

۱۵۵۳۲۹۱

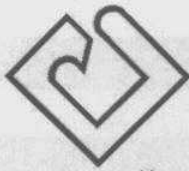
رویکردهای درمانی نوین حرکات اصلاحی در پارکینسون

تالیف:

دکتر پریسا صداقتی عضو هیأت علمی دانشگاه گیلان

دکتر مسن دانشمندی عضو هیأت علمی دانشگاه گیلان

دکتر ابولفضل ارجمند عضو هیأت علمی دانشگاه علوم پزشکی کاشان



دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی تهران



دانشگاه گیلان

سرشناسه	: صداقتی، پریسا، ۱۳۵۲ -
عنوان و نام پدیدآور	: رویکردهای درمانی نوین حرکات اصلاحی در پارکینسون/نویسندگان پریسا صداقتی، حسن دانشمندی، ابوالفضل ارجمند.
مشخصات نشر	: تهران: نشر و تبلیغ بشری، ۱۳۹۶.
مشخصات ظاهری	: ۱۸۴ص.: مصور.
شابک	: 9789643994655
وضعیت فهرست‌رسانی	: فیبا
موضوع	: پارکینسون
موضوع	: Parkinson's disease
موضوع	: پارکینسون -- ورزش/درمانی
موضوع	: Parkinson's disease -- Exercise therapy
شناسه افزوده	: انتشار بندی، حسن، ۱۳۲۸ -
شناسه افزوده	: ارجمند، ابوالفضل، ۱۳۴۷ -
رده بندی کنگره	: R۲۲۸/۱۳۹۶
رده بندی دیویی	: ۶۱۰/۴۳۳
شماره کتابشناسی ملی	: ۲۰۳۹۰۴۵

نام کتاب:	رویکردهای درمانی نوین حرکات اصلاحی در پارکینسون
تألیف:	دکتر پریسا صداقتی، دکتر حسن دانشمندی، دکتر ابوالفضل ارجمند
ناشر:	نشر بشری با همکاری تحفه
تنظیم و صفحه‌آرایی:	م. آفاپاری
ناظر چاپ:	سپیده کفاشی
نوبت چاپ:	اول/ ۱۳۹۶
شمارگان:	۱۰۰۰ نسخه
چاپ و صحافی:	ارشد
قیمت:	۱۹۹۰۰۰ ریال

با چاپ و درج آرم این کتاب در جلسات کمیته نشر کتاب، معاونت های پژوهشی دانشگاه گیلان مورخ ۱۳۹۶/۲/۲۰ و دانشگاه علوم پزشکی کاشان مورخ ۱۳۹۶/۴/۱۸ موافقت گردیده است.

فروشگاه: تهران - خیابان انقلاب - ضلع شرقی دانشگاه تهران - خیابان قدس - پلاک ۳ - واحد ۴ و ۵
 تلفن: ۶۶۴۰۶۴۱۵، ۶۶۴۶۵۸۰۶ فکس: ۶۶۴۹۷۸۵۴
 دفتر مرکزی: تهران - خیابان انقلاب - ضلع شرقی دانشگاه تهران - خیابان قدس - پلاک ۳ - واحد ۵
 تلفن: ۶۶۴۹۸۲۸۵، ۶۶۴۱۰۲۵۶ فکس: ۶۶۹۵۵۹۱۶
 خرید اینترنتی از سایت www.mspsc.ir مقدور می‌باشد.

این اثر، مشمول قانون حمایت مؤلفان و مصنفان و هنرمندان مصوب ۱۳۴۸ است، هر کس تمام یا قسمتی از این اثر را بدون اجازه مؤلف (ناشر) نشر یا پخش یا عرضه کند مورد پیگرد قانونی قرار خواهد گرفت.

