

المعالج الفيزيائي

كتاب للأطفال

نورة طاع الله

هيا نقرأ الكتاب باللغة العربية

هل تعلم يا بني من هو المعالج الفيزيائي؟

المعالج الفيزيائي هو شخص يساعد الأطفال والكبار على تحسين قدرتهم على الحركة واستعادة نشاطهم بعد الإصابة أو المرض أو العمليات الجراحية. يعمل على تقوية الجسم، وتخفيف الألم، ومساعدة الأشخاص على أداء أعمالهم اليومية بسهولة وأمان. فهو يشجع المرضى على الحركة الصحيحة حتى يستعيدوا قوتهم وثقتهم بأنفسهم.

يعمل المعالج الفيزيائي في المستشفيات والعيادات والمراكز الصحية ومراكز التأهيل، وقد يزور بعض المرضى في منازلهم إذا كانوا لا يستطيعون الحضور إلى المركز. يبدأ عمله بالتعرف إلى حالة المريض، ثم يفحص طريقة حركته ويحدد ما يحتاج إليه من تمارين وخطة علاج مناسبة.

يستخدم المعالج الفيزيائي تمارين متنوعة تساعد على تقوية العضلات، وتحسين توازن الجسم، وزيادة مرونة المفاصل، وتدريب المريض على المشي أو الوقوف أو صعود الدرج إذا كان يواجه صعوبة في ذلك. ويشرح للمريض كيفية أداء التمارين بطريقة صحيحة وآمنة، ثم يتابع تقدمه خطوة بخطوة.

قد يستخدم المعالج الفيزيائي أدوات مختلفة، مثل الكرات العلاجية، والأشرطة المطاطية، والأوزان الخفيفة، وأجهزة التوازن، وأجهزة خاصة تساعد على تحريك بعض أجزاء الجسم. ويختار الأدوات المناسبة حسب عمر المريض وحالته واحتياجاته.

يساعد المعالج الفيزيائي الأطفال الذين يحتاجون إلى تطوير مهارات الحركة، كما يساعد الرياضيين على العودة إلى ممارسة الرياضة بعد الإصابات، ويساعد كبار السن على

الحفاظ على توازنهم وقوتهم حتى يتمكنوا من الحركة
باستقلالية أكبر.

يحرص المعالج الفيزيائي على تشجيع المرضى في كل جلسة،
لأن التحسن قد يحتاج إلى وقت وصبر وممارسة منتظمة.
ولذلك يطلب منهم الاستمرار في أداء التمارين التي تعلموها،
مع الالتزام بتعليماته حتى يحققوا أفضل النتائج.

يعمل المعالج الفيزيائي مع الأطباء والممرضين وغيرهم من
المختصين في الرعاية الصحية، ويتعاون معهم لوضع أفضل
خطة علاج لكل مريض. فالتعاون بين أفراد الفريق الطبي
يساعد على تقديم رعاية أفضل وتحقيق تقدم أسرع.

يحتاج المعالج الفيزيائي إلى صفات جميلة، مثل الصبر،
واللطف، وحب مساعدة الآخرين، والدقة، والقدرة على

الملاحظة، والتشجيع، لأن كلماته الطيبة ودعمه المستمر
يمنحان المرضى الأمل والعزيمة لمواصلة العلاج.

إن مهنة المعالج الفيزيائي تعلمنا أهمية الحركة والنشاط
والمحافظة على صحة الجسم، وأن الالتزام بالتمارين والعلاج
يساعد الإنسان على استعادة قوته والقيام بأعماله اليومية
بثقة. وقد يحلم بعض الأطفال بأن يصبحوا معالجين فيزيائيين
عندما يكبرون، فيساعدون الناس على الحركة بحرية،
ويخففون معاناتهم، ويساهمون في نشر الصحة والسعادة في
المجتمع.

