

ИППОТЕРАПИЯ ДЛЯ ЛЕЧЕНИЯ ДЕТЕЙ – ИНВАЛИДОВ

*Закирова Г.Г., Хайруллина Н. А.,
ГБПОУ «Альметьевский профессиональный колледж», г. Альметьевск*

Несмотря на достижения цивилизации, животные занимают существенное место в жизни человека. Значительно возрастает роль животных в жизни человека с отклонениями в состоянии здоровья. Занятия по адаптивной двигательной рекреации, построенные на деятельности, предусматривающей взаимодействия с животными, дают очень хороший результат, несут в себе огромный терапевтический потенциал.

У детей-инвалидов двигательная активность существенно зависит от вида заболевания и не находит выхода в естественных играх, которыми с раннего детства занимаются обычные дети. Это влечет за собой гиподинамию, а также недостаток знаний о своём организме и его возможностях. На протяжении веков доказывается, что именно определенные физические упражнения способствуют развитию функциональных систем организма, повышают общий уровень здоровья. Чтобы их физическая форма была на высоком уровне, в течение всей жизни, необходимы систематически занятия с детства. Многолетние исследования показывают, что физический потенциал человека формируется, прежде всего, первые два десятилетия. Несомненно, что выявление новых оздоровительных эффектов использования средств физической культуры повысит качество внутреннего потенциала, заложенного природой у детей - инвалидов.

В условиях неблагоприятных экологических воздействий Альметьевского района адаптивная физическая культура может стать и важным средством повышения иммунологических возможностей организма детей - инвалидов. Систематическое применение статических упражнений на тренировочных занятиях в группе детей – инвалидов ДЦП, способствует развитию статической выносливости, координации движения. Отмечается более выраженный прирост результатов, повышение адаптивных возможностей сердечнососудистой и дыхательной систем, развитие волевых качеств, работоспособности. Координации движений на основе тонких дифференцировок кинестетического чувства, расширение своих физических возможностей, что в целом создаёт благоприятный психологический климат у детей-инвалидов ДЦП.

В Альметьевской конной школе для детей-инвалидов появился метод реабилитации иппотерапии. В реабилитации детей - инвалидов методом иппотерапии были задействованы две хорошо обученных, дрессированных, тщательно подобранных по экстерьеру лошадей и пони, которые прошли полное ветеринарное обследование и специальную подготовку. На каждого ребёнка распланирован индивидуальный план занятий по 20-30 минут с увеличением нагрузки и сменой лошади. При проведении реабилитации детей - инвалидов методом иппотерапии были поставлены следующие задачи:

проведение социальной адаптации каждого ребёнка; улучшение физического состояния и психосоциальной сферы пациента; возбуждение максимальной мобилизации волевой деятельности, для преодоления страха и неуверенности; уменьшить количество и объём гиперкинезов, снять спастичность при заболевании ДЦП; проведение логопедической работы с детьми по коррекции речевых дыхания; психологическая работа с родителями. Занятия по адаптивной двигательной рекреации, построенные на деятельности, предусматривающей взаимодействия с животными, дают очень хороший результат, несут в себе огромный терапевтический потенциал.

Актуальность. Наше общество с его развитыми технологиями способно улучшить жизнь тех людей, которых называют инвалидами или людьми с ограниченными возможностями. Инвалиды составляют около 10% всего населения, среди них люди с физическими нарушениями, с нарушениями интеллекта, лица, страдающие хроническими заболеваниями, слепые, глухонемые лиц с поражением опорно-двигательного аппарата и т.д. С каждым годом количество людей с серьезными нарушениями увеличивается примерно на 100 000.

Целью государственной политики в области реабилитации и социальной адаптации инвалидов средствами физической культуры является формирование у них потребности в физическом совершенствовании, создание необходимых условий для занятий, результатом чего должно стать укрепление их здоровья, умение владеть своим телом, достижение значительно более высокого уровня развития функциональных систем организма, расширение диапазона двигательных навыков, что крайне необходимо для успешного самообслуживания в быту, в работе и в учебе.

