

FIZJOTERAPIA



Fizjoterapia prowadzona na terenie placówki ma za zadanie scalać proces rehabilitacyjno-terapeutyczny wychowanków OREW oraz dzieci korzystających z usług placówki (będących członkami PSOUU Koło w Działdowie) poprzez:

- przywracanie utraconych sprawności, podejmowanie działań zapobiegających utracie sprawności, przyspieszanie wytworzenia zastępczych mechanizmów kompensacyjnych,
- usuwanie procesów chorobowych lub ich następstw, zapobieganie im,
- stymulowanie zaburzonych funkcji motorycznych,
- wykorzystywanie różnorodnych technik fizjoterapeutycznych do usprawnienia innych zaburzeń rozwojowych (wykorzystanie plastyczności mózgu),
- usprawnienie mechanizmów regulacyjnych układu krążenia, oddechowego, przemiany materii, termoregulacji, ukrwienia skóry,
- stymulowanie, poprawę i utrzymanie ogólnej wydolności organizmu,
- przeciwdziałanie skutkom hipokinezji.

Fizjoterapia stanowi zbiór metod leczenia, usprawniania posługujących się bodźcami fizjologicznymi. Z uwagi na rodzaj stosowanej energii metody stosowane w fizjoterapii dzieli się na:

- elektroterapię obejmuje stosowanie prądów małej, średniej i wielkiej częstotliwości, prądu galwanicznego,
- mechanoterapię kinezyterapię (bez przyrządową i przyrządową) oraz masaż,
- magnetoterapię polegającą na stosowaniu pulsującego pola magnetycznego małej częstotliwości,
- termoterapię obejmującą hydroterapię i ultradźwięki,
- fototerapię światło IR, UV, światło spolaryzowane, lasery,
- aerozoloterapię czyli inhalacje.

Metody pracy preferowane przez personel fizjoterapeutyczny:

- metoda kinezylogii edukacyjnej Dennisonów,
- gimnastyka korekcyjna,
- kinezyterapia psychoruchowa,
- prawidłowych pozycji ułożeniowych,
- NDT Bobath,
- PNF
- Integracja Sensoryczna,
- metoda Ruchu Rozwijającego W. Sherborne,
- elementy metod: Vojty, McKenzie, oraz ćwiczenia, zabiegi fizykoterapeutyczne i masaż leczniczy wg katalogu zabiegów wynikający z kontraktu z NFZ.

W ramach fizjoterapii, w formie zajęć wyjazdowych, OREW realizuje program częściowo pokrywany ze środków PFRON w postaci wyjazdów na basen rehabilitacyjny. Częstotliwość wyjazdów w podziale na grupy dostosowane pod względem funkcjonalnym wynosi jeden raz w tygodniu.

WPŁYW ĆWICZEŃ W WODZIE NA DZIECI NIEPEŁNOSPRAWNE

Woda od dawna znajduje szerokie zastosowanie w lecznictwie, a największe znaczenie mają ćwiczenia w wodzie i pływanie. Środowisko wodne ma rozległy i na ogół korzystny wpływ na organizm człowieka, a w szczególności na rozwijający się organizm dziecka. Odbierane przez kontaktoreceptory bodźce są przenoszone do ośrodkowego układu nerwowego, przez co działają na cały system. Obserwuje się znaczną poprawę koordynacji nerwowo-mięśniowej, związanej z rozluźnieniem mięśni w wyniku działania czynnika odciążającego i pozornej utraty ciała. Odciążenie, jakie uzyskuje się przez zanurzenie ciała w wodzie, stwarza najlepsze warunki do reedukacji mięśni. Wysiłek konieczny do wykonania ruchu w wodzie zmniejsza się do 1/10 siły, jaka jest potrzebna do wykonania ruchów poza wodą, pozorna bowiem utrata ciężaru ciała po zanurzeniu go w wodzie wynosi ok. 9/10 jego wagi. Mięśnie słabe często występujące u dzieci niepełnosprawnych przy pełnym skurczu z łatwością zatem uzyskują w wodzie efekt ruchowy. Poza tym mięśnie słabe wykonując ruch w wodzie ćwiczą z oporem, co prowadzi do wzmocnienia ich siły. Ta łatwość osiągnięcia ruchu w wodzie przy słabej sile mięśni jest również dodatnim bodźcem dla dziecka, mobilizuje i pobudza do czynnej współpracy przy usprawnianiu.