مقدمه

"هوالحق"

به خواری منگر ای منعم ضعیفان و نحیفان را

که صدر مجلس عشرت گدای ره نشین دارد

چو بر روی زمین باشی توانایی غنیمت دان

که دوران ناتوانی ها بسی زیر زمین دارد

"حضرت حافظ"

هستی هر شش سفر است و آدمی مسافر همیشگی جاده‌های برون و درون. او ناگزیر از حرکت و ناگزیر از درک میهمانخانه‌های بین‌المللی است. از کودکی تا سالخوردگی، از خمیدگی تا راست قامتی و از چالاکی تا سستی و کندی همه و همه سهم و نصیب ما از این مکاشفه بی‌همتاست. با آنکه هر دوره از عمر عزیز، با فراز و فرودهای ویژگی‌های اختصاصی همراه است اما **سالمندی** پدیده شگفت انگیزی است. **سالمندان** عموماً از علایم و نشانه‌های مشترکی رنج می‌برند و از اینرو نیازمند مطالعات و مراقبت‌های خاص هستند.

جمعیت سالمندی ۷ درصدی حال حاضر کشور ده برابر شدن آنان در ۲۰ سال بعد، ما را به سوی مطالعات سلامت بخش آنان هدایت می‌کند. ورود دوره سالمندی همراه با تغییرات وسیع سیستم‌های متابولیکی و به ویژه سیستم‌های اسکلتی-عضلانی، دهایی، عصبی-بیکری و بینایی است که بطور خاص مؤثر در برقراری **تعادل** آدمی بوده و از سقوط او جلوگیری می‌کند. سقوط، به عنوان ششمین عامل مرگ و میر سالمندان است و تخمیناً ۴۰ درصد از سقوط‌های افراد بالای ۸۵ سال منجر به فوت آنان می‌شود. از طرفی یکی از مهمترین عوارض و بیماری‌های نسبتاً ناشناخته سالمندان **پارکینسون** است. پارکینسون با شیوع ۱۰۰ تا ۲۰۰ نفر در ۱۰۰۰۰۰ نفر پس از آلزایمر شایع ترین بیماری تخریبی دستگاه عصبی است که پیش بینی می‌شود از تعداد ۴/۳ میلیون نفر کنونی در سال آینده به ۹ میلیون نفر در سراسر جهان برسد.

یکی از بارزترین نشانه‌های رنج آور پارکینسون، اختلال در تعادل است. کنترل و بهبود تعادل از مهمترین اهداف برنامه درمانی است که گروه‌های وسیعی از دست‌اندرکاران حیطه سلامت به آن پرداخته‌اند. ورزش، همواره به عنوان درمان بدون دارو و مربیان ورزشی و فعالیت‌های حرکتی در جهت کمک به جمعیت‌های خاص چون بیماران پارکینسون به یاری آنان شتافته‌اند. آنان با بهره‌گیری از دانش ورزش در حیطه تجویز حرکات اصلاحی و فعالیت‌های حرکتی در تعامل با سایر متخصصان پزشکی و توانبخشی بر آن هستند تا فرآیند بهبود این گروه از نیازمندان را تسهیل و تسریع نمایند. با این

مقدمه کوتاه، کتاب حاضر برای تمامی علاقمندان و دست اندرکاران خدمات سلامت بخش مبتلایان به بیماری پارکینسون و جمعیت‌های سالمندی که نیازمند به حرکت هستند و حفظ و بازتوانی تعادل آنان در مرکز فعالیت‌ها و برنامه‌های تمرینی قرار گرفته است تدوین و به آنان تقدیم می‌گردد.

