Иппотерапия как метод реабилитации лиц с ограниченными возможностями

Попкова А.С.

Специалист по реабилитации инвалидов

Самара, 2019

Лечение с помощью верховой езды



Иппотерапия (от греч. – hippos – лошадь), или, как её ещё называют – райттерапия - это многоплановое и комплексное лечение с помощью верховой езды (ЛВЕ), одно из разновидностей анималотерапии – врачевания с помощью животных: кошек, собак и т.д. Иппотерапия – направление кинезиотерапии, предметом которого является приобретение отсутствующих и/или восстановление утраченных психомоторных навыков человека. Названное направление методически характеризуется сочетанным использованием мобилизации потенциальных физических, психических возможностей личности и двигательной активности лошади

«… Всадник влияет на лошадь и наоборот, они влияют друг на друга, представляя собой единое целое…»

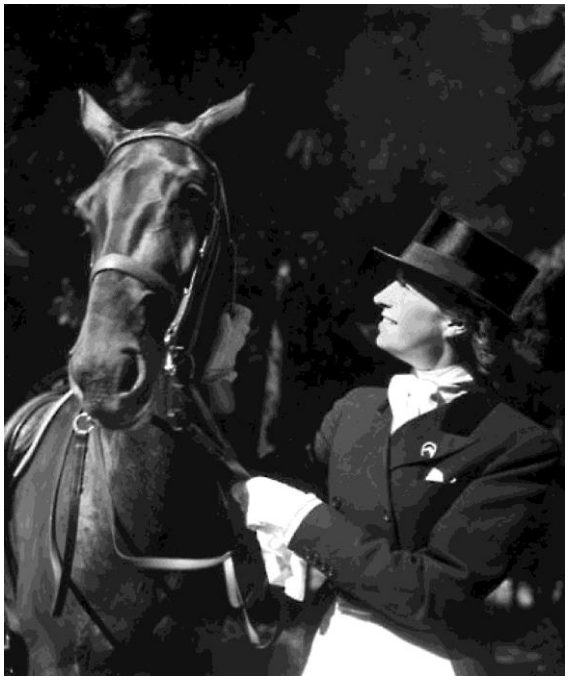
Профессор Д.М.Цверава

Иппотерапия эффективна при:

- *Детский церебральный паралич*
- *Послеоперационная реабилитация.*
- *Ортопедические синдромы.*
- *Нарушения опорно-двигательного аппарата, возникшие вследствие параличей, полиомиелита и других поражений центральной нервной системы.*
- *Рассеянный склероз.*
- *Поражения органов чувств - слепота, глухота.*
- *Нарушения осанки, сколиоз 1 степени.*
- *Пороки развития конечностей.*
- *Различные формы нарушения интеллекта, возникшие в результате органических или генетических заболеваний .*
- *Синдром Дауна.*
- *Урологические и гинекологические заболевания.*
- *Заболевания дыхательных путей.*
- *Нарушения психоэмоциональной сферы:*
  - *Ранний детский аутизм*
  - *неврозы*
  - *задержка психического развития*
  - *умственная отсталость*
  - *шизофрения*
  - *эмоциональные расстройства*
  - *социальная неприспособленность*
  - *Девиантное поведение*
  - *синдром гиперактивности*
  - *состояния тревожности*

Лиз Хартел









Влияние иппотерапии на организм человека

Медицинские критерии:

- укрепление и тренировка мышц тела;
- укрепление равновесия;
- улучшение координации движений и пространственной ориентации;
- улучшение психоэмоционального состояния

Социальные критерии:

- улучшение коммуникативных функций;
- проведение соревнований по конному спорту среди лиц с особенностями развития способствует повышению уровня оценки клиентами самих себя, своих возможностей и своего потенциала;
- улучшение эффективности и качества процесса социализации личности;
- развитие трудовых навыков

