

{mooblock=**KINEZYTERAPIA** - kliknij, aby przeczytać więcej}

Kinezyterapia to ćwiczenia usprawniające (inaczej leczenie ruchem), które wspomagają uzyskanie maksymalnej poprawy utraconej funkcji, ułatwiają wystąpienie procesów kompensacji, zabezpieczają przed wykształceniem nieprawidłowych stereotypów ruchowych lub przywracają już utracone, przeciwdziałają wtórnym zmianom w układzie kostno-mięśniowym w postaci ograniczeń ruchu oraz zapobiegają powikłaniom. Gimnastyka lecznicza jest stosowana między innymi w schorzeniach i dysfunkcjach narządu ruchu, może być stosowana jako podstawowa i jedyna forma leczenia - ale najczęściej łączy się z innymi formami fizjoterapii, by zwiększyć efekt terapeutyczny.

Kinezyterapia w rehabilitacji jest niezwykle istotną częścią prowadzonej kompleksowo terapii dzieci z MPD. Prawidłowo dobrane metody i techniki usprawniania są w stanie podnieść stan funkcjonalny dziecka oraz zwiększyć jego niezależność i - co bardzo istotne - są też profilaktyką wielu zagrożeń, które czyhają na dzieci w okresie ich rozwoju.

Nie zrównoważone napięcie mięśniowe, porażenia, przetrwałe patologiczne odruchy i reakcje oraz ograniczona aktywność dzieci z MPD stwarzają wiele zagrożeń. Najczęściej występującymi są podwichnięcia i zwichnięcia stawu biodrowego, neurogenne skrzywienia kręgosłupa i deformacje stawowe i kostne kończyn. Ważne jest więc równoległe prowadzenie terapii mającej na celu poprawę stanu ruchowego dziecka oraz przeciwdziałającej niekorzystnym zmianom, jakie mogą nastąpić w przyszłości.

Aby osiągnięcia dziecka - które dzięki swojej ciężkiej pracy stopniowo zdobywa wymarzone możliwości poruszania się - utrzymać przez kolejne lata, ważny jest indywidualnie dobrany plan rehabilitacyjny. Ma on uświadomić dziecku i rodzicom cele, jakie chcą osiągnąć - bowiem czas nie zawsze jest sprzymierzeńcem dalszej poprawy. Coraz większa waga ciała dziecka, przykurcze mięśniowe, dłuższe okresy spędzania czasu w pozycji siedzącej, przyzwyczajenie i preferowanie poruszania się wózkiem to kolejne zagrożenia dla rozwoju ruchowego dzieci i młodzieży.

### - **LOKOMAT Pro\***

## "JEŚLI CHCESZ SIĘ NAUCZYĆ CHODZIĆ, MUSISZ CHODZIĆ"

### [Mamy Lokomat - najnowocześniejsze urządzenie, jedno z dziewięciu na świecie i pierwsze w Polsce.](#)

Lokomat to aktywna orteza do nauki chodu, która umożliwia poruszanie się na bieżni i trenowanie prawidłowego wzorca chodu w warunkach wspomaganego systemu odciążenia. Pozwala na precyzyjne wykonanie maksymalnej liczby powtórzeń cykli chodu w prawidłowym wzorcu, co jest niezbędnym elementem w reedukacji utraconej lub zaburzonej funkcji chodu. Pozwala ponadto zapobiegać powstawaniu kompensacji i patologicznych wzorców na wczesnych etapach usprawniania w schorzeniach neurologicznych. Metoda ta używana jest w rehabilitacji dzieci z porażeniem mózgowym dziecięcym, udarach, urazach rdzenia kręgowego, urazach czaszkowo-mózgowych, stwardnieniu rozsianym oraz w innych chorobach czy urazach układu nerwowego. To unikalne urządzenie oparte na najnowocześniejszej technologii zapewnia bezpieczeństwo pacjentów z największymi ograniczeniami ruchowymi. Trening na lokomacie - zgodnie z zaleceniami producenta - trwa 30-45 minut. Cała procedura trwa do 60 minut.

Minimalna długość kości udowej (mierzona od krętarza do szpary kolanowej) pozwalająca na trening z użyciem ortezy musi wynosić 21 cm.