اثری که فرا روی شماست در شمار معدود منابع فارسی زبان موجود در زمینه پارکینسون، مداخلات ورزشی و حرکات اصلاحی مربوط است. این کتاب علاوه بر اینکه می‌تواند به عنوان راهنمای کاربردی برای مربیان ورزشی، پزشکان و دیگر درمانگران باشد، از طرفی می‌تواند به عنوان منبع کمک درسی واحدهای آموزشی تربیت بدنی و ورزش ویژه، بازتوانی اختلالات حرکتی و بیماری‌های نورودژنراتیو (تخریب کننده سیستم عصبی) مورد مطالعه در رشته‌های تربیت بدنی و علوم ورزشی، علوم توانبخشی و زیر مجموعه‌ها، واپ‌ته به آن در مقاطع تحصیلات تکمیلی مورد استفاده قرار گیرد. در این کتاب سعی شده تا به کیری از آخرین و جدیدترین منابع تحقیقاتی موجود در زمینه حرکات اصلاحی و ورزش در مواجهه با بیماران و با اتکاء به تجارب تحقیقی و عملی سال‌های اخیر نویسندگان اثر، اطلاعاتی تدوین و در اختیار خوانندگان قرار داده شود. همچنین به روش‌های علمی بازتوانی بیماری پارکینسون و راه‌های مؤثر برای افزایش سطح فعالیت فیزیکی برای دستیابی هرچه بیشتر به استقلال فردی در انجام امور روزانه و ارتقاء سطح کیفیت زندگی این بیماران نیز اشاراتی صورت گرفته است. این کتاب مشتمل بر هفت فصل شاس مروی به بیماری پارکینسون، بررسی آثار بیماری پارکینسون، اختلالات پاسجر در بیماری پارکینسون، بررسی جنبه‌های مختلف فعالیت بدنی در بیماری پارکینسون، اصول طراحی برنامه تمرینی و سوری ای حرکتی در بیماری پارکینسون، مروی بر تحقیقات انجام شده در حیطه مداخلات ورزشی و بیماری پارکینسون و دستورالعمل و اصول کلی طراحی برنامه تمرینات ورزشی ویژه بیماران پارکینسونی است.

مؤلفین از زحمات معاونت پژوهشی دانشگاه علوم پزشکی کاشان و دانشگاه گیلان در راستای انتشار اثر حاضر کمال امتنان و سپاسگزاری را دارند.

با وجود آنکه هدف نویسندگان ارایه منبعی مفید، جامع و عملکردی در این زمینه بوده است ولی بی‌شک خالی از نقص و خلل نیست و از این رو است که صادقانه پذیرای پیشنهادات و نظرات خوانندگان عزیز برای اصلاح کتاب هستیم. امید است که مطالعه کتاب رویکردهای درمانی نوین حرکات اصلاحی در پارکینسون راهگشای مشکلات این قبیل بیماران و همچنین راهنمای محققین آینده باشد، و بازخوردها و راهنمایی ارزنده خوانندگان محترم تا حد ممکن از کاستی‌های این اثر بکاهد، که فرمود:

ما بدان مقصد عالی نتوانیم رسید

هم مگر پیش نهد لطف شما گامی چند

دانشمندی بهار ۱۳۹۶

فهرست مطالب:

۹	فصل اول:.....
۹	مروری بر بیماری پارکینسون.....
۱۰	مروری بر بیماری پارکینسون.....
۱۰	علت شناسی بیماری پارکینسون.....
۱۰	عوامل خطر بیماری پارکینسون.....
۱۱	نشانه ها، مراحل و پیشرفت بیماری.....
۱۴	طبقه بندی بیماری پارکینسون.....
۱۵	درمان بیماری پارکینسون.....
۱۹	فصل دوم:.....
۱۹	بررسی پیامدهای بیماری پارکینسون.....
۲۰	پیامدهای بیماری پارکینسون بر فعالیت جسمی.....
۲۱	بیماری پارکینسون و تولید نیرو.....
۲۲	بیماری پارکینسون و سقوط، شکستگی، پوکی استخوان.....
۲۳	بیماری پارکینسون و خستگی مزمن.....
۲۴	بیماری پارکینسون و حرکت.....
۲۶	بیماری پارکینسون و بی ثباتی قامت.....
۲۷	بیماری پارکینسون و اختلال وضعیت پاسچر.....
۲۸	نقش گیرنده های حس عمقی در کنترل پاسچر.....
۲۸	بیماری پارکینسون و اختلال در نحوه جهت یابی پاسچر.....
۲۹	بیماری پارکینسون و نقص در یکپارچگی حس عمقی.....
۳۰	بیماری پارکینسون، وضعیت جهت یابی پاسچر و اطلاعات ایستا حس عمقی: دیدگاه نوسان های فکسته.....
۳۱	گیرنده های وضعیتی و کنترل حرکتی در بیماری پارکینسون.....
۳۳	فصل سوم:.....
۳۳	اختلالات پاسچر در پارکینسون.....
۳۴	اختلالات پاسچر در بیماری پارکینسون.....
۳۴	اختلالات پاسچر در صفحه سائیتال.....
۳۷	اختلالات پاسچر در صفحه کروئال.....
۳۹	کنترل پاسچر و حس وضعیتی اختلال یافته و کینستزی.....

