

Course plan

دانشکده علوم توانبخشی

نام درس : درمانهای دستی (low trust) اختلالات عملکردی ستون فقرات	تعداد واحد : 1 واحد نظری، 2 واحد عملی
مقطع : دکترای تخصصی فیزیوتراپی	مدت زمان ارائه درس : 17 ساعت نظری، 68 ساعت عملی
پیش نیاز :	مسئول برنامه: دکتر لیلا عباسی
تاریخ تهیه: تیر ماه 1403	تاریخ بازنگری : تیرماه 1404

عناوین کلی این درس شامل موارد زیر می باشد :

۱. مروری بر صفحات حرکتی و حرکت طبیعی ستون مهرهها و الگوهای اختلالات حرکتی
۲. اصول ارزیابی و درمان اختلالات عملکردی مفاصل ستون مهرهها و لگن
۳. آشنایی با روشهای درمان دستی و تکنیکهای نوین
۴. مبانی آزادسازی میوفاشیال و احشایی
۵. روشهای کرانیوساکرال و موبیلیزیشن با حرکت

❖ هدف کلی

فراگیری ارزیابی، تشخیص و درمان تخصصی اختلالات عملکردی مفاصل و بافت‌های نرم ستون مهره‌ها و لگن و آشنایی با رویکردهای نوین در درمان‌های دستی کرانیوساکرال.

❖ اهداف اختصاصی

دانشجو باید بتواند:

الف) اهداف نظری

۱. صفحات حرکتی و الگوهای بیومکانیک طبیعی ستون مهره‌ها و لگن را توضیح دهد.
۲. اختلالات عملکردی مفاصل ستون مهره‌ها (مانند ERS، FRS، EN) را از نظر پاتومکانیک تحلیل کند.
۳. اصول ارزیابی اختلالات ساکروایلیاک و هیپ را بر اساس تست‌های کلینیکی (مانند Gillet Test، Patrick's Test) بیان نماید.
۴. تفاوت‌های رویکردهای درمانی میتلند (Maitland)، گرینمن (Greenman) و مولیگان (Mulligan) را مقایسه کند.
۵. مبانی علمی تکنیک‌های انرژی عضلانی (MET) و آزادسازی میوفاشیال را تبیین کند.
۶. ارتباط سیستم کرانیوساکرال با اختلالات ستون فقرات و لگن را شرح دهد.
۷. پروتکل‌های ترکیبی درمانی (مانند تلفیق موبیلیزیشن MET) را طراحی نماید.

ب) اهداف عملی

۱. ارزیابی

- تست‌های اختصاصی تشخیص FRS/ERS در نواحی گردنی، توراسیک و لومبار را اجرا کند.
- محدودیت‌های حرکتی مفاصل ساکروایلیاک را با روش‌های Standing Flexion Test و Sacral Torsion Test شناسایی نماید.

۲. درمان دستی ستون مهره‌ها

- تکنیک‌های موبیلیزیشن (Grade IV) و مانیپولیشن (HVLA) را در مفاصل فاست به کار گیرد.
- اختلالات C1-C2 را با روش‌های انرژی عضلانی (PIR/RI) اصلاح کند.

۳. درمان اختلالات لگن

- تکنیک‌های موبیلیزیشن مفصل ساکروایلیاک و ایلئوساکرال را انجام دهد.

۴. آزادسازی میوفاشیال و احشایی

- آزادسازی فاشیای احشایی را با روش‌های دیدگاه مایرز (Myers) و stanborough اجرا نماید.

- روش‌های کرانیوساکرال (CV4/EV4) را برای تنظیم ریتم کرانیال به کار ببرد.
- تکنیک‌های موبیلیزیشن با حرکت (MWM) مانند NAG و اسکات اصلاحی را اجرا کند.

روش آموزش

- ارائه نظری با استفاده از اسلاید.
- نمایش عملی تکنیک‌ها توسط استاد.
- تمرین عملی دانشجویان تحت نظارت استاد.

