



ΚΕΦΑΛΑΙΟ

1

ΙΣΤΟΡΙΚΗ ΑΝΑΔΡΟΜΗ

Η Φυσικοθεραπεία είναι μάλλον η αρχαιότερη γνωστή θεραπευτική μέθοδος για πολλά προβλήματα, που αφορούν την υγεία του ανθρώπου.

Ο άνθρωπος προσπάθησε από την αρχή της εμφάνισής του να χρησιμοποιήσει τα μόνα μέσα που είχε στη διάθεσή του, δηλαδή αυτά που του παρείχε η φύση, προκειμένου να αποκαταστήσει την υγεία στο σώμα του, θεραπεύοντας προβλήματα που είχαν προκληθεί από ασθένειες αλλά και άλλες αιτίες.

Βλέπουμε ότι ακόμη και σήμερα παιδιά και ενήλικες, όταν χτυπήσουν ή πονάνε, αγγίζουν και χαϊδεύουν το σημείο που τους πονάει με σκοπό να περάσει ο πόνος και να γιατρευτεί το πρόβλημα. Γίνεται λοιπόν εύκολα αντιληπτό ότι η πρώτη και πρωτόγονη μορφή θεραπευτικής παρέμβασης στα προβλήματα του σώματος του ανθρώπου έγινε από τον ίδιο και έδωσε τα πρώτα ερεθίσματα για την μελλοντική ανάπτυξη της επιστήμης της Φυσικοθεραπείας. Και ήταν αναπόφευκτο μαζί με την πρόοδο του ανθρώπου και την εξέλιξη της νοημοσύνης του, να αρχίσει και η διαμόρφωση της νέας αυτής επιστήμης.

Ξέρουμε πλέον ότι 2500 χρόνια πριν τον Χριστό, οι Κινέζοι χρησιμοποίησαν τη γυμναστική και κάποιες μορφές της σύγχρονης μάλαξης. Αυτή η μέθοδος θεραπείας τους έδινε ικανοποιητικά αποτελέσματα και οι πρακτικοί και εμπειρικοί, κατ' όνομα γιατροί, βρήκαν διάφορα σημεία του σώματος πάνω στα οποία είχαν την δυνατότητα να επιδράσουνφέροντας σημαντικά αποτελέσματα. Έτσι προκαλούσαν μεταβολές στη λειτουργία του κεντρικού νευρικού συστήματος και δεν είναι υπερβολή να πούμε ότι η σύγχρονη ιατρική επιστήμη έχει επαληθεύσει ότι τα σημεία αυτά είναι συνδεδεμένα με νευρικές απολήξεις.

Ο Κομφούκιος αναφέρει ότι χρησιμοποιούσαν διάφορες ασκήσεις γυμναστικής, όπου απλοί χειρισμοί της μάλαξης είχαν δεσπόζουσα θέση. Είναι ιδιαίτερης σημασίας το θεραπευτικό σχήμα που χρησιμοποιούσαν στην Κίνα από το 14^ο αιώνα π.χ. Με τη χρήση βελονών από ευγενή μέταλλα (χρυσό - άργυρο - πλατίνα) πετύχαιναν επίδραση και αντανάκλαστική θεραπεία διαφόρων νοσημάτων, κάτι που υπό κάποιες προϋποθέσεις συμβαίνει και στη σύγχρονη ανατολική ιατρική στην επιστήμη του βελονισμού.

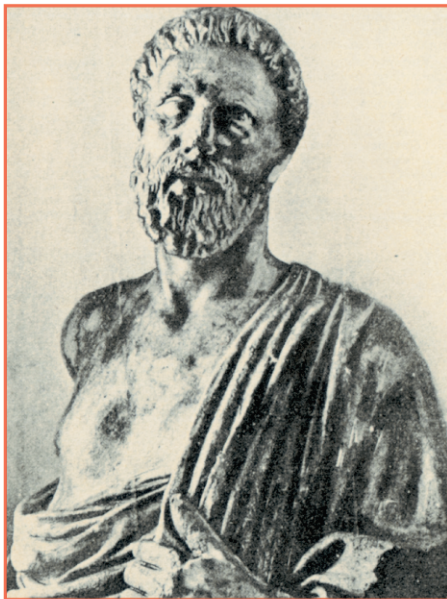
Στις αρχαίες Ινδίες, όπως αναφέρουν και τα ιερά βιβλία των Ινδών CATARVA VEDA, γινόταν χρήση κάποιας μορφής μάλαξης για θεραπεία ασθενειών, που συνδέονταν με ρευματικές παθήσεις κ.ά. Ανάλογες αναφορές γίνονται και σε συγγράμματα και άλλων μεγάλων αρχαίων πολιτισμών όπως της Αιγύπτου και της Μεσοποταμίας.

