

Hipoterapia znana jest już od dawna. Jest to terapia psycho - ruchowa, w której wykorzystuje się konia. Niekwestionowaną zaletą tej formy rehabilitacji jest jej szeroki zakres oddziaływania, ponieważ wpływa jednocześnie na sferę ruchową, sensoryczną, funkcjonalną, psychiczną i społeczną. Cechą hipoterapii jest przejmowanie przez pacjenta ruchu konia, który odpowiada ruchom człowieka w chodzie. Hipoterapia przeznaczona jest dla pacjentów z problemami neurologicznymi, przede wszystkim dla dzieci z mózgowym porażeniem; z problemami natury psychicznej i społecznej: autyzmem, zespołem Downa, upośledzeniem umysłowym, nerwicami, nadpobudliwością psychoruchową, zaburzeniami zachowania, problemami szkolnymi wynikającymi z zaburzeń integracji zmysłów i typu dyslektycznego. Wskazania do hipoterapii u dorosłych to stwardnienie rozsiane oraz objawy neurologiczne pochodzenia pozapalnego, pourazowego i zwyrodnieniowego. Działania tej formy rehabilitacji są wielowymiarowe i polegają na:

- normalizacji napięcia mięśniowego
- torowaniu prawidłowego wzorca chodu
- poprawie koordynacyjnych zdolności motorycznych
- poprawie orientacji w przestrzeni i schemacie własnego ciała
- stymulacji i normalizacji czucia głębokiego oraz powierzchniowego
- wzroście motywacji i akceptacji procesu terapeutycznego
- zmniejszeniu zaburzeń emocjonalnych
- stymulacji odbioru wrażeń zmysłowych
- aktywizacji psychospołecznej
- rozwijaniu pozytywnych relacji społecznych

Z doświadczenia wiem, że hipoterapia wymaga sporych nakładów finansowych związanych z utrzymaniem konia oraz wynagrodzeniem dla osób zaangażowanych w proces leczenia. Co więcej, jak twierdzą hipoterapeuci, dla osiągnięcia najlepszych efektów powinna być stosowana codziennie. Nie każdy może korzystać z tej metody usprawniania, powodem może być np. uczulenie na sierść konia, paniczny lęk pacjenta przed wysokością, wodogłowie czy brak kontroli głowy (dla hipoterapii w pozycji siedzącej). Nie mniej jednak, jako fizjoterapeutka, w hipoterapii znajduję niewątpliwie więcej zalet niż wad.

Terapia z koniem znana jest od lat, natomiast nowością jest dla mnie wykorzystanie idei siodła w sprzęcie medycznym. Norweska firma Krabat skonstruowała i wprowadziła na rynek produkty m.in. takie jak: Jockey i Sheriff, które znakomicie wpisują się w program hipoterapii. Z racji zawodu fizjoterapeutki, moje większe zaufanie do sprzętu wzbudził fakt, że jego pomysłodawcą jest ojciec dziecka chorego na mózgowe porażenie. Sprzęty marki Krabat: Krabat Jockey i Krabat Sheriff wyróżnia siedzisko, które kształtem przypomina grzbiet konia. Jest ono tak wyprofilowane, że gdy na nim usiadłam od razu wymusiło na mnie przyjęcie wyprostowanej postawy.

Możliwości rehabilitacyjne takiego siedziska w procesie usprawniania osób niepełnosprawnych są ogromne. U chorych na porażenie mózgowe często obserwuje się pozycję „zwiniętą”, wynikającą z niemożności utrzymania prawidłowej postawy. Utrwalanie się jej prowadzi do osłabienia napięcia mięśniowego, a to w konsekwencji do wtórnych zaburzeń mięśniowo-szkieletowych. Samo posadzenie dziecka na Jockey’u lub Sheriff’ie stanowi już formę rehabilitacji zapobiegającą pogłębianiu się nieprawidłowych wzorców posturalnych.

Siedzisko zapewnia wypośrodkowane ustawienie miednicy i kręgosłupa, które mobilizuje do utrzymywania równowagi przez pacjenta. Wpływa na przywrócenie symetrii mięśni tułowia między lewą a prawą stroną kręgosłupa. Kształtuje przez to wzorzec przyjmowania prawidłowej postawy. Ponadto, zmiana pozycji „skulonej” w „otwartą” powoduje lepszą pracę układu oddechowego i krążeniowego, a także reguluje prawidłowe funkcjonowanie narządów wewnętrznych. Zwiększa wydolność oddechową, a przez to oddziałuje na lepszą pracę całego organizmu. Korzystnie wpływa na mechanizm mowy i połykania. Spionizowana postawa ma ogromne znaczenie dla pacjentów

przewlekłe chorych, którzy większość czasu spędzają w pozycji leżącej lub siedzącej (bardzo często nieprawidłowej).

