



"پنجم آبان ، روز جهانی کاردرمانی گرامی باد"

روز ۲۷ اکتبر هر سال به عنوان روز کاردرمانی جهانی (World Occupational Therapy Day) اختصاص داده شده است. این روز در سال ۲۰۱۰ توسط انجمن کاردرمانی به روز جهانی نامگذاری شد. رشته کاردرمانی (occupational therapy) با مخفف (ot) یکی از زیر شاخه های علوم توانبخشی می باشد.

از نظر انجمن کاردرمانی آمریکا (a.o.t.a) کاردرمانی عبارت است از استفاده از فعالیت های هدفمند برای افرادی که در اثر آسیب یا بیماری دچار محدودیت اختلال عملکرد روانی، اجتماعی، رشدی یا اختلالات یادگیری شده‌اند، به منظور ایجاد حداکثر استقلال، جلوگیری از ناتوانی و حفظ سلامتی.

این حرفه شامل ارزیابی، درمان و مشاوره است. این رشته از علوم جدید و پرکاربرد روز دنیاست .

کاردرمانی در ۵ حیطه کلی به درمان بیماران و توانبخشی آنان می پردازد که هر کدام شامل بیماری های متعددی است.

فردی که طرف کاردرمانی است کسی است که به علت بیماری، تصادف یا مسن شدن توانایی های طبیعی را که افراد دیگر دارند نداشته یا آنها را از دست داده است.

در واقع کاردرمانی به معنای استفاده درمانی از کارها و فعالیت‌های روزمره زندگی برای افراد و گروه‌ها با هدف تسهیل مشارکت آن‌ها در نقش‌های زندگی و موقعیت‌های منزل، مدرسه، محیط کار، اجتماع است.

این در حالی است که طبق تعریف انجمن کاردرمانی آمریکا در سال ۱۹۸۱، کاردرمانی علم استفاده از فعالیت های هدفمند در افراد مبتلا به بیماری ها یا ضایعات جسمی، اختلال در عملکردهای روانی اجتماعی، ناتوانی‌های رشدی و اختلالات یادگیری به منظور پیشگیری از ناتوانی، حفظ حداکثر استقلال و کسب سلامتی است.

بنابراین خدمات کاردرمانی با هدف ارتقای سلامت، و بهزیستی، و برای افرادی که دچار یا در خطر بیماری، ضایعه، اختلال، عارضه، نقص، ناتوانی، محدودیت فعالیت، یا محدودیت در مشارکت هستند، ارائه می شود.

این در حالی است که تمامی افرادی که به علت مشکل یا مشکلاتی لازم است تحت درمان قرار گیرند تا به استقلال در عملکردهای مورد نظر برسند، تحت این روش درمانی قرار می‌گیرند.

مشکلات این افراد دامنه وسیعی را در برمی گیرد و می‌تواند حاصل یک صدمه، یا تصادف باشد یا ناشی از بیماری جسمی، اختلال عاطفی، تعارضات و فشارهای روانی و یا حتی تأخیر در رشد و یا

اختلالات مادرزادی باشد. این بیماران به تمام گروه‌های سنی از نوزادان، کودکان و ... تا سالمندان می‌توانند تعلق داشته باشند که از دوره کوتاه مدت مراقبت در دوران حاد بیماری تا توانبخشی در دوره‌های تطابقی طولانی مدت را شامل می‌شود.

خدمات ویژه کاردرمانی:

ارائه ی خدمات ویژه کاردرمانی شامل آموزش مهارت های زندگی روزمره، ایجاد و توسعه مهارت های درکی، حرکتی و عملکرد یکپارچگی حس، توسعه مهارت های بازی و پیش حرفه‌ای و توانایی های اوقات فراغت، طراحی، ساختن یا به کار بردن وسایل کمکی، استفاده از صنایع دستی که به طور ویژه به منظور افزایش عملکرد طرح شده است، توصیف و تفسیر آزمون‌ها مانند ارزیابی قدرت عضلانی، ارزیابی دامنه حرکتی و نیز تطبیق محیط برای فرد معلول است. این خدمات به طور فردی، گروهی و یا در سیستم‌های اجتماعی ارائه می‌شود.

کاردرمانگر کیست؟

کاردرمانگر "Occupational therapist" به فرد ناتوان یاد می‌دهد که چگونه از خود مراقبت کند، به چه صورت کار کند و چگونه تفریح کند. به وی آموزش می‌دهد تا یاد بگیرد چگونه غذا بخورد، لباس بپوشد، حمام برود، غذا درست کند و کارهای خانه، مدرسه و محل کارش را انجام دهد. کاردرمانگر هر چیزی را که مانع انجام فعالیت های طبیعی شخص باشد تغییر می‌دهد. وی در محیط زندگی و کار فرد تغییراتی میدهد تا فرد ناتوان بهتر بتواند زندگی کند. در نوع کار شخص تغییراتی می‌دهد تا بهتر بتواند از عهده وظایف خود برآید. ابزارهای خاصی به فرد می‌دهد تا وی با کمک آنها بتواند بهتر کارهایش را انجام دهد و مهارت های فرد را در انجام فعالیت هایش افزایش میدهد. کودکانی که به علت مشکلات مادرزادی توانایی های طبیعی را ندارند، کسانی که به علت عقب افتادگی های ذهنی نمی‌توانند کارهای معمولی را انجام بدهند، افرادی که به علت افزایش سن و ناتوانی های ناشی از آن در مراقبت از خود دچار مشکل شده‌اند، کسانی که به علت آسیب های

ناشی از تصادف نمی توانند فعالیت های شغلی خود را مانند قبل انجام بدهند و بسیاری افراد دیگر می توانند از کمک یک کاردرمانگر استفاده کنند.