**Przeciwwskazaniem do prowadzenia terapii są:** przykurcz w stawie kolanowym powyżej 15 stopni, silna spastyka, duża łamliwość kości, brak kontaktu z pacjentem, nieuregulowana padaczka.

### - ARMEO Spring Pediatric\*

[To jedno z najbardziej nowoczesnych urządzeń na świecie do wspomagania terapii ręki u dzieci.](#)

[Armeo](#) to innowacyjne rozwiązanie dla usprawniania kończyny górnej stosowane w celu poprawy jej funkcji i zwiększenia zaangażowania dziecka w proces leczenia. Przyjazna dzieciom terapia pozwala wykonać szereg funkcjonalnych ćwiczeń celowych, takich jak np. ściskanie, chwytanie i odwracanie przedramienia. Technologia biofeedback wykorzystana w ARMEO wyzwala zdecydowanie większe zaangażowanie dziecka w terapię w porównaniu z tradycyjnymi metodami. Wspomaga wykonywanie ruchów motywując do dalszej terapii. Ustawianie poziomów trudności umożliwia dostosowanie terapii do indywidualnych możliwości pacjenta. ziom

Badania pokazują, że intensywny trening czynności manualnych skutecznie poprawia funkcjonowanie ręki. Obecnie stosowane terapie posiadają ograniczone możliwości przeprowadzenia funkcjonalnego treningu w przypadku bardzo osłabionej kończyny górnej. Armeo wprowadza terapię ręki na nowy poziom, łącząc ćwiczenia w odciążeniu ze skutecznym biofeedbackiem. Znajduje zastosowanie u dzieci z mózgowym porażeniem dziecięcym oraz po udarach, urazach czaszkowo-mózgowych, zaburzeniach neurogennych, mięśniowych lub innych urazach czy chorobach układu nerwowego, kostnego.

Warunkiem niezbędnym do przeprowadzenia treningu jest : siła mięśni 1-3 wg testu Lovetta, długość ramienia od 15,5 cm do 23,5 cm, długość przedramienia mierzona od łokcia do osi uchwytu 23 cm do 37 cm. Wiek pacjenta nie ma znaczenia.

**Przeciwwskazaniami do prowadzenia terapii są:** nasilona spastyczność, utrwalony przykurcz ręki, padaczka, poważne problemy ze wzrokiem, zaawansowana osteoporoza.

Przeciwwskazania subiektywne:

nasilone ruchy mimowolne, zaawansowana niestabilność tułowia, brak współpracy pacjenta, poważne problemy z koncentracją oraz duża nadpobudliwość ruchowa.

\*Informacje na podstawie [www.hocoma.pl](http://www.hocoma.pl)

---

### - ĆWICZENIA INDYWIDUALNE Z ELEMENTAMI NDT-BOBATH, PNF ORAZ INTEGRACJI SENSORYCZNEJ

Kinezyterapię, czyli terapię ruchem łączymy z:

**elementami NDT-Bobath**, czyli metodą będącą podejściem do terapii zaburzeń czuciowo-ruchowych wynikających z deficytu centralnego układu nerwowego. Składa się z koncepcji opartych na prawidłowym rozwoju dziecka, prawidłowych ruchach i kontroli postawy. Uczenie się ruchu jest oparte na prawidłowym lub zbliżonym do prawidłowego napięcia mięśniowego. Ostatecznym celem terapii NDT-Bobath jest przyswojenie normalnych wzorów ruchu, które są funkcjonalne i konieczne do nauki i umiejętności dnia codziennego. Częściami składowymi terapii NDT-Bobath oprócz normalizacji napięcia mięśniowego jest wyhamowanie patologicznych i niekontrolowanych odruchów oraz zapoczątkowanie i ułatwienie właściwych ruchów. Terapia musi być częsta i intensywna, by zmienić albo zastąpić nieprawidłowe ruchy bardziej funkcjonalnymi. Integralną częścią terapii są pozycje ułożeniowe zależne od potrzeb i możliwości dziecka - od leżenia, poprzez siedzenie do stania. Pozwalają one, oprócz normalizacji napięcia mięśniowego, utrzymywać optymalne zakresy ruchomości stawów, stabilizację poszczególnych części ciała, ułatwiając wykonywanie prawidłowych ruchów, zwiększając przez to aktywność dziecka.

