

(۱) رشید رضا علیہ السلام ۲۰۷۹ ۸۴۹

تکنیک تھائی توان بخشتے

در طب ورزشی و امدادگری ورزشی ۱

مبانی و اهداف تکنیک های توان بخشتے آسیب های ورزشی

دکتر حسن دانشمندی

استاد دانشگاه گیلان

دکتر هیمن محمدی

شوهینت علمی دانشگاه کردستان

حامد محمودی، بهنام ابراهیم، فریبا احمد علیدخت

تألیف: ویلیام‌ای پرنیتیس

ترجمه: دکتر حسن دانشمندی، دکتر هیمن محمدی، حامد محمودی، بهنام ابراهیمی، فریا احمد علیدخت

- سرپرست واحد گرافیک: المیرا میرموسوی
- مدیر هنری و طراح جلد: محمودرضا لطیفی
- ویراستار ادبی: دکتر منصور مامعلیپور
- ویرایش تصاویر: بهنام محمدی
- آماده‌سازی و نظارت بر چاپ: محمد حتمی رازلیقی
- فروش و پخش: مهدی حتمی رازلیقی
- چاپ اول ۱۳۹۷
- شمارگان ۱۰۰۰ نسخه

سرشناسه: پرنیتیس، ویلیام ای
Prentice, William E

عنوان و نام پدیدآور: تکنیک‌های توان‌بخشی در طب ورزشی و امدادگری ورزشی / ویلیام‌ای پرنیتیس؛ [ترجمه] حسن دانشمندی، ... [و دیگران].
وضعیت ویراست: [ویراست ۲].

مشخصات نشر: تهران: شرکت تضامنی انتشاراتی، چاپ و شکار، ۱۳۹۷ -

مشخصات ظاهری: ج. ۱: مصور، جدول: ۲۲ x ۱۹، س. م.

شابک: ۵-۲۲۶-۳۵۵-۶۰۰-۹۷۸: ۸-۲۲۵-۳۵۵-۶۰۰-۹۷۸: ۱. ج.

وضعیت فهرست نویسی: فیپا

یادداشت: عنوان اصلی: c2015, 6th. ed, Rehabilitation techniques for sports medicine and athletic training

یادداشت: [ترجمه] حسن دانشمندی، هیمن محمدی، حامد محمودی، بهنام ابراهیمی، فریا احمد علیدخت.

یادداشت: چاپ سوم.

یادداشت: کتابنامه.

مندرجات: ج. ۱. میانی، اهداف و تکنیک‌های توان‌بخشی آسیب‌های ورزشی

موضوع: ورزش - زخم‌ها و آسیب‌ها - بیماران - توانبخشی

موضوع: Sports injuries - Patients-Rehabilitation

شناسه افزوده: دانشمندی، حسن، ۱۳۳۸ -، مترجم

رده بندی کنگره: ۱۳۹۷ ۸۴۰/۴۹۷ RD

رده بندی دیویی: ۶۱۷/۱۰۲۷

شماره کتابشناسی ملی: ۵۳۴۱۸۰۷

توجه: به موجب ماده‌ی ۵ قانون حمایت از حقوق مؤلفان، مصنفان و هنرمندان مصوب ۱۳۴۸/۱۰/۱۱ کلیه‌ی حقوق این کتاب برای انتشارات حتمی محفوظ است و هیچ شخص حقیقی یا حقوقی حق استفاده از آن را ندارد و متخلفان به موجب این قانون تحت پیگرد قانونی قرار می‌گیرند.

دوست عزیز برای آگاهی از آخرین اخبار و اطلاعات کتاب‌های منتشرشده، لطفاً پایه و گرایش تحصیلی خود را به شماره‌ی ۳۰۰۰۲۵۷۶ پیامک کنید.



فروش و پخش: تهران، خیابان انقلاب، بین خیابان ۱۲ فروردین و اردیبهشت

جنب بانک صادرات، ساختمان ۱۳۱۰، طبقه‌ی اول

Hatmi.ir W ۶۶۴۰۳۱۷۰ - ۶۶۴۰۳۱۲۲ B

بخش ۱: مبانی توان بخشی آسیب

۷	فصل ۱ نکات ضروری در طراحی برنامه توان بخشی ورزشکار مصدوم
۸	فصل ۲ شناخت و مدیریت روند ترمیم در طی توان بخشی
۲۳	فصل ۳ فرایند ارزیابی در توان بخشی
۴۸	فصل ۴ نکات روان‌شناختی در توان بخشی ورزشکار مصدوم
۷۲	