Ο δυτικός κόσμος και πολιτισμός έχει να παρουσιάσει τις τέχνες, που χρησιμοποιούσαν και ανέπτυσαν συνεχώς οι αρχαίοι Έλληνες. Πάρα

πολλά τα συγγράμματα και οι αναφορές στη μάλαξη, τις ασκήσεις και γενικά την κινησιοθεραπεία και τη χρήση των φυσικών μέσων για την αποκατάσταση και τη θεραπευτική αντιμετώπιση διαφόρων προβλημάτων. Είναι γνωστό ότι οι αρχαίοι Έλληνες έδιναν μεγάλη σημασία στο σώμα τους, την καλαισθησία και τη γύμνασή τους.

Ο Ηρόδικος ή συνήθως ονομαζόμενος Σηλυμβριώτης, ιατροσοφιστής από τα Μέγαρα, είναι ο πρώτος διδάξας την ιατρική γυμναστική. Εφαρμόζεε θεραπευτικό σχήμα με βάση τις σωματικές ασκήσεις και τη διαιτητική.

Μαθητής του ήταν ο μεγάλος ιατρός της αρχαιότητας ο Ιπποκράτης (460 - 380 π.χ.), ο οποίος έβαλε γερά θεμέλια για τη χρήση των φυσικών μέσων, της μάλαξης και της γυμναστικής. Αναφέρει λοιπόν τη χρήση της μάλαξης σαν ιατρική και θεραπευτική πράξη και παρουσιάζει ορισμένους χειρισμούς πρωτότυπους για την εποχή τους, όπως τις ανατρίψεις. Ακόμη έκανε χρήση του ζεστού λαδιού σε περιπτώσεις πόνου της μέσης, οσφυαλγία και ισχιαλγία, δίνοντας οδηγίες για περίχυση της περιοχής της Ο.Μ.Σ.Σ. και του πίσω μέρους του ποδιού. Αξιοσημείωτο είναι το γεγονός της παρουσίας μίας μεθόδου αποκατάστασης και θεραπείας της κύφωσης.



ΕΙΚΟΝΑ 1.1

Ιπποκράτης

Ο Αριστοτέλης, φιλόσοφος, πρότεινε τη θεραπευτική μάλαξη στο κεφάλι με τη χρήση ενός μείγματος από λάδι και νερό, με αρκετά καλά αποτελέσματα.

Ο μεγάλος ιατροφιλόσοφος Γαληνός το 131 π.χ. στο έργο του "Περί Υγιεινών" παρουσιάζει, χωρίς να αναφέρεται σαφώς στον όρο Φυσικοθεραπεία, τις αρχές της αποθεραπείας και της αποκατάστασης σε άτομα μεγάλης ηλικίας, άτομα με αναπνευστικά προβλήματα και άτομα πάσχοντα από διάφορες άλλες παθήσεις. Το σημαντικό είναι η επεξηγηματική αναφορά του και στα πιθανά και αναμενόμενα συνήθως αποτελέσματα των θεραπευτικών αυτών παρεμβάσεων.

Ο Έλληνας γιατρός Ασκληπιός (100 π.χ.), παρουσιάζει και οργανώνει στη Ρώμη μεθόδους υδροθεραπείας με θερμό - ψυχρό λουτρό, κινησιοθεραπείας και μάλαξης. Οργανώνονται και κέντρα, όπου η κινησιοθεραπεία είναι μία από τις βασικές θεραπευτικές μεθόδους για την αντιμετώπιση πολλών προβλημάτων.