**metodą PNF** - torowaniem proprioceptywnym (nerwowo-mięśniowym).

**P** – (z ang. *proprioceptive*) **proprioceptywne**, proprioceptory(receptory) znajdują się w mięśniach i ścięgnach. Dostarczają mózgowi informacji o napięciu mięśniowym, ruchu i ułożeniu ciała w przestrzeni

**N** – (z ang. *neuromuscular*) **nerwowo-mięśniowe**, aktywizowanie nerwów i mięśni

**F** – (z ang. *facilitation*) facylitacja tu w znaczeniu-pomoc, **torowanie** ruchów, prowadzące do zwiększenia efektywności terapii.

Podstawowym celem terapii jest praca nad funkcją, Istotą metody PNF jest maksymalne pobudzenie receptorów znajdujących się w ciele, oraz różnych sfer kory mózgowej w celu ułatwienia (torowania) ruchu w obszarze uszkodzonym. PNF postrzega pacjenta jako całość jest to więc metoda holistyczna, wykorzystuje obszary silniejsze nieuszkodzone celem wspomagania, obszarów słabych. Podczas terapii ruch odbywa się w płaszczyźnie trójwymiarowej co skutkuje zaangażowaniem maksymalnej ilości włókien mięśniowych.

**terapią integracji sensorycznej (SI** - z ang. *sensory integration*) polega na wielokierunkowej i wielozmysłowej stymulacji dziecka  
*przez zabawę*

Ma na celu poprawę funkcjonowania wszystkich zmysłów oraz całego procesu integracji bodźców

w ośrodkowym układzie nerwowym. Wczesne rozpoznanie deficytów procesów przetwarzania sensorycznego pozwala na efektywną terapię, by umożliwić dzieciom dobre samopoczucie oraz radość płynącą z zabawy i nauki.

### - METODA THERASUIT

Metoda TheraSuit stosowana w rehabilitacji powstała jako alternatywa i uzupełnienie innych metod terapii. Wykorzystuje kostiumy TheraSuit oraz UGUL. Jest zindywidualizowanym intensywnym programem mającym na celu:

- normalizację napięcia mięśniowego,
- zwiększenie siły oraz wytrzymałości,
- poprawę kontroli nad wzmocnionymi mięśniami pozwalającymi dziecku na polepszenie funkcji i osiągnięcie niezależności ruchowej,
- ograniczanie negatywnych efektów braku ruchu, obniżonej siły mięśniowej i sprawności fizycznej.

Podstawą tej metody jest teoria rozwoju i treningu siły oraz po wysiłkowych zmian fizjologicznych i morfo-funkcjonalnych. Organizm niepełnosprawnego dziecka w czasie ćwiczeń w kombinezonie TheraSuit jest traktowany jak pełnosprawna osoba. Metoda TheraSuit jest nowoczesną metodą ćwiczeń w kinezyterapii wykorzystującą wiedzę z zakresu fizjologii treningu i wysiłku sportowego. Specjalnie przygotowany indywidualny program pozwala na przyspieszenie rozwoju motorycznego pacjenta, a kombinezon ma za zadanie ułatwić kontrolę oraz prawidłowe poruszanie się ciała.

### - ĆWICZENIA W WODZIE

Ćwiczenia w środowisku wodnym odgrywają niewątpliwie niezwykle istotną rolę w terapii dzieci z mózgowym porażeniem dziecięcym (MPDz). Ich oryginalny i wyjątkowy charakter, odnosi się głównie do warunków jakie stwarza środowisko wodne ćwiczącym w nim małym pacjentom. „Magia” takiego usprawniania polega na tym, że odbywa się ono w środowisku jakże dla dzieci odmiennym i wymagającym, ale właśnie przez to ogromnie fascynującym i niezwykle atrakcyjnym. Pobudza to wyobraźnię, zachęca i motywuje do podjęcia aktywności, skłania do zabawy, sprawia, że ruchy często trudne do wykonania w środowisku lądowym stają się dla waszych małych pociech łatwiejsze i bardziej atrakcyjne.

