



طب فیزیکی و توانبخشی چیست ؟

طب فیزیکی و توان بخشی یا **Physical Medicine and Rehabilitation** یکی از رشته های پزشکی تخصصی بالینی می باشد که به پیشگیری ، ارزیابی ، تشخیص ، درمان ، و ارائه روشهای توان بخشی برای بیماران مبتلا به اختلالات اسکلتی - عضلانی و سیستم عصبی محیطی و همچنین افراد دچار ناتوانی (**impairment**) و معلولیت (**disability**) فیزیکی و شناختی در تمام سنین می پردازد. این تخصص با استفاده از روشهای روتین تشخیصی و طب الکترودیگنوز، تزریق های تشخیصی و درمانی، روشهای دارویی و فیزیکی (ورزش درمانی، استفاده از مدالیت های فیزیکی، طب مانیپولاسیون یا همان درمان دستی) به تشخیص، درمان و توانبخشی بیماران دچار اختلالات فوق پرداخته و بر جلوگیری از عوارض ناشی از معلولیت ها تأکید دارد.

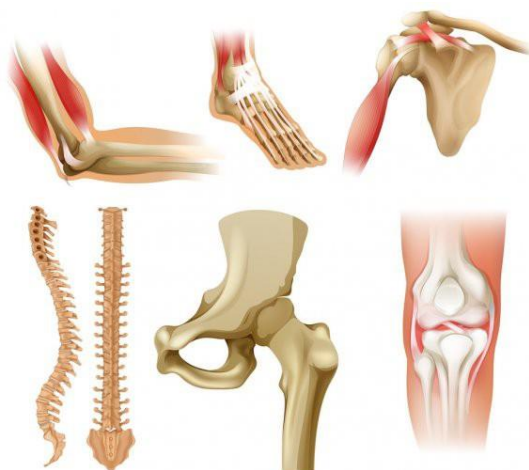
رشته تخصصی طب فیزیکی و توانبخشی از اواسط دهه چهل شمسی با حضور پزشکان متخصص طب فیزیکی و توانبخشی فارغ التحصیل از کشورهای اروپایی و آمریکای شمالی در ایران شروع به فعالیت کرد.. از اوایل دهه پنجاه شمسی نیز در برخی از مراکز دانشگاهی مثل دانشگاه تهران و مرکز پزشکی شهدای تجریش دوره های آموزشی جهتاموزش دانشجویان پزشکی و دستیاران تخصصی رشته های مرتبط برگزار گردید. تدریجاً با توجه به نیاز مراکز نظامی بخصوص در زمان جنگ تحمیل، این رشته در این مراکز نیز گسترش پیدا کرد.

دانشگاه علوم پزشکی شهید بهشتی در سال ۱۳۷۵ شروع به پذیرش دستیار تخصصی در رشته طب فیزیکی و توانبخشی نموده و از آن زمان به عنوان یکی از اصلی ترین گروه های آموزشی این رشته شناخته می شود.

همچنین برای اولین بار در کشور، دوره فلوشیپ "طب توانبخشی ضایعات نخاعی و ستون فقرات" در سال ۱۳۹۶ در گروه طب فیزیکی و توانبخشی دانشگاه علوم پزشکی شهید بهشتی، با مرکزیت بیمارستان شهدای تجریش، راه اندازی گردید.

متخصصین طب فیزیکی در سه زمینه زیر فعالیت می کنند :

الف) تشخیص و درمان اختلالات نوروموسکولواسکلتال (اعصاب محیطی، عضله و استخوان) مانند کمردرد، گردن درد، درد مفاصل، آرتروز، اختلالات دیسک، آسیب های عضلانی، اختلالات درگیر کننده اعصاب محیطی مثل سندرم تونل کارپ و آسیبهای ورزشی.



ب) توانبخشی بیمارانی که دچار اختلال عملکرد شده اند :متخصصین طب فیزیکی به کمک سایر اعضای تیم توانبخشی (فیزیوتراپیست، کاردرمان، گفتاردرمان، پرستار توانبخشی) به بیمار کمک می کنند تا جای ممکن به زندگی عادی همراه با استقلال فردی بازگردد. (مثلاً بیماران دچار سکته مغزی، آسیب نخاعی، سکته قلبی و آسیب های ناشی از ضربات). گاهی اختلال عملکرد به قدری شدید است که نمی توان بیمار را به زندگی قبلی بازگرداند، در این موارد تلاش میشود تا استقلال فردی بیمار حتی المقدور حفظ شود و از آسیب های ثانویه (آسیب های ناشی از بی حرکتی و ...) جلوگیری شود.

