



درمان های هستی ستون فقرات

مؤلفین:

اشکان ایرانی

کارشناس ارشد کاردرمانی، عضو کادر آموزشی دانشکده توانبخشی - پد بهشتی

کاوه مقدم

دانشجوی دکترای روانشناسی و آموزش کودکان استثنایی و مدرس دانشگاه

انتشارات پایگاه فرهنگ - قلم علم

۱۳۹۳

سرشناسه	: ایرانی، اشکان، ۱۳۶۲.
موضوع	تاریخ، تاریخ، سستون فقرات / مؤلف: اشکان، ایران، کاوه، مقدم
مشخصات نشر	: تهران: پایگاه فرهنگ: قلم علم، ۱۳۹۳.
مشخصات فیزیکی	: ۲۵۲ صفحه، مستطیل، جدول، نمودار
شابک	: ۳۰۰۰۰۰ ریال : ۳-۳-۷۴۵۶-۶۰۰-۹۷۸
وضعیت در دسترس بودن	فصل
یادداشت	: کتابنامه.
موضوع	: درمان های دستی
موضوع	: سستون فقرات - - بیماریها - - درمان
تاریخ درج شده	: مقدم، کاوه، ۱۳۵۹.
رده کتب	۱۳۹۳ ۹۵۴ الف / RM۷۲۴
رده بندی	۶۱۵/۸۲
شماره کتابشناسی	۳۴۹۸۰

درمان های دستی سستون فقرات

مؤلفین : اشکان ایرانی، کاوه مقدم

ناشر : پایگاه فرهنگ

ناشر همکار : قلم علم

چاپ و صحافی : مؤسسه پگاه

نوبت چاپ : اول - ۱۳۹۳

قطع : وزیری

شمارگان : ۵۰۰

شابک : ۳-۳-۷۴۵۶-۶۰۰-۹۷۸

قیمت : ۳۰۰۰۰۰ ریال

مرکز بخش : مؤسسه پگاه ۱۹۵۴-۲۲۹۰

مشکلات و دردهای ستون فقرات یکی از مهمترین مسائل و مشکلات شایعی است که متأسفانه در حال حاضر در تمامی نقاط دنیا مشاهده شده و نمیتوان آثار منفی آنرا در زندگی روزمره نادیده گرفت. وضعیت تحرک، فعالیتهای روزمره زندگی، وضعی که افراد در طول روز به خود می‌گیرند و آنرا در حین کار حفظ میکنند، ناهنجاریهای اسکلتی-عضلانی و حتی استرسهای شدید و فشارهای روانی همگی از جمله عوامل افزایش مشکلات و دردهای ستون فقرات هستند که تمامی متخصصین و کارشناسان بهداشتی و پزشکی باید بدان توجه لازم و کافی را مبذول دارند.

متأسفانه، در کشورمان نیز این مشکلات روبه افزایش است و بیمارانی که از دردهای نواحی مختلف ستون فقرات رنج می‌برند تلاش می‌کنند تا با مراجعه به متخصصین مربوطه در کمترین زمان بیشترین فایده را از روش‌های درمانی خود را کاهش دهند. استفاده از برنامه‌ها و مداخله‌های درمانی چون فیزیوتراپی، کاردرمانی، آب درمانی، ورزشهای منظم و پیوسته و نیز مصرف برخی داروها که توسط پزشکان تجویز می‌شود می‌تواند درد را زودتر و به‌طور قابل‌توجهی برای بیماران داشته باشد. اما امروزه، تلاش متخصصین براین است که بتوانند هرچه سریعتر و در زمانی کوتاه‌تر مشکلات بیماران مبتلای به دردهای ستون فقرات را کاهش داده

و عملکرد آنهارا در زندگی روزمره افزایش دهند. از اینرو، تکنیکهای خاصی در این زمینه ایجاد و به کار گرفته شده است.

یکی از تکنیکهای مورد استفاده در بیماران که از دردهای نواحی مختلف ستون فقرات (دردهای مهره های گردنی، پشته، کمری، خاجی و دنبالچه) رنج میبرند تکنیکهای کششی مانپولاسیون است که در واقع همان دسترسی به فرورنگی مهره های مفصلی است که موجب می شود این تکنیکها از تکنیکهای ماهرانه آسیب شناسی استخوان و عضله متمایز شود.

در این کتاب که در اصل تألیف شده، تکنیکهای کششی، چرخشی و به طور کلی شیوه های اجرای درمانهای دستی به طور کامل توضیح داده و شرایط اجرا و چگونگی وضعیت درمانگر و بیمارین اجرا و نیز جزئیات هر کدام از تکنیکها به طور مفصل تشریح شده است. علاوه بر این تلاش شده است که برای هر کدام از تکنیکها نیز از یک سری تصاویر و عکس استفاده گردد تا متخصصین عزیز براحتی و سهولت هر چه بیشتر بتوانند این تکنیکها را فرا گرفته و در مورد بیماران خود بکار برند و به نتایج مطلوبی دسترسی پیدا کنند.

در پایان امید آن میرود که این کتاب به عنوان کتابی کاربردی در حیطه توانبخشی بیماران مبتلا به دردهای ستون فقرات مورد استفاده تمامی متخصصین رشته های

طب فیزیکی و توانبخشی، کاردرمانی، فیزیوتراپی و طب ورزش قرار گرفته و به عنوان گامی هرچند کوچک در راستای اعتلای علم و دانش مورد توجه قرار گیرد.

باتشکراز آقایان پژمان شکاری، سینا یوسفی، علی اکبر مهدوی، مسعود احمد اقبال و پویا ذاکری که در تهیه این اثر مشارایاری کردند.

بالحترام

اشکان ایرانی - کاوه مقدم

بهار ۱۳۹۳

فهرست موضوعات:

- ۱- فصل اول: مقدمه و کلیات درمان های دستی ستون فقرات، قفسه سینه و لگن ۱
- ۲- فصل دوم: اساس و بنیاد استفاده از تکنیکهای کششی و فشاری ۷۶
- ۳- فصل سوم: درمان های دستی ستون مهره های گردنی و سینه ای ۱۴۷
- ۴- فصل چهارم: درمان های دستی های پشتی و سینه ای ۲۵۲
- ۵- فصل پنجم: درمان های دستی مهره های کمری و لگن ۳۲۹
- منابع ۴۲۲