



REABILITATSIYA JARAYONIDA FIZIOTERAPIYA VA MASSAJNING AHAMIYATI

Turdibekova Dilnavoz Qobiljon qizi
Sultonova Diyoraxon Kenjaboy qizi

Farg'ona tumani Abu Ali ibn Sino nomidagi Jamoat salomatligi
texnikumi o'qituvchilari

<https://doi.org/10.5281/zenodo.18277430>

Annotatsiya

Mazkur ilmiy maqolada zamonaviy tibbiyotda reabilitatsiya jarayonida fizioterapiya va massaj usullarining ahamiyati, ularning fiziologik ta'sir mexanizmlari hamda klinik samaradorligi yoritilgan. Harakat-tayanch apparati, nevrologik va travmatik kasalliklarda fizioterapiya va massaj usullarini qo'llashning ilmiy asoslari tahlil qilingan. Tadqiqot natijalari ushbu muolajalar reabilitatsiya jarayonining muhim tarkibiy qismi ekanini ko'rsatadi.

Kalit so'zlar: reabilitatsiya, fizioterapiya, massaj, sog'lomlashtirish, davolash.

Reabilitatsiya turli kasalliklar, jarohatlar va jarrohlik amaliyotlaridan so'ng bemorlarning funksional holatini tiklashga qaratilgan muhim tibbiy yo'nalishlardan biridir. Jahon sog'liqni saqlash tashkiloti ma'lumotlariga ko'ra, reabilitatsiyaga muhtoj bemorlar soni yildan-yilga ortib bormoqda. Ushbu holat fizioterapiya va massaj kabi dori-darmonsiz davolash usullarini yanada rivojlantirish zaruratini yuzaga keltirmoqda.

Reabilitatsiya tushunchasi va uning tibbiyotdagi o'rni

Reabilitatsiya — bu bemorning yo'qotilgan yoki cheklangan jismoniy, ruhiy va ijtimoiy funksiyalarini tiklashga qaratilgan kompleks, bosqichma-bosqich jarayondir. Tibbiy reabilitatsiya o'tkir davolash bosqichidan so'ng amalga oshirilib, bemorning kundalik hayot faoliyatiga qaytishida muhim ahamiyatga ega. Mazkur jarayonda shifokor, fizioterapevt va massaj mutaxassisi o'zaro hamkorlikda faoliyat olib boradi.

Fizioterapiya mohiyati

Fizioterapiya organizmga tabiiy va sun'iy fizik omillar yordamida ta'sir ko'rsatish orqali davolash va sog'lomlashtirish usulidir. Elektrotterapiya, magnitoterapiya, ultratovush, lazer va issiqlik bilan davolash usullari mushak va nerv to'qimalarida qon aylanishini yaxshilaydi, og'riqni kamaytiradi hamda regeneratsiya jarayonlarini tezlashtiradi. Ushbu usullar reabilitatsiya amaliyotida keng qo'llaniladi.

Massajning fiziologik ta'siri

Massaj mexanik ta'sir orqali mushaklarning bo'shashishini ta'minlaydi, qon va limfa aylanishini faollashtiradi hamda markaziy asab tizimiga ijobiy ta'sir ko'rsatadi. Davolovchi massaj jarohatlardan keyingi tiklanish davrida, osteoxondroz va nevrologik kasalliklarda samarali usul hisoblanadi.

Fizioterapiya va massajning kompleks qo'llanilishi

Ilmiy tadqiqotlar fizioterapiya va massajni kompleks qo'llash reabilitatsiya samaradorligini sezilarli darajada oshirishini ko'rsatadi. Ushbu yondashuv mushak kuchini tiklash, harakat amplitudasini oshirish va bemorning psixologik holatini yaxshilashga xizmat qiladi.

Xulosa

Reabilitatsiya jarayonida fizioterapiya va massaj usullarini mutaxassis tavsiyasi asosida qo'llash yuqori klinik samaradorlikni ta'minlaydi. Ushbu muolajalar bemorlarning hayot sifatini yaxshilashda muhim ahamiyat kasb etadi. Individual reabilitatsiya dasturlariga fizioterapiya va massajni kiritish tavsiya etiladi.

Foydalanilgan adabiyotlar:

- 1.DeLisa J.A. Physical Medicine and Rehabilitation. Lippincott Williams & Wilkins.
- 2.Kisner C., Colby L. Therapeutic Exercise. FA Davis.
- 3.Cameron M.H. Physical Agents in Rehabilitation. Elsevier.
- 4.Fritz S. Fundamentals of Therapeutic Massage. Elsevier.
- 5.World Health Organization. Rehabilitation in Health Systems.