تاریخ شروع جلسات توانبخشی: ۲ خرداد ۱۴۰۱

اقای اصغر مرادبیگی متولد ۱۳۴۵ در ۸ سالگی تصادف کرده و دچار عارضه عصبی نخاعی شدید شده و بعد از ۱۵ سال توسط دانشکده توانبخشی ایران برای توانبخشی پذیرفته می شود. با تلاش های دکتر حسن عشایری و سایر همکاران تکلم ایشان برگشته و ایشان توانستند راه بروند اما دست راست ایشان دچار لرزش متوسط و دست چپ ایشان دچار اسپاسم شدید می باشد. گرچه از دستان خود کار می کشند. ایشان هر هفته دو جلسه و هر جلسه به مدت یک ساعت و بیست دقیقه ۲۰۰۰ مرتبه انگشتان دست به جز شست توان بخشی شده. جلسه اول تمرین با TBRD2 دست ایشان به سختی وارد دستگاه شد اما در جلسه دوم که ۳ روز بعد بود دست ایشان راحتی وارد دستگاه شد اما فعلا توان بخشی انگشت شست انجام نخواهد شد تا زمانیکه شدت اسپاسم دست ایشان کاهش پیدا کند. همچنین تمرین در خانه فعلا توصیه نمی شود.

جلسه سوم تاریخ ۹ خرداد۱۴۰۱

در این جلسه ۴ انگشت به جز شست ۲۰۰۰ مرتبه طی یک ساعت و ۲۳ دقیقه تمرین داده شدند. بعد از تمرین ایشان توانستند یک تمرین با دستشان انجام دهند که به شرح زیر می باشد:

بعد از ۴۷ سال توانستند لیوان را از روی میز بلند نموده و تا ۴ میلی متری دهانشان نزدیک کنند. ماقبل از این بایستی لیوان یا استکان را روی دست مشت شده شان می گذاشتند.

به گفته ایشان در زمان هایی که استرس دارند اسپاسم شدیدتر می شود. از این جلسه به بعد در جلسات دیگر بعد از تمرین با دستگاه تمرین لیوان را با دست گرفتن نیز انجام خواهد شد.

جلسه چهارم ۱۲ خرداد ۱۴۰۱

در این جلسه نیز ۲۰۰۰ مرتبه ۴ انگشت بجز شست تمرین داده شدند. این بار خلاف سری های قبل انگشتان بیمار خیلی به عقب نمیامد که نیاز شود رول های بالایی را بلند کرده و دست جلوتر رود. بیمار بعد از اتمام کار با دستگاه چندین مرتبه تمرین برداشتن و بلند کردن تا ۳-۴ میلی متری دهان را با لیوان خالی شیشه ای دسته دار انجام داد. بخاطر محدودیت حرکتی بازو این عملیات بمانند فیلم های موجود ضمیمه شده در فایل این جلسه منجر به کج شدن لیوان می شد اما کم کم صاف می شد در طی تمرینات بعدی.

جلسه پنجم ۱۵ خرداد ۱۴۰۱

در این جلسه کما فی السابق ۴ انگشت ۲۰۰۰ مرتبه باز و بسته شدند و شست فعلاً نیاز به توانبخشی ندارد تا زمانیکه شدت اسپاسم کمتر شود. در این جلسه اقای مرادبیگی با انگشتان دست خود توانستند گردو را از روی میز بلند کرده و سپس با کمک دست دیگر خود آن را میل کردند. چند تمرین برای قسمت شانه نیز مطابق با فیلم انجام دادند.

جلسه ششم ۱۹ خرداد ۱۴۰۱

در این جلسه چون قبل از آن بیمار در اداره مخابرات بحث کرده بود و عصبی شده بود دست مقداری مقاومت بیشتری پیدا کرده بود نسبت به جلسه قبل در نتیجه ۲۵۰۰ مرتبه تمرین داده شد و مطابق با فیلم های ضمیمه شده توانست گردو و خرما را با دستش میل کند و این نشانه پیشرفت بسیار خوبی نسبت به جلسه قبل بوده است. کماکان تمارین نزدیک کردن لیوان به دهان و بالا پایین – چپ راست کردن شانه در منزل ادامه دارد .

