

The Benefits of Physical Activity in the Treatment of Physical and Mental Disorders

Bryan P. McCormick, PhD

Fulbright Scholar, 2010

Faculty of Medicine

University of Kragujevac

Summary:

October 10, 2010 was proclaimed as World Mental Health day by the World Federation for Mental Health. The focus of this year's world mental health day was on the relationships of physical health and mental health. There is good reason to consider these relationships as many of the most debilitating chronic physical illnesses have mental health comorbidities. Conversely, many debilitating chronic mental illnesses have physical health comorbidities. Thus treatment and rehabilitation regimens for both chronic physical and mental disorders must attend to comorbid conditions. Although a variety of primary treatments are available to treat physical and mental disorders, physical activity presents a potential adjunct therapy that appears to be beneficial in many physical and mental disorders. The purpose of this lecture is to review current research on the relationships of physical and mental health. Further, this lecture will identify the potential for the use of physical activity as an adjunct therapy in the treatment and rehabilitation of physical and mental disorders.

Предности физичке активности у третману за физичку и менталних поремећаја

проф. Брајан П. МекКормек

Фулбрајтов стипендиста

Медицински Факултет

Универзитета у Крагујевцу

Резиме:

Октобар 10, 2010 проглашен као Светски дан менталног здравља Светска федерација за ментално здравље. Фокус овогодишњег Светског дана менталног здравља је био на односима физичког здравља и менталног здравља. Постоји добар разлог да се размотри ове односе као многи од већине хроничних слабе физичке болести имају проблеме менталног здравља коморбидитети. Насупрот томе, многи онеспособљавајућа хроничних менталних болести имају физичко здравље коморбидитети. Тако лечење и рехабилитацију режима и за хроничне физичког и менталног поремећаја морају да присуствују коморбидним условима. Иако различите основне третмани су доступни за лечење физичких и менталних поремећаја, физичка активност представља потенцијални допуна терапије која се појављује да буде корисно у многим физичким и менталних поремећаја. Сврха овог предавања је да се преглед тренутног истраживања о односима физичког и менталног здравља. Даље, ово предавање ће идентификовати потенцијал за коришћење физичке активности, као додатак терапије у лечење и рехабилитацију физичких и менталних поремећаја.