

فهرست مطالب

فصل اول: معرفی کشش درمانی و کاربردهای آن.....۱۹

- ۱-۱ پیشینه تاریخی.....۲۱
- ۱-۲ آثار و کاربردهای کشش درمانی.....۲۴
- جداسازی سطوح مفصلی.....۳۲
- کاهش فتق دیسک.....۳۴
- کشش بافت نرم.....۳۹
- آرامسازی عضله.....۴۰
- متحرک کردن مفاصل.....۴۱
- گیرافتادگی ریشه عصبی.....۴۳
- التهاب مفصل.....۴۴
- موارد کاربرد کشش کمر.....۴۵
- موارد کاربرد کشش مهره‌های پشتی.....۴۶
- موارد کاربرد کشش گردن.....۴۷
- مطالعات بالینی.....۴۷

فصل دوم: روشها و اصول بیوفیزیک کشش.....۵۱

- ۲-۱ اصل مکانیکی در کشش درمانی.....۵۳
- ۲-۲ روشهای اعمال کشش.....۵۳

- ۵۴..... روش وزنه‌دار.....
- ۵۴..... روش موتوردار.....
- ۵۶..... روش پنوماتیک.....
- ۵۷..... کشش دستی.....
- ۵۸..... کشش وضعیتی.....
- ۵۹..... خودکششی.....
- ۶۱..... کشش جاذبه‌ای.....
- ۶۲..... روش معکوس.....
- ۶۳..... کشش اتوماتیک.....
- ۶۴..... ۲-۳ دستگاه‌های کشش درمانی.....
- ۶۴..... دستگاه موتوردار (مکانیکی - الکتریکی).....
- ۶۶..... دستگاه‌های کشش خانگی.....
- ۶۹..... ۲-۴ پارامترهای قابل تنظیم.....
- ۶۹..... روش کشش.....
- ۷۰..... وضعیت بیمار.....
- ۷۰..... شیوه کشش.....
- ۷۵..... نیروی کششی.....
- ۸۰..... زاویه کشش.....

مدت زمان اعمال کشش ۸۱

فرکانس تکرار جلسات ۸۲

فصل سوم: کشش مکانیکی کمر و مهره‌های پشتی ۸۵

۳-۱ تجهیزات لازم ۸۷

۳-۲ مراحل انجام کشش کمر ۹۰

قرارگیری بیمار روی تخت ۹۰

بستن اسلینگ‌ها ۹۶

تنظیم پارامترها برای کشش کمر ۱۰۰

شروع کشش ۱۰۵

ارزیابی اولیه بیمار پس از شروع کشش ۱۰۶

آزاد کردن کشش ۱۰۸

پیشبرد درمان ۱۰۸

احتیاط هنگام کشش کمر ۱۱۱

۳-۳ نحوه انجام کشش مهره‌های پشتی ۱۱۲

کشش مهره‌های پشتی فوقانی ۱۱۲

کشش مهره‌های پشتی تحتانی ۱۱۴

تفاوت‌های فردی ۱۱۵

احتیاط هنگام کشش مهره‌های پشتی ۱۱۶

فصل چهارم: کشش مکانیکی گردن ۱۱۷

۴-۱ تجهیزات لازم ۱۱۹

۴-۲ مراحل انجام کشش گردن ۱۲۰

قرارگیری بیمار روی تخت ۱۲۰

بستن اسلینگ گردنی ۱۲۶

تنظیم پارامترها برای کشش گردن ۱۲۹

شروع کشش و ارزیابی اولیه بیمار ۱۳۲

آزادکردن کشش ۱۳۴

پیشبرد درمان ۱۳۴

احتیاط هنگام کشش گردن ۱۳۵

فصل پنجم: روشهای کشش غیر مکانیکی ۱۳۷

۵-۱ خودکششی ۱۳۹

۵-۲ کشش وضعیتی ۱۴۴

۵-۳ کشش دستی ۱۴۸

فصل ششم: موارد منع استفاده و احتیاط ۱۵۵

۶-۱ موارد منع استفاده ۱۵۷

ممنوع بودن حرکت مهره‌ها ۱۵۸

آسیب یا التهاب حاد ۱۵۹

- ۱۶۰.....پرتحرکی یا بی ثباتی مفصل.....
- ۱۶۲.....محیطی شدن علائم در اثر اعمال کشش.....
- ۱۶۳.....فشارخون بالا.....
- ۱۶۴.....۶-۲ موارد احتیاط.....
- ۱۶۵.....بیماری‌های ساختاری در ستون فقرات.....
- ۱۶۷.....خطرناک بودن فشار اسلینگ‌ها و استرپ‌ها.....
- ۱۶۹.....فتق دیسک داخلی.....
- ۱۷۰.....برطرف شدن کامل درد شدید با اعمال کشش.....
- ۱۷۱.....کلاستروفوبیا.....
- ۱۷۲.....ناتوانی در تحمل وضعیت طاقباز یا دمر.....
- ۱۷۳.....مشکلات روانی و گيجی.....
- ۱۷۳.....۶-۳ عوارض جانبی کشش درمانی.....
- ۱۷۵.....**مراجع:**.....
- ۱۷۹.....**واژه‌نامه**.....

این کتاب به معرفی کشش‌درمانی (Traction Therapy) و کاربردهای آن در فیزیوتراپی می‌پردازد. این درمان نقش مؤثری در بهبود اختلالات ستون فقرات و مفاصل ایفا می‌کند. در کشش‌درمانی، نیروهای کششی به‌شکل پیوسته یا متناوب، روی ستون فقرات بیمار وارد می‌شوند. وارد شدن این نیرو، آثاری همچون کشش بافتهای نرم پیرامون ستون فقرات (لیگامان‌ها و عضلات)، کاهش فتق دیسکهای بین‌مهره‌ای، جداسازی سطوح مفصلی، کاهش فشار واردآمده روی ریشه‌های عصبی، کاهش تنش عضلانی، آرامسازی عضلات ستون فقرات و ... را در پی خواهد داشت.

برای وارد کردن نیروی کششی روشهای مختلفی وجود دارد. در یکی از این روشها که به روش موتوردار یا روش مکانیکی موسوم است، از تجهیزات پیشرفته مکانیکی - الکتریکی استفاده می‌گردد؛ در حالیکه اعمال نیروی کششی در سایر روشها، با استفاده از تجهیزات نسبتاً ساده‌تری صورت می‌گیرد؛ نظیر پمپ هوا در روش پنوماتیک یا تعدادی وزنه، طناب و قرقره در روش وزنه‌دار. در برخی روشها نیز وارد کردن نیروی کششی به‌صورت دستی توسط درمانگر یا با بهره‌گیری از نیروی وزن بدن خود بیمار انجام می‌شود.

استفاده از تجهیزات پیشرفته مکانیکی - الکتریکی در کشش‌درمانی از حدود ۶۰ سال پیش آغاز شد و هم‌اکنون به‌عنوان یک روش کارآمد مورد استفاده فیزیوتراپیست‌ها قرار می‌گیرد. این کتاب بر کشش‌درمانی به روش مکانیکی - الکتریکی تمرکز دارد؛ نکات کاربردی برای اجرای کشش مکانیکی کمر و گردن به‌طور کامل در کتاب مطرح شده و اعمال کشش با سایر روشها به‌طور مختصر بیان گردیده‌است. علاوه بر ذکر نکات کاربردی در مورد نحوه اجرای کشش و تنظیم مقدار پارامترها، به‌منظور جلوگیری از بروز خطرات احتمالی،

موارد احتیاط و عدم کاربرد کشتش درمانی نیز در مطالب کتاب گنجانده شده -
است.