

Summary Report on Celebration of World Physiotherapy Day- 2020

School of Physiotherapy celebrates World Physiotherapy Day on 8th September every year with lots of enthusiasm to spread awareness about health and wellness among people. Following events organized on 8th sept to support World Physiotherapy Day.



**Event I: Facebook Live Session with Dr. Dipen Patel,
Founder, and CEO of Aalayam Rehab Care**

On the occasion of World Physiotherapy Day,
a webinar on

**HOW TO BECOME
"VOCAL FOR LOCAL"
AS A PHYSIOTHERAPIST**



8th September, 2020
10:30 am to 12:00 pm

LEARNING OBJECTIVES:

- Grow as physical therapist
- Startup to success
- Professional practice as physical therapist

TO REGISTER (FREE):

rku.ac.in/events/hbv

E-Certificate will be provided to
the eligible participants.

ELIGIBILITY: Physiotherapy Students,
Clinicians, Academicians, Medicos.



INSTRUCTOR:

Dr. Dipen Patel

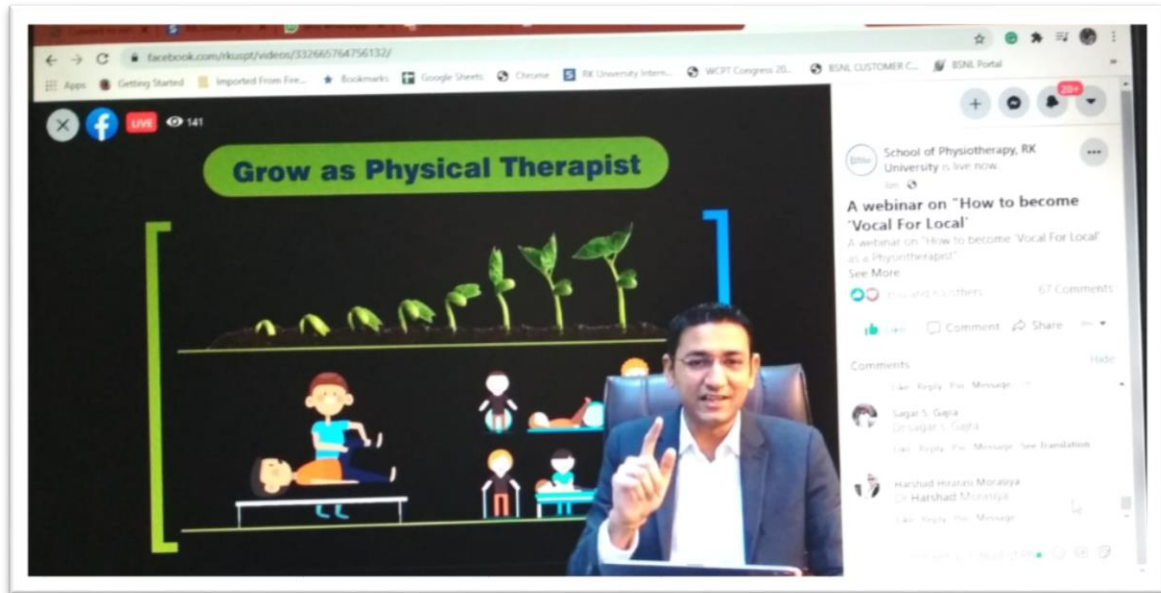
M.Ed Bio-Kinesiology (USA),
BPth Civil Hospital - Ahmedabad
Founder & CEO Aalayam Rehab Care.

For more details, contact:

