

Bölüm 1

DÜNYADA VE ÜLKEMİZDE FIZYOTERAPİNİN GELİŞİMİ

Merve BULGUROĞLU¹

Terapötik masaj, hidroterapi (su tedavisi) ve terapötik egzersizler gibi günümüzde fizyoterapide kullanılan bazı tedavi ajanları, M.Ö. 3000’li yıllarda Çinliler tarafından ve M.Ö. 400’lü yıllarda Yunanlılar ve Romalılar tarafından kullanılmaktaydı. Yunanlılar ve Romalılar tarafından sağlık sorunlarını tedavi etme amacına yönelik olarak uygulanan ilk terapötik yaklaşımlar aromatik yağlarla yapılan egzersiz ve masaj uygulamaları idi. Antik Çin, Japonya, Hindistan, Yunanistan ve Roma uygarlıklarının yazılı ve resimli kayıtlarında da, masaj ve egzersizlerin açıklama ve gösterimine rastlanmaktadır. Araştırmacılar, tarih öncesi zamanlarda dahi fiziksel acıları dindirmek için sıklıkla sıcak, soğuk, su, egzersiz, masaj ve güneş ışığı uygulaması kullanıldığına dair kanıtlar bulmuşlardır (1).

Antik Çin, Hindistan ve Yunan

Terapötik egzersizlere ilişkin metinler, kaynakları M.Ö. 1000’li yıllardan önceye dayanan Çin’deki Taoist rahiplerinden gelmiştir. Bu metinlerde, ağrı ve diğer belirtileri rahatlatabilen Cong Fu adlı bir egzersiz tipi açıklanmaktadır. Cong Fu egzersizleri, vücuda pozisyon aldırma ve nefes alma rutinlerinden oluşmaktadır. Çok az hareket içermekte olan egzersizler modern egzersiz anlayışlarıyla ilişkili değildir. Hindistan’da antik Hindular da kronik romatizma (artrit) tedavisi için egzersiz olarak vücuda belli pozisyon aldırma metotlarını kullanmışlardır (2).

M.Ö. 500’lü yıllarda antik Yunan’da Herodicus adlı bir Yunan hekimi, Ars Gymnastica veya Türkçeleştirilmiş haliyle Jimnastik Sanatı adlı detaylı bir egzersiz sistemi hakkında yazı yazmıştır. Herodicus, bu egzersizleri kendi sağlık problemlerine yönelik olarak denemiştir. Febril durumların güreş, yürüme ve masaj kullanılarak tedavi edebildiğine inanmıştır. Herodicus zamanında Yunanlılar güreş, uzun mesafe yürüme, halter adı verilen ağırlık tipleri kullanmak ya da bozuk yollarda atlar tarafından çekilen faytonlarda seyahat etmek (oturarak ya da uzanarak) gibi egzersizler yapmaktaydı (3). Antik Yunanda M.Ö. 400’lü

¹ Dr. Öğr. Üyesi, Ankara Medipol Üniversitesi Sağlık Bilimleri Fakültesi Fizyoterapi ve Rehabilitasyon Bölümü, merve.bulguroglu@ankaramedipol.edu.tr, ORCID iD: 0000-0002-5923-4720

KAYNAKLAR

- Fialka-Moser V. Physical medicine and rehabilitation: past - present - future. *Disabil Rehabil.* 1999;21(9):403-408. doi:10.1080/096382899297387
- Dutton M. Dutton's Introduction to Physical Therapy and Patient Skills. Pittsburgh: McGraw Hill Professional; 2013.
- Dishman RK, Heath GW, Schmidt MD, Lee IM. Physical activity epidemiology (3rd ed.) Champaign, IL:Human Kinetics; 2022
- Kleisariis CF, Sfakianakis C, Papathanasiou IV. Health care practices in ancient Greece: The Hippocratic ideal. *J Med Ethics Hist Med.* 2014;7:6.
- Berryman JW. Motion and rest: Galen on exercise and health. *Lancet.* 2012;380(9838):210-211. doi:10.1016/s0140-6736(12)61205-7
- Pagliarulo MA. Introduction to Physical Therapy (5th ed.) St. Louis: Elsevier; 2016.
- Shaik AR, Shemjaz AM. The rise of physical therapy: A history in footsteps. *Archives of Medicine and Health Sciences.* 2014;2(2):257-260.
- Melnick S. Per Henrik Ling-Pioneer of physiotherapy and gymnastics. *European Journal of Physical Education and Sport Science* 1:13-18.
- Fischinger J, Fischinger A, Fischinger D. Doctor Zander's Medico-Mechanical Institute in Opatija. *Acta Med Hist Adriat.* 2009;7(2):253-266.
- Oğuz H. Fiziksel Tıp ve Rehabilitasyonun Anlamı, Amacı, Dünü, Bugünü, Yarını. İstanbul: Nobel Tıp Kitapevleri; 1995.
- Escobar-Hurtado C, Ramírez-Vélez R. Proprioceptive neuromuscular facilitation (PNF) and its impact on vascular function. *Colombia Médica.* 2011;42(3):373-378.
- Wanser SJ, Pang M, Tsang WW, Whitney SL. Tai chi for dynamic balance training among individuals with cerebellar ataxia: An assessor-blinded randomized-controlled trial. *Journal of Integrative and Complementary Medicine.* 2022;28(2):146-157.
- Sharma KN. Exploration of the History of Physiotherapy. *Scientific Research Journal of India.* 2012;1(1):19-22.
- Filiz C. Fizyoterapi ve Rehabilitasyonun Mesleki Gelişim Tarihçesi. İzmir Katip Çelebi Üniversitesi Sağlık Bilimleri Fakültesi Dergisi. 2016;1(3):1-6.
- Moffat M. A history of physical therapist education around the world. *Journal of Physical Therapy Education.* 2012;26(1):13-23.
- Kasapoğlu, A. Türkiye'de Sağlık Hizmetlerinin Dönüşümü. *Sosyoloj Araştırmaları Dergisi.* 2016;19(2):131-174.
- Bialosky JE, Simon CB, Bishop MD, George SZ. Basis for spinal manipulative therapy: a physical therapist perspective. *J Electromyogr Kinesiol.* 2012;22(5):643-647. doi:10.1016/j.jelekin.2011.11.014
- Kotejoshyer R, Punnett L, Dybel G, Buchholz B. Claim Costs, Musculoskeletal Health, and Work Exposure in Physical Therapists, Occupational Therapists, Physical Therapist Assistants, and Occupational Therapist Assistants: A Comparison Among Long-Term Care Jobs. *Phys Ther.* 2019;99(2):183-193. doi:10.1093/ptj/pzy137
- Arasıl T, Berker E, Aydın AR. Dünyada ve Türkiye'de Fiziksel Tıp ve Rehabilitasyon (Fiziyatri) Alanının Gelişim Süreci: İçinde: Aydın AR, Keskin İ, Yelçe NZ, eds. Engellilik Tarihi Yazıları. İstanbul: İstanbul Üniversitesi Yayınevi; 2020. s: 173-186.
- Kınıklı G, Erden A, Cavlak U, Erden Z. Fizyoterapi ve rehabilitasyon eğitiminde simülasyon uygulamaları. *Türkiye Klinikleri J Med Educ-Special Topics.* 2017;2(2):104-10