

انستیتو تحقیقات ضایعات نخاعی
بولتن خلاصه مقالات به صورت سخنرانی
نخستین کنگره ضایعات نخاعی ایران
۹-۸ بهمن ماه ۱۳۸۰

عنوان مقاله: جایگاه افراد ضایعه نخاعی در ورزش معلولین و نقش ورزش در توان بخشی آنها

نویسندگان: یحیی سخنگوئی

۷۸۴۸۳

ورزش نقش بسیار موثری در اجتماعی کردن افراد معلول و تسهیل روند عادی سازی و بهبود قوای جسمانی و ذهنی آنها دارد و بسیاری از عوارض ناشی از معلولیت را که در آینده می تواند گریبانگیر فرد شود جلوگیری می نماید. ورزش معلولین در سالهای اخیر متحول گردیده است و تا حد زیادی این تحولات مدیون تلاشهای دی لودویک کاتمن است که در طی جنگ جهانی دوم ورزش را بخش از درمان کلینیکی برای معلولین پاراپلژی و تتراپلژی که از صدمه نخاع در رنج بودند مصرفی نمود. کاتمن دو هدف دیگر را نیز دنبال می کرد:

۱- از فشارهای روانی بر افراد ضایعه نخاعی در بیمارستان بکاهد.

۲- در کشوری مثل انگلستان که اهمیت خاصی برای ورزش قایل هستند از آن برای باز توانی افراد معلول استفاده نماید. بنابراین دور جدید و نوین ورزش معلولین با توجه به ورزش در ضایعه نخاعی ها آغاز می شود روی آوری معلولین نخاعی به ورزش تاثیر بسزایی در تغییر نگرش مردم، جامعه به این افراد داشته است و توانمندی آنها را به نمایش گذاشته است و از طرفی ورزش تاثیرات مهم و موثری نیز در موارد ذیل برای افراد ضایعه نخاعی دنبال دارد که همه این موارد براساس تحقیقات صورت گرفته به اثبات رسیده است.

- کاهش پوکی استخوان

- کاهش اسپاستی سیتی

- تثبیت فشارخون

- بهبود عمل دفع

- کاهش تشکیل سنگهای کلیوی و مثانه

- جلوگیری از زخمهای فشاری

- بهبود قدرت عضلات

- بهبود استقامت بدنی

- حفظ انعطاف پذیری

انستیتو تحقیقات ضایعات نخاعی
بولتن خلاصه مقالات به صورت سخنرانی
نخستین کنگره ضایعات نخاعی ایران
۹-۸ بهمن ماه ۱۳۸۰

عنوان مقاله: جایگاه افراد ضایعه نخاعی در ورزش معلولین و نقش ورزش در توان بخشی آنها
نویسندگان: یحیی سخنگویی

- تسهیل روند عادی سازی

- اجتماعی کردن افراد

- تقویت روحیه

در این مقاله به نقش ورزش در روند توان بخشی معلولین نخاعی اشاره خواهد شد و انواع ورزشهایی که این افراد در آنها می توانند شرکت کنند مطرح خواهد گردید.