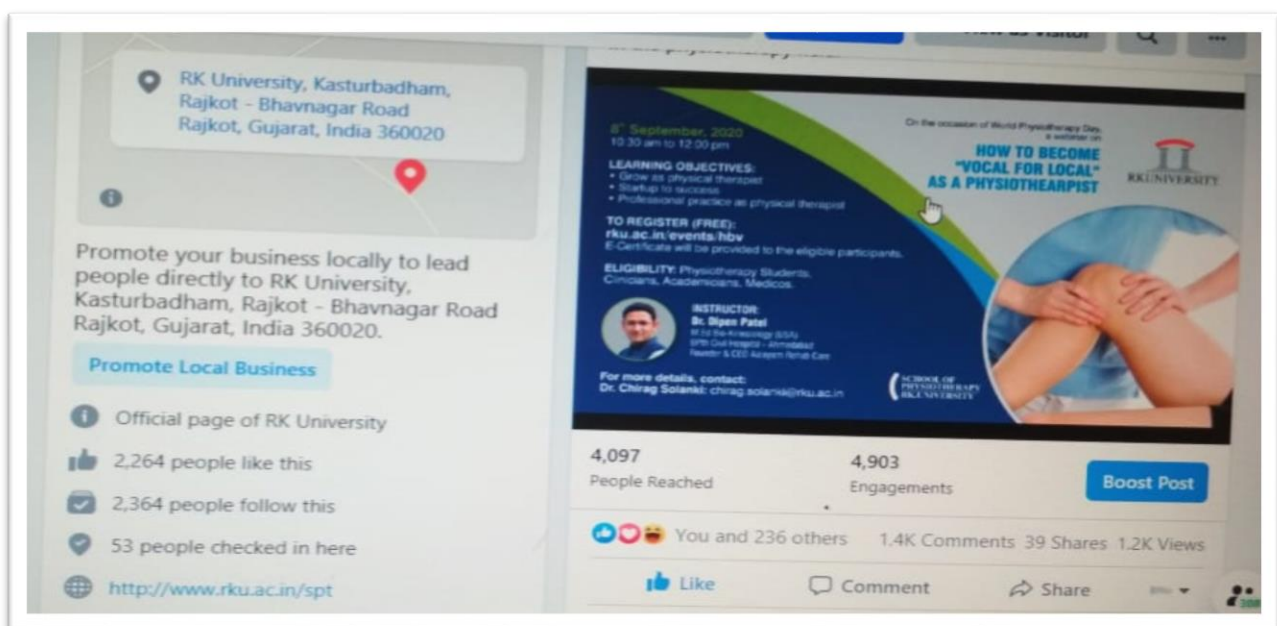
Dr. Chirag Solanki: chirag.solanki@rku.ac.in

SCHOOL OF
PHYSIOTHERAPY
RKUNIVERSITY

Screen shorts of live session



keys of successful Physiotherapy practice, examples of best PT practice, vocal for local, startups, and entrepreneurship in field of physiotherapy and rehabilitation remain the focus areas in his talk.
More than 5000 people have participated in the event.



Event II: Facebook live session of Panel Discussion by Rajkot Physiotherapy Association (RPA) at School of Physiotherapy, RK University, Rajkot on 8th September 2020 from 4 pm to 5 pm.

Physical Therapy : A Movement Medicine That Leads You To A Painfree Journey...

 **RAJKOT PHYSIOTHERAPY ASSOCIATION**
Organizes
A PANEL DISCUSSION ON FACEBOOK LIVE

Dr. Priyanshu Rathod
Professor & Director, School of Physiotherapy, RK University, Rajkot

Dr. Bhavesh Thoriya
Founder & HOD
Shanti Physiotherapy Clinic, Morbi

Dr. Shailesh Kagathara
Founder & HOD
Prayas Physiotherapy Center, Rajkot

Dr. Maulik Shah
Senior Physiotherapist
Govt. Hospital, Gondal

Dr. Chandani Ghoniya
Physiotherapist and fitness trainer
TGES Sports Centre, Rajkot

Event Moderator
Dr. Prashant Thakar
Inspector GSCPT
Senior Physiotherapist, Rajkot

Date
8 September
Time
4 to 5 pm

Technical & Ground Support by **Dr. Chirag Solanki**  & 

Post Covid 19 Rehabilitation, Physiotherapy practice in pandemic, Health and wellness remain the focus areas of panel discussion. More than 5000 people have participated in the event.



Dr. Chirag Solanki, Member of RPA and Assistant Professor, School of Physiotherapy played key role in coordinating the event.

Press Release to support W PT Day

તા.૮-૯-૨૦૨૦, મંગળવાર

આજે આંતરરાષ્ટ્રીય ફિઝિયોથેરાપી દિવસ
કોવીડ-૧૯ બાદ થતી થાક લાગવાની
સમસ્યાઓ માટે ફીઝિયોથેરાપી પુનઃસ્થાપન

રાજકોટ : World confederation of physical Therapy (WCPT)ની સ્થાપના ૦૮ સપ્ટેમ્બર ૧૯૫૧નાં રોજ થયેલ હોય આ દિવસને 'આંતરરાષ્ટ્રીય ફિઝિયોથેરાપી દિવસ' તરીકે ૧૬૦થી વધુ દેશોમાં ઉજવવામાં આવે છે. આ વર્ષની ઉજવણીમાં કોવિડ-૧૯ પછી થતી તકલીફો માટે ફિઝિયોથેરાપી પુનઃસ્થાપન સારવારને અગ્રતા આપવામાં આવેલ છે. આ ઉજવણીમાં રાજકોટ ફિઝિયોથેરાપી



