



KARADENİZ  
TEKNİK ÜNİVERSİTESİ  
Farabi Hastanesi

**KARADENİZ TEKNİK ÜNİVERSİTESİ**  
**Sağlık Uygulama ve Araştırma Merkezi (Farabi Hastanesi)**  
**Başhekimliği**

**FİZİK TEDAVİ VE REHABİLİTASYON İŞLEYİŞ PROSEDÜRÜ**

Dok. Kod: FR.PR.02

Yayın Tarihi:06.07.2021

Revizyon No:01

Revizyon Tarihi:08.11.2023

Sayfa Sayısı:4

## 1.0 AMAÇ

Fiziksel tıp ve rehabilitasyon kliniğimize başvuran, fiziksel yetersizliği olan hastaları günlük yaşam aktivitelerinde maksimum bağımsızlığa kavuşturmada fiziksel, psikolojik ve sosyal potansiyelini en üst düzeye çıkartmak için standart belirlemektir.

## 2.0 KAPSAM

Fiziksel tıp ve rehabilitasyon bölümünde hizmet alan tüm bireyleri kapsar.

## 3.0 KISALTMALAR

**TENS:** Transkutanöz elektriksel sinir stimülasyonu

## 4.0 TANIMLAR

**Ultrason:** Ses dalgalarının derin dokularda yarattığı titreşim ve ısı etkisiyle ağrı kesici ve doku iyileşmesini arttırıcı etki gösterir.

**Enfraruj:** Duyu sinirleri üzerinde sedatif (sakinleştirici) etkisi olan enfraruj uygulaması, kan dolaşımını arttırarak kasları gevşetir ve ağrıyı azaltır. Terleme ile zararlı maddelerin vücuttan atılması sağlanır.

**Hotpack:** Uzun süreli sıcaklığı muhafaza etmeyi sağlayan, su sızdırmaz kumaş torbalardır. Daha yüzeysel dokuların ısınmasını sağlar. İçinde su kaynayan kazanlarda ısıtılarak ve havluya sarılarak bölgesel olarak kullanılır.

**Tens:** Ağrı kesici ve spazm çözücü etkisi nedeniyle her türlü eklem ve yumuşak dokuda ağrı tedavisinde kullanılan alçak frekanslı bir akımdır.

**Parafin:** Eritilmiş mumdan oluşan ve yüzeysel ısıtıcı olarak kullanılan parafin kazanına, hasta 10 kez elini batırıp eldiven şeklini aldığı poşet içine alınıp havluya sarılarak 15 dk bekletilir.

**Traksiyon:** Yumuşak dokuları germek, eklem aralıklarını genişletmek için vücuda uygulanan çekme tekniğidir.

**Coldpack:** Bazı romatizmal hastalıklar ve kireçlenmelerde soğuk uygulamalarının fayda sağladığı bilinmektedir. Soğuk paketler (coldpack) genellikle 5-15 dakika arasında uygulanmalıdır.

**Paralel Bar:** Paralel bar felç sonrası yürüme güçlüğü çeken ya da denge ve tutunma problemlerini sıkça yaşayan kişiler için bu problemlere yönelik egzersiz amacı ile kullanılmaktadır.

**Tilt Table:** Yatağa bağımlı hastaların uzun süre yatağa bağımlı olmaktan kaynaklanabilecek komplikasyonlarını en aza indirmek ve hastaya belirli açılarda çeşitli egzersizler ve fizik tedavi işlemleri yapılabilmesi için tasarlanmıştır.

## 5.0 SORUMLULAR

• Başhekim
• Hastane Başmüdürü
• Kalite Koordinatörlüğü
• Başhemşirelik
• Bölüm/Birim Sorumluları
• Fizik Tedavi Ve Rehabilitasyon Ünitesindeki Tüm Çalışanlar

