



بیمارستان امتیاز و فوریت های جراحی  
شهید رجایی

## فیزیوتراپی در ضربه مغزی



تهیه کننده: الهه زارعیان جهرمی  
کارشناسی ارشد فیزیوتراپی  
تاریخ تهیه: پاییز ۱۳۹۴  
تاریخ بازبینی چهارم: پاییز ۱۴۰۲  
نأید کننده علمی: دکتر شراره روشن ضمیر  
متخصص توال نبخشی و طب فیزیکی

Edup-pam-46-03

نشانی: شیراز-بلوار چمران-جنب بیمارستان چمران-  
بیمارستان حاج محمد اسماعیل امتیاز و مرکز فوریت های  
جراحی شهید رجایی  
شماره تلفن جهت پاسخگویی به سوالات: ۳۶۳۶۴۰۰۱  
سایت: WWW.rajaeehosp.ac.ir، لینک راهنمای مراجعین

منابع: 1- Therapeutic Exercise Therapy, Sullivan  
2- Exercise Therapy, Kisner

### با آرزوی سلامتی و تندرستی

نام و نام خانوادگی / امضا فرد آموزش گیرنده:.....

مهر و امضا پرستار آموزش دهنده:.....

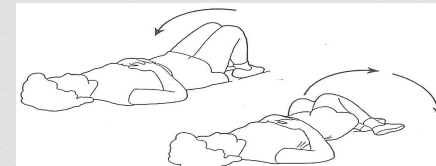


با استفاده از نرم افزار بارکد خوان از طریق تلفن همراه  
می توانید فایل متنی پمفلت را دانلود نمایید

۵

### برخی از تمرینات مورد نیاز:

۱- تمرینات چرخش در بستر و چرخش تنه تحتانی



۲- تمرینات کششی عضلات



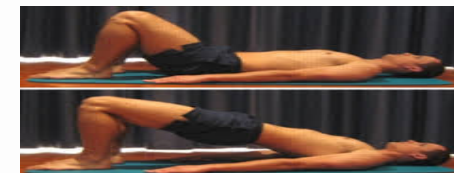
۳- نشستن بیمار بر لبه تخت و وزن اندازی دو طرفه روی  
اندام های فوقانی درحالی که پاها با زمین یا یک سطح  
سفت تماس دارد.

۴- ایستادن کوتاه مدت با حمایت کتف و لگن

توسط فیزیوتراپیست



۵- تمرین پل زدن



۴

آسیب و ضربه به سر منجر به خونریزی و پارگی عروق خونی داخل جمجمه شده و بسته به محل خونریزی، آسیب ها و صدمات متفاوتی به بافت مغز و پرده های اطراف آن وارد می شود. صدمه به بافت مغز منجر به ایجاد اختلالات حرکتی در اندام های فوقانی و تحتانی شده و حتی ممکن است مشکلات گفتاری یا ادراکی، اختلال حافظه و غیره پیش آید.

### عواملی که بر درمان بیماران ضایعه مغزی تاثیر می گذارد:

- ۱- وسعت و محل ضایعه مغزی
- ۲- مدت زمانی که از ضایعه گذشته است.
- ۳- توانایی یاد گیری
- ۴- بهبود و ترمیم عصبی
- ۵- باز آموزی مهارت حرکتی
- ۶- درمان های پزشکی
- ۷- سن بیمار
- ۸- میزان حمایت خانواده از بیمار
- ۹- سازگاری با ناتوانایی ها

### سیستم های درگیر در ضایعه مغزی:

- ۱- سیستم اسکلتی عضلانی: وسعت ضایعه و آسیب و مدت زمانی که طول می کشد بیمار هوشیاری خود را بدست آورد روی سیستم اسکلتی - عضلانی تاثیر می گذارد. در ارزیابی سیستم اسکلتی -

عضلانی بیمار دیده می شود که بعضی از حرکات مفاصل محدود می شود. بیشترین حرکاتی که بیمار نیاز دارد حرکت بالا بردن و چرخیدن شانه به خارج است. همچنین صاف کردن آرنج و چرخش ساعد و صاف کردن مچ دست و انگشتان و بالا آوردن مچ پا بسیار مهم هستند. افزایش پوکی استخوان ناشی از طولانی شدن مدت زمان بستری در تخت شایع است. بنابراین وضعیت های تحمل وزن جهت پیشگیری از ایجاد پوکی استخوان در این بیماران مهم است.

۲- سیستم قلبی و عروقی: الگوی های تنفسی به دلیل تغییر در فعالیت و قوام عضلات تنفسی، تغییر می کند. ضربان قلب و فشار خون بی ثبات می شود و باید در موارد افت فشار، وضعیت های قرار گیری بیمار بر روی تخت کنترل شود.

۳- سیستم اعصاب مرکزی: توانایی بیمار برای اطاعت از دستورات باید ارزیابی شود که در آسیب های شدید مختل می شود.

### درمان:

پس از تریخیص و حتی حین بستری، بیمار به فیزیوتراپی، کار درمانی، گفتار درمانی نیاز پیدا می کند. درمان فیزیوتراپی بسیار مهم و حیاتی است بدین منظور که بتوان اختلالات جسمانی و حرکتی را به حداقل رساند و به سمت نتایج عملکردی پیش برد تا بیمار بتواند در زندگی خود به استقلال نسبی دست یابد.

### درمان در مراحل اولیه:

در این مرحله حرکت صاف کردن مچ دست و بالا آوردن مچ پا محدود می شود و بیمار قادر به حرکت ارادی در سمت ضایعه دیده نیست. حفظ وضعیت تنه و اندام سمت مبتلا و انقباض عضلات سمت ضایعه دیده مشکل است. چرخش تنه نیز محدود می شود. در این مرحله بیمار باید بتواند از وضعیت خوابیده طاق باز به وضعیت به پهلو برود و بتواند وضعیت نشسته را حفظ کند و با کمک فردی دیگر، از بستر به روی صندلی منتقل شود.

در این بیماران وضعیت تنفسی مناسب نیست بنابراین تمرینات تنفسی مهم است. ضعف عضلانی تنفسی همراه با بی حرکتی طولانی مدت علت اصلی اختلال در وضعیت تنفسی است. در، دو وضعیت طاق باز و خوابیده به پهلو از تمرینات تنفسی استفاده می کنیم.