

دانشکده توانبخشی گروه فیزیوتراپی

نام درس : اصول فیزیولوژیک تمرین درمانی	تعداد واحد : ۰/۲۵ واحد تئوری
مقطع : کارشناس ارشد فیزیوتراپی	مدت زمان ارائه درس : ۴ ساعت
پیش نیاز : -	
مسئول برنامه : دکتر زهرار رجحانی (هماهنگ کننده)	

❖ اهداف کلی آموزشی:

- دانشجو در پایان مبحث ضمن افزایش دانش باید تغییرات ایجاد شده در روند سالمندی را بشناسد، اثرات فیزیولوژیک تمرینات در سالمندی را بداند و بتواند ورزشهای مناسب را برای افراد سالمند تجویز نماید.

- سرفصل های آموزشی مهم در این دوره شامل موارد زیر می باشد :
- ۱- تغییرات فیزیولوژیک دوران سالمندی و اثرات آن بر بدن سالمند
- ۲- اثرات فیزیولوژیک تمرینات در سالمندی
- ۳- یک سمینار با عنوان مرتبط

- حیطه شناختی :

دانشجو باید بتواند براساس منابع موارد ذیل را توضیح دهد :

- ۱- علل تغییرات فیزیولوژیک در سیستم های عصبی - عضلانی - اسکلتی - قلبی - عروقی
- ۲- تاثیرات فیزیولوژیک ورزش در سالمندی

- حیطه مهارت :

دانشجو باید فعالیتهای ذیل را بتواند انجام دهد :

- ۱- ارزیابی سیستم های مختلف بدن
- ۲- آموزش بیماران و توصیه های ورزشی

- حیطه اخلاقی :

- ۱- از بیمار سالمند برای انجام معاینه و بررسی های تشخیصی اجازه بگیرد.
- ۲- توضیحات مناسب در رابطه با بیماری و انجام معاینه ارائه دهد.
- ۳- به صحبت و عقاید گوناگون در افراد سالمند توجه کند.
- ۴- به مستندسازی امور بیماران و پرونده نویسی اهمیت قائل شود.
- ۵- مشارکت فعال سالمند و همراهان را در مراقبت از وی تا حد امکان جلب نماید.
- ۶- تمایلات و نگرشهای بیمار در اتخاذ تصمیم های تشخیصی و درمانی را در نظر داشته و به انتخابهای آگاهانه بیمار احترام بگذارد (از جمله حق بیمار در نپذیرفتن معاینه توسط دانشجویان و درمان توسط آنها).
- ۷- به استقلال در تصمیم گیری سالمندان، با توجه به ظرفیت ذهنی آنها احترام بگذارد.
- ۸- به اهمیت پیگیری دقیق بیماران تحت مراقبت واقف باشد.
- ۹- به مراقبت از تمام بیماران بدون در نظر گرفتن سن، جنس، دین، نژاد، وضعیت اقتصادی، اجتماعی و فرهنگی متعهد باشد.
- ۱۰- در جهت ایجاد بیشترین آرامش برای سالمند طی انجام روشهای تشخیصی و درمانی تلاش کند.
- ۱۱- به اهمیت مراقبت موثر و ایده آل از افراد سالمند واقف باشد.
- ۱۲- در گرفتن شرح حال بیمار موارد سوء استفاده از سالمندان بصورت فیزیکی، روانی و مالی را در نظر داشته باشد.
- ۱۳- اصول اخلاق اسلامی در رفتار حرفه ای و اصل راز داری را رعایت نماید.
- ۱۴- برای مراقبتهای مقرون به صرفه و با کیفیت اهمیت قائل شود.
- ۱۵- در صورت لزوم سالمند را به سایر متخصصین معرفی نماید.

استراتژی آموزش :

- ارائه درس بصورت سخنرانی

- نمایش فیلم

امکانات :

۱- سالن کنفرانس

۲- ویدئوپروژکتور

مکان : دانشکده علوم توانبخشی

زمان بندی :

دانشکده توانبخشی

۴ساعت

- اصول فیزیولوژیک تمرین درمانی در سالمندی

ارزشیابی : امتحان پایان ترم

منابع مطالعه :

- **Therapeutic Exercise kisner.**
- **Therapeutic Exercise Bandy.**
- **Therapeutic Exercise Huglum.**
- **Advances in neurology Ruzicka.**