



ĐẠI CƯỜNG PHỤC HỒI CHỨC NĂNG

BSCKI. Phan Đăng Lợi

1. Khái niệm về PHCN

- PHCN là dùng các kỹ thuật trị liệu.
- Chủ yếu sử dụng các tác nhân vật lý, sinh lý, tâm lý tác động trực tiếp hay gián tiếp lên cơ thể bằng kích thích, điều chỉnh, rèn luyện, tái thích nghi... góp phần cùng các phương pháp khác tăng hiệu quả điều trị, dự phòng các biến chứng, hạn chế các di chứng và tàn tật.
- Phục hồi chức năng nhằm mục đích tạo điều kiện thuận lợi cho việc phục hồi sau khi mất chức năng và giảm đau. Mất chức năng có thể là do gãy xương, cắt cụt chi, đột quỵ hoặc một rối loạn thần kinh khác, chấn thương sọ não, các chấn thương do thể thao và/hoặc suy yếu cơ xương do các tình trạng như viêm khớp, chấn thương tủy sống, suy tim hoặc phổi, đau mạn tính hoặc suy kiệt kéo dài. (ví dụ: sau khi bị một số rối loạn và thủ thuật ngoại khoa)

2. CÁC KỸ THUẬT PHCN

- ❖ Tới nay, các kỹ thuật PHCN phát triển rất phong phú, có thể tóm tắt các nhóm kỹ thuật chính sau
 - Vật lý trị liệu.
 - Vận động trị liệu.
 - Hoạt động trị liệu.
 - Ngôn ngữ trị liệu.
 - Tâm lý trị liệu
 - Dụng cụ trợ giúp, chỉnh hình.
 - Các kỹ thuật PHCN đặc biệt.

2.1 Các kỹ thuật VLTL

- Ánh sáng trị liệu: Hồng ngoại, tử ngoại, laser.
- Nhiệt trị liệu: Nóng, lạnh.
- Điện trị liệu: Dòng điện một chiều, dòng điện xoay chiều, điện trường cao tần, điện trường cao áp...
- Siêu âm điều trị.
- Thủy trị liệu: Ngâm, tắm, vôi, tia, bồn xoáy, bể sục...
- Từ trị liệu: Điện từ trường, nam châm vĩnh cửu...
- Ôxy cao áp trị liệu...



**ĐIỀU TRỊ VLTL
(CHIẾU ĐÈN HỒNG NGOẠI)**

2.2. Vận động trị liệu

- Tập theo động tác: Tập thụ động, tập chủ động, tập chủ động có trợ giúp, tập có kháng trở...
- Tập theo bài tập: bài tập cột sống thắt lưng, bài tập hệ hô hấp, hệ tuần hoàn...
- Tập với dụng cụ: Gậy, thang tường, bóng, xe đạp, ròng rọc...
- Tập trong nước.
- Điều trị tư thế để hạn chế các mẫu cơ cứng bệnh lý, tư thế xấu.



VẬN ĐỘNG TRỊ LIỆU
(TẬP VẬN ĐỘNG THỤ ĐỘNG)



VẬN ĐỘNG TRỊ LIỆU (TẬP VẬN ĐỘNG CHỦ ĐỘNG)



VẬN ĐỘNG TRỊ LIỆU (TẬP VẬN ĐỘNG CÓ TRỢ GIÚP)

2.3.Hoạt động trị liệu

Hoạt động trị liệu là một lĩnh vực của phục hồi chức năng sử dụng các hoạt động đặc hiệu hoặc phương pháp đặc hiệu để phát triển, cải thiện và phục hồi chức năng cần thiết bù trừ cho sự rối loạn chức năng, hạn chế tối đa sự giảm chức năng(suy yếu) của người có khó khăn vận động.

Vì vậy hoạt động trị liệu là 1 lĩnh vực của phục hồi chức năng có mối quan hệ chặt chẽ với ngôn ngữ trị liệu và vật lý trị liệu.

- Sử dụng các động tác tự phục vụ ăn uống, đánh răng, rửa mặt, tắm, thay quần áo, đi đại tiểu tiện...
- Di chuyển: Thay đổi tư thế, ngồi, đứng, đi (có trợ giúp hoặc độc lập), đi trên các địa hình khác nhau, lên xuống cầu thang...
- Các trò chơi, thi đấu thể thao...

Hoạt động trị liệu



2.4. Dụng cụ trợ giúp, dụng cụ chỉnh hình, dụng cụ thay thế

Dụng cụ trợ giúp

- Gậy, nạng, xe lăn, thanh song song, khung tập đi...

Dụng cụ chỉnh hình

- Nẹp, máng, áo nẹp cột sống...

Dụng cụ thay thế

- Chân tay giả...

2.6. Các kỹ thuật PHCN đặc biệt

- Ngôn ngữ trị liệu: Chữ nổi cho người khiếm thị; Ký hiệu cho người câm, điếc
- Sử dụng gậy cho người khiếm thị..

XIN TRÂN TRỌNG
CẢM ƠN!