С древнейших времен известно благотворное влияние на здоровье человека езды и общения с лошадьми. Центры по ЛВЕ стали открываться во многих странах. В России практика использования иппотерапии началась с открытия в 1991 году в Москве ДЭЦ «Живая нить». Позднее иппотерапия вошла в комплекс реабилитационных средств, применяемых и в других реабилитационных центрах. В настоящее время в 45 странах мира действуют центры ЛВЕ - самостоятельные или при клубах верховой езды, выделяющих небольшие манежи и лошадей для занятий с инвалидами. Отличительной чертой лечебной верховой езды (ЛВЕ) является высокая эффективность и уникальность реабилитационного воздействия данной езды на физическую и психическую сферу ребенка. [1]

Иппотерапия как одна из форм лечебной физкультуры (ЛФК) позволяет решать следующие основные задачи: развивать физическую активность больного; способствовать восстановлению нарушенных функций; улучшать или восстанавливать утраченные навыки; обеспечивать профессиональную реабилитацию, формировать новые или восстанавливать утраченные навыки[2].

Применение иппотерапии требует соблюдения следующих обязательных условий: врачебный контроль за адекватностью и эффективностью физических нагрузок, их коррекция в случае необходимости; последовательное

наращивание физической активности больного; применение патогенетически обоснованного комплекса методов ЛФК-ЛВЕ, лечебной гимнастики, массажа; активное и сознательное участие больного в реабилитационном процессе; рациональное сочетание ЛФК и других методов комплексной реабилитации. [4]

Принципиальное отличие ЛВЕ от всех других видов ЛФК заключается в том, что здесь, как нигде более, обеспечивается одновременное включение в работу практически всех групп мышц тела всадника. Причем это происходит на рефлекторном уровне, поскольку, сидя на лошади, двигаясь, вместе с нею и на ней, пациент в течение всего сеанса инстинктивно старается сохранить равновесие, чтобы не упасть с лошади, тем самым побуждает к активной работе как здоровые, так и пораженные болезнью мышцы своего тела. Кроме того, ни один из спортивных снарядов не обладает возможностью возбуждать у пациента такую сильнейшую, разнонаправленную мотивацию, которая сопутствует занятиям ЛВЕ: ребенок испытывает огромное желание сесть на лошадь, почувствовать себя всадником, преодолеть страх, обрести уверенность в своих силах. Эта мотивация способствует максимальной мобилизации волевой деятельности, с помощью которой достигается не только подавление чувства страха, но и одновременно уменьшение количества и объема гиперкинеза при ДЦП, что, в свою очередь, дает возможность обучать пациента правильному построению основного поведенческого фона.

Не менее важно - то обстоятельство, что при использовании ЛВЕ успех лечения во многом зависит от созвучного взаимодействия двух живых существ, участвующих в этом действе: пациента и лошади. Отсюда немаловажно правильно, оптимальным образом подобрать пару «пациент-лошадь», и это является актуальной темой иппотерапевтической теории на современном этапе.

При ДЦП страдают самые важные функции организма: движение, речь, психика. Характерной особенностью этого заболевания является отставание моторного развития ребёнка, обусловленное. Прежде всего, аномальным распределением мышечного тонуса и нарушением координации движений. При ДЦП страдает функциональная система движения, нарушена связь с окружающей средой. Это отрицательно влияет на деятельность ребёнка, его психическое и физическое развитие.

Перед специальными (коррекционными) школами стоит очень важная задача - реабилитация и социализация детей с ДЦП средствами образования. В решении этой задачи ведущее место занимает адаптивная физическая культура. Она позволяет расширить рамки образовательного пространства за счет адаптивной физической реабилитации, адаптивной двигательной рекреации и адаптивного спорта. Актуальной проблемой является разработка эффективных методов и средств коррекции и адаптации недостатков физического развития опорно-двигательного аппарата и мышечной работоспособности детей с церебральным параличом.

Лечение больных ДЦП проводится комплексно: лечебная гимнастика, иппотерапия и массаж. В результате лечения у больных наблюдалось уменьшение спастического синдрома. Объясняется это тем, что иппотерапия

улучшает статико-локомоторную функцию за счет урегулирования мышечного тонуса в связи с частичным снижением спастичности. Но наилучший результат получен при гиперкинетической форме, где наблюдалось уменьшение объема и амплитуды произвольных движений за счет максимальной мобилизации воли. Все это благотворно влияет на ребенка в целом, вырабатывая интерес к иппотерапии, при которой, в отличие от других форм ЛФК ребенок активно взаимодействует с лошадью, одновременно соподчиняясь с ней в процессе лечения. [5]

Таким образом, кроме положительного эффекта в отношении моторики, во всех случаях у детей появляется, что немаловажно, самостоятельность, уверенность в своих возможностях и негласное соревнование друг с другом, заинтересованность и огромное желание самим участвовать в процессе лечения, что явилось огромной движущей силой в их оздоровлении.