Fizjoterapia prowadzona w wodzie bardzo kompleksowo usprawniania dzieci z zespołem MPDz. Prowadzi się przede wszystkim ćwiczenia czynne, ale również bierne i redresję, które często dają zaskakujące efekty. Indywidualne ćwiczenia w wodzie mają wielce zróżnicowany charakter – od prostych ćwiczeń w odciążeniu, aż po ćwiczenia z użyciem specjalistycznego sprzętu do kształtowania sprawności ogólnej i specjalnej. Szczególne znaczenie zajmuje tu nauka chodu oraz szereg ćwiczeń przeprowadzonych wg specjalnych technik. Oprócz innych korzyści, środowisko wodne stwarza też dogodne warunki do doskonalenia integracji sensorycznej. Podczas takich ćwiczeń stymulowane są przede wszystkim układy przedsionkowy, dotykowy i proprioceptywny. Dzieci z MPDz często mają deficyty w zakresie integracji sensorycznej, stąd bardzo zasadne wydaje się wykorzystywanie zalet tych ćwiczeń również w tym aspekcie. Jest to bardzo korzystna forma zajęć, polecana również w przypadkach stwierdzenia zaburzeń psychoruchowych. Odciążające działanie wody zwiększa możliwości wykonywania ruchów, a także odczuwania ciała. Wykorzystanie tych zalet znajduje zastosowanie w usprawnianiu dzieci z MPDz w każdym wieku, ponieważ zmiany występujące w tym zespole są trwałe i wymagają ciągłej rehabilitacji.

Te mające ograniczenia ruchowe dzieci pragną tak jak ich zdrowi rówieśnicy bawić się, być aktywne, akceptowane i doceniane, potrzebują różnorodnych zabaw dla swojego możliwie jak najlepszego rozwoju. Fizjoterapia prowadzona jest w grupie - jest więc także świetną, ale przy tym „naukową” zabawą, co niezmiernie wpływa na motywację i zaangażowanie ćwiczących dzieci. Wyzwala to najczęściej pozytywne emocje, jakimi są przede wszystkim śmiech i zadowolenie. Dla większości dzieci sam fakt przebywania w wodzie jest urozmaiceniem, gdyż stwarza możliwość wykonywania różnorodnych atrakcyjnych ćwiczeń, przy których wprawiona w ruch woda ożywia zmysł obserwacyjny. Często dzieci pobudliwe przebywając w wodzie stają się łagodniejsze.

Ćwiczenia w środowisku wodnym mogą zatem stanowić doskonałe uzupełnienie podstawowej terapii, choć w niektórych przypadkach mogą być jedyną możliwą formą aktywności fizycznej. Często ćwiczenia w wodzie stanowią przygotowanie do dalszych ćwiczeń w środowisku suchym – bez ułatwień, jakie daje woda.

{/mooblock}

{mooblock=**FIZYKOTERAPIA** - kliknij, aby przeczytać więcej}

Zabiegi fizykalne uzupełniają /wspomagają rehabilitacje, przygotowują ciało do terapii, oddziałują wielopłaszczyznowo

- **ELEKTROTERAPIA**

Zabiegi przeprowadzane są za pomocą różnego rodzaju prądów, w którym wykorzystuje się: prądy impulsowe małej i średniej częstotliwości., modulowane prądy średniej częstotliwości, prąd stały. Zabiegi te łagodzą ból, poprawiają ukrwienie, przyspieszają wchłanianie obrzęków

W terapii wykorzystujemy:

- **Elektrostymulacja**

polega na stymulacji pracy mięśni za pomocą prądu. Elektrostymulację mięśni porażonych (uszkodzone unerwienie) wykonujemy celem pobudzenia, zdrowych w celu ich wzmocnienia i poprawy krążenia obwodowego. Jako terapie wspomagającą stosuje się w różnego rodzaju porażeniach mięśni, zabiegi elektrostymulacji dają bardzo dobre efekty w leczeniu nietrzymania



moczu.

- **Prądy**

**Prądy Tens** - prądy średniej i wysokiej częstotliwości działające silnie przeciwbólowo.

wysoka skuteczność, brak działań ubocznych (po wykluczeniu przeciwwskazań), brak interakcji z lekami. są skuteczną metodą leczenia objawowego bólu stosuje się w terapii pomocniczej przy leczeniu bólów pooperacyjnych i pourazowych. Terapia skuteczna również u pacjentów onkologicznych wskazania: ostre i chroniczne zespoły bólowe mięśni, kręgosłupa i stawów, nerwobóle. Przeciwwskazania: st po wszczepieniu rozrusznika serca, pierwszy trymestr ciąży

**Prądy Traberta** - Zmniejszają napięcie mięśni, wykazują silne działanie przeciwbólowe.

**Prądy Kotz'a** - trening zdrowych mięśni za pomocą stymulacji prądem średniej częstotliwości. Stosujemy na mięśnie szkieletowe, prawidłowo unerwione, osłabione np po zdjęciu gipsu. Metoda skuteczna daje szybkie efekty. Prąd ten nie ma zastosowania w terapii mięśni z uszkodzonym przewodzeniem nerwowym.