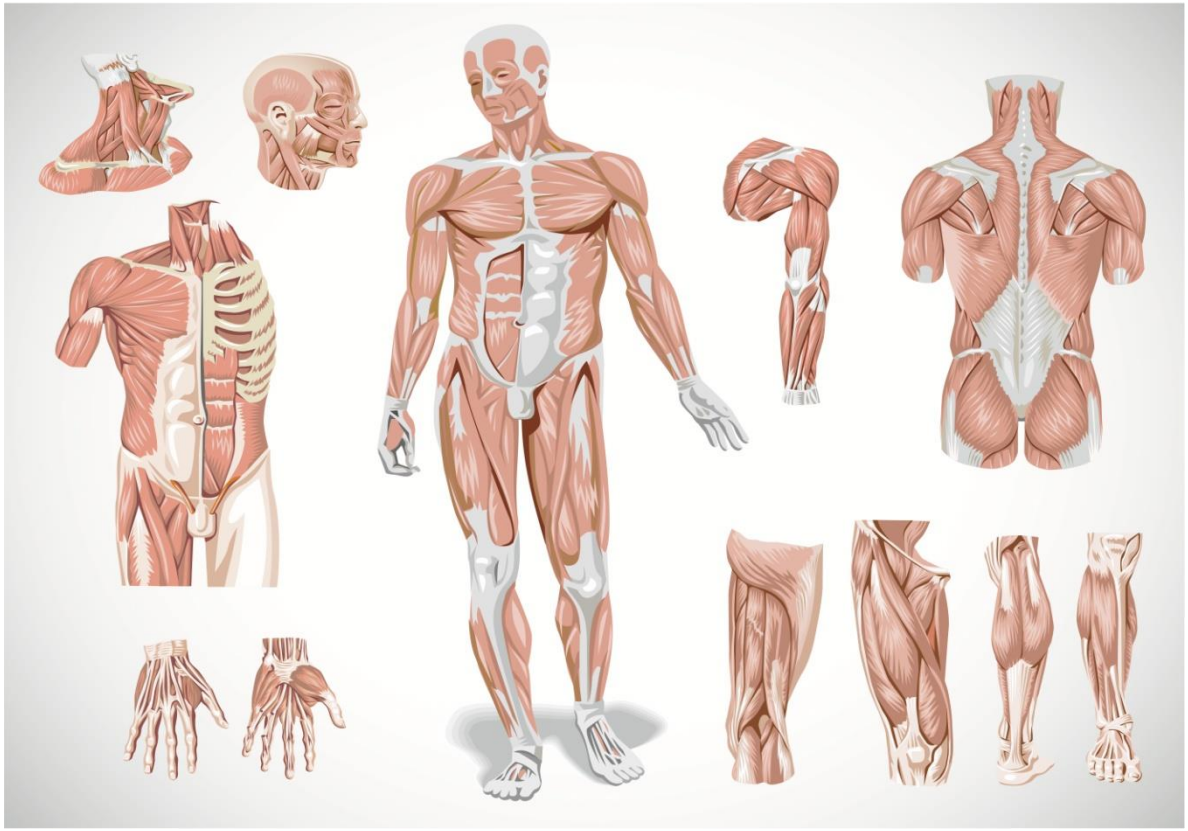
Иппотерапия позволяет решать следующие основные задачи:

- противодействовать отрицательному влиянию гипокинезии, обусловленной болезнью;
- развивать физическую активность больного;
- способствовать восстановлению нарушенных функций;
- улучшать или восстанавливать утраченные навыки;

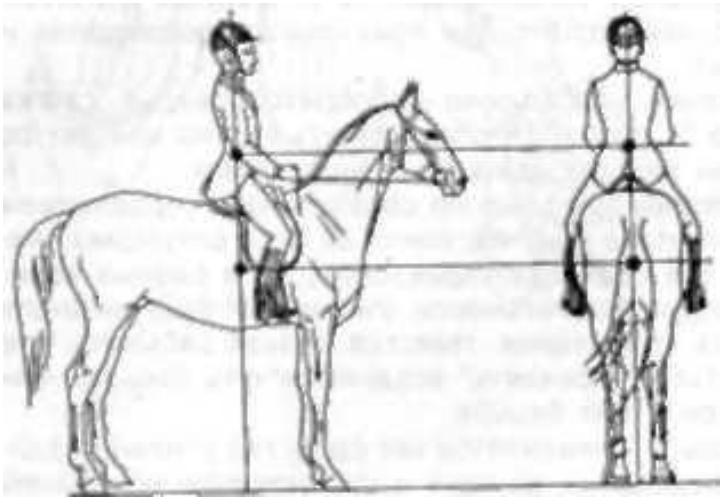


Биомеханика

- Движения в трех взаимоперпендикулярных направлениях. Рефлекторные сокращения, практически всей мускулатуры всадника для сохранения равновесия, в том числе активно сокращаются и здоровые и пораженные болезнью мышцы, т.е происходит резкое увеличение кровоснабжения и питания мышц, оптимизация жизнедеятельности всей мышечной системы; Благотворное воздействие мощной мускулатуры животного, которая при движении массирует и прогревает мышцы пациента, температура лошади на 1,5-2 градуса выше, чем у человека;