Ο Ανθήρων, την εποχή της σταυρώσεως του Χριστού, αναφέρει τη θεραπεία του από αρθρίτιδα, αφού πάτησε πάνω σε ηλεκτροφόρα ψάρια. Αργότερα ο Αέτιος σύστηνε σε άτομα που έπασχαν από αρθριτικά να κρατάνε ένα μαγνήτη κοντά στην άρθρωση που είχε πρόβλημα.

Ο Γαλιλαίος (131 - 201 μ.χ.), μεγάλος γιατρός στη ρωμαϊκή αυτοκρατορία, χρησιμοποίησε την μάλαξη σαν θεραπευτική μέθοδο σε διάφορες ασθένειες και τραύματα, καθώς και σαν μέθοδο πρόληψης τραυματισμών και προετοιμασίας των αθλητών.

Ο Παύλος ο Αιγινίτης το 644 μ.Χ. αναφέρει διάφορες θεραπευτικές μεθόδους και τη χρήση της μάλαξης σε διάφορα ορθοπαιδικά προβλήματα.

Στην περίοδο της Αναγέννησης, με την αλματώδη πρόοδο της ιατρικής, καθώς οι γνώσεις για την ανατομική κατασκευή του ανθρώπινου σώματος άρχισαν να αυξάνονται, έστω και σε περιορισμένο κύκλο ανθρώπων, δόθηκε πνοή και μπήκαν οι πρώτες πειραματικές και πρωτόγονες αρχές της επιστήμης της Φυσικοθεραπείας.

Την περίοδο όμως μέχρι τον 15ο και 16ο αιώνα με την Αναγέννηση και το Μεσαίωνα τέθηκαν πολλά εμπόδια στην ανάπτυξη της Φυσικοθεραπείας.

Το 1628 ο Harven με τις ανακαλύψεις του για την κυκλοφορία του αίματος, βοήθησε στις αρχικές σκέψεις για χρήση της μάλαξης σαν μέσο Φυσικοθεραπείας.

Παρ' όλα αυτά στα μέσα του 16^{ου} αιώνα ο Αμπουάζ χρησιμοποίησε τα πρώτα μηχανήματα για Φυσικοθεραπεία και μεθόδους για βελτίωση στρεβλώσεων του σκελετού.

Οι γνώσεις που υπήρχαν μέχρι το τέλος του 17^{ου} αιώνα μ.χ. βοήθησαν τους ανθρώπους να εφαρμόσουν μεθόδους αποκατάστασης της λειτουργίας της κίνησης με ορθολογικότερο τρόπο. Οι μέθοδοι όμως που ακολουθούσαν ήταν εμπειρικές και πρακτικές χωρίς κάποια ιδιαίτερη επιστημονική τεκμηρίωση.

Με την ανάπτυξη της ιατρικής επιστήμης, ορισμένοι γιατροί ασχολήθηκαν με τα θεραπευτικά μέσα που στη συνέχεια εντάχθηκαν στη Φυσικοθεραπεία. Διάσημοι και ξακουστοί γιατροί αναγνωρίζοντας τη συμβολή της Φυσικοθεραπείας στην αντιμετώπιση πολλών ασθενειών και προβλημάτων του ανθρώπινου σώματος, προσπάθησαν και πέτυχαν με τον τρόπο τους να γίνουν τα πρώτα δειλά επιστημονικά βήματά της.

Στα μέσα του 17^{ου} αιώνα στην Αγγλία ο Κλίσον χρησιμοποιεί τη μάλαξη και την κινησιοθεραπεία για αποκατάσταση προβλημάτων στη σπονδυλική στήλη. Την ίδια περίοδο οι ανακαλύψεις στον τομέα του ηλεκτρισμού δίνουν τη δυνατότητα στους επιστήμονες της εποχής να χρησιμοποιήσουν τις γνώσεις τους για την επίτευξη καλύτερων αποτελεσμάτων στην αποθεραπεία και επίλυση προβλημάτων στο ανθρώπινο σώμα.

