

М.Е.Петрунина
инструктор-методист ЛФК,
краевое государственное автономное учреждение
социального обслуживания населения
«Реабилитационный центр для детей и
подростков с ограниченными возможностями»,
г. Чайковский, Пермский край

ГИДРОКИНЕЗОТЕРАПИЯ- ЭФФЕКТИВНАЯ ТЕХНОЛОГИЯ В РЕАБИЛИТАЦИИ ДЕТЕЙ С ОГРАНИЧЕННЫМИ ВОЗМОЖНОСТЯМИ

Аннотация: В статье уделяется внимание проблемам реабилитации детей с ограниченными возможностями здоровья средствами гидрокинезотерапии.

Ключевые слова: комплексная реабилитация, инновационные методики, гидрокинезотерапия, дети с ограниченными возможностями здоровья.

Любую новую идею вначале отвергают как нелепую, затем отбрасывают из-за ее тривиальности, и так продолжается до тех пор, пока, наконец, она не становится общеизвестным знанием.
Вильям Джеймс.

По данным Всемирной организации здравоохранения, сегодня в развитых странах из каждых 10000 детей 250 инвалиды. От такой беды не застрахован, увы, никто. Она может коснуться любой семьи. На сегодняшний день в России проживает более 10 миллионов людей с ограниченными возможностями, из них 230 тысяч в Пермском крае, в городе Чайковском с прилегающей территорией 418 детей. С каждым годом растет число детей и подростков с ограниченными возможностями здоровья. Среди них большое количество детей с таким заболеванием как ДЦП. Проблема заболеваний опорно-двигательного аппарата в течение многих десятилетий привлекает к себе внимание в связи со сложностью профилактики, лечения, а также со значительной инвалидизацией больных, которые нередко требуют постоянного ухода, особой помощи в процессе обучения, нелегкого решения проблемы их социальной адаптации.

Сотрудники Центра адаптируют и используют в своей работе все доступные им инновационные методики из европейского опыта и опыта родственных российских организаций из других регионов страны. Одной из наиболее эффективных технологий в реабилитации детей с заболеванием опорно-двигательного аппарата является специальная оздоровительная методика – гидрокинезотерапия.

Плавательные бассейны нашего города перешли на коммерческую основу финансирования и семья ребенка с ограниченными возможностями чаще всего не может позволить себе регулярные занятия для своих детей. Проведение занятий в мини-бассейне на базе нашего Центра дает возможность детям с ограниченными возможностями от 6 месяцев до 12 лет заниматься гидрокинезотерапией. В нашем Центре такие занятия начинались в обыкновенной ванне с выполнением активно-пассивных движений в воде. В данный момент в нашем центре функционирует мини - бассейн.

Специалистами Центра внедрена программа «Гидрокинезотерапия – как один из методов комплексной реабилитации детей с ограниченными возможностями здоровья».

Целью программы является реабилитация детей с заболеваниями опорно-двигательного аппарата посредством гидрокинезотерапии.

Программа предусматривает решение следующих задач:

- ✓ Нормализация мышечного тонуса;
- ✓ Формирование навыка правильной осанки и правильной установки стоп;
- ✓ Коррекция координационных нарушений;

- ✓ Нормализация дыхательной и сердечно – сосудистой функций;
- ✓ Тренировка мышечно-суставного чувства;
- ✓ Профилактика и коррекция контрактур;
- ✓ Развитие сенсорных функций;
- ✓ Закаливание организма.

Гидрокинезотерапия – это проприоцептивная коррекция в воде. Упражнения в воде способствуют психомоторному развитию детей. Четыре главных фактора воздействуют на детей во время занятий: вода, физические нагрузки, используемые материалы, форма проведения занятий. В воде на ребенка оказывают влияние различные раздражители: сопротивление водной среды, гидростатическое давление, температурные, химические, обонятельные, оптические и акустические раздражители. Сопротивление водной среды примерно в 1000 раз больше воздушной, поэтому все движения в воде отчетливо воспринимаются, что способствует повышению восприятия собственного тела. Дети с ослабленной мускулатурой, занимаясь в воде, наращивают мышечную силу, а спастическое повышение мышечного тонуса под воздействием занятий ослабевает. Под воздействием гидростатического давления на грудную клетку возникает сопротивление дыханию, что способствует тренировке дыхательной мускулатуры. Дыхательный объем лёгких у нетренированных детей возрастает. Давление воды приводит к повышению сердечной деятельности, венозная кровь усиленно транспортируется в правый желудочек, что ведёт к активизации кровотока в конечностях. Это особенно важно для детей с заболеванием ДЦП (детский церебральный паралич), с ограничением двигательной способности конечностей. Воздействие воды на кожу стимулирует тактильную чувствительность. Гидростатическое давление, направленное против силы тяжести приводит к тому, что астенические дети могут без особых усилий активно двигаться. В воде происходит развитие всех видов чувствительности. Даже незначительное изменение положение тела в воде воспринимаются тактильными, двигательными, вестибулярными рецепторами отчетливее. Упражнения в воде (плавание), пробуждают у детей желание больше двигаться и способствовать развитию чувственного восприятия. Дети с двигательными отклонениями и спастикой становятся в воде расслабленными и чувствуют себя свободно, даже страдающие тетрапарезом способны в воде без помощи посторонних контролировать свое тело. Упражнения в воде оказывают тренирующее влияние на проприоцептивную и вестибулярную систему. В результате укрепляется мускулатура позвоночника, что является предпосылкой гармоничного развития моторных функций. Содействие психомоторному развитию ребенка способно, таким образом, посредством двигательного опыта поддержать и духовное развитие ребенка, т.е. уверенность в собственных силах. С другой стороны ребенок получает возможность корригировать собственные слабости и в процессе преодоления болезненных симптомов укрепиться духовно и утвердиться в своей среде.