جلسه هفتم ۲۴ خرداد ۱۴۰۱

در این جلسه در هنگام ورود بیمار به محل درمان دستش برخلاف جلسات قبل که دست بسته بود در این جلسه نیمه باز بود. بنا به گفته بیمار در پارکی که قبل از جلسه نشسته بوده است دستش باز بوده و روی زانو بوده است در حالیکه که قبلاً اینطور نبوده است. در این جلسه ۲۵۰۰ مرتبه ۴ انگشت تمرین داده شدند و در جلسه بعد با تجربه ای که از دست بیمار بدست امده بهتر است ۳۰۰۰ مرتبه تمرین داده شود. بعد از پایان جلسه مطابق با فیلم های ضمیمه شده بیمار پیچ ها را با انگشتانش برداشته و سپس رها نموده روی میز. همچنین توسط دستش و کمک دست دیگرش توانست که لیوان اب را به دهان نزدیک کرده و مقداری اب بخورد. این بیمار طی ۴۸ سال گذشته توانایی انجام این کار را نداشته است.

جلسه هشتم ۲۶ خرداد ۱۴۰۱

در جلسه هشتم موقع ورود اصغر دستش کامل باز بود و در این جلسه ۳۰۰۰ مرتبه انگشتان دست با دستگاه تمرین داده شدند. بعد از جلسه ایشان جعبه حاوی پیچ ها را مطابق با فیلم ضمیمه شده با مدت زمان کمتری نسبت به دفعه قبل خالی نمودند. کماکان شست توان بخشی نمی شود. دست اصغر نرم تر شده است و این پیشرفت به شدت قابل مشهود است.

جلسه نهم ۲۸ خرداد ۱۴۰۱

در جلسه نهم دست اصغر موقع ورود کما فی السابق باز بوده و در این جلسه نیز دست ۳۰۰۰ مرتبه با دستگاه تمرین داده شد. تمرین روزانهآب خوردن با کمک دو دست تجویز شد که هر روز انجام دهد.

جلسه دهم ۲ تیر ۱۴۰۱

در جلسه دهم دست اصغر ۲۰۰۰ مرتبه تمرین داده شد و تمارین فوق الذکر انجام شد. همچنین دستگاه غیرالکتریکی جدیدی جهت توان بخشی بازوی ایشان مورد استفاده قرار گرفت و بیست مرتبه با دستگاه تمرین داده شدند. فیلم ها ضمیمه این جلسه شده اند.

در تمامی جلسات تاکنون و من بعد از این تمامی مکالمات و رفتارها و تمارین با بیمار مطابق با روحیات ایشان انجام شده است.

جلسه یازدهم ۶ تیر

در این جلسه سعی کردم که شست را هم توان بخشی کنم اما کماکان مساله دارد و لغو شد. بازوی اصغر بمدت دو دقیقه و ۴۰ مرتبه تمرین داده شد توسط دستگاه توان بخشی شانه و انگشتان دست هم ۲۵۰۰ مرتبه تمرین داده شدند. اما در این جلسه شدت اسپاسم نسبت به جلسه قبل یک مقدار بیشتر شده بود که بعد از تمرین با دستگاه توان بخشی انگشتان دست دوباره مانند قبل نرم شد. پیچ و مهره ها را سریع تر از جلسه قبل جابجا نموده و باز روند صعودی در بهبود بیمار دیده شد.

جلسه دوازدهم ۹ تیر ۱۴۰۱

در این جلسه بازوی اصغر ۴۰ مرتبه در ۴ دقیقه توانبخشی شد و انگشتان دست ۲۵۰۰ مرتبه تمرین داده شد. در روند جلسات تشخیص داده شد که ایشان هم اضطراب روزانه دارند که باعث شده است صبوری لازم را در روند درمان خود نداشته باشند. از این جلسه به ایشان توصیه شد هر روز چند خط کتاب بخوانند و احتمالا در اینده نزدیک بایستی پازل حل کنند تا سطح صبوری و لرزش طرف راست بدن کمتر شود و اسپاسم دست چپ احتمال بازگشت کمتری پیدا کند.

جلسه سیزدهم ۱۲ تیر ۱۴۰۱

در این جلسه بازوی اصغر ۶۰ مرتبه توانبخشی شده و فیلم برداری شده است. انگشتان دست ۲۵۰۰ مرتبه تمرین داده شد. همچنین برای در نظر گرفتن یک بیس لاین دست دچار شده به ترمور ایشان با آی دی نامبر ۱۰ تا ۱۴ تمرین داده شد. وقتی از ایشان خواسته شد بعد از تمرین دست اسپاسمی توسط دستگاه دست خود را باز کننده توانستند انگشت کوچک و حلقه خود را تکان دهند. سایر تمارین شامل اب خوردن و پیچو مهره برداشتن به مانند قبل انجام شد. در این جلسه چندین مرتبه دست جمع شد بخاطر استرس روحی که داشت. اما جمعا قابل قبول بود روند تمارین.

