

วัตถุประสงค์ ของการฝึกทางกายภาพบำบัด

1. ฝึกทักษะการเคลื่อนไหวของผู้ป่วยให้กลับมาใช้งานได้ใกล้เคียงปกติ
2. ป้องกันภาวะแทรกซ้อนจากการสูญเสียการเคลื่อนไหว

วิธีการฝึกทางกายภาพบำบัด

- การจัดท่านอน นั่ง ยืนที่ถูกต้อง
- การฝึกเคลื่อนไหวย้ายตนเองและเปลี่ยนท่าทาง
- การฝึกให้ขยับเคลื่อนไหวของข้อต่อ
- กระตุ้นไฟฟ้าในกล้ามเนื้อที่อ่อนแรง
- ฝึกการทรงตัวและรักษาสสมดุลของร่างกาย
- ฝึกการประสานสัมพันธ์ของระบบประสาทและกล้ามเนื้อ
- ฝึกเดินบนพื้นราบและพื้นต่างระดับ รวมถึงการฝึกเดินด้วยหุ่นยนต์ช่วยเดิน



ฝึกให้ผู้ป่วยเคลื่อนไหวข้อต่อ



การฝึกยืนด้วยเตียงปรับระดับ



การฝึกด้วยเครื่องฝึกการทรงตัว



การฝึกเดินด้วยไม้เท้า 3 ขา



การฝึกประสานสัมพันธ์กล้ามเนื้อขาด้วยการปั่นจักรยาน

การฝึกเดิน ด้วยเทคโนโลยีขั้นสูง

● การฝึกเดินด้วย Lokomat®

เครื่อง Lokomat ® มีลักษณะคล้ายกับลู่วิ่งไฟฟ้าและอุปกรณ์ช่วยพยุงตัว พร้อมกับมีส่วนของหุ่นยนต์ช่วยประคองข้อต่อต่าง ๆ ของสะโพกและขา จึงทำให้เคลื่อนไหวประสานสอดคล้อง ในลักษณะที่เป็นการเดินอย่างต่อเนื่อง และทำทางการเดินใกล้เคียงปกติ เราจึงสามารถนำผู้ป่วยที่ยังเดินและทรงตัวไม่ได้ เช่นผู้ป่วยโรคหลอดเลือดสมองในระยะแรก มาเริ่มฝึกเดินกับเครื่อง lokomat® ได้ ซึ่งจะได้ผลดีในการเพิ่มแรงจูงใจให้ผู้ป่วยเรียนรู้รูปแบบการเดินใหม่ ทำให้ผู้ป่วยกลับไปเดินได้เองใกล้เคียงปกติอย่างรวดเร็ว



การฝึกเดินด้วย Lokomat ®

• การฝึกเดินด้วย Gait trainer®

การฝึกด้วย Gait trainer® เหมือนกับ lokomat® ในแง่ของการกระตุ้นให้สมองของผู้ป่วยเรียนรู้รูปแบบการเดินใหม่อีกครั้ง ผู้ป่วยสามารถเดินได้ไกลและนานขึ้นเมื่อผู้ป่วยได้รับการฝึกแล้ว ผู้ป่วยจะมีความทนทานในการออกกำลังกายแบบแอโรบิกเพิ่มขึ้นเหมือนกัน ต่างกันตรงที่ผู้ป่วยที่ฝึกด้วย Gait trainer® จะต้องมีกำลังกล้ามเนื้อ การทรงตัว และสามารถควบคุมการเดินได้ดีกว่า



การฝึกเดินด้วยเครื่องฝึกเดิน GT-I

สำหรับการพิจารณาให้ผู้ป่วยได้รับการฝึกด้วยเทคโนโลยีขั้นสูงนั้น แพทย์เวชศาสตร์ฟื้นฟูจะพิจารณาความเหมาะสมจากศักยภาพของผู้ป่วยแต่ละรายโดยการตรวจประเมินการเคลื่อนไหว เช่น ต้องมีสัญญาณชีพปกติ การทรงตัวดีพอที่จะนั่งได้ ไม่มีปัญหาข้อติด และไม่มีภาวะกล้ามเนื้อหดเกร็งที่รุนแรง เป็นต้น



Stroke

ตีบ ตัน ๓๓๓ ตาย

1669

จัดทำโดย

- ภาควิชาเวชศาสตร์ฟื้นฟู
สาขากายภาพบำบัด ระบบประสาท
ตึกศรีสังวาลย์ ชั้น 3
โทร 02-419-8538, 02-419-7504

ที่ปรึกษา

- อ.พญ.ผกามาส ตันวิจิตร
- ผศ.นพ.วิญญู กัมมรทธิพย์
ภาควิชาเวชศาสตร์ฟื้นฟู

สนับสนุนการพิมพ์โดย

คณะแพทยศาสตร์ศิริราชพยาบาล มหาวิทยาลัยมหิดล
ออกแบบโดย งานสร้างเสริมสุขภาพ

ตรวจสอบเนื้อหาครั้งล่าสุดปี พ.ศ. 2560
รหัสหน่วยงาน HP
สงวนลิขสิทธิ์โดย พ.ร.บ. การพิมพ์ 2537

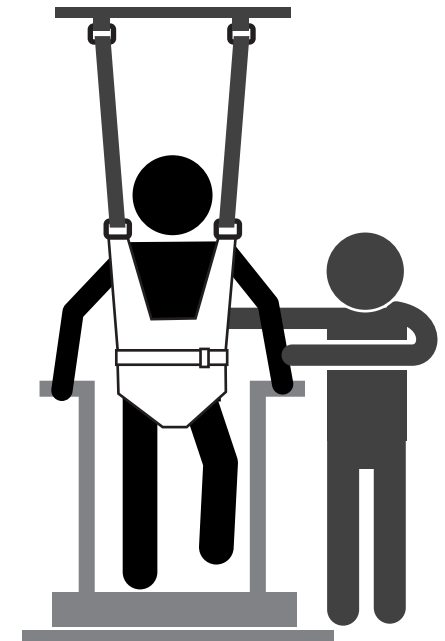


ผ่านพับสุขภาพออนไลน์



มหาวิทยาลัยมหิดล
คณะแพทยศาสตร์ศิริราชพยาบาล

การฝึกทางกายภาพบำบัด
ในผู้ป่วยโรคหลอดเลือดสมอง
โครงการพัฒนาชุดความรู้ผู้ป่วยโรคหลอดเลือดสมอง



โดยความร่วมมือระหว่าง

- ภาควิชาเวชศาสตร์ฟื้นฟู
- งานสร้างเสริมสุขภาพ

SIPI HP1011160