



دانشگاه علوم پزشکی
و خدمات بهداشتی درمانی تهران

دانشکده توانبخشی

طرح دوره درس ماساژ و موبیلیزاسیون

اطلاعات درس:

عنوان درس: ماساژ و موبیلیزاسیون

کد درس:

نوع و تعداد واحد: ۳ واحد (۱ واحد تئوری- ۱ واحد عملی)

نام مسؤل درس: دکتر زینت آشناگر

مدرس/ مدرسین: دکتر زینت آشناگر/ آقای ارسلان قربانپور دانشجوی دکتری تخصصی (قسمت عملی آقایان)

پیش نیاز/ هم زمان:

رشته تحصیلی: فیزیوتراپی

مقطع تحصیلی: کارشناسی

نیمسال تحصیلی:

اطلاعات مسؤل درس:

رتبه علمی:

محل کار:

تلفن تماس:

نشانی پست الکترونیک:

¹ مشتمل بر: نظری، عملی و یا نظری- عملی به تفکیک تعداد واحدهای مصوب. (مثال: ۲ واحد نظری، ۱ واحد عملی)

توصیف کلی درس (انتظار می‌رود مسوول درس ضمن ارائه توضیحاتی کلی، بخش‌های مختلف محتوایی درس را در قالب یک یا دو بند، توصیف کند):

درمانهای دستی بویژه موبیلیزیشن مفصلی از زمره ی درمانهای تخصصی فیزیوتراپی در درمان اختلالات بیومکانیکال می باشد. موبیلیزیشن مفصلی، با هدف بهبود تحرک مفاصل، حفظ و برقراری دامنه حرکتی در اندامهای فوقانی و تحتانی و کاهش درد مفصلی بکار می رود. ماساژ درمانی در فیزیوتراپی با هدف ارزیابی بافتهای بدن، بررسی کیفیت حرکات بافت نرم و نسج عضله و برقراری انعطاف پذیری بافتهای نرم بدن کاربرد دارد.

اهداف کلی/ محورهای توان‌مندی:

آشنایی و یادگیری اصول درمانهای دستی در مفاصل اندام فوقانی و تحتانی.

اهداف اختصاصی/ زیرمحورهای هر توان‌مندی:

در این درس دانشجو یاد می‌گیرد تا با استفاده از نیروی لامسه بافت عضلانی را بررسی نموده و تکنیک های ماساژ درمانی جهت کاهش اسپاسم، بهبود گردش خون و کاهش درد و ادم بکار برد. همچنین در بخش موبیلیزیشن، دانشجویان اصول متحرک سازی مفصلی ونحوه اجرای آن جهت برقراری دامنه ی حرکتی مفاصل را فرا می‌گیرند.

پس از پایان این درس انتظار می‌رود که فراگیر:

انواع تکنیک های ماساژ درمانی را بیاموزد و بصورت عملی اجرا نماید.

انواع تکنیک های موبیلیزیشن مفصلی در مفاصل اندام فوقانی (شانه، آرنج و مچ دست) و اندام تحتانی (هیپ، زانو و مچ پا) را بصورت عملی بیاموزد و اجرا نماید.

نحوه اجرای تکنیک های موبیلیزیشن را در وضعیت های مختلف بدن فراگیرد.

اندیکاسیون و کنترااندیکاسیون های درمانهای دستی را بیاموزد.

روش‌های یاددهی- یادگیری:

یادگیری اکتشافی هدایت شده	ایفای نقش	بحث در گروه‌های کوچک	سخنرانی تعاملی (پرسش و پاسخ، کوئیز، بحث گروهی و ...)
کلاس وارونه	یادگیری مبتنی بر سناریو	یادگیری مبتنی بر حل مسئله (PBL)	یادگیری مبتنی بر تیم (TBL)
سایر موارد (لطفاً نام ببرید) -----	بازی	استفاده از دانشجویان در تدریس (تدریس توسط همتایان)	آموزش مجازی

تقویم درس:

