

تفاوت آب درمانی و فیزیوتراپی در آب

ویژگی	آب درمانی (Hydrotherapy)	فیزیوتراپی در آب (Aquatic Physiotherapy)
هدف	بهبود گردش خون، کاهش استرس، تسکین دردهای عمومی و آرامش کلی.	توانبخشی پس از آسیب‌ها یا جراحی‌ها، بهبود عملکرد فیزیکی خاص (قدرت، تعادل، دامنه حرکتی).
روش‌ها	تکنیک‌های آرامش‌بخش مانند ماساژ در آب گرم، جکوزی یا حمام‌های معدنی.	تمرینات هدفمند و برنامه‌ریزی‌شده و حرکات درمانی خاص که توسط فیزیوتراپیست هدایت می‌شود.
تجهیزات	جکوزی، وان آب گرم.	وزنه‌های مقاومتی، نودل‌های آبی، پله‌های استخر و تجهیزات تخصصی‌تر.
مخاطبین	عموم مردم و کسانی که به دنبال آرامش و رفع استرس هستند.	بیمارانی که نیاز به توانبخشی دارند یا افرادی که به دنبال بهبود عملکرد خاصی هستند.
نظارت	معمولاً به نظارت حرفه‌ای کمتری نیاز دارد.	تحت نظارت مستقیم و تخصصی فیزیوتراپیست انجام می‌شود.