



جهت کسب اطلاعات بیشتر و دریافت مشاوره می توانید به مراکز فیزیوتراپی تحت نظارت دانشگاه علوم پزشکی اصفهان مراجعه فرمائید:

- ۱- کلینیک فیزیوتراپی دانشکده علوم توانبخشی
- ۲- کلینیک فیزیوتراپی مرکز جامع توانبخشی صدیقه طاهره (س)
- ۳- کلینیک فیزیوتراپی بیمارستان کاشانی
- ۴- کلینیک فیزیوتراپی بیمارستان چمران
- ۵- کلینیک فیزیوتراپی بیمارستان سیدالشهدا



دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی اصفهان
دانشکده علوم توانبخشی، گروه آموزشی فیزیوتراپی

آدرس: اصفهان، هزار جریب، دانشکده علوم توانبخشی
www.rehab.mui.ac.ir

حقوق معنوی این نوشتار متعلق به گروه فیزیوتراپی دانشکده علوم توانبخشی است

مزایای توانبخشی قلبی

۱. توانبخشی قلبی می تواند باعث ارتقای سلامت و بهبودی افراد بستری شود و مدت زمان بستری این افراد را در مراکز درمانی کاهش دهد.

۲. توانبخشی قلبی مرگ و میر ناشی از هرگونه بیماری قلبی را کاهش می دهد (کاهش ۱۵ درصدی طی ۱ سال اول و کاهش ۴۵ درصدی طی ۱۵ سال پیگیری پس از توانبخشی قلبی).

۳. توانبخشی قلبی باعث افزایش توانمندی افراد در انجام فعالیت های شخصی، روزمره و ورزشی می شود

۴. توانبخشی قلبی کاهش چربی و حفظ فشار خون طبیعی را به دنبال دارد

۵. توانبخشی قلبی باعث بهبود وضعیت روانی - اجتماعی بیمار و ارتقای کیفیت زندگی او می گردد

توانبخشی قلبی بیماران طی دوره بستری در مراکز درمانی

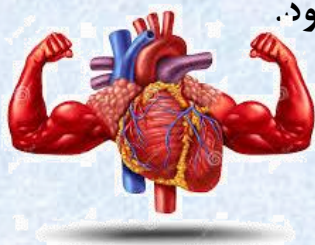
گروه فیزیوتراپی
دانشکده علوم توانبخشی
دانشگاه علوم پزشکی اصفهان

تمرینات ورزشی قسمت اصلی توانبخشی قلبی

در دوره توانبخشی قلبی تمرینات ورزشی از اهمیت ویژه ای برخوردار هستند. تیم توانبخشی قلبی بر اساس نتایج تست ورزش، تمرینات لازم و ایمن را برای شما تجویز می کند.

بیماران قلبی در دوره حاد بیماری باید تحت نظارت مستقیم و دقیق پزشک تمرینات ورزشی خود را آغاز کنند. ورزش میزان مرگ و میر ناشی از بیماری های قلبی عروقی را تا ۲۶ درصد و میزان پذیرش بستری در بیمارستان را ۱۸ تا ۳۱ درصد کاهش می دهد.

تمرینات ورزشی با همکاری فیزیوتراپیست به مرور زمان باعث بهبود تحرک، استقلال فردی، وضعیت شغلی، و وضعیت روحی - روانی بیمار و کاهش عوارض بیماری های قلبی - عروقی و استرس می شود.



۴

فیزیوتراپیست شما را معاینه می کند.

فیزیوتراپیست بر اساس اطلاعاتی که در مرحله ارزیابی از شما دریافت کرده است، معاینات فیزیوتراپی را انجام می دهد. این معاینات معمولاً شامل بررسی ظرفیت عملکردی بیمار، قدرت عضلات، ضربان قلب، فشار خون، سطح فعالیت بدنی، نوع و شدت بیماری و عوارض احتمالی آن است.

پیش از شروع برنامه توانبخشی، میزان انرژی مورد نیاز برای انجام فعالیت های مختلف پیش بینی می شود و متناسب با توان سیستم قلبی شما، مجوز انجام فعالیت های روزمره و نوع تمرینات ورزشی ایمن مخصوص شما تعیین می شود.



۳

توانبخشی قلبی طی دوره بستری شامل چه مواردی است؟

توانبخشی قلبی از زمانی که پزشک متخصص قلب به بیمار اجازه انجام فعالیت های روزمره را دهد، آغاز می شود. به دنبال تجویز این برنامه، تیم متخصصان به بررسی بیمار جهت طراحی برنامه مناسب وی خواهد پرداخت.

این برنامه شامل ۵ قسمت اساسی است:

۱. انجام ورزش های تجویز شده توسط تیم متخصصان
۲. مدیریت عوامل مستعد کننده بیماری های قلبی از طریق آموزش بیمار و خانواده او، مشاوره و اصلاح الگوهای رفتاری.
۳. ارزیابی وضعیت روانی و اجتماعی بیمار
۴. ارزیابی نتایج درمان
۵. ارائه برنامه درمانی متناسب با شرایط خاص هر بیمار



۲