ЛВЕ является одной из форм лечебной физкультуры. Ее условно делят на иппотерапию - лечение с помощью лошади, и реабилитационную верховую езду. Иппотерапия опирается на лечебно-профилактический характер влияния верховой езды, воздействие на организм человека осуществляется через нервно-гуморальный механизм и, подчиняется законам адаптации к физическим нагрузкам и формирования двигательных навыков.

Под влиянием лечебно-профилактического воздействия физических упражнений в организме происходит активная перестройка функций. Температура тела лошади выше человеческой на 1.5 градуса. Движения мышц спины идущей лошади разогревают и массируют спастичные мышцы ног всадника, усиливая кровоток в конечностях. Улучшение кровотока в целом улучшает кровоснабжение мозга. Кроме того, для обездвиженного больного очень важна имитация движений человека, идущего нормальным шагом, так как тело имеет свои компенсаторные механизмы запоминания полученного опыта. А тазобедренная область и нижние конечности при езде на лошади, идущей шагом, имитируют эти сложные трехмерные движения. При верховой езде у седока задействованы практически все группы мышц. Человеку, сидящему верхом на движущейся лошади, приходится постоянно контролировать равновесие, а это заставляет синхронизировать работу мышц спины, туловища и всех остальных мышц – расслабляя и напрягая их. Под действием физических упражнений происходит активация висцеральных органов и систем, а механизм активации заключается в повышении функции симпатической нервной системы и ретикулярной формации под регулирующим управлением коры головного мозга.

Под действием физических упражнений, через моторно-висцеральные рефлексы изменяются функции внутренних органов. Совершенствование этих рефлексов при различных заболеваниях внутренних органов и лежит в основе лечебно-профилактического действия физических упражнений. При действии физических упражнений улучшается двигательная функция, координация между нервными импульсами и увеличивается максимальная производительная сила мышц.

Иппотерапия воздействует на организм человека через два мощных фактора: психогенный и биомеханический. Он складывается из общения с живым организмом - лошадью, крупным, темпераментным и сильным животным, обладание и управление которым дарит больному ощущение победы, повиновения ему такого огромного мощного существа, а также чувство превосходства над окружающими, стоящими внизу, на земле людьми. Кроме этого, необходимо учитывать впечатление, производимое непривычно большим пространством вокруг больного, которое позволяет ему почувствовать себя свободным, раскрепощенным.

Мощным фактором воздействия иппотерапии является биомеханический фактор, влияние которого обусловлено следующими моментами: влияние колебаний возникающих и идущих от спины движущейся лошади в 3-х взаимоперпендикулярных плоскостях; он способствует созданию у больных новых рефлексов, развитию равновесия, координации движений. Развитие равновесия сопровождается в человеческом организме развитием симметрий, а именно симметричного развития мышц туловища, конечностей, суставно-связочного аппарата, т.е. всего опорно-двигательного аппарата, а также симметричных внутренних органов. В то же время, выработка баланса всадника на лошади, на разных аллюрах, способствует возникновению и закреплению новых условных и безусловных рефлексов. Все это вместе взятое способствует формированию нового двигательного навыка. Кроме того, развитие равновесия играет решающую роль при лечении асимметричных конечностей и асимметрично развившимися, в связи с этим мышцами, что чревато многими неприятными последствиями в состоянии здоровья, а также с асимметричным гипертонусом отдельных групп мышц при ДЦП и других подобных нарушениях.

Для занятий по лечебной верховой езде необходимо наличие: лошади; места для занятий; оборудования и приспособлений; экипировки для занимающихся.