Η ανακάλυψη του πρώτου γαλβανικού στοιχείου του 1799 από τον Α. Βολτ έδωσε την ευκαιρία στο Γερμανό Μπισοφ (1807 - 1882) και στους Γάλλους Ε. Λεντουκ (1853 - 1939) και Μπεργκονιε (1857 - 1925) να στηρίξουν επιστημονικά την ηλεκτροφόρηση με διάφορες φαρμακευτικές ουσίες.

Στη Σουηδία ο Ling (1776 - 1893), χρησιμοποιεί για πρώτη φορά τη μηχανοθεραπεία στο Κεντρικό Γυμναστήριο. Εφαρμόζει μεθόδους για επίλυση προβλημάτων και για εκγύμναση μυϊκών ομάδων με την χρήση διαφόρων μηχανημάτων, αναπτύσσοντας συγχρόνως σχολή με πολλούς μαθητές από όλο τον κόσμο. Με τον τρόπο αυτό ξεκίνησε η ανάπτυξη ενός νέου τομέα της υγιεινής και της θεραπευτικής γυμναστικής. Ο Αυστριακός LANDER συμπληρώνοντας τις διάφορες συσκευές μηχανοθεραπείας και αναπτύσσοντας νέες μεθόδους, έδωσε μία δυνατή ώθηση στην ανάπτυξη της επιστήμης αυτής που αργότερα ονομάστηκε Φυσικοθεραπεία.

Νεώτεροί του, ο Σω, ο Ζαντέρ (που επινόησε πολλά μηχανήματα που χρησιμοποιούνται και σήμερα), ο Γκράχαμ που έγραψε το πρώτο βιβλίο για τη μάλαξη και ο McKenzie που πήρε πρώτος πανεπιστημιακή έδρα Φυσικοθεραπείας και του οποίου η μέθοδος ακολουθείται και σήμερα με την ίδρυση Ινστιτούτων McKenzie σε πολλές χώρες.

Στη Γαλλία ο καθηγητής Lucas Championniere (1889), διδάσκει και εφαρμόζει προγράμματα Φυσικοθεραπείας σε κατάγματα.

Με την ανακάλυψη των ρευμάτων υψηλής συχνότητας από τον HERTZ και των μετασχηματιστών, μπήκαν οι βάσεις για την ανακάλυψη στη συνέχεια και της διαθερμίας (συσκευή για θερμοθεραπεία) και τη χρήση της ως βασικό θεραπευτικό μέσο.

Ο Δανός Φίνσεν (1860 - 1904), συνέβαλε πάρα πολύ στη χρήση του φωτός σε θεραπευτικού μέσου με την ίδρυση του Ινστιτούτου Φωτός στην Κοπεγχάγη (Νόμπελ Ιατρικής 1903).

Παρ' όλα αυτά μέχρι την αρχή του 20ου αιώνα η Φυσικοθεραπεία δεν υφίσταται σαν ανεξάρτητος επιστημονικός όρος και αποτελεί ένα κομμάτι της ιατρικής επιστήμης. Με την κήρυξη του Α΄ Παγκοσμίου Πολέμου και τη μεγάλη προσέλευση τραυματιών με μόνιμες ή παροδικές βλάβες στο σώμα τους, γίνεται επιτακτική πλέον η ανάγκη για ενημέρωση και καλύτερη εκπαίδευση.

Επιστημονικό και βοηθητικό προσωπικό εκπαιδεύεται κατάλληλα στη χρήση των συσκευών που υπάρχουν. Ταυτόχρονα γίνονται συνεχείς προσπάθειες για ανακάλυψη θεωριών, νέων μηχανημάτων, βοηθημάτων και προθέσεων για τη λειτουργική κατά το δυνατόν αποκατάσταση των ανθρώπων αυτών. Έτσι ο πόλεμος παρ' όλα τα αρνητικά αποτελέσματα για τον πολιτισμό του ανθρώπου, συνέβαλε θετικά στην πρόοδο ορισμένων επιστημών και ειδικότερα στην ανακάλυψη μεθόδων φυσικοθεραπευτικής παρέμβασης.