جلسه چهاردهم ۱۶ تیر ۱۴۰۱

در این جلسه بازوی اصغر ۸۰ مرتبه توانبخشی شده و توانایی شانه و مچ افزایش یافته و بالاخره توانست تا اخرین مقصد تعیین شده برای دستگاه توانبخشی بازو برود. دست دچار شده به ترمور ۳ مرتبه با ای دی نامبر ۱۰ تا ۱۲ نیز در دستگاه TBRD2 تمرین داده شد و دست اسپاسمی هم طبق معمول ۲۵۰۰ مرتبه توانبخشی شد. ایشان روزانه حدود ۵ تا ۱۰ خط کتاب می خوانند. ارامش بیشتری در رفتارش مشاهده شد. انگیزه نسبت به جلسات پیشین بیشتر شده. از ایشان خواسته شده که تا حد امکان با استفاده از هر دو دستش روزانه اب و نصف لیوان چای بخورند که روی لباس هایش نریزد. پیچ و مهره هم طبق معمول جلسات پیشین برداشته شد.

جلسه پانزدهم ۱۹ تیر ۱۴۰۱

در این جلسه بازوی اصغر ۱۰۰ مرتبه توانبخشی شده و توانایی بازو بالاتر رفته. ایشان حال روحی اش خیلی بهتر شده حتی از مترو تا منزل بنده عصایش را با دست اسپاسمی اش گرفته و خیلی خرسند بود موقع ورود به منزل. دست اسپاسمی ۲۵۰۰ مرتبه و دست ترموری ۴۰۰ مرتبه با شماره های ۱۰ تا ۱۳ توانبخشی شد. کماکان مطالعات روزانه را دارد. پیچ و مهره و چایی را هم برداشت و کما فی السابق بود همه تمارین. اما قرار است از جلسه بعدی کلا تمامی لیوان چایی را پارت به پارت با کمک دو تا دست بخورد.

جلسه شانزدهم ۲۳ تیرماه ۱۴۰۱

در این جلسه بازوی اصغر۱۰۰ مرتبه و انگشتانش ۲۵۰۰ مرتبه و دست ترموری اش ۴۰۰ مرتبه با شماره های ۱۰ تا ۱۳ توانبخشی شدند. تمارین این جلسه برداشتن حبوبات لوبیا و ذرت و قند بود. اما تمام جعبه را نخواستم خالی کند و فیلم ها ضمیمه شده. از این جلسه به بعد ایشان نباید دست چپ را مشت کند و اب را روی مشت بگذارد بلکه مطابق فیلم لیوان مورد نظر را تا نصفه چایی یا اب میریزد و سپس با دست اسپاسمی ان را بلند کرده و تا اواسط راه میاورد و سپس از دست ترموری برای ادامه اب خوردن استفاده می کند. کماکان کتاب خواندن ادامه دارد برای افزایش سطح صبوری و لرزش کمتر دست ترموری. همچنین مقداری عضله جدید بین ساعد و بازو مشاهده می شود.

جلسه هفدهم ۲۷ تیرماه ۱۴۰۱

در این جلسه اصغر ناراحت بود کمی.... من هم به او این سری سخت گیری نکردم. مقداری لجباز شده بود و حس کردم به جلسات وابسته شده است و در نتیجه دستش ۲۵۰۰ مرتبه و بازو ۱۰۰ مرتبه توانبخشی شدند. چایی را با دستش خورد و این جلسه تمام شد. کاهش لرزش دست ترموری مشهود هست و به ایشان توصیه مؤکد شد که حتتتما روزانه مطالعه داشته باشند و یک بروشور از یک شرکت خدماتی بهش دادم که روزان چند خط از ان را مطالعه کند. روند بهبود دست خوب هست اما انگار بیمار به جلسات هفتگی بیشتر وابسته هست تا اینکه به فکر خوب شدن دستش باشد. در این جلسه همچنین تصمیم بر این گرفته شد که سرعت دستگاه از ۹۰ به ۱۰۰ و ۱۰۵ افزایش پیدا نماید. کوتاه کردن جلسه امروز می تواند در روند درمان مؤثر واقع شود انشالله