Летом заниматься иппотерапией можно – на обычном плацу на открытом воздухе. Плац должен иметь размеры не меньше чем 60х40м и быть огороженным, хотя бы невысоким заборчиком. Грунт на плацу должен быть ровным, мягким, хорошо впитывающим влагу. Для занятий в зимнее время года необходим специальный крытый манеж стандартных (60х40 м) или произвольных размеров 60х40 м.

В составе оборудования для занятий ЛВЕ в первую очередь следует назвать пандус, с которого очень удобно и безопасно сажать в седло пациентов. Они (пандусы), к сожалению, не предусмотрены в манежах в России, поэтому занятия по ЛВЕ проводятся в обычных, рассчитанных только на здоровых всадников, манежах. Если нет пандуса, можно использовать монтуар, который делает посадку ребенка на лошадь более удобной и частично облегчает задачи методиста. В составе оборудования можно назвать также разноцветные пластмассовые или другие предметы, с помощью которых проводится обучение элементам управления лошадью, а также мячи, пластмассовые обручи, кегли,

кольца, мешочки с горохом и другие предметы для манипуляций с ними во время занятий. В выборе предметов, применяемых с этой целью, можно проявить полную свободу. Конское снаряжение для ЛВЕ состоит из обычного снаряжения для верховой езды – седла со всеми принадлежностями и трензельного оголовья с поводом – и специального, очень разнообразного в зависимости от его назначения и вида инвалидности занимающегося пациента. Специальное снаряжение включает страховочные пояса с ручками и самые разнообразные седла, мягкие и жесткие насадки на них, приспособления, изменяющие форму и площадь седла, поддерживающие бедра и колени или спину всадника, овечью шкуру, заменяющую седло, специальные модифицированные стремена, отдельные, разноцветные и разделенные узелками на участки поводья и многое другое, созданное для удобства и частичной компенсации физических и других недостатков, мешающих при занятиях ЛВЕ. Верхняя одежда должна соответствовать времени года и погоде, не быть слишком теплой или слишком легкой при низкой температуре воздуха; она не должна также стеснять движений. Желательно, чтобы даже летом верхняя одежда имела длинные рукава, позволяющие избежать повреждения кожи при падении. Брюки не должны скользить по седлу. На ноги лучше всего надевать кожаные или резиновые сапоги с нескользкой подошвой и достаточно высокими голенищами. [3]

Владение навыками верховой езды дает возможность перейти от зависимости к новому качеству – качеству человека, управляющего большим животным, направляющего его в необходимую для себя сторону. Человек начинает гордиться своими успехами, у него повышается самооценка, появляется уважение к себе, улучшается самоконтроль. Успехи в верховой езде формируют личность: чуткость к движениям лошади тренируют реакции; умение управлять лошадью дает навык оценки ситуации и влияния на нее; доверие к лошади распространяется на доверие к людям, с которыми больной человек взаимодействует.

Таким образом, в процессе реабилитации происходит последовательный перенос приобретенных физических, коммуникативных и прочих навыков из ситуаций верховой езды в повседневную жизнь.

Список литературы

1. Грачев Г. К., Казаченко И. Ю., Роберт И. С. «Об опыте деятельности экологического центра «Живая нить». - М.: НИИ семьи, 1997 г. – 80 стр.
2. Гурвич П.Т. «Какие заболевания лечат верховой ездой». Журнал «Коневодство и конный спорт» №1 за 1997 г. - стр.22-23.
3. Гурвич П.Т. «Центр лечения верховой ездой». Журнал «Коневодство и конный спорт» №2 за 1997 г. - стр.26-27.
4. Гуревич Д.А. «Лечебная верховая езда». Журнал «Коневодство и конный спорт» №5 за 1997 г. - стр.27-28.
5. Гурвич П.Т. «Верховая езда как средство лечения и реабилитации в неврологии и психиатрии». Журнал «Неврология и психиатрия» №8 за 1997 г. - стр. 65.

6. Ионатамишвили Н. И., Чхиквишвили Ч. Ш. «Особенности райттерапии при детском церебральном параличе» (Кафедра ЛВК и ВК, кафедра неврологии Тбилисской Медицинской Академии, Центр райттерапии и реабилитации).

7. Ионатамишвили Н. И. «Реабилитация детей с гипокинетической формой детского церебрального паралича» (Кафедра ЛВК и ВК Тбилисской Медицинской Академии, Центр райттерапии и реабилитации).