدیری شایسته  
برای بهبود سلامت کند عبارتند از :

بیمار محوری  
درمان مبتنی بر شواهد  
آشنایی با کاربرد اصول مدیریت در فرایند درمان  
مشارکت بیمار در درمان به عنوان یک عضو در تیم درمان  
دیدگاه کلی نگری به بیمار و بیماری  
نگاه ویژه به سبک زندگی بیمار  
دیدگاه اقتصادی  
غیرتهاجمی بودن  
اعتقاد به بهبود فرایندها در سیستم های سلامت  
یکپارچه دیدن خطوط پیشگیری، درمان و توانبخشی در سیستم سلامت  
تغییر الگوی بیماری  
آشنایی با تئوری های مبتنی بر حرکت  
از بین این ویژگی ها، مهمترین عناصری که فیزیوتراپی را مقبول و مطلوب آحاد جامعه نموده است، دیدگاه بیمارنگر به  
جای بیماری نگر، غیرتهاجمی بودن، دیدگاه سلامت نگر و کل نگری آن می باشد.  
**وظایف فیزیوتراپیست:** فیزیوتراپیست می تواند با مدرک کارشناسی فیزیوتراپی (BSPT)، کارشناسی ارشد فیزیوتراپی  
(MSPT)، دکترای حرفه ای فیزیوتراپی (DPT) و دکترای تخصصی فیزیوتراپی (PhD) در کلینیک های درمانی به عنوان  
مسئول فنی و درمانگر انجام وظیفه کند.  
وظایف فیزیوتراپیست به شرح زیر است:  
تشکیل پرونده جهت بیماران فیزیوتراپی  
ثبت کلیه نکات مربوط به بیمار و مراحل درمان و کلیه وقایع در حین درمان  
آموزش و توصیه به بیماران و همراهان آنها  
شرکت در بازآموزی ها بطور سالیانه و ارائه مدارک مربوطه  
رعایت اصول اخلاق حرفه ای  
بررسی و معاینه انفرادی و گروهی نقص های بالقوه یا بالفعل، محدودیتهای عملکردی و ناتوانایی ها  
تشخیص محدودیتهای حرکتی، ناتوانی ها یا بیماری ها  
طراحی و برنامه ریزی برای درمان  
ارائه مشاوره به بیمار  
اجرای مداخلات درمانی مانند: منوال تراپی، الکتروتراپی، تمرین درمانی، هیدروتراپی، ...  
ارزیابی پیشرفت بیمار  
ثبت مراحل درمان  
تهیه گزارش درمان در پایان آخرین جلسه درمانی جهت ارائه به پزشک ارجاع دهنده  
آینده فیزیوتراپی: آنچه مسلم است درمان های غیرتهاجمی که بر شواهد مستحکم پایه گذاری شده اند، نقش  
انکارناپذیری در بهبود سطح سلامت جامعه خواهند داشت. درمانی کم هزینه، کم عارضه و مؤثر مانند فیزیوتراپی، با  
سرعت هرچه تمام تر ارتقاء یافته و بیش از پیش مورد اقبال جامعه قرار خواهد گرفت.

Muscle Energy Technique [1]  
Positional Release Therapy [2]  
Myofascial Release [3]