WSTĘP DO FIZJOTERAPII

podsumowanie lekcji –

kurs Elementy fizjoterapii –

Szkoła Medycyny Naturalnej

Marta Pyrchała-Zarzycka

ASTRO SALUS EDUCATION LTD

Naturalnie do zdrowia, mądrze do rozwoju

Fizjoterapia obejmuje zespół metod leczniczych, które wykorzystują właściwość organizmu związaną z reakcjami na różne bodźce.

Metody te to:

- balneoterapia,
- klimatoterapia,
- hydroterapia,
- kinezyterapia,
- terapia manualna,
- masaż leczniczy ,
- ergoterapia,
- fizykoterapia.

Czynniki fizykalne to czynniki fizyczne, które mają zastosowanie w przypadku medycyny fizykalnej mogą być naturalne lub sztuczne - wytworzone przez różnego rodzaju generatory.

Do czynników fizykalnych naturalnych należą:

- czynniki termiczne,
- promieniowanie słoneczne,
- elektryczność,
- pole magnetyczne,
- ciśnienie.

W medycynie fizykalnej stosowane są różnego rodzaju energie. Wśród nich wyróżniamy:

* czynniki termiczne (zimno, ciepło),
* czynnik fotochemiczny, (różne formy promieniowania),
* czynnik elektrokinetyczny - (prądy),

* czynniki elektrochemiczne - (na przykład w jonoforezie),
* czynniki mechaniczne i kinetyczne- (ciśnienie hydrostatyczne wody w czasie kąpieli, uderzenie strumienia wody o ciało w zabiegach wodoleczniczych, ultradźwięki, masaż oraz nacieranie). Czynnik kinetyczny zaś oddziałuje na organizm w czasie wykonywania ćwiczeń ruchowych biernych, wspomaganych i czynnych.

Odczyn (rodzaj reakcji na dany bodziec) zależy od:

- ilości energii,
- czasu działania energii,
- właściwości tkanki,
- wrażliwości tkanki na daną formę energii,
- zdolności adaptacyjnych pacjenta,
- właściwości osobniczych pacjenta,
- rodzaju choroby,
- rodzaju użytej energii.

Najmniejszy stwierdzalny odczyn nazywamy **odczynem progowym.**

Ogólnie odczyny dzielimy na:

- **odczyn miejscowy** – ten rodzaj odczynu występuje tylko w miejscu, na które działamy energią; ewentualnie również w bliskich okolicach tego miejsca,
- **odczyn ogólny** – to odpowiedź całego organizmu lub danego układu na dany bodziec.

Ponadto **wyróżniamy następujące odmiany odczynów:**

- **odczyny nieodwracalne** – powstają one w wyniku uszkodzenia tkanek,
- **odczyny odwracalne** – te odczyny ustępują po upływie określonego czasu,
- **odczyny normalne** – czyli takie, których się spodziewamy,
- **odczyny paradoksalne** – występuje on na skutek zaburzenia mechanizmów regulacyjnych w organizmie. Zaburzenie to może być spowodowane chorobą.

Mechanizm związany z reakcją na bodziec

- znajdujące się w skórze zakończenia nerwów dośrodkowych →znajdujące się w skórze na zakończeniach nerwów dośrodkowych **receptory** odbierają dany rodzaj energii, odbiornikami określonych postaci energii,

- informacja o pobudzeniu przenoszona jest drogą nerwową od nerwów dośrodkowych do ośrodkowego układu nerwowego. Stąd zaś impulsy nerwowe zostają przesłane do tak zwanych **efektorów**, czyli narządów wykonawczych. Efektorami są mięśnie i gruczoły.

Fizykoterapia - jedna z form fizjoterapii. Ponadto fizykoterapia stanowi też ważną część medycyny fizykalnej.

Medycyna fizykalna to dział medycyny klasycznej, który ma zastosowanie w fizjoterapii. Medycyna fizykalna traktuje o zastosowaniu różnego rodzaju metod fizycznych, których celem jest:

- leczenie,
- diagnostyka,
- profilaktyka.

W fizykoterapii wykorzystuje się bodźce obecne w naturze – na przykład promieniowanie słoneczne, borowinę, wody mineralne – oraz wytwarzane sztucznie (jak prądy czy lampę solux).

Działy fizykoterapii:

- Elektroterapia:
  - Prąd stały:
    - Galwanoterapia,
    - Jontofereza (Jonoforeza)
    - Kąpiele elektryczno-wodne;
  - Prąd małej częstotliwości:
    - Elektrostymulacja,
    - Impulsy trójkątne
    - Impulsy prostokątne
    - Prąd faradyczny,
    - Prąd neofaradyczny,
    - Przezskórna stymulacja nerwów – TENS;
  - Prądy diadynamiczne (czyli prądy DD lub prądy Benarda);
  - Prądy średniej częstotliwości:
    - Prądy interferencyjne Nemeca,

        - Prądy stereoinformacyjne,
        - Modulowane prądy średniej częstotliwości;
- Pola elektromagnetyczne wielkiej częstotliwości:
    - Diatermia krótkofalowa,
    - Diatermia mikrofalowa;
- Magnetoterapia (terapia polem magnetycznym):
    - Magnetostymulacja;
- Ultrasonoterapia (terapia ultradźwiękami);
- Aerozoloterapia (wziewania);
- Haloterapia;
- Balneoterapia:
    - Terapia z wykorzystaniem wód mineralnych,
    - Terapia z wykorzystaniem borowiny;
    - Lecznicze kąpiele:
        - Kąpiel solankowa,
        - Kąpiel kwasowęglowa,
        - Kąpiel siarkowodorowa;
- Klimatologia i lecznictwo uzdrowiskowe;
- Laseroterapia,
- Helioterapia (terapia przy zastosowaniu promieniowania słonecznego);
- Światłolecznictwo:
    - Z wykorzystaniem promieniowania podczerwonego,
    - Z zastosowaniem promieniowania nadfioletowego;
- Hydroterapia (wodolecznictwo):
    - kąpiele,
    - półkąpiele,
    - natryski,
    - bicze szkockie,
    - polewania,

    - okłady;
- Termoterapia (leczenie temperaturą):
    - Zimnolecznictwo:
        - Krioterapia miejscowa,
        - krioterapia ogólna;
    - Ciepłolecznictwo:
        - Sauna,
        - Łaźnia sucha (rzymska),
        - Parafinoterapia.

Marta Pyrchała-Zarzycka
Astro Salus Education Ltd
Naturalnie do zdrowia, mądrze do rozwoju

kursy@astrosalus.pl

STRONY INTERNETOWE	**BLOGI**
www.astrosalus.pl	http://astrosalus.pl/medycyna-naturalna/
www.astrosalus.com	http://astrosalus.pl/reiki/
http://kosmetyka-fitness.pl	http://kosmetyka-fitness.pl/ona/
www.magia-zycia.com.pl	http://magia-zycia.com.pl/duchowosc/
www.sukces-biznes.pl	http://sukces-biznes.pl/sukces/
www.edukacja-domowa.pl	www.edukacja-domowa.pl/rozwoj-dzieci