

ЭРГОТЕРАПИЯ – современный метод реабилитации



На сегодняшний день наиболее актуальной проблемой ребенка-инвалида и его семьи является его социальная дезадаптация. Имея серьезные ограничения двигательной, а, следовательно, и познавательной активности, испытывая затруднения даже в самых элементарных действиях - самостоятельно умываться, держать вилку и т.д. такой ребенок зачастую вынужден ограничивать свою активность и жизнедеятельность пределами своего дома, не участвуя в общественной жизни.

Для того, чтобы помочь детям с ограниченными возможностями улучшить качество жизни и адаптироваться в социуме Центр реабилитации «Фламинго» разработал программу «Эрготерапия: учим самостоятельности».

Понятие Эрготерапии

В дословном переводе эрготерапия означает исцеление через деятельность. Этот раздел реабилитации изучает средства и методы восстановления двигательной функции верхних конечностей с помощью разнообразных игровых заданий и тренажеров.

Конечная цель эрготерапии - не только максимально восстановить двигательные функции, но и адаптировать пациента к привычной здоровому человеку жизни, помочь стать самостоятельным, социально приспособленным и независимым в быту.

В общем смысле эрготерапия – это специальная гимнастика, тренирующая мелкую моторику и систему координации. Методы эрготерапии доказали свою эффективность в реабилитации детей с ДЦП, с заболеваниями и травмами опорно-двигательного аппарата, а также состояний после инсульта и черепно-мозговых травм. Этот метод способствует улучшению не только двигательных, но когнитивных, эмоциональных возможностей.

Существуют несколько методов эрготерапии:

- обучение независимости в быту;
- обучение самостоятельному ведению домашнего хозяйства;
- тренировка передвижения;
- обучение процессу приема пищи;
- сенсомоторные тренировки (формирование правильного двигательного стереотипа, создание на его основе моторной программы и внедрение её в головной мозг);
- графомоторика.



Например, для вовлечения в процесс мелких и средних мышц используются упражнения на совершенствование или восстановление мелкой моторики (набрать номер телефона, переложить карандаш). Также применяются лепка, собирание пазлов, конструктора, вырезание ножницами. Выбор упражнений зависит от состояния конечностей и цели восстановления.



Для выполнения эрготерапевтических упражнений в январе 2016 года в Центре реабилитации детей и подростков с ограниченными возможностями «Фламинго» появился новый кабинет Эрготерапии.

В кабинете эрготерапии для детей-инвалидов и их семей проводятся коррекционно-развивающие занятия. Основная цель связана с восстановлением или развитием пострадавшей функции. Это целый комплекс мероприятий по возможному восстановлению функции верхних конечностей: плеча, предплечья и особенно кисти, необходимой для осуществления повседневной деятельности, включающей элементарные повседневные действия – умывание, одевание, прием пищи и т.д.

Эрготерапия показана при многих нарушениях. Это исключительно важная часть всех современных реабилитационных программ. Этот вид терапии включен в комплекс адаптационных программ (социально-бытовой реабилитации) для детей с психическими расстройствами

Обучение независимости в быту помогает ребенку освоить приемы самообслуживания. Это впоследствии предоставит ему относительную социальную самостоятельность.

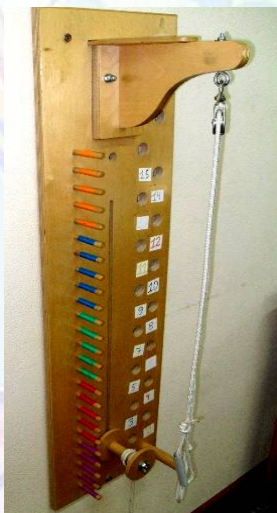


Все упражнения с детьми (способность пользоваться ножницами, ложкой, одеваться) проводятся в игровой форме. При этом специалист постоянно находится

в контакте с ребенком: показывает, объясняет, сопровождает его и обучает навыкам использования предметов быта.