## 6.0 FAALİYET AKIŞI

### 6.1 AYAKTAN FİZİK TEDAVİ VE REHABİLİTASYON UYGULAMA

### 6.2 YATARAK FİZİK TEDAVİ VE REHABİLİTASYON UYGULAMA

### 6.3 FİZİK TEDAVİ VE REHABİLİTASYON UYGULANAN HASTA GRUPLARI

### 6.4 FİZYOTERAPİSTLERİN KULLANDIĞI TEDAVİ YAKLAŞIMLARI

### 6.5 EGZERSİZ PROGRAMLARI

## 6.1 AYAKTAN FİZİK TEDAVİ VE REHABİLİTASYON UYGULAMA

- Muayene olmak üzere Fiziksel Tıp ve Rehabilitasyon polikliniğine gelen hasta ilgili bölüm sekreteri tarafından karşılanır.
- Muayene kaydı yapıp polikliniklere yönlendirilir. Öncelikle hastanın şikayetleri sorgulanır.
- Belirtilen şikayetler sonucunda muayenesi gerçekleştirilir. Tetkik istemi gerekli ise (Lab, MR, vb) hasta tetkikini yaptırmak üzere yönlendirilir.
- Tetkik sonuçları doğrultusunda gerekli tedavi programı planlanır.
- Uygun hastanın fizik tedavi programına alınmasına karar verilir. Fizik tedaviye girecek hastanın gebelik, metal implant varlığı vb. durumları Doktor tarafından değerlendirilerek **Fizik Tedavi Uygulamaları Hasta Bilgilendirme ve Onam Formu** imzalatılır.
- Hastaya üzerinde hasta adı soyadı, protokol numarası, tanısı ve uygulanacak tedavilerin belirtildiği **Fizik Tedavi Kartı** verilir ve hasta fizyoterapist'e gönderilir.
- Randevu aşamasında, hastanın tedavisi başlamadan önce yapması gerekenler ve gerekli koşullar hastaya fizyoterapist tarafından sözlü olarak bildirilir.
- İlgili fizyoterapist hastanın tedaviye başlayacağı gün ve saatini belirleyip randevu kartını hastaya verir. Randevu gün ve saatinde gelen hasta önce bölüm sekreteri tarafından bilgisayar kaydına alınır ve tedaviye alacak fizyoterapist'e yönlendirilir.
- Hasta tedavi ile ilgili fizyoterapist tarafından bilgilendirilir.
- Fizik tedavi kartında doktorun belirttiği tedaviye göre hasta rehabilitasyon ünitesinde tedaviye alınır (cold pack, hotpack, ultrason, TENS, parafin, enfraruj, paralel bar, yürüyüş bantları, tilt table).
- Tedavi hafta içi her gün uygulanır. Tedavi sonlandırma veya devam kararını doktor ve fizyoterapist hastayı yeniden değerlendirdikten sonra verir.
- Tedavisi biten hastanın fizyoterapisti, hastanın evde uygulayacağı programını ve egzersizlerini yeniden düzenler hastayı bilgilendirir.
- Hastanın tedaviyi aldığına dair **Fizik Tedavi Seans Takip Listesi** günlük olarak hasta/hasta yakınına imzalatılır.
- Tedavi bitiminde bu form hastanın diğer evraklarıyla arşive gönderilir. Gerekli görülen hastalarda ilaç, ortez, protez raporları düzenlenir.
- Ortez, protez raporları düzenlenen hastalara doktor ve fizyoterapist gözetiminde bu malzemelerin kullanımı için gerekli eğitimler verilir.
- Tedavi uygulama alanları hasta mahremiyetini sağlayacak şekilde tek kişilik hasta kabinlerinden oluşmaktadır.
- Fizik Tedavi Rehabilitasyon Ünitesinde sedyeler perde ile hasta mahremiyetini sağlayacak şekilde ayrılmıştır.
- Hasta eşyalarını koymak için her bir hasta kabininde askı bulunmaktadır. Tedavisi biten her hastadan sonra kabinlerin temizliği, çarşaf ve havlu değişimi yapılmaktadır.
- Cihazların güvenli kullanımına yönelik fizik tedavi cihazları kullanım talimatları uygun kullanılmaktadır. Fizik tedavide kullandığımız cihazlar radyasyon güvenliği açısından risk oluşturmamaktadır. Elektromanyetik alan içeren yüksek frekanslı cihazlar gebelik durumunda kullanılması sakıncalıdır.
- Tek kullanımlık olmayan malzemeler belirlidir. Temizlik ve dezenfeksiyonu uygun dezenfektan ile yapılır.  
Hastalara hizmet verilen alanlar iletişime açık bir şekilde düzenlenmiştir.
- Çalışan ve hasta güvenliği için kişisel koruyucu ekipmanları uygun olarak kullanılır.
- Tıbbi cihazların envanteri kayıt altında tutulur. Tıbbi cihazların bakımı ve kalibrasyonu belirli periyodlarla yapılır. Kalibrasyonu yapılan cihazların kalibrasyon etiketleri bulunur.
- Fizik Tedavi Ünitesi temizliği Hastane temizlik talimatlarına uygun yapılır ve **Temizlik Formu**'na kaydedilir.
- Atıklar atık ayrıştırma planına göre atıklar kaynağında ayrıştırılır, uygun atık kutularına atılır.
- Her gün fizik tedavi temizlik kontrol formuna göre temizlik yapılır. Hot pack kazanı her gün komple boşaltılarak temizlenir.
- Kazan, temizlik malzemesi ile ovularak durulanıp yeniden doldurulur. Parafin, yoğunluğa göre kirlendikçe komple değiştirilir.