جلسه هجدهم ۴ مرداد ۱۴۰۱

در این جلسه تغییراتی در قسمت بالای کمر اصغر مشاهده شد که مشهود و غیرقابل انکار بود. از او پرسیدم تمرین بازو زیاد انجام می دهی در منزل؟ گفت بله و وقتی هم روی صندلی نشسته بود که انگشتانش توانبخشی شوند برخلاف همیشه که کج می نشست صاف نشسته بود. در این جلسه ۲۵۰۰ مرتبه انگشتان و ۱۵۰ مرتبه دست و سرعت دستگاه روی ۱۰۰ تنظیم شد. از جعبه حبوبات این دفعه بهتر از دفعه قبلی حبوبات برداشت و و بین دو جلسه عمداً ۸ روز فاصله گذاشتم که ببینم با گذشت زمان طولانی تر بین دو جلسه ایا اوضاع دست بهتر ، بدتر یا ثابت می ماند. روحیه اصغر هم خوب بود

جلسه نوزدهم ۶ مرداد ۱۴۰۱

در این جلسه تمامی شرایط به مانند جلسه قبل بود با این تفاوت که اصغر در ده دقیقه حبوبات بیشتری را نسبت به جلسه قبلی از کاسه برداشت و روی میز گذاشت.

جلسه بیستم ۹ مرداد ۱۴۰۱

در این جلسه در ابتدا اصغر دستش یکم مقاومت داشت برای ورود به دستگاه و نامنظم بود حالت انگشتان اما بعد از شروع دور دوم و سوم دست منظم شد و ۲۵۰۰ مرتبه طبق معمول توانبخشی شدند انگشتان. سپس ۲۰۰ مرتبه بازو و مچ تمرین داده شد. این سری جعبه پیچ و مهره را جلویش گذاشتم و برخلاف سری های قبلی که تایم زیادی طول می کشید و تمامی پیچ و مهره هارا نمی توانست بردارد مطابق فیلم طی ۱۴ دقیقه تمامی جعبه را خالی کرد و این یک پیشرفت فوق العاده می باشد.

جلسه بیست و یکم ۱۳ مرداد ۱۴۰۱

در این جلسه ۲۵۰۰ مرتبه انگشتان و ۲۵۰ مرتبه بازو توانبخشی شد. سرعت تمرینات غیردستگاهی شامل برداشتن حبوبات و لیوان به مراتب افزایش یافته نسبت به جلسات قبل و بنا به خواست بیمار دور بازو و دور ساعد پایین ارنج اندازه گریته شد تا تغییراتش در اینده مقایسه شود و ۲۳ سانتی متر بود.

جلسه بیست و دوم ۱۶ مرداد ۱۴۰۱

تا به امروز یکی از دغدغه هایم محدودیت شانه اصغر بوده است که دستگاه شیب دار توانبخشی بازو را صاف کردم و شیبش را در یان جلسه برداشتم تا مطابق با فیلم دست اصغر کاملا از شانه کشیده شود و تاندون های شانه و بازو کاملا کشیده شوند و افزایش طول داشته باشند و ۱۰۰ مرتبه تمرین داده شد. احتمال می دهم که اصغر تا یک ماه دیگر با یک دست کاملا بتواند لیوان اب را به دهان نزدیک کرده و اب بخورد. ۲۵۰۰ مرتبه انگشتان و سپس جعبه پیچ و مهره هم خالی شد و فیلم برداری شده است در این جلسه. روحیه اش موقع ورود در این جلسه یک مقدار بهم ریخته بود که با شوخی و خنده و سر به سر گذاشتن ایشان بهتر شد و انرژی گرفت الحمدلله.

جلسه بیست و سوم ۲۰ مرداد ۱۴۰۱

در این جلسه با دستگاه بازوی بدون شیب ۲۵۰ مرتبه و با دستگاه توانبخشی انگشتان ۲۵۰۰ مرتبه تمرین داده شد. یک مقدار در این روز ناراحت بود اصغر و کم خوابی داشت بخاطر اینکه وامش جور نشده بود اما جمعا جلسه خوبی بود و جعبه پیچ و مهره و لیوان چایی خوردن انجام شد. چون سروناز بوربور دانشجوی خانم دکتر بهرامی امده بود بیمار را ببیند از نزدیک بیمار هم در نهایت خیلی شوخی کرد و اوضاع روحی اصغر بهتر شد!!

جلسه بیست و چهارم ۳۰ مرداد ۱۴۰۱

این جلسه با یک وقفه ۱۰ روزه تشکیل شد و یک مقدار سفتی دست اصغر نسب به جلسه پیش بیشتر شده بود مشخص بود با دستش زیاد کار نکرده بوده است در این مدت. ۲۵۰۰ مرتبه انگشتان و ۳۰۰ مرتبه بازو توانبخشی شدند و تمرینات برداشتن حبوبات و چایی خوردن با لیوان بزرگ و استکان انجام شد.