



## تمرینات توانبخشی در بیماران مبتلا به سکته مغزی

### فیزیوتراپیست کیمیا اسماعیلی، دکتر کامران عزتی

۱. کارشناس ارشد فیزیوتراپی

۲. دکتری تخصصی فیزیوتراپی، عضو مرکز تحقیقات علوم اعصاب، بیمارستان پورسینا، استادیار دانشگاه علوم پزشکی گیلان، گروه فیزیوتراپی

مقدمه : سالانه حدود ۷۰۰۰۰۰ نفر در ایلات متحده به سکته مغزی مبتلا می شوند که از این بین حدود دو سوم زنده مانده و نیازمند درمان توانبخشی می باشند. هدف: بررسی اثرات و روش های نوین تمرینات توانبخشی در بیماران مبتلا به سکته مغزی

روش مطالعه : در این مطالعه تعداد ۳۵ مقاله از طریق پایگاه های اطلاعاتی انگلیسی زبان Pubmed, Ovid Medline و Cochrane Library جستجو شده و مرور شد (۲۰۱۶-۲۰۰۰). برای جستجو از کلمات کلیدی Stroke, Rehabilitation, Physical therapy, Exercise استفاده شد. مطالعاتی که تمرینات مختلف و اثر آنها بر گروه های مختلف را بررسی کرده بودند مورد ارزیابی قرار گرفتند.

نتایج : تمرینات ورزشی متعددی برای درمان بیماران مبتلا به سکته مغزی توصیه شده است که از ۷۲ ساعت بعد از ابتلا شروع می گردد. تاکید تمرینات سنتی روی تمرینات تحمل وزن و ورزش های تعادلی و عملکردی می باشند. به علاوه، روش های نوین فیزیوتراپی در بیماران مبتلا به سکته مغزی روی Mental Practice، rTMS، Robotic-Assisted Therapeutic Exercise تاکید دارند.

نتیجه گیری : تلفیق تمرینات سنتی و نوین فیزیوتراپی بسته به شرایط زمانی، وسعت و شدت سکته مغزی ممکنست پیامد بهتری برای این بیماران داشته باشد.

واژه های کلیدی : توانبخشی، سکته مغزی، فیزیوتراپی، ورزش درمانی