

قدمت استفاده از آب جهت درمان به زمانهای گذشته بر می گردد. در آن زمان جهت بدست آوردن آرامش و رفع خستگی یا برای درمان برخی از بیماریهای خود از آب درمانی استفاده می کرده اند . در هنگام قرار گرفتن یک جسم در آب به اندازه وزن حجم آبی که جابجا می شود. از وزن جسم کاسته می شود. از ویژگی فوق (کاهش یافتن وزن اندام در آب) می توان جهت اهداف درمانی استفاده نمود. بنابراین از اثرات مستقیم آب درمانی می توان به این موارد اشاره نمود:

-عضو یا اعضای که بخاطر نداشتن عصب و عضله در خشکی حرکت ندارند به دلیل سبک شدن بدن در آب ، این اعضاء توسط عضلاتی که اعصاب دارند به حرکت در می آیند.

-جریان خون عضو فلج زیاد شده و تغذیه آن بهتر می شود.

-از تحلیل رفتن عضلات نیمه فلج جلوگیری می شود.

-از اثرات مستقیم آب درمانی ایجاد روحیه نشاط و شادابی و سرزندگی و جلوگیری از عوارضی همچون خمودگی ، گوشه نشینی و رکود است که منجر به افسردگی ها و ناراحتی های روحی و روانی می گردد.

-اسپاسم یکی از معضلات بیماران نخاعی است . آب تا حد بسیار زیادی اسپاسم را کم می کند بخصوص اگر این آب گرم باشد.

-اثرات گرما نیز به حرکت در آب اضافه شده و تاثیر بسزایی در کاهش اسپاسم می گذارد.

-افزایش گردش خون و گرم شدن نواحی دردناک روی دریچه درد در شاخ نخاع اثر گذاشته و از شدت درد می کاهد. حرکت در آب و آب درمانی اثرات غیر مستقیم بسیاری دارد که می توان به موارد زیر اشاره کرد:

-از بین بردن محدودیت حرکتی در مفاصلی که عضلات فلج و یا نیمه فلج دارند.

-جلوگیری از پوکی استخوان



-از دیگر فواید غیر مستقیم حرکت در آب برای کسانی که مشکل حرکتی دارند و یا دچار ضایعه نخاعی هستند و یا

قطع عضو هستند (بخصوص در افرادی که صدمه نخاع دیده اند) عدم تغییر -کل در ستون فقرات می باشد. در افراد دچار ضایعه نخاع به علت عدم استفاده بیش از حد از ویلچر و نشستن دراز مدت در آن، انحنایی بصورت جانبی در ستون فقرات ایجاد می شود (اسکولیوز) که این معضل با حرکت درمانی در آب و شنا حل می شود. زیرا در آب ستون فقرات به حالت کشیده در می آید و حرکت دستها در آب به تقویت عضلات ناحیه پشت کمک کرده و از ایجاد اسکولیوز جلوگیری می نماید.



-این ورزش با ایجاد افزایش گردش خون در ناحیه کلیه ها و مثانه از رسوب مواد معدنی به شکل سنگ در کلیه ها و مجاری ادرار جلوگیری نموده و تخلیه بهتر مثانه را سبب می شود.

-حرکت در آب ، حجم تنفسی ریه را بالا برده ، از تجمع ترشحات و خلط در ریه و ایجاد عفونت در آن جلوگیری کرده و با تنفس بهتر، سلامت بیشتر ریه ها را تضمین می



مرکز آموزشی درمانی امین

آب درمانی در بیماران ضایعه نخاعی



شناسنامه پمفلت آموزشی	
آب درمانی در بیماران ضایعه نخاعی	موضوع
واحد آموزش سلامت	تهیه کننده
دکتر آقااسماعیلی	تأیید کننده علمی
متخصص جراحی اعصاب	سمت
1402	تاریخ تهیه
1405 PE-neu-09	کد پمفلت و بازنگری

نماید . لازم به تذکر است که آب به دلیل برخی خواص فیزیکی نظیر چسبندگی ، شناوری ، فشار و غلظت (ویسکوزیته) اثرات بسیار مفیدی در انجام حرکات ورزشی دارد و از این خواص در دستگاههای هیدروتراپی استفاده می شود. در هیدروتراپی عمومی معمولاً" از استخر یا وان های پروانه ای شکل استفاده می گردد.

در حالی که در هیدروتراپی موضعی از وانهای کوچک و یا وان گردابی استفاده می شود. برخی از دستگاههای آب درمانی به گونه ای طراحی شده اند که می توانند آب را با فشار زیاد به اندامها بپاشند و یا حالت گردابی در آب ایجاد نمایند . در این حال علاوه بر استفاده از اثرات حرارتی آب ، از اثرات مکانیکی آن نیز بهره برد.

منابع:سایت ویکی پدیا و برونر و سوارث

جهت استفاده از مطالب آموزشی به سایت بیمارستان مراجعه

نمایید.www.amin.mui.ac.ir