

بخش آکواژیمناستیک بیمارستان فوق تخصصی صارم آکواژیمناستیک بخشی است که برای انجام تمرینات ورزشی متناسب با زمان بارداری برای آماده سازی و تقویت جسمانی مادران باردار تخصصی یافته است که ضمن دارا بودن امکانات لازم ورزشی مادر و جنین و امکانات کمک رسانی مناسب همراه با حضور پرسنلی مجرب و آموزش دیده است. واژه «آکوا» به معنی آب و ژیمناستیک، همان نرمش های ویژه این دوران است البته از دیرباز آب درمانی «آکواتراپی» در کشورهای پیشرفته جاری بوده است و بعدها انجام حرکات ورزشی در آب برای بیماران مطرح شده و سپس برای مادران باردار توسعه یافت. این شیوه در کشورمان برای نخستین بار در بیمارستان فوق تخصصی صارم که هدف اساسی اش از بدو بنیاد بر تکریم و برقراری امکانات ویژه درخور «مادر ایرانی» بوده به اجرا درآمده است. هدف از تاسیس بخش آکواژیمناستیک در بیمارستان فوق تخصصی صارم در سال ۱۳۸۵ (به عنوان یک روش موفق و پذیرفته شده در کمک به زایمان طبیعی) پر واضح است. زیرا در این شیوه بر خلاف سایر روش هایی که به کمک بی حسی انجام می گیرد، درد زایمان کاهش یافته و آیدار نوزاد (ارزشیابی وضعیت سلامت عمومی نوزاد در بدو تولد) نیز بهتر بوده است که در این مجال و مقال صرفاً آکواژیمناستیک مورد مذاقه قرار می گیرد. با آموزش های ویژه و بهره گیری از آکواژیمناستیک به عنوان بخشی از مراقبت های دوران بارداری، همراه با نرمش های خاص که با اصول استاندارد تطبیق دارد موجب رفع نگرانی های ناشی از تغییرات فیزیکی و روحی و روانی، تسهیل دوران بارداری، همچنین بهره جستن از ماشوره های خصوصی و کارآمد بودن این شیوه درمانی را به درستی بیان می دارد. به اختصار مهم ترین شاخص استفاده از آکواژیمناستیک، امتناع از سزارین های سلیقه ای و غیر ضروری، تاکید بر اهمیت مراقبت مادر از خود و نوزادش من جمله اهمیت شیر مادر در سلامت کودک و پیشگیری از آرتروزها و دیسک های کمر و گردن، واریس های پا و پرینه و گرفتگی های ماهیچه ای، برطرف کردن عوارض گوارشی (شقاق در دوران بارداری)، افسردگی و اضطراب در مادر را می توان برشمرد. ضمن دعوت از مراکز درمانی، به خصوص بیمارستان های تخصصی دارای بخش های ویژه زنان و زایمان به تاسیس آکواژیمناستیک در این مجال و مقال از فرهنگستان علوم پزشکی نیز انتاظر دارد برای پاسداشت زبان فارسی، واژه متناسب یا واژه «آب ورز» که متناسب با این شیوه درمانی است بررسی و چنانچه پذیرفته شود، اطلاع رسانی شود.

دکتر ابوطالب صارمی