

بسم الله

راهنمای توانبخشی

مخصوص بیماران دیالیزی

Rehabilitation Guide

for Dialysis Patient



ترجمه و تألیف

دکتر فرشته کلهری

متخصص طب فیزیکی و توانبخشی

پروفسور بیژن فروغ

استاد پارتمان طب فیزیکی و توانبخشی

دانشگاه علوم پزشکی ایران

با همکاری

مرکز تحقیقات نوروماسکولو اسکلتال

دانشگاه علوم پزشکی ایران

⟨ drforogh.com ⟩

هویت کتاب

Book Identity

سرشناسه:	Painter, Patricia Lynn / پاتریشیا لین
عنوان و نام پدیدآور:	راهنمای توانبخشی مخصوص بیماران دیالیزی [پاتریشیا لین پینتر] / Rehabilitation Guide to Dialysis Patients
مشخصات نشر:	تهران: گیلار طرح ماوراء، ۱۳۹۰.
مشخصات ظاهری:	۴۸ ص.: مصور، جدول.
شابک:	۹۷۸-۶۰۰-۹۸۱۰۹-۱-۸
وضعیت فهرست نویسی:	فیا
یادداشت: عنوان اصلی:	Exercise a guide... people on dialysis, 1995
موضوع:	همودیالیز -- بیماران
موضوع:	Hemodialysis -- Patients
موضوع:	بیماران کلیوی
موضوع:	Kidneys -- Diseases -- Patients
موضوع:	تمرین های ورزشی
موضوع:	Exercise
موضوع:	ورزش درمانی
موضوع:	Exercise therapy
شناسه افزوده:	کلهری، فرشته، ۱۳۶۲، - مترجم
شناسه افزوده:	فروغ، بیژن، ۱۳۴۲، - مترجم
شناسه افزوده:	دانشگاه علوم پزشکی ایران. مرکز تحقیقات بیماری های عصبی عضلانی و اسکلتی
رده بندی کنگره:	RC۹۰۱۷/۵۸پ۹ ۱۳۹۶
رده بندی دیویی:	۶۱۷/۴۶۱۰۵۹
شماره کتابشناسی ملی:	۴۹۴۱۱۶۲
نوبت چاپ:	چاپ اول، پاییز ۹۶
تیراژ:	جلد ۵۰۰۰

۶ مقدمه

۱۴ ورزش‌های کششی

۲۰ ورزش‌های قدرتی

۳۰ دستگاه‌های قدرتی

۳۴ ورزش در طی هم‌زمانی

۳۸ زندگی سالم در نارسایی کلیه

مقدمه

Introduction

افراد با شکست نارسایی کاری می‌توانند زندگی
فعالی داشته باشند و هم می‌توانی.
برای اینکه یک زندگی خوب عالی و غم نارسایی
کلیه داشته باشی توانبخشی در زمینه‌ها
کمک کننده خواهد بود.
توانبخشی می‌تواند شغل شما را حفظ کند یا
شما را به سرکار سابقتان برگرداند
توانبخشی کمک می‌کند در کارهایی که دوست دارید
دارید از قبیل باغبانی، شرکت در ورزش و
بازی کردن با فرزندان توانا باشید.