Χρησιμοποιήθηκαν διάφορες μέθοδοι και μηχανήματα, τις περισσότερες φορές για πρώτη φορά και με άγνωστα αποτελέσματα, μειώνοντας όμως σημαντικά το ποσοστό αναπηριών των πασχόντων. Οι προσπάθειες αυτές συντέλεσαν στην ανάπτυξη της επιστήμης της Φυσικοθεραπείας και την αναγνώρισή της ως ανεξάρτητο τμήμα στην αποκατάσταση.

Στην Ελλάδα την τέχνη της Φυσικοθεραπείας την εξασκούσαν διάφοροι πρακτικοί επονομαζόμενοι φυσικοθεραπευτές και μαλάκτες. Με την καθιέρωση της επιστήμης της Σωματικής Αγωγής, ορισμένοι γυμναστές άδραξαν την ευκαιρία που παρουσιάστηκε και ασχολήθηκαν με σοβαρότητα και επιστημονικότητα με τη Φυσικοθεραπεία. Η επιστημονική κατάρτιση των ατόμων αυτών συμπληρωνόταν και με τη διεξαγωγή σεμιναριακών παρουσιάσεων στο ΚΑΠΑΨ, το Ε.Ι.Α.Α. και την ΕΛΕΠΑΠ.

Το Αμερικάνικο Ίδρυμα Εγγύς Ανατολής, το 1943 ίδρυσε τη Σχολή Φυσικοθεραπείας, όπου τα μαθήματα διαρκούσαν περίπου δύο έως τρία χρόνια.

Οι ανάγκες όμως άρχισαν να μεγαλώνουν, με αποτέλεσμα εκ των πραγμάτων, να γίνει απαίτηση η έναρξη λειτουργίας ενός αμιγούς τμήματος και σχολής για την εκπαίδευση και επιστημονική κατάρτιση των

φυσικοθεραπευτών. Έτσι ξεκίνησε μια σχολή που ήταν ενταγμένη σε προγράμματα του Υπουργείου Υγείας και Πρόνοιας στο Νοσοκομείο Βασιλείου Παύλος, με την ονομασία Ανώτερη Σχολή Φυσικοθεραπείας, το 1960.

Τα προβλήματα που αντιμετώπισαν οι φυσικοθεραπευτές στην αρχή ήταν πολλά. Τα μέσα που διέθεταν ήταν ελάχιστα και η επιστημονική γνώση και κατάρτιση περιορισμένη. Όμως η αποκατάσταση μέσω της Φυσικοθεραπείας άρχισε να γίνεται επιτακτική και απαραίτητη με αποτέλεσμα τη δημιουργία νέων προγραμμάτων σπουδών και τη σταδιακή αναβάθμισή τους στη συνέχεια.

Η Φυσικοθεραπεία σαν τομέας εκπαίδευσης εντάχθηκε στα εκπαιδευτικά προγράμματα του Υπουργείου Παιδείας, το 1973, στην Τριτοβάθμια Εκπαίδευση. Συγκεκριμένα στον τομέα των παραϊατρικών επαγγελμάτων, στα Κ.Α.ΤΕ.Ε. (Κέντρα Ανώτερης Τεχνικής Εκπαίδευσης) και η πρώτη σχολή εγκαταστάθηκε στην Αθήνα (σε σχολικό συγκρότημα στην περιοχή της Νέας Φιλαδέλφειας) και αντίστοιχα στη Θεσσαλονίκη (σε δανεισμένα κτίρια). Τα τελευταία χρόνια με την αναβάθμιση της εκπαίδευσης τα Κ.Α.ΤΕ.Ε. εντάχθηκαν στα Τ.Ε.Ι. (Τεχνολογικά Εκπαιδευτικά Ιδρύματα).

Σήμερα είναι θετικό βήμα και η δημιουργία του θεσμού του βοηθού φυσικοθεραπευτή, που εντάσσεται στα Τ.Ε.Ε. (Τεχνολογικά Επαγγελματικά Εκπαιδευτήρια), με σκοπό την απόκτηση βασικών γνώσεων πάνω στην επιστήμη της Φυσικοθεραπείας και τη συμμετοχή τους στη φυσικοθεραπευτική συνεδρία.