Кабинет оснащен современным оборудованием – специальными тренажерами различных видов:

зигзаг, петля, спираль, ролики, лестница для пальцев, резьбовой каскад, бытовой и технический стенды, колесо тренажер для разработки рук “Капитан”, и другие тренажеры.



Данные занятия способствуют укреплению мышц верхних конечностей, координации движений, развитию мелкой моторики, увеличению объема движений в суставах кистей, лучезапястном, локтевом, плечевом.

У каждого из них своя задача.

Резьбовой каскад. Резьбовые стержни, установленные на деревянном основании с надетыми на них гайками и шайбами различного размера и типа. В зависимости от подвижности пальцев, используют различные гайки, шайбы, установленные на стержнях, требуют повышенной подвижности пальцев, координации и точности движений. Развивает подвижность и «захватывающую» функцию пальцев.

Тренажер «Зигзаг» помогает в усовершенствовании мелкой моторики, готовит руку ребенка к письму, координирует работу глаз и рук, учит свободно манипулировать мелкими предметами. В деревянной прямоугольной основе находится фанера с прорезью-дорожкой в виде зигзага. По этой прорези легко передвигается рычажок с небольшой ручкой-шариком. Держась за шарик, малыш должен провести рычажок по дорожке. При этом отрабатывается пинцетный захват, захват щепотью, развитие мелких мышц пальчиков. После того, как ребенок хорошо усваивает это задание, ему намного легче заученным движением изображать зигзаг на бумаге, что необходимо ему при рисовании и обучению письму.

Реабилитационный тренажер КАПИТАН предназначен для разработки проводимости мышц рук, мелкой моторики пальцев рук. Тренажер для реабилитации включает в себя несколько минитренажеров:



Блок 1. Развитие мелкой моторики пальцев

рук, разработки кистей

Блок 2. Развитие проводимости мышц одной руки или двух рук

Блок 3. Развитие проводимости мышц рук в положении сидя и стоя

Тренажер КАПИТАН предназначен для решения реабилитационных задач:

- частичное восстановление двигательных функций рук и ног,
- тренировка координации движений,
- тренировка устойчивости,
- создание дозированной кардионагрузки

Реабилитационный тренажер

КАПИТАН разработан таким образом, что

позволяет настроить его с учетом роста

пациента, а также с учетом тяжести поражения

- для сидячих больных, для больных

способных передвигаться. Рама тренажера позволяет изменять высоту тренажеров для удобного выполнения упражнений, большинство упражнений возможно выполнять из положения сидя на стуле или в кресле-коляске.

Игровые развивающие пособия: пазлы, мозаики, кубики, конструкторы, шнуровки, рамки-вкладыши и др. применяется при нарушении когнитивных и высших корковых функций. Способствуют развитию и тренировке памяти, внимания, мышления, восприятия.

Эрготерапия и реабилитация

Для любого метода эрготерапии характерен индивидуальный и комплексный подход к пациенту вне зависимости от возраста и диагноза. Специалисту важны не только состояние здоровья пациента и характер его болезни. Все имеет значение – окружение ребенка, его образ жизни до болезни, индивидуальные увлечения, особенности и склонности, уровень интеллекта.



Педагог помогает разрешать конкретные трудности и проблемы, которые возникают у ребенка в процессе выполнения обычных действий.

Упражнения на восстановление или совершенствование мелкой моторики вовлекают в работу малые и средние мышечные группы. В основном **подбираются**



конечностей.

Как и прочие направления реабилитации, эрготерапия требует длительной и постоянной тренировки. **При любом заболевании будет наблюдаться положительная динамика в той или иной степени выраженности.**

Отработка необходимых практических навыков поможет ребенку-инвалиду успешно адаптироваться в социуме и вести полноценную жизнь. С родителями детей-инвалидов планируется проведение работы, направленной на обучение и разъяснение принципов метода и конкретных приемов, для последующей отработки навыков в домашних условиях.



Бурылева Э.В.
социальный педагог