یک کاردرمانگر آموزش های لازم را دیده است تا با فردی که از لحاظ ذهنی قدری کند است و یا مشکلات عاطفی مانند افسردگی یا اضطراب دارد، برخورد مناسب داشته و او را آماده یک زندگی بهتر کند.

رشته کاردرمانی چیست؟

این رشته از زیر مجموعه های علوم توانبخشی است که وظیفه آن بررسی و ارزیابی توانایی ها، درمان و آموزش معلولینی است که در اثر سکنه های مغزی، بیماری های مختلف، حوادث، تصادفات، جنگ، عقب ماندگی های ذهنی و ... دچار معلولیت شده اند. فارغ التحصیلان این دوره می توانند بر اساس تشخیص و معرفی پزشک به درمان جسمانی و روانی و توان بخشی بیماران بپردازند.

متخصصان کاردرمانی با تسلط کافی بر علوم مختلف فیزیولوژی، آناتومیکی و روان شناختی یک برنامه جامع درمانی را به بیماران ارائه می دهند.

در کار درمانی، بیماری و تأثیرات آن در تمام ابعاد زندگی فرد، مورد بررسی قرار می گیرد. هدف این رشته بالا بردن استقلال و افزایش سطح توانمندی بیمار برای انجام فعالیت های روزمره و اجتماعی و مهارت های زندگی می باشد.

تخصص یک کاردرمان کمک به بازتوانی جسمی، حرکتی، ذهنی و روحی افرادی است که دچار معلولیت هستند و علاوه بر آن کاردرمان با آموزش کار و فعالیت های مختلف متناسب با نوع معلولیت و بالا بردن توان ذهنی با استفاده از کارگاه های مختلف، تکنیک های متفاوت ورزشی درمانی و ابزارهای مختلف، علاوه بر مقابله با معلولیت و جلوگیری از پیشرفت بیماری ها، فرد معلول را به محیط اجتماعی بازگردانده و استقلال او را فراهم می آورد. کاردرمانگران قابلیت کار در بسیاری از زمینه های مختلف، با جمعیت های مختلف و به دست آوردن تخصص در حوزه های گوناگون را دارند.

بنابراین با در نظر گرفتن سیستم‌های مراقبت سلامت در کشورهای مختلف، طبقه بندی‌هایی برای این طیف وسیع صورت گرفته است.

همچنین روش‌های دیگری برای طبقه بندی حوزه‌های کاری در کاردرمانی وجود دارد که شامل تمرینات جسمی، ذهنی و اجتماعی است. این طبقه بندی‌ها به محیط تعیین شده توسط جمعیت گیرنده خدمات، بستگی دارند، به گونه ای که محیط‌های حاد سلامت جسمی یا ذهنی مانند بیمارستان‌ها، مراکز مراقبت از سالمندان و کلینیک‌های سرپایی و یا محیط‌های اجتماعی وجود دارند.

حوزه‌های تمرین سلامت و تندرستی به دلیل افزایش نیاز به خدمات مربوط به تندرستی، در کاردرمانی ایجاد شده است. ارتباطی بین تندرستی، سلامت جسمی و همچنین سلامت روان یافت شده است. در نتیجه کمک به بهبود سلامت جسمی و روانی مراجعان می‌تواند موجب ارتقای کلی تندرستی شود.

حوزه‌های تمرین سلامت و تندرستی می‌توانند بر موارد زیر متمرکز باشند:

پیشگیری از صدمات و بیماری‌ها

پیشگیری از شرایط ناگوار ثانویه

ارتقای رفاه افراد دارای بیماری‌های مزمن

کاهش اختلافات مراقبت سلامت

افزایش فاکتورهای مؤثر بر کیفیت زندگی

ارتقای تمرینات سالم زندگی، مشارکت اجتماعی و عدالت کاری.

ارتباط کار درمانی و سلامت روان

سلامت روان به عنوان ریشه کاردرمانی شناخته شده است.

به گفته سازمان سلامت جهانی (WHO)، اختلال روانی یکی از رو به رشدترین انواع ایجاد کننده ناتوانی است. سلامت روان بر پیشگیری و درمان اختلال روانی در گروه‌های مختلف افراد شامل

کودکان، نوجوانان، سالمندان و افراد دارای مشکلات شدید و پایدار سلامت روان متمرکز شده است. این در حالی است که کاردرمانگران، خدمات سلامت روان را در موقعیت‌های مختلفی شامل بیمارستان‌ها، برنامه‌های روزانه و تسهیلات مراقبت طولانی مدت فراهم می‌کنند. کاردرمانگران به افراد دارای اختلال روانی کمک می‌کنند که مهارت‌های لازم برای مراقبت از خود یا دیگران را به دست آورند.

اختلالات سلامت روانی که ممکن است نیازمند کاردرمانی باشند شامل اسکیزوفرنیا و دیگر اختلالات سایکوتیک، اختلالات افسردگی، اختلالات اضطرابی، تروما، اختلالات اضطرابی وابسته و اختلال وسواسی جبری و اختلالات وابسته به آن مانند احتکار و اختلالات عصبی رشدی مانند اختلالات طیف درخودماندگی، اختلال کم توجهی و اختلالات یادگیری است.

