

‘กายภาพบำบัด’ ฟันฟู รักษา และเสริมสร้างสุขภาพ สำคัญอย่างไร?



‘กายภาพบำบัด’

ฟันฟู รักษา และเสริมสร้างสุขภาพ สำคัญอย่างไร?

การกายภาพบำบัดฟันฟูควบคู่กับการเสริมสร้างความมั่นใจ และกำลังให้กับผู้สูงวัย เป็นงานที่สำคัญอย่างยิ่ง ที่จะทำให้ผู้มารับบริการทุกท่านได้ฟันฟูร่างกายได้ไว รวดเร็วและลดภาวะแทรกซ้อน

หมอขอแนะนำการทำกายภาพบำบัดนั้นมีวัตถุประสงค์ ในการรักษาผู้ป่วยดังนี้

1. ฟันฟูสมรรถภาพร่างกายหลังเจ็บป่วย

ผู้ป่วยที่ประสบอุบัติเหตุหรือได้รับบาดเจ็บจากสาเหตุต่าง ๆ

จะได้รับการทำกายภาพบำบัดเพื่อฟื้นฟูอาการบาดเจ็บ
หลังการผ่าตัด หรือหลังออกจาก รพ. รวมทั้งรู้จักเลี้ยงไม่
ตัวเองได้รับบาดเจ็บอีก ฟื้นฟูร่างกายให้ไวโดยวิธีผสมผสาน
โดยนักกายภาพบำบัดจะทำกายภาพบำบัดให้ผู้ป่วย ตั้งแต่
ช่วยบรรเทาอาการบาดเจ็บที่เนื้อเยื่ออ่อน (กล้ามเนื้อ เอ็น
และกล้ามเนื้อเอ็น) เสริมสร้างความแข็งแรงให้แก่กล้ามเนื้อ
และเพิ่มความยืดหยุ่นของกล้ามเนื้อ อวัยวะในการเคลื่อนไหวการทำงานและพิสัยการเคลื่อนไหว ทั้งนี้ นักกายภาพ
บำบัด

และแพทย์ผู้จะประเมินว่าผู้ป่วยควรเคลื่อนไหวร่างกาย เพื่อ
ทำกิจกรรมต่าง ๆ อย่างไร หนักเบาแค่ไหน รวมทั้งแนะนำวิธี
ที่ช่วยให้เกิดการบาดเจ็บน้อยที่สุด

2.รักษาปัญหาสุขภาพเรื้อรัง ฟื้นฟูอวัยวะต่างๆ ให้มีประสิทธิภาพทำงานได้ดีขึ้น

โดยเฉพาะปัญหาการยืน เดิน ทรงตัวและระบบประสาทสั่งการ
ต่างๆซึ่งพบมากในผู้สูงอายุ สามารถเข้ารับการ
กายภาพบำบัดเพื่อให้อาการของโรคดีขึ้น โดยทีมแพทย์และ
นักกายภาพบำบัดจะคิดแผนการทำกายภาพบำบัดที่เหมาะสมกับ
ผู้ป่วยแต่ละราย ซึ่งประกอบไปด้วยพิสัยการเคลื่อนไหว การ
เสริมสร้างความแข็งแรง และการออกกำลังกายสร้างความทนทาน
ร่างกาย ปรับโปรแกรมให้ดีขึ้นเหมาะสมกับผู้นั้นเป็นรายๆ
ไป

3.เสริมสร้างสุขภาพให้แก่ผู้สูงวัยที่จำเป็นต้องรับการฟื้นฟูร่างกาย

ผู้สูงวัยที่มีปัญหาสุขภาพแม้จะยังไม่มียาอาการ สุขภาพยังใช้ได้
แต่อนาคตโรคต่างๆ อาจส่งผลต่อระบบการทำงานของ
ร่างกายหลายระบบ เช่น โรคหลอดเลือดในสมอง โรคหัวใจ
โรคปอด ข้อเข่าเสื่อม

การเน้นที่จะเสริมสร้าง ดูแลร่างกาย เน้นเชิงป้องกัน เตรียมความพร้อมของร่างกาย คงจะเป็นกลยุทธ์หลักในการดูแล

แบบนี้ การกายภาพเพื่อเตรียมสมรรถภาพปอด หัวใจ กล้าม
เนื้อก่อนการผ่าตัดที่สำคัญ รวมไปถึงการออกกำลังกายเพื่อ
คงศักยภาพของการทำงานอวัยวะต่างๆของร่างกายใน

ผู้สูงวัยด้วย

การกายภาพฟื้นฟู... หอมเชื่อว่าสิ่งนี้จะทำให้ผู้สูงวัยสามารถ

ที่จะมีสุขภาพร่างกายที่แข็งแรง ฟื้นฟูจากความเจ็บป่วยได้ไว

และกลับมาใช้ชีวิตได้อย่างเป็นปกติหรือใกล้เคียงปกติ

อย่างรวดเร็วด้วยการดูแลโดยสหวิชาชีพ หอมเน้นว่านี่ เป็นการรักษาที่มหัศจรรย์ อยากให้ทุกท่านได้ให้ความสนใจ

และดูแลสุขภาพกันมากๆ นะครับ

ด้วยรัก

นพ.เก่งพงศ์ ตั้งอรุณสันติ (หอมเก่ง)

อายุรแพทย์ โรงพยาบาลผู้สูงอายุ Chersery home

และศูนย์ส่งเสริมและฟื้นฟูผู้สูงวัย The Senizens

www.cherseryhome.com

www.thesenizens.com

0944264439

0655988783

Line id @cherseryhome

Line id The Senizens

บอก”รัก”ผู้สูงวัย เชื่อใจให้เราดูแล

All the best for your elder