

فیزیوتراپی و توانبخشی



جدول زیر مقایسه ای بین سطح مشخصی از ضایعه طناب نخاعی و نتیجه پتانسیل بازتوانی می باشد.
این جدول راهنمای اطلاعات کلی می باشد. معلولیت و پتانسیل بازتوانی بستگی زیادی به نوع و شدت ضایعه دارد. همیشه با پزشک خود در مورد اطلاعات بیشتر درباره وضعیت شخصی خود مشورت کنید.

سطح ضایعه	معلولیت ممکن	پتانسیل بازتوانی
C ₂ -C ₃	معمولاً کشنده بدلیل ناتوانی در تنفس	تماما بستگی به تمام مراقبت ها دارد
C ₄	فلج 4 اندام و تنفس سخت	بستگی به مراقبت دارد. / معمولاً ونتیلاتور لازم است
C ₅	فلج 4 اندام حرکت جزئی شانه و آرنج	امکان تغذیه توسط خود بیمار / معمولاً تنفس بدون ونتیلاتور احتیاج به وسایل کمک تنفسی دیگر
C ₆	فلج 4 اندام با حرکت شانه ، آرنج و تا حدی مچ	امکان راندن صندلی چرخ دار روی سطح صاف، امکان همکاری در غذا خوردن ، لباس پوشیدن، کمک گرفتن از دیگران برای انتقال از سطحی به سطح دیگر
C ₇	فلج 4 اندام با حرکت شانه، مچ و حرکت جزئی دست	امکان راندن صندلی چرخ دار بیرون از منزل، انتقال بدن از جایی به جای دیگر، رانندگی با اتومبیل خاص، امکان کمک کردن به برنامه های دفع روده و مثانه
C ₈	فلج 4 اندام همراه با حرکت بازو و ضعف دست	امکان راندن صندلی چرخ دار خارج از منزل، انتقال دادن خود - راندن اتومبیل ویژه امکان کمک کردن به برنامه های دفع روده و مثانه
T ₁ -T ₆	فلج اندام تحتانی همراه با از دست دادن عملکرد پایین تر از وسط قفسه سینه کنترل کامل بازوها	وابستگی در مراقبت شخصی و استفاده از ویلچر امکان توان انجام کار تمام وقت
T ₆ -T ₁₂	فلج اندام تحتانی همراه با از دست دادن عملکرد زیر سطح کمر کنترل خوب پیچ خوردن و غلط زدن	توازن در نشستن، توان بالا در راندن صندلی چرخ دار و انجام فعالیتهای ورزشی
L ₁ -L ₅	فلج اندام تحتانی همراه با درجات متفاوتی از فعالیت عضلات پاها	توان راه رفتن در مسافت کم با وسایل کمکی

باز توانی در بیماران ضایعه نخاعی :

باز توانی در این بیماران همراه با شروع درمان فاز حاد آغاز می شود. به محض بهتر شدن بیمار برنامه بازتوانی مفصل تری باید شروع شود. موفقیت در باز توانی به مواد زیر بستگی دارد

- سطح و شدت ضایعه
- نوع و درجه ناتوانی
- سلامت کلی بیمار
- حمایت خانواده

هدف باز توانی بیماران ضایعه نخاعی کمک کردن به آنها به منظور بدست آوردن حداکثر عملکرد عدم وابستگی و بالا بردن کیفیت زندگی می باشد چه از لحاظ روحی و چه از لحاظ جسمی.

نواحی تحت پوشش در باز توانی شامل موارد زیر است:

نیاز بیمار	مثال
مهارت‌های مراقبت شخصی در برگیرنده فعالیت‌های زندگی روزانه	غذا خوردن ، مرتب کردن خود، حمام کردن ، لباس پوشیدن ، اجابت مزاج، و عملکرد جنسی
مراقبت فیزیکی	حفظ عملکرد قلب و ریه، نیازهای تغذیه ای - مراقبت پوست
مهارت‌های حرکتی	پیاده روی ، انتقال ، راندن صندلی چرخ دار
مراقبت تنفسی	استفاده از ونتیلاتور در صورت نیاز درمان تنفس و ورزش برای بهتر شدن عملکرد ریه
مهارت‌های ارتباط عمومی	صحبت کردن ، نویشت و روشهای فرعی روابط عمومی
مهارت‌های اجتماعی	ارتباط با دیگران در منزل و خارج از آن
آموزش شغلی	مهارت‌هایی در رابطه با شغل
مهار درد و اسپاسم عضلانی	درمان دارویی و روشهای فرعی دیگر در درمان گرفتگی عضلانی و درد
مشاوره روانی	قبول مشکلات و راه هایی برای فکر کردن روشهای رفتاری و احساسی دیگر
حمایت خانوادگی	کمک به تطبیق با روش جدید زندگی کمک مالی و برنامه های مرخصی
آموزش	آموزش بیمار و خانواده وی درباره ضایعه طناب نخاعی و روش های تطبیق دادن

تیم باز توانی ضایعه طناب نخاعی :

این تیم در دسترس بیمار و خانواده وی فعالیت می کند کار تیم از درمان کوتاه مدت تا باز توانی بلند مدت را شامل می شود. افراد متخصص زیادی عضو این تیم هستند که اعضا زیر را در بر دارد:

- متخصص و جراح مغز و اعصاب
- روانپزشک
- متخصص داخلی
- ارتوپد
- پرستار
- مددکار اجتماعی
- فیزیوتراپیست
- کاردرمانگر
- متخصص گفتار درمانی
- متخصص رژیم درمانی
- مشاور شغلی
- ارتوتسیت
- مدیر پروژه
- درمانگر تنفسی

انواع برنامه های باز توانی بیماران ضایعه حاد نخاعی در زیر آمده است:

- برنامه باز توانی حاد
- برنامه باز توانی تحت حاد

- برنامه باز توانی طولانی مدت
- برنامه زندگی جایگزین
- برنامه درمانی روزانه
- برنامه باز توانی شغلی