Биомеханика



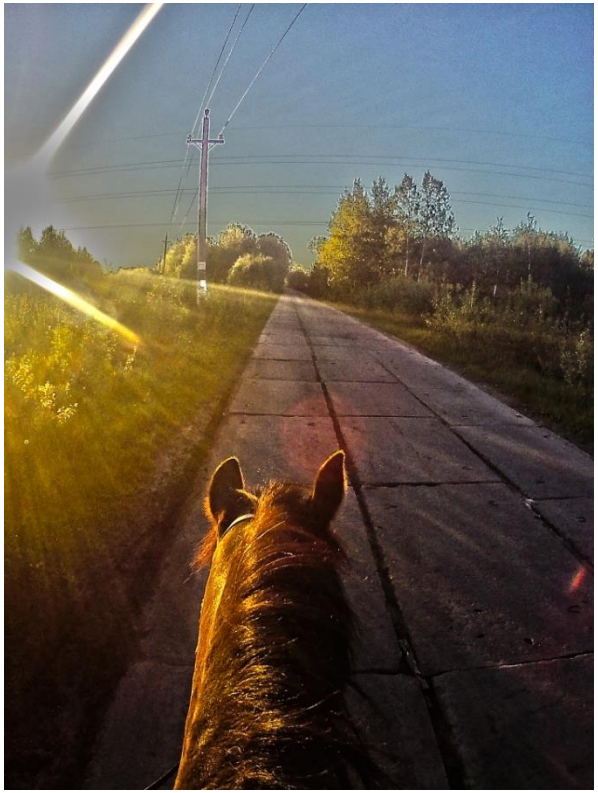
- Порочный круг проблем, возникающий вследствие невозможности ходить прямо, с одной стороны, и неправильной координации туловища, с другой, может быть разорван с помощью иппотерапии. Неповторимое сочетание ритмичных колебательных, упорядоченных движений, воздействует на тело всадника. Подобная физиологическая двигательная активность очень важна для физического, умственного и духовного развития человека. Ритмическая мобилизация ребёнка или взрослого посредством лошади в сходных двигательных паттернах, как бы в двигательной гармонии не может быть воспроизведена никаким физиотерапевтическим средством.

- Существенная особенность выпрямления туловища в положении сидя верхом заключается в том, что ноги не несут вес тела. Ребёнок учится ходить из положения сидя. Это уравновешенное положение туловища - необходимое условие для принятия и воспроизведения правильных двигательных импульсов, которые поступают через ноги и тазобедренные суставы.



Сенсорная информация







Психогенные факторы

- Психогенным фактором является воздействие одновременно двух высокоценных мотиваций - желание оказаться верхом на лошади, управлять ею и воздействие инстинкта самосохранения, активизированного боязнью падения, страхом перед этим большим и сильным животным. Эти мотивации помогают раскрыть потенциальные возможности всадника, активно вовлекая его в процесс овладения навыками верховой езды, с преодолением страха и неуверенности и помогает вести борьбу с имеющимися нарушениями с помощью эмоционально стимулирующего животного – лошади.



Невербальное общение



- Когда всадник взаимодействует с лошадью между ними происходит общение неопосредованное, благодаря этому всадник с ограниченными возможностями (частичная парализация, тонические нарушения, глухота, слепота, и т.д.) общается с лошадью на тактильном уровне. Особенно это важно для детей с проблемами со слухом, зрением, немых детей. С каждым занятием они всё больше воспринимают окружающий мир через лошадь, которая со временем становится для них полноправным партнером. Не раз всадники с частичной парализацией нижних конечностей говорили, что на лошади чувствуют, что снова могут ходить.

Обязательные условия

- А) врачебный контроль за адекватностью и эффективностью физических нагрузок, их коррекция в случае необходимости;
- Б) последовательное наращивание физической активности больного;
- В) применение патогенетически обоснованного комплекса методов ЛФК - ЛВЕ, лечебной гимнастики, массажа и др.;
- Г) активное и сознательное участие больного в реабилитационном процессе;

Упражнения





Упражнения

- - Наклоны корпуса вперед - назад, вправо – влево. С гимнастической палкой или мячом большого диаметра
- - Дыхательные упражнения.
- - Качание шенкелей с дополнительным грузом и без.
- - Упражнение «ножницы», «мельница»
- - Упражнения сбивающего характера (неожиданная для всадника смена аллюров)
- - Упражнения с закрытыми глазами.
- - Упражнения на равновесие

Иппотерапия — это не дело одного дня, а целая система тренировок и занятий, поэтому тем, кто собрался ее использовать, лучше запастись терпением. И результат обязательно появится.



"Порой следует верить,
что невероятное возможно.
И даже более того –
Что оно случиться с нами"

Клаус Дж.Джоул



Участие в иппотерапевтических программах дает ребенку и членам его семьи возможность помимо эффекта физической реабилитации, побывать в новой ситуации, открывающей ему и членам его семьи перспективы жизни.

Выводы