بخش ۲: دستیابی به اهداف توان بخشی

۹۶	فصل ۵ ایجاد ثبات مرکزی در توان بخشی
۹۷	فصل ۶ بازیابی کنترل حسی عضلانی
۱۱۹	فصل ۷ بازیابی تعادل و ثبات پاستچرال
۱۴۰	فصل ۸ بازیابی دامنه حرکتی و بهبود انعطاف پذیری
۱۶۷	فصل ۹ بازیابی قدرت مستقل عضلانی
۱۸۷	فصل ۱۰ حفظ آمادگی قلبی تنفسی در طی توان بخشی
۲۰۵	

بخش ۳: ابزارهای توان بخشی

۲۱۶	فصل ۱۱ تمرینات پلیومتریک در توان بخشی
۲۱۷	فصل ۱۲ تمرینات زنجیره حرکتی باز و بسته در توان بخشی
۲۳۷	فصل ۱۳ تکنیک‌های جنبش پذیری و کشش مفصل در توان بخشی
۲۵۴	فصل ۱۴ تکنیک‌های تسهیل عصبی عضلانی حسی عمقی در توان بخشی
۲۷۵	فصل ۱۵ آب درمانی در توان بخشی
۲۹۳	فصل ۱۶ پیشرفت‌های عملکردی و آزمون‌های عملکردی در توان بخشی
۳۱۳	

فصل ۱۷ توان بخشی آسیب‌های شانه

فصل ۱۸ توان بخشی آسیب‌های آرنج

فصل ۱۹ توان بخشی آسیب‌های مچ دست، دست و انگشتان

فصل ۲۰ توان بخشی آسیب‌های ران، کشاله، و هیپ

فصل ۲۱ توان بخشی آسیب‌های زانو

فصل ۲۲ توان بخشی آسیب‌های ساق

فصل ۲۳ توان بخشی آسیب‌های مچ پا و پا

فصل ۲۴ توان بخشی آسیب‌های ستون فقرات

به نام آن که جان را فکرت آموخت

بسیار شنیده‌ایم که «مشک آن است که خود ببوید، نه آن است که عطار بگوید». کتاب تکنیک‌های توان‌بخشی در طب ورزشی و امدادگری ورزشی، اثر ویلیام ای پرنیتیس، مخزن عطری از این گونه است. کتاب آشنایی برای بازار اهل علم و شهره برای اهالی تحقیق و تدریس. به‌ویژه آنکه دیربست کمیابی نخستین چاپ کتاب مذکور، اکنون آن را به نسخه‌ای نایاب مبدل ساخته است و عملاً مدتی است از دسترس علاقمندان خارج شده است؛ زیرا از چاپ نخست کتاب، به ترجمه‌ی استاد ارجمند، جناب دکتر فراهانی، بیش از ده سال می‌گذرد و پس از آن نه تنها چاپ‌های جدید کتاب ترجمه نشد و اطلاعات جدیدتر در اختیار خوانندگان قرار نگرفت که همان نسخه‌های چاپ اول کتاب نیز به اتمام رسید و شوربختانه به هر دلیلی ویرایش‌های جدیدتر کتاب، ترجمه نشد و حتی همان نسخه‌ی اولیه نیز تجدید چاپ نشد. بی‌گمان پاداش آغازگران ترجمه‌ی این اثر، نزد اهل علم و خداوند علیم تا ابد محفوظ و مأجور خواهد ماند. در هر صورت، ضرورت ترجمه‌ی چاپ جدید کتاب مذکور، به دلیل عطش مشتاقان و نیاز خوانندگان، همچنان پابرجا بود تا چنین وظیفه‌ی مهمی را مترجمان کنونی بر عهده گرفتند. ترجمه‌ی کتاب حاضر، حاصل یک فعالیت علمی گروهی سه ساله است که نتیجه‌ی آن را انتشارات حتمی به زیور چاپ آراسته کرد. اکنون در اختیار خوانندگان گرامی است.

