

۲۰۸۱۷۰۱

به نام خداوند جان و خرد

تمرین درمانی استئوآرتрит با رویکردهای نوین فیزیوتراپی

مؤلفان:

فیزیوتراپيست فاطمه رحيمي

(کاندیدای دکترای تخصصی)

فیزیوتراپيست پریس ارزانی

(کاندیدای دکترای تخصصی)

انتشارات ستایش هستی

۱۳۹۸

سرشناسه	: رحیمی، فاطمه، ۱۳۶۷.
عنوان و نام پدیدآور	: تمرین درمانی استئوآرتریت با رویکردهای نوین فیزیوتراپی / نویسندگان : فاطمه رحیمی، پریسا ارزانی.
مشخصات نشر	: تهران: ستایش هستی: ۱۳۹۸.
مشخصات ظاهری	: ۱۲۰ ص.
شابک	: ۹۷۸-۶۲۲-۶۴۴۵-۹۳-۱
وضعیت فهرست نویسی	: فیپا
موضوع	: استئوآرتریت - ورزش درمانی
موضوع	: Osteoarthritis - Exercise therapy
شناسه افزوده	: ارزانی، پریسا، ۱۳۶۷.
رده بندی کنگره	: RC ۹۳۱
رده بندی دیویی	: ۶۱۶/۷۲۲۳۰۶
شماره کتابشناسی ملی	: ۶۰۳۰۳۷۴



تمرین درمانی استئوآرتریت با رویکردهای نوین فیزیوتراپی

نویسندگان : فاطمه رحیمی - پریسا ارزانی

ناشر : ستایش هستی

صفحه آرایي : ستایش هستی

چاپ و صحافی : مؤسسه پگاه

قطع : رحلی

نوبت چاپ : اول - ۱۳۹۸

شمارگان : ۵۰۰

شابک : ۹۷۸-۶۲۲-۶۴۴۵-۹۳-۱

قیمت : ۲۹۰۰۰ تومان

دفتر انتشارات ستایش هستی : ۲۲۲۲۳۵۶۶

مرکز پخش : مؤسسه پگاه (۲۲۹۰۱۹۵۴ - ۲۲۹۰۱۹۵۶)

واحد انتشارات دانشکده علوم توانبخشی دانشگاه علوم پزشکی ایران

واحد انتشارات دانشکده توانبخشی دانشگاه علوم پزشکی تهران

واحد انتشارات دانشکده توانبخشی دانشگاه شهید بهشتی

فروش آنلاین : (ارسال به سراسر ایران)

WWW.MOHSENIBOOK.COM

استئوآرتریت بیماری خاموشی است که ناهنجاری‌های ساختاری همه بافت‌های مفصل از جمله غضروف، استخوان ساب کوندرال، سینوویال، کپسول و لیگامان‌ها در روند تخریب مفصلی رخ می‌دهد. این عارضه شایع به درد، اختلال عملکرد فیزیکی و کاهش کیفیت زندگی فرد مبتلا منجر می‌شود.

با افزایش جمعیت سالمندان در جهان یکی از مسائل بزرگ حوزه سلامت که علاوه بر اثرات فردی، بار اقتصادی و اجتماعی بر جامعه تحمیل می‌کند، استئوآرتریت است. استراتژی‌های درمانی مناسب تمرکز و هدف اولیه در این بیماری است. درمان‌های متعدد شامل دارو درمانی، درمان‌های غیر دارویی و جراحی برای این عارضه انجام می‌شوند که از این میان در دهه‌های اخیر اکثر "العات درمان‌های غیر دارویی مانند فیزیوتراپی را پیشنهاد می‌کنند. هدف از درمان‌های فیزیوتراپی در استئوآرتریت تسکین درد و بهبود کیفیت زندگی فرد مبتلا است.

از آن‌جا که سنگ بنای درمان فیزیوتراپی "ورزش" است بنابراین نگاه همه جانبه به این عارضه و تمرکز بر بهبود برنامه‌های ورزشی ارزش‌چندانی دارد. نویسندگان در این کتاب تلاش کرده‌اند تا به بررسی استئوآرتریت و ورزش از دیدگاه پزشکی، عصبی - عضلانی و رفتاری بپردازند تا کمک کوچکی در بهبود درمان این افراد بر داشته باشند.

فیزیوتراپیست فاطمه رحیمی - فیزیوتراپیست پریسا ارزانی

پاییز ۱۳۹۸

رایانامه: Frahimi85@yahoo.com , Parisa_arzani@yahoo.com

فصل ۱: استئوآرتروز	۵
فصل ۲: اپیدمیولوژی، پاتوژنز و جنبه‌های بالینی استئوآرتروز مفصل ران و زانو	۱۵
فصل ۳: گزینه‌های درمانی در استئوآرتروز مفصل ران یا زانو	۲۷
فصل ۴: عوامل خطر برای کاهش عملکرد در استئوآرتروز مفصل ران یا زانو	۳۵
فصل ۵: مکانیسم‌های عصبی-عضلانی توجیه‌کننده کاهش عملکرد	۴۵
فصل ۶: مکانیسم‌های رفتاری توجیه‌کننده کاهش عملکرد	۶۱
فصل ۷: تمرین درمانی منظم در استئوآرتروز ران و زانو	۷۵
فصل ۸: تمرین درمانی با تمرکز بر مکانیسم‌های عصبی-عضلانی	۸۵
فصل ۹: تمرین درمانی با هدف مکانیسم‌های رفتاری	۹۷
فصل ۱۰: بیماری‌های همراه، چاقی و تمرین درمانی در استئوآرتروز ران و زانو	۱۰۷
فصل ۱۱: خلاصه و چشم‌انداز آینده	۱۱۳