Odciążenie i rozluźnienie, które uzyskujemy w ciepłej wodzie, wpływa nie tylko na łatwość i płynność ruchu, ale również zmniejsza bolesność, jaka może mu towarzyszyć. Wykorzystuje się zatem te cechy ćwiczeń w wodzie do zwiększenia zakresu ruchów w stawach. Wszelkiego rodzaju ograniczenia ruchów w stawach najłatwiej poddają się treningowi prowadzonemu w środowisku wodnym, sprzyja temu również lepsza orientacja przestrzenna poszczególnych części ciała względem siebie. Przez wzmożone oddziaływanie bodźców uzyskuje się rozluźnienie napięcia mięśniowego. Czynniki termiczne powoduje obniżenie pobudliwości układu nerwowego, co może objawiać się zmniejszeniem odczuć bólowych podczas wykonywania ćwiczeń. Woda ciepła korzystnie wpływa także w przypadkach zahamowania wzrostu kończyny, najczęściej występującym u dzieci z porażeniami lub niedowładami wiotkimi mięśni przez przekrwienie może wpłynąć na wzrost kończyny. Wpływ wody na zmniejszenie napięcia mięśni szczególnie wskazany jest w porażeniach spastycznych.

Innym istotnym czynnikiem o charakterze bodźcowym, determinującym zmiany jest ciśnienie hydrostatyczne wody. Bodźce mechaniczne ciśnienie, ruch, prąd wody, manipulacje pod wodą działają przede wszystkim na obwodowe naczynia krwionośne i potęgują reakcje wywołane przez czynnik cieplny wody.

Nie można pominąć korzystnego wpływu zajęć w wodzie na psychikę. Jednym z warunków rehabilitacji jest przywrócenie lub uruchomienie u osoby niepełnosprawnej potencjału mechanizmów dynamizujących procesy adaptacyjne i motywacyjne, pozwalające na stopniowe dostosowanie się do zaistniałej sytuacji utraty czy zmniejszenia sprawności fizycznej, a w konsekwencji akceptacji inwalidztwa. Możliwość wykonania ruchu nawet przy 25% normalnej wielkości siły napawa wiarą w poprawę stanu zdrowia. Ułatwione jest chodzenie krokiem dwunożnym, naprzemiennym. Powoduje to wyzbycie się przez dziecko uczucia lęku i ułatwia przejście do innych form ćwiczeń poza środowiskiem wodnym. Poza dużym prawdopodobieństwem uruchomienia skutecznych procesów kompensacyjnych, ułatwiających zastąpienie dotychczasowych sposobów działania, ograniczanych przez niepełnosprawność innymi znajdującymi uznanie, akceptowanymi przez grupę, istotnym faktem staje się również zmiana sposobu spostrzegania swej sytuacji w odniesieniu do aktywności życiowej. Pojawia się nowy obszar zachowań umożliwiający nawiązywanie znaczących kontaktów, uruchomienie mechanizmów adaptacyjnych, wzrost poczucia własnej wartości i pozytywną samoocenę.

PROWADZĄC ĆWICZENIA W WODZIE CHCEMY UZYSKAĆ:

- poprawę wydolności ogólnej (głównie przez uaktywnienie układu krążeniowo oddechowego);
- poprawę siły mięśniowej opór środowiska wodnego zależy od szybkości wykonywanego ruchu i głębokości zanurzenia ćwiczonej części ciała; szybkie ruchy, szybkie pływanie doskonale wzmacniają siłę równomiernie we wszystkich zespołach dynamicznych;

- poprawę wytrzymałości możliwość dowolnej regulacji tempa ruchu podczas długotrwałego ćwiczenia w wodzie pozwala dozować natężenie wysiłku stosownie do potrzeb kształtowania wytrzymałości;
- poprawę koordynacji ruchów (szczególnie współdziałania oddechu z ruchami kończyn górnych);
- rozluźnienie patologicznego napięcia mięśniowego pochodzącego ze zmian ośrodkowego układu nerwowego (napięcie spastyczne);
- poprawę chodu w jej wstępnych, wczesnych fazach;
- uzyskanie efektów relaksacyjnych i psychoterapeutycznych.

Pośród szerokiego zastosowania pływania jako formy usprawniania warto wspomnieć o jego udziale w korektywie wad postawy. Pływanie jest doskonałym czynnikiem korektywnym. Ciało przyjmuje w wodzie najbardziej prawidłową pozycję i dlatego wszelkie skrzywienia kręgosłupa, który w czasie pływania jest częściowo zwolniony od nacisku wywieranego nań przez ciężar ciała mogą być przez systematyczne ćwiczenia korygowane.