شرایط اجراء

کلاس نظری:

ویدئو پروژکتور، کامپیوتر و اسلایدهای آموزشی
ماکت‌های آناتومی ستون فقرات و لگن
تابلو وایت‌برد یا هوشمند

مهارت‌آموزی (عملی):

تخت درمانی استاندارد (ترجیحاً با قابلیت تنظیم ارتفاع)
ابزارهای ارزیابی (گونیا متر، خط‌کش، تسمه‌های اندازه‌گیری)
وسایل کمک‌آموزشی (توپ‌های درمانی، فوم رولر)

❖ امکانات آموزشی بخش

- اسلاید پروژکتور ، ویدئو پروژکتور و کامپیوتر، مولاژ گردن، توراسیک، کمر، کرتنیوم، ستون فقرات کامل، تخت برقی

❖ آموزش دهنده

- اساتید بخش فیزیوتراپی (دکتر لیلا عباسی، دکتر کتایون رضایی، دکتر نرگس مفتاحی)

منابع اصلی درسی

۱. Vertebral Manipulation, Maitland, Last Ed.
۲. Principles of Manual Medicine, Greenman, Last Ed.
۳. Anatomy Trains, Thomas W. Myers, Last Ed.
۴. Direct Release Myofascial Technique, Michael Stanborough, Last Ed.
۵. Fascial Dysfunction, Leon Chaitow, Last Ed.

ارزشیابی

- آزمون‌های چندگزینه‌ای و تشریحی.
- آزمون عملی اجرای تکنیک‌های درمان دستی.

❖ نحوه ارزشیابی

- امتحان کتبی
- امتحان عملی (ارزیابی و اجرای صحیح تکنیکها)

❖ نحوه محاسبه نمره

- نمره تئوری، حضور کلاس، اخلاق حرفه ای ، پرسش و پاسخ و سمینارهای کلاسی 20 نمره
- نمره امتحان عملی (ارزیابی و اجرای صحیح تکنیکها) 20 نمره

❖ مقررات

- حداقل نمره قبولی 14
- تعداد دفعات مجاز غیبت در کلاس 1 جلسه دو ساعته، عملی حداکثر 6 جلسه دو ساعته

جلسه	محتوای نظری	محتوای عملی	تمرکز آموزشی
1	معرفی درس + آناتومی کاربردی ستون فقرات	لمس لندمارک‌های ستون مهره‌ها	آشنایی با ساختارها
2	بیومکانیک طبیعی ستون فقرات	ارزیابی دامنه حرکتی (ROM) عمومی	حرکت شناسی
3	پاتومکانیک دیسفانکشن‌های گردنی	تست‌های FRS/ERS گردنی	تشخیص گردن
4	تکنیک‌های موبیلیزیشن گردن (میتلند)	اجرای Grade I-IV مفاصل فاست گردنی	درمان دستی گردن
5	متدهای HVLA در گردن (با احتیاط)	تمرین HVLA تحت نظارت	مانیپولیشن گردن
6	آناتومی توراسیک و الگوهای دیسفانکشن	تست‌های Rotation/T4 Syndrome	تشخیص توراسیک
7	تکنیک‌های MET برای توراسیک	اجرای PIR عضلات پکتورال	آزادسازی عضلانی
8	موبیلیزیشن توراسیک (مولتیگان)	تمرین MWM برای دنده‌ها	توراسیک پیشرفته
9	آناتومی لومبار و دیسفانکشن‌ها	تست‌های ERS/FRS لومبار	تشخیص کمر
10	تکنیک‌های HVLA لومبار	اجرای مانیپولیشن L4-L5	درمان کمر
11	آزادسازی فاشیال لومبار (مایرز)	تکنیک Skin Rolling ناحیه لومبار	فاسیال ریلیز
12	آناتومی ساکروایلیاک (SIJ)	تست‌های Gillet/Patrick	تشخیص SIJ
13	تکنیک‌های موبیلیزیشن SIJ	اجرای Posterior Glide	درمان SIJ
14	MET برای اختلالات لگن	تمرین PIR برای Piriformis	عضلات لگن
15	مبانی ویسرال مانیپولاسیون	لمس احشای لگنی (رکتوم/مثانه)	آناتومی احشایی
16	تکنیک‌های آزادسازی کبد/روده	اجرای Liver Mobilization	ویسرال ریلیز
17	کرانیوساکرال تراپی (مبانی)	تمرین CV4/EV4	سیستم CSF
18	تکنیک‌های فاسیال ریلیز پیشرفته	آزادسازی زنجیره خلفی (پوستریور)	فاسیال عمقی
19	پروتکل‌های ترکیبی (گردن + توراسیک)	تمرین یکپارچه‌سازی تکنیک‌ها	کیس استادی
20	پروتکل‌های ترکیبی (لومبار + SIJ)	تمرین یکپارچه‌سازی	کیس استادی
21-30	کاربردی: حل کیس‌های پیچیده (ترکیبی)	اجرای پروتکل کامل: ارزیابی + درمان	آمادگی کلینیکی
31	رفع اشکال نهایی	تمرین آزاد (تکمیل نقاط ضعف)	تثبیت یادگیری
32	آزمون نهایی (عملی + کتبی)	اجرای درمان روی مدل + تحلیل کیس	ارزشیابی