فصل چهارم:.....	۴۳
مروزی بر جنبه های مختلف فعالیت بدنی در پارکینسون.....	۴۳
پیامدهای فعالیت بدنی بر بیماری پارکینسون.....	۴۴
پیامدهای درمان فیزیکی بر بیماری پارکینسون.....	۴۹
پیامدهای تمرین های راهنمایی کننده بر بیماری پارکینسون.....	۵۰
پیامدهای تمرینات تعادلی بر بیماری پارکینسون.....	۵۳
پیامدهای ورزش های مقاومتی بر بیماری پارکینسون.....	۵۵
پیامدهای ورزش های بر بیماری پارکینسون.....	۵۷
پیامدهای تایی چی بر بیماری پارکینسون.....	۶۱
پیامدهای تمرین بر روی سطوح پدید.....	۶۲

فصل پنجم:.....	۶۵
اصول طراحی برنامه تمرینی و تئوریهای حرکتی در پارکینسون.....	۶۵
اصول طراحی برنامه تمرینی و تئوری های حرکتی:.....	۶۶

فصل ششم:.....	۷۷
مروزی بر تحقیقات انجام شده در حیطه مداخلات ورزشی و پارکینسون.....	۷۷
بررسی تحقیقات:.....	۷۸
(۱) مطالعات موجود در زمینه نقش فعالیت جسمانی و عملکرد بدن و بی ثباتی قامت در بیماری پارکینسونی:.....	۷۸
(۲) مطالعات موجود در زمینه نقش فعالیت جسمانی و تعادل در بیماران پارکینسونی:.....	۸۲
(۳) مطالعات موجود در زمینه نقش فعالیت جسمانی و سقوط / کیفیت زندگی در بیماران پارکینسونی:.....	۸۹
(۴) مطالعات موجود در زمینه نقش فعالیت جسمانی و ارزیابی راه رفتن در بیماران پارکینسونی پرداخت:.....	۹۳
(۵) مطالعات موجود در زمینه نقش فعالیت جسمانی و سطح ناپایدار در بیماران پارکینسونی.....	۹۹
(۶) مطالعات موجود در زمینه نقش تکنیک های الکساندر در بیماری پارکینسون.....	۱۰۲

فصل هفتم:.....	۱۰۵
دستورالعمل و اصول کلی طراحی برنامه تمرینات ورزشی ویژه بیماران پارکینسونی.....	۱۰۵
مقدمه.....	۱۰۶
اصول اولیه طراحی برنامه تمرینی.....	۱۰۶
اجزای برنامه تمرینی مناسب.....	۱۰۸

۱۰۹	اصول کاربردی تمرینات گرم کردن و بیماری پارکینسون
۱۱۵	اصول کاربردی تمرینات کششی و بیماری پارکینسون
۱۲۰	اصول کاربردی تمرینات مقاومتی و بیماری پارکینسون
۱۳۰	اصول کاربردی تمرینات آگاهی از وضعیت بدنی در حالت‌های نشسته و ایستاده
۱۳۰	تمرین آگاهی از وضعیت بدنی در حالت نشسته
۱۳۵	اصول کاربردی تمرینات آگاهی از وضعیت بدنی در حالت ایستاده
۱۳۶	اصول کاربردی تمرینات هوازی و بیماری پارکینسون
۱۳۸	نمونه هایی از چهار گروه تمرینات کاربردی برای بیماران پارکینسونی

۱۵۱	منابع (به ترتیب حروف الفبا):
-----	------------------------------

۱۷۷	اینده کس
-----	----------

۱۸۱	عناوین کتب منتشر شده اعضای هیأت علمی دانشگاه علوم پزشکی گاشان
-----	---