

کاردرمانی چیست و در درمان بیماری‌های مغز و اعصاب چه نقشی دارد؟

کاردرمانی چیست؟

کاردرمانی یا ارگوتراپی (به زبان فرانسوی) یا آکیوپیشنال تراپی (occupational therapy) از شاخه‌های توانبخشی است. این رشته کلنگر تمامی ابعاد روانی، روحی و جسمی یک بیماری و تاثیرات جانبی مختلف آن بر روی عملکرد اجتماعی و فردی بیمار را در نظر گرفته و تکنیک‌های درمانی مناسب را ارائه می‌دهد. هدف کاردرمانی، خارج کردن فرد از وابستگی و تشویق او به فعالیت‌های مستقل روزانه است. در واقع به استقلال رساندن بیماران یکی از اهداف نهایی این درمان است. مثلاً وقتی فرد به سکتة مغزی دچار می‌شود، برخی از مهارت‌های کلامی و حرکتی او به خاطر ضایعه‌ای که در مغز ایجاد شده، از بین می‌رود. این اختلالات باعث وابستگی فرد در انجام فعالیت‌های روزانه، ارتباطات روزمره خانوادگی و اجتماعی و کارهای مرتبط با شغلش شده و محدودیت‌هایی به وجود می‌آورد. مجموعه این عوامل می‌تواند مشکلات دیگری مانند افسردگی و از دست دادن اعتماد به نفس در فرد به وجود بیاورد. در صورت مشاهده علائم سکتة مغزی، مراجعه هر چه زودتر به پزشک دارای [فوق تخصص سکتة مغزی](#) می‌تواند زندگی فرد را نجات دهد.

کار درمانگر کیست؟

متخصصان کاردرمانی با تسلطی که بر علوم مختلف مانند آناتومی، فیزیولوژی و روانشناسی دارند، یک برنامه جامع درمانی و در صورت لزوم رویکردهای جبرانی و تطابقی که دربرگیرنده تمامی حیطه‌های زندگی می‌باشد را ارائه می‌دهند. به عنوان مثال کاردرمانگر در ابتدا تمریناتی برای بهبود مهارت‌های حرکتی در نظر گرفته و سپس آن را در قالب یک فعالیت معنی‌دار ارائه می‌دهد و از بیمار تقاضا می‌کند که به جای تکرار الگوهای حرکتی بی‌معنی، به انجام فعالیتی معنادار و هدفمند ادامه دهد.

همچنین کاردرمانگر باید شرایط بیمار را در نظر گرفته و محیط را تا حد امکان با شرایط بیمار تطبیق دهد. با تغییر وسایل و تجهیزات مختلف می‌تواند کمک کند که بیمار حداقل وابستگی و حداکثر کارایی را به دست بیاورد. این امر باعث می‌شود که فرد عزت نفس بیشتری داشته باشد و از مشکلاتی دیگر مانند افسردگی حاصل از ناکارآمدی و وابستگی در امان بماند. در واقع در کاردرمانی، کاردرمانگر علاوه بر توجه به درمان بیماری، تاثیرات جانبی که ابعاد مختلف زندگی فرد را در بر می‌گیرد را نیز بررسی می‌کند و در نهایت راهکارهای درمانی و جبرانی مختلف را برای جلوگیری و رفع مشکلات ارائه می‌دهد. هدف کاردرمانی ایجاد احساس ارزشمندی و کفایت برای بیمار است. این هدف با همکاری سایر اعضای تیم توانبخشی شامل گفتار درمانگر، فیزیوتراپیست، بینایی‌سنج، شنوایی‌شناس، ارتزیست پروتزیست و ... و همچنین سایر افراد تیم درمان شامل پزشک، پرستار، روانشناس، مددکار اجتماعی و ... با همکاری فرد و خانواده محقق می‌شود.

کار درمانی برای چه سنی مناسب است؟



باید بگویم که کاردرمانی در تمامی حیطه‌های سنی از نوزاد تا فرد سالمند می‌تواند مفید واقع شود و خدمت‌رسانی کند.

مثلاً برای نوزادی که دچار به اختلالات حرکتی است و یا برای فرد سالمندی که به مشکلاتی در عضلات و حرکت و حتی اختلالات ذهنی دچار است، کاردرمانی ارائه می‌شود.

چه کسانی به کار درمانی احتیاج دارند؟

چون فعالیت‌ها و خدمات کاردرمانی گسترده است و بیماران در سنین مختلف از نوزاد تا سالمند را شامل می‌شود، می‌توان گفت تمامی افرادی که نیاز دارند استقلال از دست‌رفته خود را در عملکردهای مختلف به دست بیاورند، باید به کاردرمان مراجعه کنند.

در واقع حیطه‌ی فعالیت کار درمانی شامل موارد زیر است:

الف) اختلالات جسمی

- اختلالات نورولوژیک بزرگسالان مانند ام اس، پارکینسون، **سکته مغزی** و...
- اختلالات جسمی کودکان از جمله الگوهای حرکتی نادرست، تأخیر حرکتی، گردن کجی، دررفتگی مادرزادی ران و ...

