



**Amaç: (Aim):** vücudun hareket ve fonksiyonel kabiliyetini geliştirmek, korumak ve eski durumuna getirmeye çalışmaktır. Fizyoterapistlerin hastaların değerlendirme ve tedavilerine yaklaşımları oldukça kapsamlıdır. Bu görevliler sizi mauyene etme, mevcut probleminizi teşhis ve tedavi etmenin yan sıra; nasıl egzersiz yapmanız gerektiğini ve güç ve hareketliliğinizi artırmak ve incinmenin yeniden ortaya çıkmasını önlemek için vücudunuzu düzgün bir şekilde nasıl kullanmanız gerektiğini de öğretirler.

## **Eğitim (Education):**

Avustralya’da fizyoterapistler dört yıllık bir üniversite eğitimini tamamlarlar ve meslek odasına yıllık olarak kayıt yaptırılmaları gerekmektedir.

## **Nerede çalışırlar? (Where do they work?):**

Fizyoterapistler, hastane, özel fizyoterapi klinikleri, rehabilitasyon merkezleri, bakım evleri, okullar ve spor kulüpleri gibi çeşitli yerlerde çalışırlar. Bir devlet hastanesinde fizyoterapist görmek için bir doktordan sevk almanız gerekmektedir. Ancak fizyoterapisti özel bir işyerinde görmek isterseniz buna gerek yoktur.

## **Tedavi yaklaşımları (Treatment approaches):**

Fizyoterapide çeşitli tedavi yöntemleri kullanılmaktadır. Bunlar aşağıda belirtilmiştir:

- **Egzersiz programları** – duruş eğitimi, kas güçlendirme, fitness eğitimi, hidroterapi ve esneklik egzersizleri
- **Elektroterapiler** – ağrıları azaltmak için ultrason, lazer terapisi, elektrik terapisi; ısı ve buz terapisi
- **Hareket terapileri** – esneklik egzersizleri, eklem hareketleri ve manipulasyon, masaj
- **Göğüs fiziği** – salgı (ifrazat) temizleme teknikleri, nefes egzersizleri, spirometre
- **Hareket yardım reçetesi** – yürüme değnekleri/çerçeveleri, bastonlar, tekerlekli sandalyeler
- Bantlama, kırık tahtası yerleştirme, alçıya alma, düzeltme

## **Genel sorunlar (Common Conditions):**

Fizyoterapistler çeşitli sorunları tedavi ederler. Bunlar aşağıda belirtilmiştir:

- **Adale-iskelet sorunları** – kas, kemik ve eklem tedavisi. Bunlar arasında bel ağrısı, spor ve işten kaynaklanan incinmeler, kireçleme, burkulma, gerilme ve hareketin yavaşlaması gibi sorunlar vardır.
- **Kalp-akciğer sorunları** – kalp-akciğer sistemine ait bozuklukların tedavisi. Bunlar, astım, anfizem (doku ve organlar arasında hava kalması), bronşit ve kalp ya da akciğer ameliyatlarını takip eden rehabilitasyon sorunlarıdır.
- **Nörolojik** – sinir sistemi ile ilgili bozuklukların tedavisi. Bunlar arasında beyin felci, omurilik incinmesi, travmatik beyin zararı, Parkinson hastalığı, çoklu skleroz ve beyin ameliyatını takiben rehabilitasyon bulunmaktadır.
- **Kadın sağlığı** – kadınlarla ilgili sorunların tedavisi. Doğum öncesi ve sonrası sorunlar, idrar tutamama, ve eğitim.
- **Çocuk sağlığı** – çocuklardaki gelişme bozukluklarının tedavisi. Bunlar gelişme, kas-iskelet, solunum ve nörolojik bozukluklar ve doğuştan var olan anormalliklerdir.

## **Hatırlanması gereken noktalar: (Things to Remember):**

- Erkenden sevk yaptırmak geç yaptırmaktan iyidir. Fizik tedavisi akut problemlerde daha etkili olmaktadır.
- Fizyoterapistler üniversite eğitimi görmüş, kayıtlı profesyonel kimselerdir.
- Hastanesi’nde fizik tedavi uzmanını görebilmek için bir doktordan sevk almanız gerekmektedir.
- Bekleme süresi olabilir.
- Gerektiğinde Sağlık Bakım Tercümanlık Servisi’nden yararlanabilirsiniz.