هيا نقرأ الكتاب باللغة الإنجليزية

**Do you know, my son, who a physical
?therapist is**

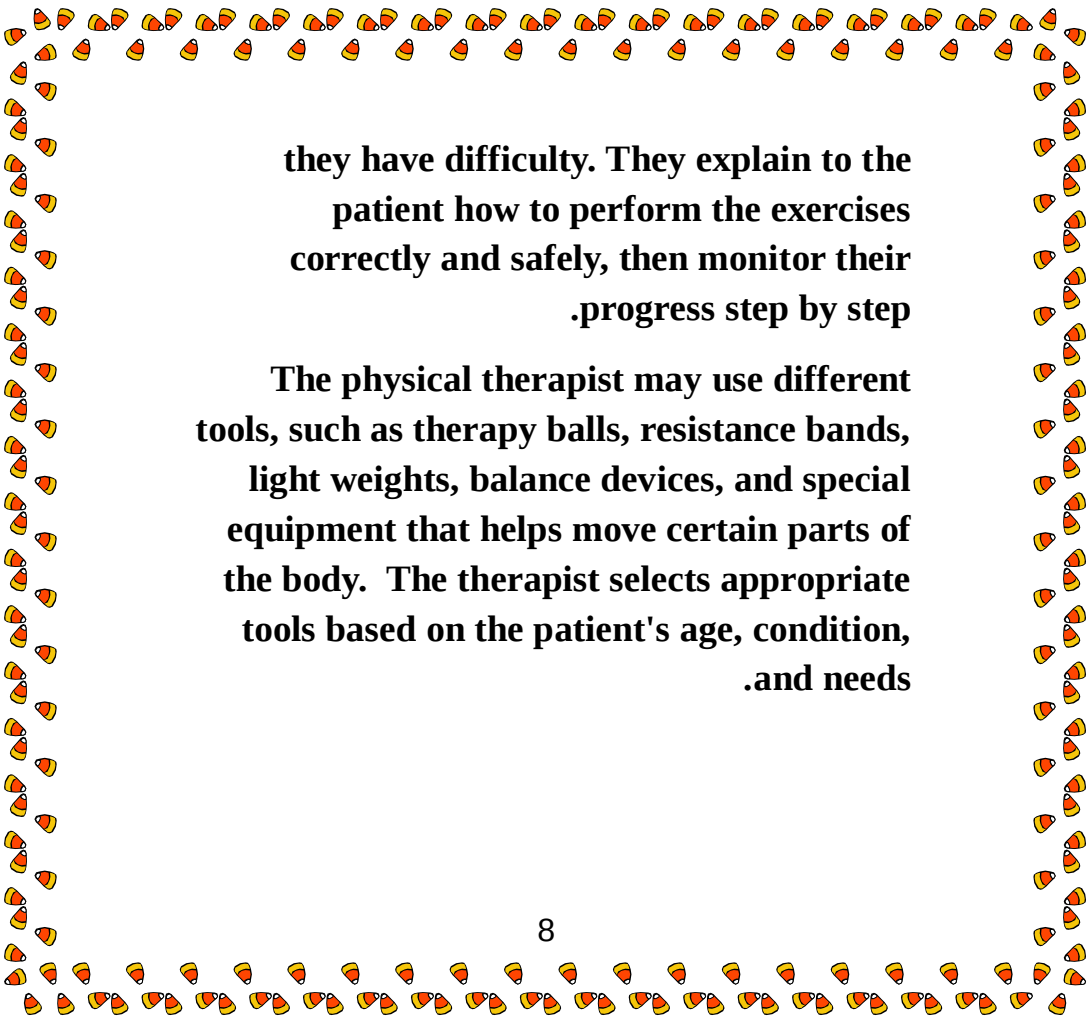
**A physical therapist is someone who helps
children and adults improve their mobility
and regain their activity after injury, illness,
or surgery. They work to strengthen the body,
relieve pain, and help people perform their
daily tasks easily and safely. They encourage**