એસોસિએશન દ્વારા અનેક લોકભાગ્યેય કાર્યક્રમોનું આયોજન કરવામાં આવેલ છે. સંશોધન દ્વારા જાણવા મળેલ મુજબ કોવિડ-૧૯ પછી ૧૦ ટકા લોકોને શારીરિક તેમજ માનસિક થકાવટનો અનુભવ થઈ શકે છે. જો આ પ્રકારની તકલીફો જોવા મળતી હોય તો તમારા ફિઝિયોથેરાપીનો સંપર્ક આવકારીય છે. શારીરિક અને માનસિક તપાસ દ્વારા આ થકાવટની સ્થિતિની તપાસ અને સારવાર મેળવી શકાય છે. તેમજ શ્વસનક્રિયાઓ છાતીમાં હવા ભરવાની કસરતો, શારીરિક સક્ષમતા વધારવાની કસરતો દ્વારા ફેફસાઓમાં ઉપરાંત કાર્યશીલ કોષોમાં હવાની આપલે (૦૨ અંદર સીઓર બહાર) વધુ સફળ બનાવી શકાય છે. જે વ્યક્તિઓ કોવિડ-૧૯ પછી જીમમાં રમત ગમતના મેદાનોમાં ઉપરાંત સાઈકલ ચલાવવું, દોડવું, ચાલવું જેવી પ્રવૃત્તિમાં સંકળાયેલા હોય તેમને ફિઝિયોથેરાપીની સલાહ બહુ ઉપયોગી રહેશે. આ ઉપરાંત લોહીનું ઉચું દબાણ, ડાયાબિટીસ ઉમરને અનુલક્ષીને શારીરિક નબળાઈ, સાંધાના ઘસારા મગજ તેમજ જ્ઞાતંતુને લાગતી બિમારીઓ જેવી કે લકવા, કમ્પવા, ઉપરાંત ફેફસાની બિમારીઓ કપોસણાથી પીડાતા લોકો અને વૃદ્ધા અવસ્થામાં જોવા મળતી તકલીફો માટે ફિઝિયોથેરાપી પુનઃસ્થાપન પ્રક્રિયાઓ ખુબ જ લાભદાયી રહેશે.