- اختلالات ارتوپدی شامل سوختگی‌ها، ضایعات تاندونی، بیماری‌های روماتیسمی و...

ب) اختلالات ذهنی کودکان

مانند اختلالات یادگیری، اختلالات توجه و تمرکز، بیش‌فعالی، مشکلات شناختی، مشکلات حافظه و...

ج) اختلالات روانی

- اختلالات بزرگسالان مانند سوء مصرف مواد، اسکیزوفرنی، اختلالات خلقی، سالمندی و...
- اختلالات روانی کودکان مانند هذیان و بی‌قراری، مشکلات رفتاری، اسکیزوفرنی دوران کودکی، فوبیا و ...

در واقع مشکلات افرادی که به کاردرمانی نیاز دارند دامنه وسیعی را در برمی‌گیرد و می‌تواند عوامل مختلفی را شامل شود. از جمله:

- تعارض یا فشار روانی
- یک صدمه یا تصادف
- اختلال عاطفی و یا تأخیر رشدی

- بیماری جسمی
 - اختلالات مادرزادی
- خدمات کار درمانی دوره کوتاه مدت مراقبت در دوران حاد بیماری تا توانبخشی در دوره های جبرانی و تطابقی طولانی مدت را در بر می گیرد.

کاردرمانی در کودکان



Dr. Seyyed Hossein Aghamiri

دکتر سید حسین آقامیری

کودکانی که احتیاج به کاردرمانی در زمینه جسم هستند، اختلالاتی مانند موارد زیر را شامل می شوند:

- دیستروفی عضلانی
- فلج مغزی
- مشکلات تاخیری تعادلی
- سندروم داون
- تاخیرهای حرکتی
- عوارض ناشی از تشنج
- اصلاح الگوی حرکتی نادرست
- اختلالات و بیماری های عصبی عضلانی
- دررفتگی مادرزادی ران
- عوارض حرکتی در اثر بیماری های متابولیک
- توریکولی (کجی مادرزادی گردن)

هیپوتونی

به علت گستردگی اختلالات ذهنی در بخش کودکان، شاخه ذهن یا mental نیز به عنوان زیرمجموعه ای از شاخه روان به صورت جداگانه بررسی می شود.

کودکان محتاج به خدمات کاردرمانی ذهنی، دچار اختلالاتی مانند موارد زیر هستند:

- کم توانی ذهنی
- اوتیسم
- اختلالات رفتاری
- یادگیری
- مشکلات حافظه

- مشکلات نوشتاری
- تاخیرهای رشدی
- مشکلات درکی شناختی
- بینایی شنیداری

گاهی همزمان به هر دو محیطه ی ذهن و جسم پرداخته می‌شود، به عنوان مثال کودکان فلج مغزی که در راه رفتن اختلال دارند، با مشکلات ذهنی خاصی نیز دست و پنجه نرم می‌کنند که لازم است در نظر گرفته شوند.

کاردرمانی در بزرگسالان



Dr. Seyyed Hossein Aghamiri

دکتر سید حسین آقامیری

فعالیت کار درمانی به دو بخش کلی روان و جسم تقسیم می شود.

۱- اختلالات جسمی

که در بخش بزرگسال، خدمات کاردرمانی را می‌طلبند به دو دسته کلی تقسیم می‌شوند.

الف) اختلالات نورولوژیک که بیماری‌های زیر را شامل می‌شود:

- ام اس
- سکته مغزی
- ضربه مغزی
- پارکینسون
- ضایعات نخاعی
- اختلالات مربوط به مخچه
- بیماری‌های پیشرونده سیستم اعصاب مرکزی
- ب) اختلالات ارتوپدیک اندام فوقانی به‌خصوص دست هستند که موارد زیر را شامل می‌شود:
- گرفتگی‌های پوستی و سوختگی‌ها
- ضایعات تاندونی و بافت هم‌بند
- ضعف عضلات اندام فوقانی
- محدودیت‌های حرکتی

۲- اختلالات مرتبط با روان

- که در بخش بزرگسالان که کاردرمانی در آنها ضروری است، عبارتند از:
- اختلالات خلقی (مانند دوقطبی، افسردگی و...)
 - اسکیزوفرنیا
 - اختلالات اضطرابی
 - اختلالات شخصیت (مانند انواع اسیزوئید، دوری گزین، اسکیزوتایپال و...)
 - انواع دمانس
 - سوء مصرف مواد
 - مشکلات روان مرتبط با سالمندی و کهولت سن

ویژگی‌های یک کاردرمانگر مناسب

کاردرمانگر برای برقراری ارتباط با بیماران با ناتوانی‌های مختلف و گروه‌های سنی متفاوت باید از انگیزه‌های قوی و توانایی جسمی و روحی خوب برخوردار باشد. در واقع علاقه به هم‌نوع مهم‌ترین ویژگی یک کاردرمانگر است. خدمات توانبخشی، اغلب به دوره‌های طولانی‌مدت درمان نیاز دارند، در نتیجه کاردرمانگر برای همراهی بیمار باید بسیار صبور باشد.