Έτσι, σιγά σιγά, η αναγκαιότητα της φυσικοθεραπευτικής παρέμβασης και αποκατάστασης, άνοιξε νέους ορίζοντες και η Φυσικοθεραπεία εδραιώθηκε σαν κοινωνική ανάγκη. Αποτέλεσμα στις μέρες μας είναι η λειτουργία οργανωμένων φυσικοθεραπευτικών κέντρων και μονάδων σε όλα τα νοσοκομεία της χώρας και τον ιδιωτικό τομέα.

ΑΝΑΚΕΦΑΛΑΙΩΣΗ

Η Φυσικοθεραπεία είναι μία θεραπευτική μέθοδος γνωστή από την αρχαιότητα. Υπάρχουν αναφορές για χρήση σχετικών μεθόδων και τεχνικών από τους Κινέζους, με σκοπό την επίδραση στη λειτουργία του Κεντρικού Νευρικού Συστήματος. Τεχνικές μάλαξης και ασκήσεις γυμναστικής αναφέρονται επίσης από τον Κομφούκιο.

Στην αρχαία Αίγυπτο και τη Μεσοποταμία αλλά και στις Ινδίες χρησιμοποιούσαν επίσης μεθόδους και τεχνικές για τη θεραπεία ασθενειών με φυσικά μέσα.

Σημαντική όμως είναι και η συμμετοχή των αρχαίων Ελλήνων στην εφαρμογή και εξέλιξη των διαφόρων μορφών των φυσικών μέσων για τη θεραπεία ορισμένων ασθενειών.

Ο μεγάλος ιατρός της αρχαιότητας, ο Ιπποκράτης, παρουσίασε τρόπους παρέμβασης σε προβλήματα που είχαν σχέση με τη σπονδυλική στήλη.

Ο Γαληνός, ιατροφιλόσοφος της αρχαιότητας, αναφέρει με σαφήνεια αρχές και γενικότερα στοιχεία για τη χρήση διαφόρων φυσικών μέσων αποκατάστασης του ανθρώπινου σώματος.

Δεν είναι λίγες και οι αναφορές κατά την πρώτη χριστιανική περίοδο, όσον αφορά κυρίως τη χρήση της μάλαξης, αλλά και της υδροθεραπείας και κινησιοθεραπείας.

Με την πρόοδο των επιστημών και την ανακάλυψη του ηλεκτρισμού άρχισε δειλά και η χρήση νέων μεθόδων και τεχνικών με σκοπό τη βελτίωση της υγείας και τη λειτουργική αποκατάσταση του ανθρώπινου σώματος.

Με τη λήξη και του δεύτερου παγκοσμίου πολέμου, η πληθώρα τραυματιών και αναπήρων που προήλθε από τους δύο πολέμους, έκανε επιτακτική την ανάγκη αναβάθμισης των παρεχομένων υπηρεσιών και έτσι η Φυσικοθεραπεία εξελίχθηκε δυναμικά σε μια επιστήμη με πολλές δυνατότητες παρέμβασης.

Στην Ελλάδα μέχρι το 1960 τη Φυσικοθεραπεία την ασκούσαν εμπειρικοί και ιατροί. Στην τριτοβάθμια εκπαίδευση εντάχθηκε το 1978 και συγκεκριμένα στα Τεχνολογικά Εκπαιδευτικά Ιδρύματα.

ΕΡΩΤΗΣΕΙΣ

1. Ποια είναι η πρώτη γνωστή αναφορά σε χρήση φυσικών μέσων για τη θεραπεία προβλημάτων στο σώμα του ανθρώπου;
2. Ποιος έβαλε τα θεμέλια της χρήσης των φυσικών μέσων θεραπείας στην αρχαία Ελλάδα;
3. Πότε και από ποιον έγινε η ανακάλυψη και για πρώτη φορά η χρήση του ηλεκτρισμού σαν θεραπευτικό μέσο;
4. Πώς ξεκίνησε η Φυσικοθεραπεία στην Ελλάδα;
5. Πότε εντάχθηκε στην τριτοβάθμια εκπαίδευση η Φυσικοθεραπεία στην Ελλάδα;
6. Πού εκπαιδεύονται οι βοηθοί φυσικοθεραπευτών;