આજકાલ

**આજે આંતરરાષ્ટ્રીય ફિઝિયોથેરાપી દિવસ
કોરોના બાદ થાક લાગવાની સમસ્યાઓ
માટે ફિઝિયોથેરાપી કરાય છે**

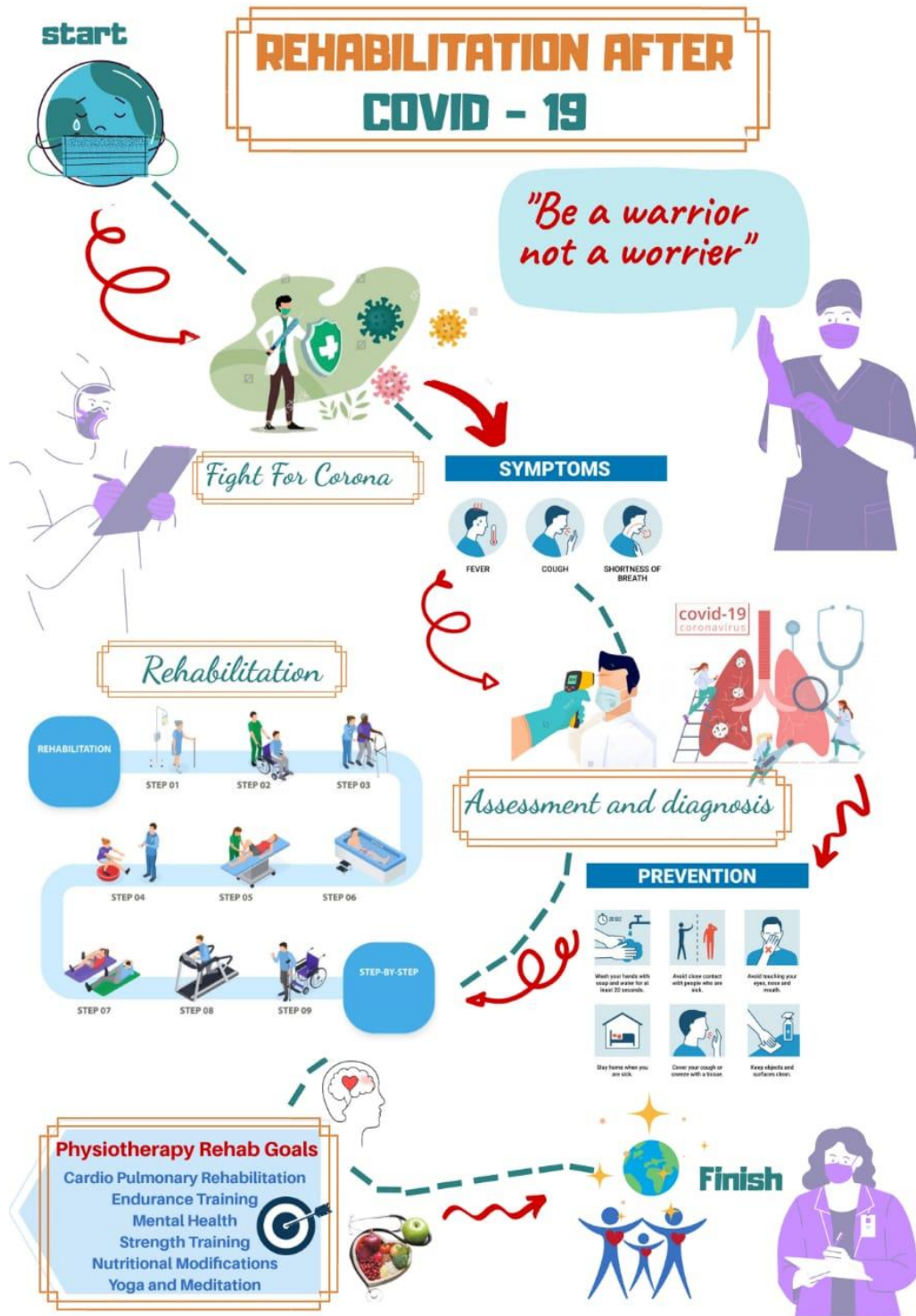
<p>આજકાલ કાર્યાલય રાજકોટ</p> <p>આજે આંતરરાષ્ટ્રીય ફિઝિયોથેરાપી દિવસ તરીકે ૧૬૦થી વધુ દેશોમાં ઉજવવામાં આવે છે. આ વર્ષની ઉજવણીમાં કોવિડ-૧૯ પછી થતી તકલીફો માટે ફિઝિયોથેરાપી પુનઃસ્થાપન સારવારને અગ્રતા આપવામાં આવેલ છે. આ ઉજવણીમાં રાજકોટ ફિઝિયોથેરાપી એસોસિએશન દ્વારા અનેક લોકભાગ્યેય કાર્યક્રમોનું આયોજન કરવામાં આવેલ છે. સંશોધન દ્વારા જાણવા મળેલ મુજબ કોવિડ-૧૯ પછી ૧૦ ટકા લોકોને શારીરિક તેમજ માનસિક થકાવટનો અનુભવ થઈ શકે છે. જો આ પ્રકારની તકલીફો જોવા મળતી હોય તો તમારા ફિઝિયોથેરાપીનો સંપર્ક આવકારીય છે. શારીરિક અને માનસિક તપાસ દ્વારા આ થકાવટની સ્થિતિની તપાસ અને સારવાર</p>	<p>મેળવી શકાય છે. તેમજ શ્વસન ક્રિયાઓ, છાતીમાં હવા ભરવાની કસરતો, શારીરિક સક્ષમતા વધારવાની કસરતો દ્વારા ફેફસાઓમાં ઉપરાંત કાર્યશીલ કોષોમાં હવાની આપલે વધુ સફળ બનાવી શકાય છે. જે વ્યક્તિ કોવિડ-૧૯ પછી જીમમાં, રતમ-ગમતના મેદાનોમાં ઉપરાંત સાઈકલ ચલાવવું, દોડવું જેવી પ્રવૃત્તિમાં સંકળાયેલા હોય તેમને ફિઝિયોથેરાપીની સલાહ બહુ ઉપયોગી રહેશે. આ ઉપરાંત લોહીનું ઉચું દબાણ, ડાયાબિટીસ, ઉમરને અનુલક્ષીને શારીરિક નબળાઈ, સાંધાના ઘસારા, મગજ તેમજ જ્ઞાતંતુને લગતી બિમારીઓ જેવી કે લકવા, કમ્પવા ઉપરાંત ફેફસાની બિમારીઓ, કપોસણાથી પીડાતા લોકો અને વૃદ્ધાઅવસ્થામાં જોવા મળતી તકલીફો માટે ફિઝિયોથેરાપી પુનઃસ્થાપન પ્રક્રિયાઓ ખુબ જ લાભદાયી રહેશે.</p>	<p>ફિઝિયોથેરાપીસ્ટની પ્રત્યક્ષ તેમજ તેની ટેલી ફિઝિયોથેરાપી દ્વારા તપાસ અને સારવાર મેળવી કોવિડ-૧૯ પછી થતી સમસ્યાઓને સફળતાપૂર્વક નિવારી શકાય છે.</p> <p>આ અંગે વધુ માર્ગદર્શન માટે સંપર્ક આવકારીય છે તેમ રાજકોટ ફિઝિયોથેરાપી એસો.ના પ્રેસિડન્ટ ડો.મનિષ પાઠક, ડો.ધિયાંશુ રાહોડ, ડો.ચિરાગ સોલંકી, ડો.પારસ જોશી, ડો.અંકુર પારેખ, ડો.નિશાંત નારે જણાવ્યું હતું. સક્રિય તેમજ કાર્યશીલ રહેવા માટે બેથી પાંચ મિનિટની ડુંકાણાબાની કસરતો જેવી કે ફૂણ ફલાવવા, ખુરશીમાં બેસવું અને ઉભા થવું, એક પગથિયું ચડવું અને ઉતરવું, એક પગ ઉપર સંતુલન જાળવવું, દિવાલ ઉપર પુષઅપ કરવું જેવી અનેક કસરતો કરી શકાય છે.</p>
---	---	---