توانبخشی بیماران بهتر است از زمان بستری اولیه آغاز شود و در صورت لزوم پس از ترخیص بصورت سرپایی با مراجعه به کلینیک های طب فیزیکی و توانبخشی ادامه می یابد. در بعضی شرایط براساس تصمیم متخصص طب فیزیکی و توانبخشی، بیماران در بخش های توانبخشی بستری شده تا تحت اقدامات درمانی لازم بصورت فشرده قرار بگیرند.



ج) تست های الکترودیآگنوستیک: این روش ها که بیشتر به عنوان "تست نوار عصب و عضله" شناخته می شوند شامل تکنیک های تشخیصی است که خصوصاً در بررسی اختلالات اعصاب محیطی اهمیت زیادی دارند. به عنوان مثال علائمی نظیر درد، احساس گزگز و مور مور در اندام ها میتواند به علت درگیری عصب های اندامی، یا آسیب ریشه های عصبی در ستون فقرات یا به علت بیماری منتشر اعصاب محیطی کل بدن ایجاد شوند. با انجام نوار عصب و عضله میتوان این اختلالات را از یکدیگر افتراق داد و درمان مناسب را آغاز کرد. بصورت کلی بیماری های اعصاب محیطی (شامل ریشه های عصبی ستون فقرات، شبکه عصبی بازو و یا کمری، تنه های عصبی در اندام های فوقانی و تحتانی و عصب های سر و صورت)، بیماری های سلول های حرکتی نخاع (مانند فلج اطفال، ALS و ...) و همچنین بیماری های تحلیل برنده عضلات (مانند دیستروپی های عضلانی) با استفاده از این تست قابل تشخیص می باشند.



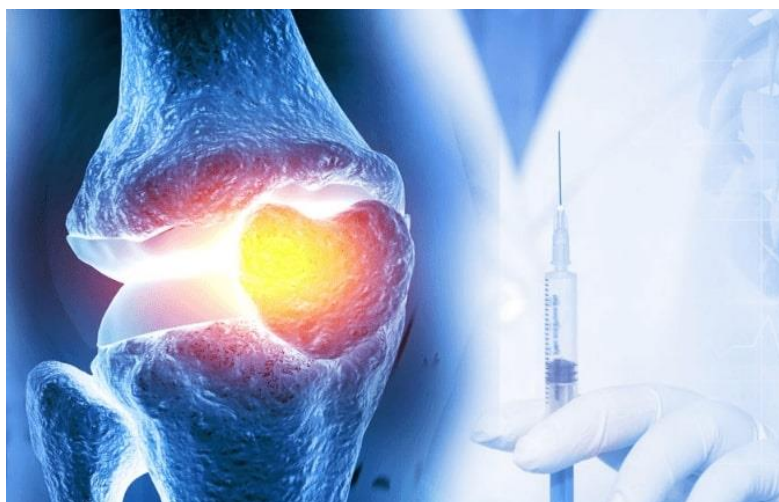
نوار عصب و عضله



متخصصین طب فیزیکی از چه روشهایی برای درمان استفاده میکنند؟

متخصصین این رشته علاوه بر استفاده از دارو، برای اقدامات ذیل دوره های خاص دیده اند:

- تزریقات تخصصی شامل تزریق در مفاصل، بافت های عضلانی و تاندون ها، سندرم های گیرافتادگی اعصاب محیطی مثل سندرم تونل کارپ، تزریق سلول های بنیادی و PRP، تزریقات تخصصی در ستون فقرات و بلوک عصب.
- سونوگرافی اندام ها جهت بررسی آسیب های عصب های محیطی، بافت عضلانی و تاندون ها و مفاصل و همچنین بهره گیری از سونوگرافی حین تزریقات تخصصی جهت افزایش حداکثری دقت در تزریق
- تجویز و بکارگیری مدالیت های تخصصی نظیر لیزر پرتوان و شوک ویو
- تجویز و ارائه روش های توانبخشی در اختلالات کف لگن شامل بیوفیدبک و تزریقات تخصصی
- تجویز وسایل کمکی نظیر بریس (آتل) یا عضو مصنوعی
- درمان های دستی و مانیپولاسیون ستون فقرات
- تجویز و انجام اقدامات توانبخشی تخصصی
- طب سوزنی



در نهایت می توان گفت پزشکان متخصص طب فیزیکی و توانبخشی می توانند با تشخیص درست و اقدامات مناسب درمانی و توانبخشی به درمان بیماران کمک کنند و درموارد وجود ناتوانی و معلولیت زمینه ای برای افزایش حداکثری کیفیت زندگی افراد مبتلا فراهم نمایند.

