

مقدمه

توانبخشی با تمرکز به بازتوانی فرد به افزایش کیفیت زندگی می پردازد. در واقع توانبخشی از علوم پزشکی، علوم اعصاب، روانشناسی و علوم اجتماعی و ... کمک میگیرد.

توانبخشی یا بازتوانی چیست؟

توانبخشی مفهوم بازگرداندن تواناییها، حفظ شأن و منزلت شما و تعیین جایگاه قانونی و اجتماعی شما می باشد.

نام های دیگر توانبخشی (نوتوانی، بازتوانی، بازپروری و بازسازی) می باشد.

در واقع توانبخشی مجموعه تدابیر و اقدامات پیگیر و هماهنگ از خدمات پزشکی، پیراپزشکی، اقتصادی، اجتماعی و حرفه ای است. این مجموعه به قصد درمان و بهبود و همچنین ارتقاء سطح کارایی شمادر صورتیکه کم توان یا ناتوان (معلول) باشید تا بالاترین حد ممکن، به منظور دستیابی شما به یک زندگی مستقل در جامعه عرضه میگردد.

برای درک بهتر توانبخشی به تعاریف برخی اصطلاحات نیاز دارید. بر اساس تعاریفی که سازمان بهداشت جهانی اعلام کرده است:

- 1- اختلال: هرگونه فقدان یا ناهنجاری در زمینه جسمی، روانی و عملکردی یا آناتومی شما اختلال نامیده می شود.
- 2- کم توانی یا نقص: به هرگونه محدودیت (جسمی، روانی ذهنی) کم توانی یا نقص گفته می شود.

3- ناتوانی یا معلولیت: به آسیب های ناشی از اختلال و کم توانی گفته می شود که منجر به ایجاد محدودیت و جلوگیری از ایفاء نقش طبیعی شما (بر اساس جنسیت، سن، عوامل اجتماعی و فرهنگی) در زندگی می گردد.

4- پیشگیری: اقداماتی که هدفشان جلوگیری از شروع اختلالات جسمی، ذهنی و حسی است یا پس از به وجود آمدن اختلال، جلوگیری از عواقب منفی جسمی، روانی، شناختی و اجتماعی آن است.

5- برابر سازی فرصت ها: فرایندی که از طریق آن، سیستم عمومی جامعه از قبیل محیط فیزیکی و فرهنگی، مسکن و ... برای شما قابل دسترس است.

اهداف توانبخشی یا بازتوانی

- 1- پیشگیری از معلولیت
- 2- جلوگیری از پیشرفت معلولیت
- 3- ارتقاء سطح افکار عمومی نسبت به معلولین و معلولیت
- 4- سعی در خودکفایی معلول و قادر سازی وی در تطابق زندگی معلولین با جامعه
- 5- ارائه تسهیلات و خدمات شهری مناسب جهت استفاده معلولین
- 6- افزایش آگاهی معلولین نسبت به تواناییها و محدودیت های جسمی و روانی خویش و تطبیق و هماهنگی این وضعیت با محیط.

ویژگیهای توانبخشی

توانبخشی یا بازتوانی ویژگیهای متعددی دارد. از این ویژگی ها می توان به موارد زیر اشاره کرد:

- ❖ فرایند مداری: توانبخشی به طور کلی فرایندی با ابعاد جسمی، روانی و اجتماعی است که به طور پویا، شما را به زندگی فعال هدایت می کند.
- ❖ اعاده تواناییها: توانبخشی به واقع توانمند سازی شما در بدست آوردن مجدد آن چیزی است که به واسطه اختلال و یا صدمه از دست داده اید.
- ❖ اثر بخشی: توانبخشی بر ارتقاء اثر بخش بودن و یا دستیابی به نهایت سطح عملکرد شما تأکید دارد.
- ❖ کاهش دادن ناتوانی و معلولیت: توانبخشی قادر است با تکیه بر خدماتی چون پیشگیری از بروز اختلالات و ناتوانیها، رفع موانع فیزیکی محیط، برابر سازی فرصت ها، یکپارچه سازی اجتماعی، در راستای کاهش ناتوانی و معلولیت به شما کمک کند.
- ❖ توانمند سازی و تسهیل کنندگی: توانبخشی فرایندی انفعالی نیست بلکه شما را فعال می سازد تا با بهره گیری از توان و منابع موجود خود در رفع نیازهای زندگی خود بکوشید.
- ❖ مددجو محوری: توانبخشی سبب ایجاد جوی می شود که شما را قادر می سازد تا تواناییهای لازم را کسب کرده و استقلال خود را افزایش دهید.



توانبخشی چیست؟



می نمایند. اما باید در نظر داشته باشید که تمام اقدامات توانبخشی ممکن است در یک زمان واحد انجام نشود، بلکه به مقتضای حال شما در موقعیت های مختلف زمانی انجام گیرد. اساساً دو تیم اصلی در این تیم شرکت دارند:

الف - تیم توانبخشی همراه با کادر اختصاصی توانبخشی شامل: گفتار درمانی، فیزیوتراپی، کاردرمانی، آرتروز پروتز، شنوایی سنجی است. همچنین همکاران این تیم شامل متخصصین زیر است: ارتوپد، نورولوژیست، جراح اعصاب، جراح ترمیمی و سوختگی، روماتولوژیست، متخصص گوش و حلق و بینی، چشم پزشک،

ب- توانبخشی اجتماعی همراه تیم دوم توانبخشی اجتماعی شامل: روانپزشک، روانشناسی، مددکار اجتماعی، خانواده فرد ناتوان، مدیر توانبخشی

این متخصصین تلاش میکنند تا مشکلات اجتماعی افراد ناتوان را کم کنند و سطح مشارکت با اجتماع را بالا ببرند. در نتیجه اگر در اجتماع مشارکت بالاتری داشته باشید درجه ناتوانی (معلولیت) شما کمتر خواهد شد.



❖ حل مسئله: فرایند توانبخشی دارای این ویژگی است که قادر است مهارتهای حل مشکل را افزایش داده و با ارتقاء دانش و آموزش، شما را در تصمیم گیری موثر یاری دهد.

❖ جامع نگر بودن: مفهوم کلیت و جامع نگر بر تندرستی و رفاه کامل شما در چارچوب هماهنگی و انسجام فکر، جسم روح و روان شما با محیط اشاره دارد.

❖ آموزشی بودن: توانبخشی در واقع یک فرایند آموزشی است و شما که تحت توانبخشی قرار دارید را قادر می سازد که در ایجاد محیط یادگیری، شناخت، نیازها و تعیین اهداف توانبخشی خود، شناسایی منابع و در نهایت، ارزشیابی برنامه های توانبخشی فعالانه بکوشید.

❖ تلفیق و یکپارچه سازی اجتماعی: توانبخشی می کوشد تا تمام افراد اعم از سالم یا معلول، بر اساس عدالت و تساوی از فرصت های یکسان بهره مند گردند.

❖ کسب استقلال: یکی از خصوصیت های توانبخشی است. به لحاظ اینکه اهداف و انتظارات شما به میزان زیادی تحت تاثیر وضعیت جسمی، روانی، میزان استقلال و روابط اجتماعی شما است. در نتیجه توانبخشی در این زمینه می کوشد تا شرایط شما را بهبود بخشد.

تیم های توانبخشی

توانبخشی یک نمونه کامل از کار گروهی است. تمام افراد تیم با هم فعالیت می کنند و هدف مشترک و واحدی را دنبال