

فهرست مطالب

صفحه

عنوان

فصل اول: ورزش درمانی

- از دوران باستان تا عصر مدرن..... ۱
- از پرورش اندام تا تخصص های پزشکی..... ۶
- از ارتوپدی تا نورولوژی..... ۸

فصل دوم: ورزش و سلامتی

- اهمیت حرکت..... ۱۱

فصل سوم: اثرات کلی تمرین

- مهارت های حرکتی پایه..... ۱۷
- قدرت..... ۱۸
- تمرینات قدرتی در توانبخشی عصبی..... ۱۹
- استقامت..... ۲۱
- تمرینات استقامتی در توانبخشی عصبی..... ۲۲
- سرعت..... ۲۳
- تمرینات سرعتی در توانبخشی عصبی..... ۲۳
- تحرك..... ۲۴
- افزایش الاستیسیتی و تحرك مفصلی در توانبخشی عصبی..... ۲۴
- هماهنگی..... ۲۷
- تمرینات هماهنگی در توانبخشی عصبی..... ۲۸
- تعادل..... ۲۸
- تمرینات تعادلی در توانبخشی عصبی..... ۲۸

فصل چهارم: توانبخشی عصبی

- سازمان دهی مجدد قشر مغز..... ۳۰
- اهداف اصلی توانبخشی حرکتی..... ۳۳
- رویکردها و مفاهیم مدرن در توانبخشی عصبی..... ۳۶
- محدودیت درمانی..... ۳۶
- تمرینات حسی - حرکتی تکراری دست..... ۴۱
- تمرینات مبنی بر نقص..... ۴۲

۴۳	تمرینات قدرتی
۴۴	تمرینات دو طرفه
۴۷	تمرینات با کمک روبات
۵۴	تمرینات واقعیت مجازی
۵۴	آینه درمانی
۵۵	تمرینات باز خوردی

فصل پنجم: تمرینات درمانی در نورولوژی: چرا؟

۵۸	مقدمه
۵۹	عوامل تقویت یادگیری حرکتی
۶۴	علائم اسپاستیسیتی
۶۶	اندازه گیری اسپاستیسیتی
۶۸	علائم پارزی
۷۱	علائم آتاکسی
۷۵	علائم مرتبط با نقض تعادل
۷۶	تعادل در توانبخشی عصبی

فصل ششم: تجهیزات تمرین

۷۸	تجهیزات تمرین
۷۸	تمرینات استقامتی
۷۸	تردمیل
۹۱	تردمیل و تمرینات استقامتی
۹۱	تردمیل و تمرینات قدرتی
۹۳	تردمیل و تمرینات تعادلی
۹۴	تردمیل و تمرینات تکالیف دوگانه
۹۵	تردمیل و تمرینات سرعتی
۹۷	استفاده از تردمیل در اسپاستی سیتی
۱۰۰	ارگومترهای دوچرخه
۱۰۱	ارگومترهای اندام فوقانی
۱۰۲	تمرینات کنترل شده
۱۰۳	ترنیرهای الپتیکال (اسکی واره یا دستگاه پله نوردی)
۱۰۳	ترنیرهای دوچرخه

۱۱۲	استپر
۱۱۴	تمرینات قدرتی
۱۱۵	پرس پا
۱۱۸	دیوار کوهنوردی
۱۱۸	باترفلای معکوس
۱۱۹	ماشین لت تکدست
۱۲۰	وزنه های میله ای
۱۲۲	باربل بلند
۱۲۲	باربل کوتاه
۱۲۳	فلکسورها و اکستانسورهای زانو
۱۲۴	تمرینات تعادلی
۱۲۵	ترنیرهای تعادل
۱۲۷	اسپیس کرل
۱۳۰	فیزیومت
۱۳۰	پوسچرومد
۱۳۲	پدهای مختلف
۱۳۲	ترانسنا
۱۳۳	اندازه گیری، درمان و مستندسازی
۱۳۵	سنساموو
۱۳۵	تمرینات ویبریشن
۱۳۷	زپتور
۱۳۷	گالیلئو و ولنگانگ
۱۳۸	پاورپلیت
۱۳۸	کوهنوردی
۱۳۸	دیوار کوهنوردی (دیوار سنگی)
۱۳۹	دستگاه های کوچک برای تمرین با بیماران نورولوژی
۱۳۹	اسلک لاین یا بندلغزی
۱۴۰	سیلورفیت
		فصل هفتم: تظاهرات بالینی
۱۴۱	مقدمه

۱۴۱	سکته مغزی
۱۴۱	تعریف
۱۴۳	تعریف
۱۴۴	بیمار سکته مغزی چه تمریناتی را باید انجام دهد؟
۱۴۹	چرا در توانبخشی بیماران سکته مغزی باید تمرینات قدرتی را در نظر بگیریم؟
۱۵۲	مولتیپل اسکلروزیس
۱۵۵	نکته بالینی
۱۵۸	بیماری پارکینسون
۱۶۶	پاراپلژی
۱۶۸	تروما کرانیوسربرال
۱۶۹	فلج مغزی
۱۷۰	اختلالات عصب-عضله
۱۷۱	نکات کلی
۱۷۲	توصیه هایی برای تمرینات قدرتی
۱۷۳	اختلالات نورو حرکتی (اختلالات سلول شاخ قدامی)
۱۷۳	اسکلروز جانبی آمیوتروفیک
۱۷۵	آتروفی عضلانی نخاعی
۱۷۵	سندرم پس از فلج اطفال
۱۷۶	تمرینات برای بیماران با سندرم پس از فلج اطفال
۱۷۶	نوروپاتی
۱۷۶	نوروپاتی حسی و حرکتی ارثی، بیماری شارکوماری توث
۱۷۷	نوروپاتی محیطی
۱۷۸	پلی رادیکولونوروپاتی التهابی دمیالینیزاسیون حاد یا سندرم گیلن باره
۱۷۹	پلی نوروپاتی و میوپاتی بیماری بحرانی
۱۷۹	بیماری های انتقال عصب-عضله
۱۷۹	میاستنی گراویس
۱۸۰	سندرم ایتون- لامبرت، سندرم میاستنیک لامبرت- ایتون
۱۸۰	میوپاتی
۱۸۱	دیستروفی عضلانی
۱۸۲	میوپاتی مادرزادی

۱۸۲	میوپاتی متابولیک
۱۸۲	اختلالات کانال های یونی
۱۸۳	میوزیت
۱۸۴	میوپاتی توکسیک (سمی)
۱۸۴	پاراپلژی اسپاستیک ارثی
۱۸۵	بیماران با نقص شدید و ورزش درمانی
فصل هشتم: آزمون ها و ارزیابی ها		
۱۸۶	برنامه تمرینات
۱۸۷	محیط موردنیاز
۱۸۸	آزمون های مرتبط با توانبخشی عصبی
۲۰۶	منابع
۲۰۷	واژه نامه