Krabat Jockey to przede wszystkim urządzenie służące do aktywnej rehabilitacji. Posiada regulację, dzięki której w łatwy sposób możemy zmienić kąt siedziska, co wpłynie bezpośrednio na kąt nachylenia kręgosłupa do podłoża, utrudniając lub ułatwiając utrzymanie prawidłowej postawy. Im kąt będzie mniejszy, tym większa będzie musiała być praca mięśni głębokich kręgosłupa (pełniących funkcję stabilizującą i zabezpieczającą kręgosłup). Występuje aktywny trening tułowia, czyli naprzemienne napinanie i rozluźnianie mięśni kręgosłupa. Prowadzi to do normalizacji napięcia mięśniowego, które w wielu schorzeniach jest zbyt silne lub obniżone. Mięśnie napięte i przykurczone ulegają stopniowemu rozciągnięciu i rozluźnianiu, a słabe i wiotkie są wzmacniane.

Taka aktywna pozycja wpływa na doskonalenie równowagi i koordynacji u pacjenta, a w konsekwencji na orientację własnego ciała w przestrzeni. Krabat Jockey, zapewniając pacjentowi prawidłową stabilizację miednicy, pozwala na prowadzenie rehabilitacji w obrębie obręczy barkowej i kończyn górnych. Specjalne, regulowane podnóżki i pasy zabezpieczające dają możliwość ustabilizowania kończyn dolnych. Ma to szczególne znaczenie w rehabilitacji dzieci z mózgowym porażeniem, u których występuje duża spastyczność. Jest ona przyczyną nieprawidłowej reakcji na bodźce i tendencji do ustawienia kończyn dolnych w nadmiernym przywiedzeniu i rotacji wewnętrznej („krzyżowanie kończyn dolnych”). Stabilizacja zapobiega przykurczom mięśni i ograniczaniu ruchomości stawów. Neutralna pozycja miednicy i środkowe położenie kończyn dolnych umożliwia zastosowanie szeregu ćwiczeń rehabilitacyjnych z zachowaniem aktywnej pracy mięśni kręgosłupa.

Z tyłu urządzenia znajduje się uchwyt, dzięki któremu możemy wprawić je w ruch: przesuwać w przód, w tył, a także skręcać na boki. Aby utrzymać równowagę dziecko musi prawidłowo siedzieć, a więc aktywnie się prostować. Wzmacniają się mięśnie grzbietu, brzucha i obręczy biodrowej, co zapobiega przodopochyleniu miednicy. Przy skrętach zmienia się ustawienie miednicy oraz stopień wymagań stawianych mięśniom posturalnym. Dodatkowo przeciwstawne skręty biodra-barki zmniejszają spastyczność mięśni. Pacjent reagując na kołyszące impulsy ruchowe wykonuje tzw. ruchy kontrrotacyjne - taki mechanizm wyzwala działania centralne za pośrednictwem mięśni tułowia. Przez powtarzanie tego rodzaju ćwiczeń utrwala się u pacjenta wzorce przyjmowania prawidłowej postawy.

Konstrukcja Jockey'a i Sheriff'a zapewnia choremu pozycję, w której biodra są ustawione pod kątem 45 stopni w odwiedzeniu i rotacji zewnętrznej, co stanowi profilaktykę przed ich zwichnięciem. Wpływa także na zmniejszenie przykurczu mięśni przywodzicieli ud, co zapobiega ograniczaniu ruchomości obręczy biodrowej. Jest to możliwe dzięki temu, że Krabat pozwala na zachowanie łańcucha ruchów: siedzisko- miednica- kręgosłup- barki. Następuje rytmiczne uruchamianie kolejnych mięśni i stawów, a to z kolei powoduje powstawanie proprioceptorowych bodźców nerwowo - mięśniowych. Wpływa to na polepszenie integracji w układzie proprioceptywnym. Jego prawidłowe funkcjonowanie odpowiada za właściwy rozwój odruchów, planowanie i prowadzenie ruchu, a także regulację napięcia mięśniowego i koordynację pracy mięśni.

U dzieci z dużymi dysfunkcjami neurologiczno - motorycznymi ogromnym problemem jest możliwość przemieszczania się. W wyniku rozległych wad ruchowych jest ona często niemożliwa. W urządzeniu Krabat Sheriff zastosowano koła napędowe umożliwiające pacjentowi samodzielną lokomocję. Są one ustawione pod odpowiednim kątem, zapewniającym łatwość zmiany miejsca, natomiast rozszerzony rozstaw kół wpływa na stabilność i bezpieczeństwo. Dzięki temu, że pacjent czuje się komfortowo, a także zachowuje prawidłową, aktywną pozycję możemy swobodnie przeprowadzać ćwiczenia rehabilitacyjne. Dodatkowym udogodnieniem jest opatentowany mechanizm kompensacyjny, który umożliwia dziecku obsługę kół tylko jedną ręką. Takie rozwiązanie nie ogranicza samodzielności dzieci, u których występuje porażenie jednostronne - pacjent może poruszać się we wszystkich płaszczyznach, nie tylko w przód i w tył.