**patients to move correctly so they can regain
.their strength and self-confidence**

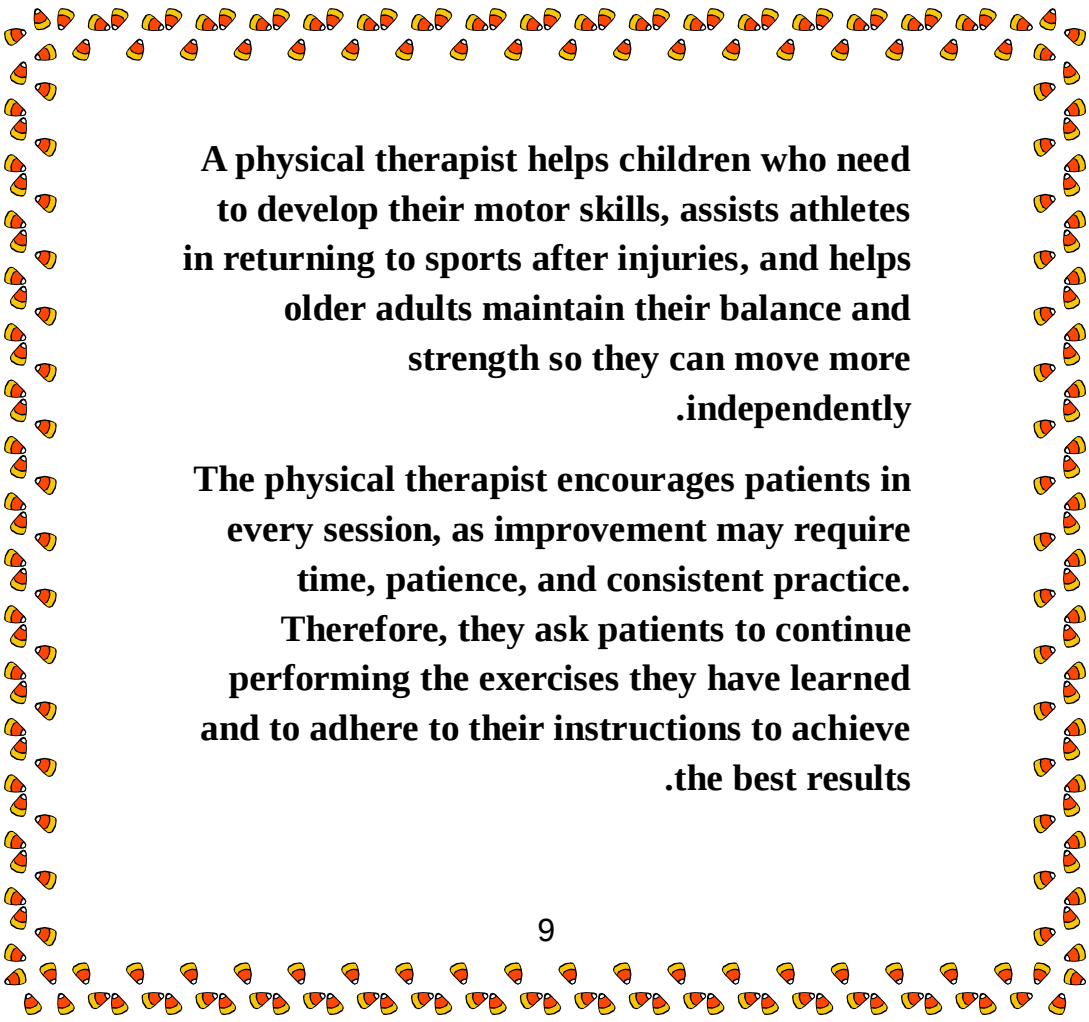
**Physical therapists work in hospitals, clinics,
health centers, and rehabilitation centers,
and may visit some patients in their homes if
they are unable to come to the center. Their
work begins by assessing the patient's
condition, then examining their movement
patterns and determining the necessary
.exercises and an appropriate treatment plan**

**The physical therapist uses a variety of
exercises to help strengthen muscles, improve
balance, increase joint flexibility, and train
the patient to walk, stand, or climb stairs if**