توسعه‌ی روزافزون ورزش - بهای و به تناسب آن، رشد ناخوشایند و ناخواسته آسیب‌های ورزشی، ضرورت آشنایی با دانش مرتبط با شناسایی، پیشگیری و درمان مطلوب‌تر آسیب‌های ورزشی را آشکارتر ساخته است. انواع آسیب‌های ورزشی به‌صورت تروماتیک و یا ناشی از پرکاری با شدت‌های گوناگون همواره کابوس ورزشکاران و مربیان بوده است و پیشگیری از بروز آن‌ها و نیز بهبود هر چه سریع‌تر ورزشکار و بازگشت وی به عملکرد اولیه آرزوی همیشگی همگان است. از این رو، رشته‌ی علمی که به طور اختصاصی بازگشت ورزشکار را به فعالیت اولیه ورزشی، هدف قرار داده‌اند و از مرز شیوه‌ای توان‌بخشی عمومی گذر کرده‌اند، اهمیت مباحث فیزیولوژی، آناتومی، فیزیولوژی، مقالات و کتبی که به شکل تخصصی به توان‌بخشی ورزشی و تکنیک‌های آن می‌پردازند، می‌توانند منابع مناسبی برای مطالعه و تدریس باشند. در سالیان اخیر، این گرایش در زمینه‌ی نگارش و ترجمه‌ی متون کاربردی در حیطه‌ی آسیب‌های ورزشی، شتاب فزونی یافته است. مقالات و کتب متعددی در اختیار علاقمندان است. اما هر یک از این منابع قوت‌ها و کاستی‌های خود را دارند. بسیاری برای سطوح تحصیلی اصلی تدوین شده‌اند. بسیاری بر مباحث نظری و پایه و بسیاری دیگر بر جنبه‌های درمانی و بازتوانی آسیب‌ها تأکید کرده‌اند. بخشی از این کتاب‌ها به استراتژی‌ها و تکنیک‌ها از آسیب پرداخته‌اند و به دنبال شناسایی و حذف ریسک فاکتورهای درونی و بیرونی آسیب‌های ورزشی بودند. کتاب‌هایی نیز وجود دارند که به عنوان راهنما و دستور العمل مواجه با آسیب‌ها چاپ شده‌اند. برخی فقط آسیب‌های بافت نرم را معرفی کرده‌اند. حتی کتاب پیشگیری و درمان آسیب‌های ورزشی - که توسط اینجانب و همکاران گرامی ترجمه و از سوی سازمان سمث بارها و بارها تجدید چاپ شده و در اختیار دانشجویان و تربیت بدنی و عایم و مربیان قرار گرفته است - نمی‌تواند آنچنان که باید، پاسخگوی نیاز همگان به‌ویژه در مقاطع تحصیلات تکمیلی و نیز فیزیوتراپیست‌های محترم باشد. هر یک از ارزش علمی و کاربردی کتاب مذکور و سایر کتب این حیطه چیزی کاسته نمی‌شود؛ اما خلاصه‌ی جدی یک کتاب جامع و کاربردی، در میان همه‌ی کتاب‌های توان‌بخشی ورزشی، همواره به چشم می‌خورد تا آنکه این مهم را ویلیام ای پرنیتیس داد و پس از آن، در ویرایش‌های بعدی کتاب کامل‌تر شد. آن‌ها که پیداست، با آنکه رویکرد کتاب بر جنبه‌های بالینی در درمان ورزشکاران استوار است؛ اما نگارش و تدریس کتاب در قالب متنی آموزشی و متناسب با این تدریس است. جداول ارزشمند، شکل‌های گویا، آزمون‌ها و تمرینات بازتوانی کاربردی و دقت و به‌روز بودن مطالب علمی آن در هر یک از بخش‌ها، که به‌دکور را به اثری بی‌بدیل مبدل ساخته است. کتاب حاضر، متنی آشنا برای تمامی دانشجویان و اساتید پزشکی ورزشی، علوم توان‌بخشی و علوم ورزشی به‌ویژه در رشته‌ی آسیب‌شناسی ورزشی و حرکات اصلاحی است و بارها متخصصان پزشکی ورزشی و فیزیوتراپ‌های محترم، در کلینیک‌ها در درمان مصدومان به آن مراجعه و از آن بهره علمی برده‌اند. از این رو کتاب حاضر، بی‌نیاز از هرگونه توضیح و میرا از تقدیر است. مشکي است که علی‌رغم نایابی آن، مشام جان مشتاقان را معطر کرده است. پایان سخن آنکه اگر نیاز مبرم علاقمندان و امید به خط‌پوشی و راهنمایی اساتید و همکاران عزیز نبود، مترجمان این اثر، شهامت ترجمه و نشر این اثر علمی فاخر تخصصی را در این بازه زمانی خاص، در خود نمی‌دیدند. از این رو، امید است خوانندگان فرهیخته، ما را مشمول راهنمایی خود قرار دهند. به پاس ادب، پاداش دست‌رنج این اثر پیشکش می‌شود به پیشگاه معلمان گذشته، حال و آینده. آنان که با سخاوت بی‌متهای خود، فارغ از هرگونه تعصب و تبعیض، آموزه‌های خود را در اختیار دانشجویانی بی‌نام و نشان گذارده و می‌گذارند که در اندیشه‌ی تأمین سلامت و سعادت مردمان این دیار پاک هستند و فردایی روشن را برای همگان رقم خواهند زدند.

داستان در پرده می‌گویم ولی
چون سرآمد دولت شب‌های وصل
گفته خواهد شد به دستان نیز هم
بگذرد ایام هجران نیز هم