

تأثیر ورزش بر بازتوانی بیماران قلبی

مؤلف:

فریبا هنرجو تندکار



۱۴۰۰

سرشناسه	هنرجو تندکار، فریبا، ۱۳۶۳ -
عنوان و نام پدیدآور	تاثیر ورزش بر بازتوانی بیماران قلبی / مؤلف فریبا هنرجو تندکار.
مشخصات نشر	تهران: گنجور، ۱۴۰۰.
مشخصات ظاهری	۱۰۵ ص.
شابک	۹۷۸-۶۲۲-۷۷۲۶-۷۱-۸
وضعیت فهرست نویسی	فیبا
یادداشت	کتابنامه ص ۱۰۵.
موضوع	قلب -- بیماری‌ها -- ورزش درمانی
موضوع	Heart - Diseases - Exercise therapy
موضوع	بیماران قلبی -- توانبخشی
موضوع	Heart - Diseases - Patients -- Rehabilitation
رده بندی کنگره	RC ۶۸۴
رده بندی دیویی	۶۱۶/۱۲۰۶۲
شماره ثبت کتابخانه ملی	۸۴۲۲۵۷۰
وضعیت رکورد	فیبا

تاثیر ورزش بر باز توانی بیماران قلبی



مؤلف: فریبا هنرجو تندکار

ناشر: گنجور

صفحه آرای و طراحی جلد: گنجور

سال و نوبت چاپ: ۱۴۰۰

شمارگان: ۵۰۰ نسخه

قیمت: ۴۰۰۰ تومان

مرکز پخش: ۰۹۹۰۱۹۱۰۲۰۸ - ۰۹۱۸۳۷۷۵۲۳۴

شابک: ۹۷۸-۶۲۲-۷۷۲۶-۷۱-۸

تلفن: ۰۲۱۶۶۴۹۱۰۵۶ - ۰۹۱۲۰۶۱۷۲۸۳

سایت انتشارات: www.ganjoorpub.ir

آدرس انتشارات: میدان انقلاب - کارگر جنوبی - کوچه شهدای ژاندارمری - پلاک

۱۲۷ واحد

فهرست مطالب

۹	مقدمه
۱۱	پیشگیری از مشکلات بیشتر
۱۳	ادبیات پژوهش
۱۳	تاثیر ورزش بر سیستم قلب و عروق
۱۷	ورزش و ذخیره قلبی
۱۹	فیزیولوژی قلب ورزشی
۲۲	مفهوم بازتوانی و توانبخشی قلبی
۲۸	اجزای یک برنامه جامع بازتوانی قلبی
۳۰	چهار مرحله توانبخشی قلب
۳۱	فاز یک: فاز حاد
۳۳	مرحله دو بازآفرینی قلب: مرحله ی کمتر حاد
۳۳	فاز سوم: درمان سرپایی فشرده
۳۴	مرحله چهارم: شرایط مستقل، در حال انجام
۳۴	بازتوانی قلبی-عروقی مبتنی بر ورزش
۴۰	تأثیرات ورزش در روند بهبودی بیماران قلبی
۴۵	فعالیت ورزشی در پیشگیری از بیماری قلبی
۴۷	انواع پیشگیری از بیماری قلبی
۴۹	انواع ورزش و بیماری قلبی
۵۰	ورزش مقاومتی
۵۳	ورزش هوازی

۵۴	ورزش تناوبی
۵۵	ورزش توام مقاومتی و هوازی
۵۵	بازتوانی ورزشی در بیماری قلبی
۵۸	تجویز فعالیت ورزشی در بیماران قلبی
۶۴	فعالیت ورزشی در بیماری کرونری
۶۶	توانبخشی قلبی پس از سکته قلبی
۷۰	فعالیت ورزشی در آنژین صدری
۷۲	فعالیت ورزشی در آنژیوپلاستی کرونری
۷۳	فعالیت ورزشی در نارسایی قلب
۷۵	کاربرد ورزش در کنترل فشار خون بالا
۷۶	اثرات قلبی بازتوانی ورزشی بر کیفیت زندگی، اضطراب و افسردگی
۸۲	بررسی تأثیر ورزش مقاومتی بر قند خون ناشتا و غیر ناشتا در بیماران شریان کرونری
۸۴	تأثیر تمرینات هوازی و مقاومتی بر توانایی و بازتوانی بیماران قلبی
	تأثیر تمرینات توانبخشی ورزشی بر متغیرهای بیومکانیکی عروق کرونر بیماران
۸۶	آترواسکلروتیک
۸۷	تأثیر تمرین ورزشی بر عروق خونی
۸۹	تأثیر تمرین ورزشی بر بیماران قلبی عروقی
۹۲	بازتوانی قلبی عروقی مبتنی بر ورزش
۹۴	اهمیت فاز I توانبخشی قلبی و شروع ورزش در آن مرحله
	تأثیر برنامه بازتوانی قلب تمرین همزمان مقاومتی و استقامتی بر تغییرات هموسیستئین
۱۰۰	
۱۰۳	نتیجه گیری
۱۰۷	منابع

پیشگفتار

بیماری قلبی یکی از شایعترین بیماری‌ها در جهان می‌باشد. بیماران مبتلا باید برای مدتی طولانی درمان شوند و برای بازگشت به زندگی فعال بازتوانی قلبی برایشان انجام شود. باشد که با پیشرفت و توسعه علم درمانی برای همه بیماریها پیدا شود.

به حکم اینکه اگر مردم را سپاس نگویم، تو را سپاس نگفته‌ام، با دلی خرسند سر ارادت و خاکساری را در برابر تمام کسانی که به گونه‌ای در این امر خطیر مرا رهنمون بوده‌اند، فرود می‌آورم.