جلسه	عنوان مبحث	روش تدریس	فعالیت‌های یادگیری / تکالیف دانشجوی	امکانات و وسایل	نام مدرس / مدرسان
1	آشنایی با ماساژ درمانی، معرفی تکنیک های ماساژ درمانی	ارائه مبحث- پرسش و پاسخ	تشریح اهمیت و کاربرد درمانهای دستی در کلینیک	ویدئو پروژکتور- پاورپوینت	دکتر آشناگر
2	ادامه معرفی تکنیک های ماساژ درمانی	ارائه مبحث- پرسش و پاسخ	مرور مباحث گذشته- بحث کلاسی	ویدئو پروژکتور- پاورپوینت	دکتر آشناگر
3	مروری بر تاریخچه ی درمانهای دستی	مجازی	پرسش و پاسخ	فایل مجازی	دکتر آشناگر
4	مروری بر اصول بیومکانیکی- وضعیت های مفاصل-الگوهای کیسولار	ارائه مبحث- پرسش و پاسخ	مرور مباحث گذشته- بحث کلاسی	ویدئو پروژکتور- پاورپوینت	دکتر آشناگر
5	آشنایی و مقدمه ای بر موبیلیزیشن مفاصل، بایدها و نبایدها	ارائه مبحث- پرسش و پاسخ	مرور مباحث گذشته- بحث کلاسی	ویدئو پروژکتور- پاورپوینت	دکتر آشناگر
6	رویکرد نوردیک (کالتنبرن)	ارائه مبحث- پرسش و پاسخ	مرور مباحث گذشته- بحث کلاسی	ویدئو پروژکتور- پاورپوینت	دکتر آشناگر- آقای قربانپور
7	Australian Approach	ارائه مبحث اجرای عملی، تمرین گروهی	مرور مباحث گذشته- بحث کلاسی	مولاژ- کلاس عملی	دکتر آشناگر
8	تکنیک های موبیلیزیشن برای مفصل شانه (گلنوهومرال و استرنو کلاویکولار)	ارائه مبحث اجرای عملی، تمرین گروهی	مرور مباحث گذشته- بحث کلاسی	مولاژ- کلاس عملی	دکتر آشناگر- آقای قربانپور
9	ادامه تکنیک های موبیلیزیشن برای مفصل شانه (اکرومیو کلاویکولار و اسکاپولاتوراسیک)	ارائه مبحث اجرای عملی، تمرین گروهی	مرور مباحث گذشته- بحث کلاسی	مولاژ- کلاس عملی	دکتر آشناگر- آقای قربانپور
10	تکنیک های موبیلیزیشن برای مفصل آرنج	ارائه مبحث اجرای عملی، تمرین گروهی	مرور مباحث گذشته- بحث کلاسی	مولاژ- کلاس عملی	دکتر آشناگر- آقای قربانپور
11	تکنیک های موبیلیزیشن برای مفصل مچ دست	ارائه مبحث اجرای عملی، تمرین گروهی	مرور مباحث گذشته- بحث کلاسی	مولاژ- کلاس عملی	دکتر آشناگر- آقای قربانپور
12	تکنیک های موبیلیزیشن برای مفصل هیپ	ارائه مبحث اجرای عملی، تمرین گروهی	مرور مباحث گذشته- بحث کلاسی	مولاژ- کلاس عملی	دکتر آشناگر- آقای قربانپور

13	تکنیک های موبیلیزیشن برای مفصل زانو	ارائه مبحث اجرای عملی، تمرین گروهی	مرور مباحث گذشته - بحث کلاسی	مولاژ - کلاس عملی	دکتر آشناگر - آقای قربانپور
14	تکنیک های موبیلیزیشن برای مفصل مچ پا و پا	ارائه مبحث اجرای عملی، تمرین گروهی	مرور مباحث گذشته - بحث کلاسی	مولاژ - کلاس عملی	دکتر آشناگر - آقای قربانپور
15	مروری بر تکنیک های موبیلیزیشن اندام فوقانی	ارائه مبحث اجرای عملی، تمرین گروهی	مرور مباحث گذشته - اجرای عملی	کلاس عملی	دکتر آشناگر - آقای قربانپور
16	مروری بر تکنیک های موبیلیزیشن اندام تحتانی	تمرین گروهی	مرور مباحث گذشته - اجرای عملی	کلاس عملی	دکتر آشناگر - آقای قربانپور
17	رفع اشکال و مروری بر تکنیک های ماساژ	تمرین گروهی	اجرای عملی	کلاس عملی	دکتر آشناگر - آقای قربانپور

نقش و وظایف دانشجو:

یادگیری و اجرای تمامی تکنیک های موبیلیزیشن در کلیه مفاصل اندام فوقانی و تحتانی در وضعیت های بدنی مختلف، یادگیری و اجرای تکنیک های مختلف ماساژ

روش ارزیابی دانشجو:

تکوینی و تراکمی شامل پرسش شفاهی، سوالات تشریحی، آزمون عملی

منابع:

منابع شامل کتاب های درسی، نشریه های تخصصی، مقاله ها و نشانی وبسایت های مرتبط می باشد.

الف) کتب:

Wise CH. Orthopaedic manual physical therapy from art to evidence. FA Davis; 2015.

Schomacher J. Orthopedic Manual Therapy. Thieme Medical Publishers; 2014.

Braun MB, Simonson SJ. Introduction to massage therapy. Lippincott Williams & Wilkins; 2008.

Edmond, Susan L. Joint Mobilization/Manipulation-E-Book: Extremity and Spinal Techniques. Elsevier Health Sciences, 2016.

Shamus, Eric, and Arie J. Van Duijn. Manual Therapy of the Extremities. Jones & Bartlett Learning, 2016.

Hertling D, Kessler RM. Management of common musculoskeletal disorders: physical therapy principles and methods. Lippincott Williams & Wilkins; 2006.

(ج) منابع برای مطالعه بیشتر:

آشنایی با سایت درمانهای دستی برای فیزیوتراپیستها بر اساس استانداردهای بین المللی

International federation of orthopaedic manipulative physical therapists (IFOMPT)