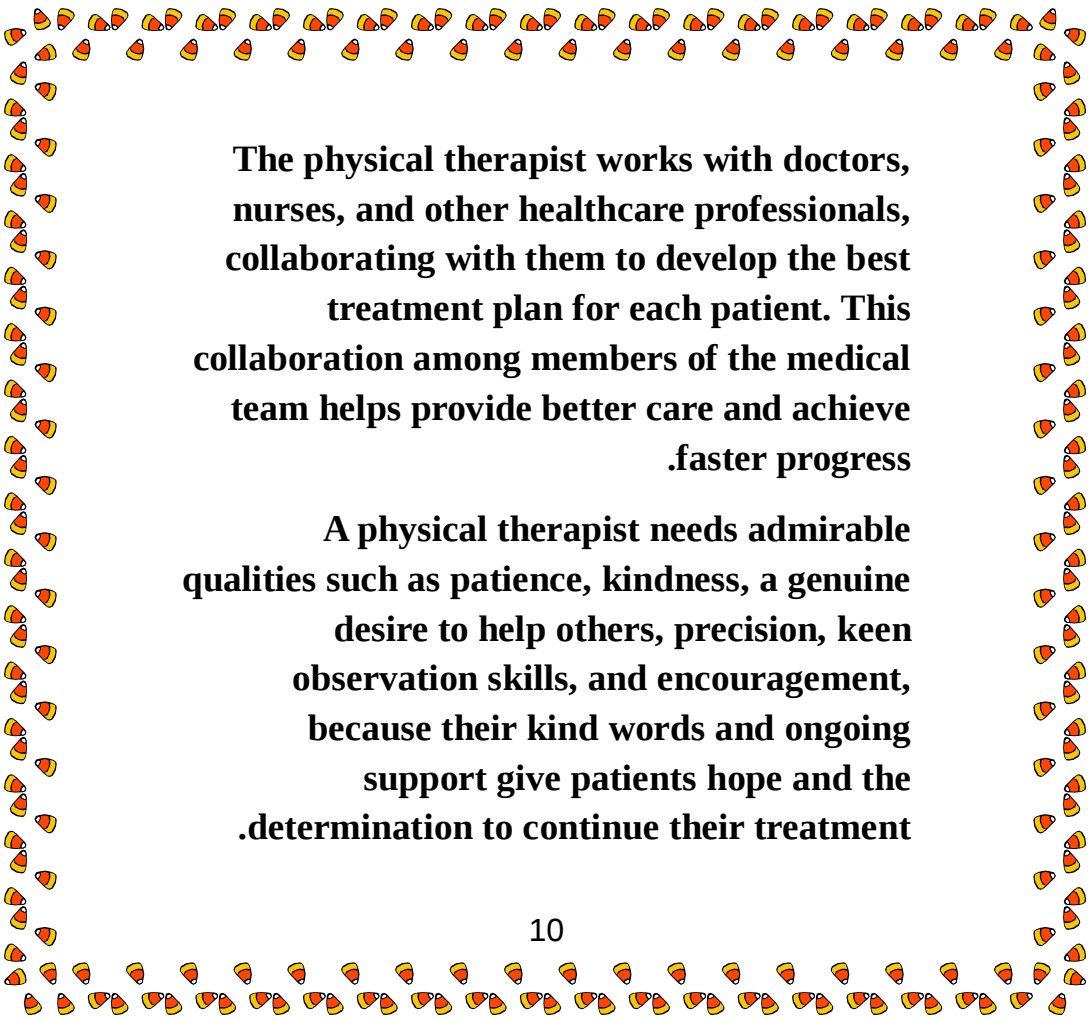
**they have difficulty. They explain to the
patient how to perform the exercises
correctly and safely, then monitor their
.progress step by step**

**The physical therapist may use different
tools, such as therapy balls, resistance bands,
light weights, balance devices, and special
equipment that helps move certain parts of
the body. The therapist selects appropriate
tools based on the patient's age, condition,
.and needs**