Rajkot Edition

**આજે આંતરરાષ્ટ્રીય ફિઝિયોથેરાપી દિવસ
કોરોના બાદ થાક લાગવાની સમસ્યાઓ
માટે ફિઝિયોથેરાપી કરાય છે**

<p>આજકાલ કાર્યાલય રાજકોટ</p> <p>આજે આંતરરાષ્ટ્રીય ફિઝિયોથેરાપી દિવસ તરીકે ૧૬૦થી વધુ દેશોમાં ઉજવવામાં આવે છે. આ વર્ષની ઉજવણીમાં કોવિડ-૧૯ પછી થતી તકલીફો માટે ફિઝિયોથેરાપી પુનઃસ્થાપન સારવારને અગ્રતા આપવામાં આવેલ છે. આ ઉજવણીમાં રાજકોટ ફિઝિયોથેરાપી એસોસિએશન દ્વારા અનેક લોકભાગ્યેય કાર્યક્રમોનું આયોજન કરવામાં આવેલ છે. સંશોધન દ્વારા જાણવા મળેલ મુજબ કોવિડ-૧૯ પછી ૧૦ ટકા લોકોને શારીરિક તેમજ માનસિક થકાવટનો અનુભવ થઈ શકે છે. જો આ પ્રકારની તકલીફો જોવા મળતી હોય તો તમારા ફિઝિયોથેરાપીનો સંપર્ક આવકારીય છે. શારીરિક અને માનસિક તપાસ દ્વારા આ થકાવટની સ્થિતિની તપાસ અને સારવાર</p>	<p>મેળવી શકાય છે. તેમજ શ્વસન ક્રિયાઓ, છાતીમાં હવા ભરવાની કસરતો, શારીરિક સક્ષમતા વધારવાની કસરતો દ્વારા ફેફસાઓમાં ઉપરાંત કાર્યશીલ કોષોમાં હવાની આપલે વધુ સફળ બનાવી શકાય છે. જે વ્યક્તિ કોવિડ-૧૯ પછી જીમમાં, રતમ-ગમતના મેદાનોમાં ઉપરાંત સાઈકલ ચલાવવું, દોડવું જેવી પ્રવૃત્તિમાં સંકળાયેલા હોય તેમને ફિઝિયોથેરાપીની સલાહ બહુ ઉપયોગી રહેશે. આ ઉપરાંત લોહીનું ઉચું દબાણ, ડાયાબિટીસ, ઉમરને અનુલક્ષીને શારીરિક નબળાઈ, સાંધાના ઘસારા, મગજ તેમજ જ્ઞાતંતુને લગતી બિમારીઓ જેવી કે લકવા, કમ્પવા ઉપરાંત ફેફસાની બિમારીઓ, કપોસણાથી પીડાતા લોકો અને વૃદ્ધાઅવસ્થામાં જોવા મળતી તકલીફો માટે ફિઝિયોથેરાપી પુનઃસ્થાપન પ્રક્રિયાઓ ખુબ જ લાભદાયી રહેશે.</p>	<p>ફિઝિયોથેરાપીસ્ટની પ્રત્યક્ષ તેમજ તેની ટેલી ફિઝિયોથેરાપી દ્વારા તપાસ અને સારવાર મેળવી કોવિડ-૧૯ પછી થતી સમસ્યાઓને સફળતાપૂર્વક નિવારી શકાય છે.</p> <p>આ અંગે વધુ માર્ગદર્શન માટે સંપર્ક આવકારીય છે તેમ રાજકોટ ફિઝિયોથેરાપી એસો.ના પ્રેસિડન્ટ ડો.મનિષ પાઠક, ડો.ધિયાંશુ રાહોડ, ડો.ચિરાગ સોલંકી, ડો.પારસ જોશી, ડો.અંકુર પારેખ, ડો.નિશાંત નારે જણાવ્યું હતું. સક્રિય તેમજ કાર્યશીલ રહેવા માટે બેથી પાંચ મિનિટની ડુંકાણાબાની કસરતો જેવી કે ફૂણ ફલાવવા, ખુરશીમાં બેસવું અને ઉભા થવું, એક પગથિયું ચડવું અને ઉતરવું, એક પગ ઉપર સંતુલન જાળવવું, દિવાલ ઉપર પુષઅપ કરવું જેવી અનેક કસરતો કરી શકાય છે.</p>
---	---	---