## 6.2 YATARAK FİZİK TEDAVİ VE REHABİLİTASYON UYGULAMA

- Hastanın servise kabulü Servis işleyiş prosedürüne uygun olarak yapılır.
- Yatan hastalarda ilgili hekim tarafından **Fizik Tedavi Kartı** doldurulup, ilgili fizyoterapist bilgilendirilir.
- Yatan hasta bilgilendirmesi yapılarak Bilgilendirme ve Onam Formu doldurularak hastanın rızası alınır.  
Fizyoterapist **Fizyoterapist Gözlem Formu**'nu doldurup, hastaya uygulamasını yapar.
- Hastanın durumuna göre fizik tedavisi, hasta odası ya da rehabilitasyon ünitesinde yapılır.
- Fizik tedavi alan hasta her uygulama sonrası, **Fizik Tedavi Seans Takip Listesi** her gün imza atar.
- Tedavi programı tamamlanan veya taburcusu planlanan hastalara ilgili fizyoterapist tarafından ev egzersizleri verilir.
- Fizik Tedavi Kartı hasta taburcu olduktan sonra kat sekreteri tarafından hasta dosyasına eklenerek arşive gönderilir.

## 6.3 FİZİK TEDAVİ VE REHABİLİTASYON UYGULANAN HASTA GRUPLARI

### Nörolojik Rehabilitasyon

- SVH (Serebrovasküler Hastalık)
- Spinal Kord Yaralanmaları
- Myopatiler
- Nöropatiler
- Dejeneratif Sinir Hastalıkları
- Nöromüküler Hastalıklar
- Lumbalji ve Siyatalji

### Ortopedik Rehabilitasyon

- Kırıklar
- Endoprotezler
- Skolyoz
- Tendon Kesileri
- Kontraktürler
- Omurga Sakatlıkları

### Sportif Yaralanma Rehabilitasyonu

- Menisküs Yaralanmaları
- Çapraz Bağ Hasarları
- Kas Zedelenmeleri
- Tendon Yaralanmaları
- Kas Güçsüzlükleri

### Romatolojik Rehabilitasyon

- RA (Romatoid Artrit)
- Osteoartrit
- Fibromiyalji
- Osteoproz
- Bel-Boyun Ağrıları
- Yumuşak Doku Romatizmaları

### Pediyatrik Rehabilitasyon

- CP (Serebral Palsi)
- Spina Bifida
- PSMG (Psiko-sosyal motor gerilik)
- Brakial Pleksus Felci
- Nöromusküler Hastalık

## 6.4 FİZYOTERAPİSTLERİN KULLANDIĞI TEDAVİ YAKLAŞIMLARI

- Transkütanöz elektriksel sinir stimülasyonu (TENS)
- Ultrason

- Hot Pack
- Cold pack
- Enfraruj
- Traksiyon
- Parafin
- İş-Uğraş

## **6.5 EGZERSİZ PROGRAMLARI**

- ROM
- Germe Egzersizleri
- Güçlendirme Egzersizleri
- CPM
- Terebant-Lastik Egzersizleri
- Nörofizyolojik egzersizler