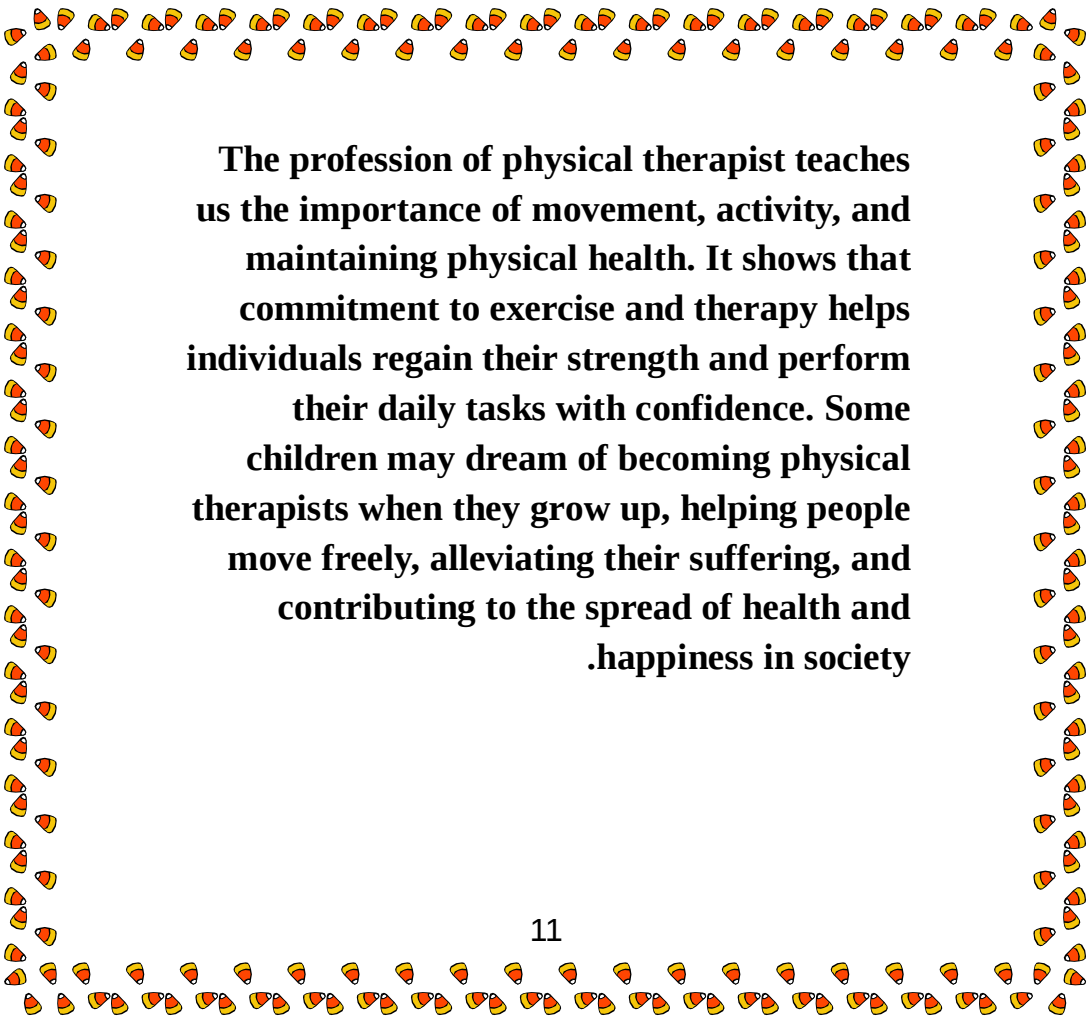
**A physical therapist helps children who need
to develop their motor skills, assists athletes
in returning to sports after injuries, and helps
older adults maintain their balance and
strength so they can move more
.independently**

**The physical therapist encourages patients in
every session, as improvement may require
time, patience, and consistent practice.
Therefore, they ask patients to continue
performing the exercises they have learned
and to adhere to their instructions to achieve
.the best results**



The physical therapist works with doctors, nurses, and other healthcare professionals, collaborating with them to develop the best treatment plan for each patient. This collaboration among members of the medical team helps provide better care and achieve .faster progress

A physical therapist needs admirable qualities such as patience, kindness, a genuine desire to help others, precision, keen observation skills, and encouragement, because their kind words and ongoing support give patients hope and the .determination to continue their treatment



The profession of physical therapist teaches us the importance of movement, activity, and maintaining physical health. It shows that commitment to exercise and therapy helps individuals regain their strength and perform their daily tasks with confidence. Some children may dream of becoming physical therapists when they grow up, helping people move freely, alleviating their suffering, and contributing to the spread of health and .happiness in society