winners of Poster Competition





COVID-19 POST-ACUTE REHABILITATION



INTRODUCTION

Countries all across the world are in various stages of the pandemic with many countries now entering the "day after" COVID-19 phase. Rehabilitation is defined as set of interventions designed to reduce disability and optimize functioning in individuals with health conditions in interaction with their environment. Physiotherapists are essential to these rehabilitation efforts in all phases to facilitate early discharge, but even more to support and empower patients.

BENEFITS OF REHABILITATION

- Optimizing health and functioning outcomes
- Early discharge facilitation.
- Reducing the risk of readmission.



SEVERE COVID-19 COMPLICATIONS

- Acute respiratory distress syndrome (ARDS)
- Sepsis or septic shock
- Multi organ failure
- Acute kidney injury
- Cardiac injury



CONDITIONS THAT MAY ARISE FROM LENGTHY ICU-STAYS:

1. Critical illness polyneuropathy (CIP)
2. Critical illness myopathy (CIM)
3. Post intensive Care Syndrome (PICS)

PROCEDURES FOR COVID-19 REHABILITATION

GUIDANCE FOR PHYSIOTHERAPIST

1. Determine risk
2. No contact treatment as much as possible
3. Type of PPE for patient
4. Decontaminate the equipment after each use.

REHABILITATION UNIT

- A separate area or unit for COVID-19 rehabilitation.
- Patients should stay in their rooms.
- Group therapy should not be allowed.
- Best to utilize single-use equipment like therabands.
- Minimize no. of personnel staff.
- Only one therapist for the patient.

RESPIRATORY ASSESSMENT SHOULD INCLUDE:

- Dyspnea
- Thoracic activity
- Diaphragmatic activity
- Respiratory muscle strength
- Respiratory pattern



FUNCTIONAL REHABILITATION ASPECTS TO ASSESS:

- Muscle and joint ROM.
- Strength testing.
- Balance
- Exercise capacity (by 6 minute walk test)
- Cardiopulmonary exercise testing
- Activities of Daily Living (ADL)



CLINICAL OUTCOME MEASURES:

- PATIENT SPECIFIC FUNCTIONAL SCALE to identify perceived limitations in ADL.
- 6 MINUTE WALK TEST- to assess exercise capacity.
- 30 SECONDS SIT TO STAND TEST.
- MANUAL MUSCLE STRENGTH TEST.
- HAND GRIP DYNAMOMETER TEST.

INTERVENTIONS:

- Oxygen therapy
- Exercise programs
- Lung recruitment exercise
- Respiratory muscle training
- Telerehabilitation
- Secretion management
- Energy conservation method
- Breathing control techniques
- Core stability exercise