Rehabilitacja oprócz priorytetowych wymagań medycznych powinna realizować aspekt psychologiczny, który ogromnie wpływa na jej powodzenie. Krabat Jockey i Krabat Sheriff, dzięki temu, że umożliwiają dziecku przyjęcie spionizowanej pozycji pozwalają na nawiązanie kontaktu wzrokowego z drugim człowiekiem. W Jockeyu możemy bardzo płynnie i lekko zmienić wysokość siedzenia, przez co możliwość tego kontaktu jest jeszcze prostsza. Ma to ogromne znaczenie w rozwijaniu interakcji społecznej, rozwijaniu poczucia własnej wartości, która u dzieci niepełnosprawnych często jest zaburzona. Pozwala dziecku na oglądanie świata od „góry”, takie obserwacje pomagają opanować pojęcie przestrzenne. Dają poczucie aktywniejszego uczestnictwa w tym, co dzieje się w najbliższym otoczeniu, zwiększają odbiór bodźców zewnętrznych. Rehabilitacja dzieci niepełnosprawnych powinna wspierać ich potrzeby psychiczne, w tym także poczucia

bezpieczeństwa. Nie bez znaczenia jest prowadzenie takiego usprawniania, które nie tylko nie będzie zaburzało normalnego trybu życia pacjenta, ale także jego całej rodziny. Krabat Jockey i Krabat Sheriff umożliwiają prowadzenie rehabilitacji w warunkach domowych, wykluczając dzięki temu dodatkowy czynnik stresu związany z przebywaniem w nowym, nieznanym dla dziecka miejscu. Oba urządzenia możemy w prosty sposób złożyć do transportu i przewozić w specjalnym pokrowcu, jeśli będzie taka potrzeba.

Przy szerokim zastosowaniu rehabilitacyjnym urządzeń firmy Krabat, producentom udało się zachować ich funkcjonalność. Krabat Jockey i Krabat Sheriff uważam za wysokiej jakości sprzęty medyczne służące do nowoczesnej rehabilitacji, których naczelnym celem jest aktywna pionizacja dzieci stanowiąca podstawy dla ich lepszego funkcjonowania.

Mgr fizjoterapii
Katarzyna Łońska

Bibliografia:

1. *Hipoterapia. Fizjoterapia na koniu i przy koniu.* Ingrid Strauß. Przekład Rynadak W.; Fundacja Na Rzecz Rozwoju Rehabilitacji Konnej Dzieci Niepełnosprawnych „Hipnoterapia”, Kraków 1996 r.; ISBN 83-905136-0-9;
2. *Hipoterapia jako jedna z metod wieloprofilowego usprawniania psychoruchowego dzieci z mózgowym porażeniem dziecięcym* / Anna Gromnicka, Bernadeta Szczupal // *Roczniki Pedagogiki Specjalnej* T. 8 (1997), s. 179- 189
3. *Dynamika rozwoju wybranych cech morfofunkcjonalnych tułowia dzieci i młodzieży.* Fugiel J. (2002) *Studia i Monografie AWF we Wrocławiu*, 60
4. *Poprawa możliwości pionizacji pacjentów z przepukliną oponowo–rdzeniową po operacyjnym zwolnieniu przykurczów bioder i kolan oraz stosowaniu oryginalnego programu rehabilitacyjnego.* Snela S., Bliski P., Kwolek A. 27 *Przegląd Medyczny Uniwersytetu Rzeszowskiego, Rzeszów 2005*, 1, 27–30
5. *ABC rehabilitacji dzieci.* Borkowska M., red/.Pelikan, Warszawa 1989
6. *Rehabilitacja Medyczna.* Kwolek A. Elsevier Urban & Partner Wydawnictwo Wrocław 2003, wyd.1
7. *Psychologia ogólna.* Strelau J. *Podręcznik akademicki, tom II (red.)* Gdańsk: Gdańskie Wydawnictwo Psychologiczne, 2000.
8. <http://www.hipoterapia.lap.pl/>
9. <http://medyczynydla dzieci.otwarte24.pl/79,Krabat-Jockey-Innowacyjne-mobilne-siodlo-rehabilitacyjne>

© Prawa autorskie zastrzeżone. Kopiowanie, powielanie w części lub całości bez zgody właściciela surowo zabronione. Własność www.MedycznyDlaDzieci.pl