**Prądy diadynamiczne** - małej częstotliwości, główną zaletą jest ich silne działanie przeciwbólowe, co objawia się długotrwałym podwyższeniem progu odczuwania bólu.

Wskazania: choroba zwyrodnieniowa kręgosłupa, dyskopatia, zespół rwy kulszowej i ramiennej zanik mięśni w wyniku beczynności, nerwobóle, migreny, porażenie obwodowego nerwu twarzowego, pólpasiec.

**Prądy inferencyjne** - średniej częstotliwości, Mają działanie przeciwbólowe, zwiększają przekrwienie naczyń, poprawiają przemianę materii w tkankach, pobudzają skurcze mięśni szkieletowych. Działają głębiej niż DD

Wskazania: choroba zwyrodnieniowa stawów kończyn, zespoły bólowe kręgosłupa, dyskopatia, zanik mięśni w wyniku beczynności, stany pourazowe i pooperacyjne mięśni, reumatyzm tkanek miękkich, nerwobóle

- **Tonoliza** - Jest metodą elektrostymulacji, której głównym celem jest przywrócenie fizjologicznej równowagi pobudzenia włókien mięśniowych. Stosowana jest u pacjentów z dysfunkcjami centralnego układu nerwowego, gdzie dochodzi do porażenia spastycznego mięśni.

Działający prąd powoduje wymuszoną, naprzemienną pracę prostowników i zginaczy, co prowadzi w efekcie do odtwarzania mechanizmu odruchowego i przywracania równowagi fizjologicznej porażonych mięśni

Wskazania: stany po udarze mózdu, w SM, urazy rdzenia kręgowego, porażenia mózgowie.

- **Jonoforeza** - polega na wprowadzeniu przez skórę leku za pomocą prądu stałego. Wspomaga leczenie przeciw bólowe, przeciw zapalne.

Wskazania: blizny powodujące przykurcz, utrudniony zrost kostny, nerwobóle, zespół rwy kulszowej, stany zapalne stawów, stany zapalne skóry i tkanek miękkich.

Przeciwwskazania: uczulenie na lek

- **Galwanizacja** - wykorzystuje galwaniczny prąd stały. Działa przeciwbólowo, poprawia ukrwienie, poprawia napięcie mięśniowe. Wskazania: Przewlekle zapalenie nerwów, splotów i korzeni nerwowych. ZSK, dyskopatia, zaburzenia krążenia obwodowego, utrudniony zrost kości, porażenia wiotkie.

### - KRIOTERAPIA

Celem krioterapii jest obniżenie temperatury skóry i tkanek głębiej położonych, a tym samym spowodowanie przekrwienia głębokiego okolicy poddanej zabiegowi. Krioterapia działa głównie przeciwbólowo i przekrwienne. Pod wpływem działania niskich temperatur naczynia krwionośne powierzchowne zmniejszają swoją średnicę, jednocześnie zwiększają ją naczynia krwionośne głębokie. Dzięki temu mechanizmowi uzyskujemy przekrwienie struktur głęboko ułożonych.

Uzyskujemy zmniejszenie lub ustąpienie obrzęków, zahamowanie stanu zapalnego, pobudzenie receptorów zimna, zmniejszenie napięcia mięśni i zmniejszenie bólu poprzez uruchomienie wewnętrznej reakcji przeciwbólowej, zwolnienie metabolizmu. Wskazania: urazy stawów i tkanek miękkich np. skręcenia, zwichnięcia, choroby reumatoidalne i reumatyczne narządów ruchu np. RZS, ZZSK, stany zapalne, oparzenia, mialgie, SM, obrzęki stłuczenia, krwiaki pourazowe.

### - LASER

Zabiegi polegają na aplikowaniu na chore miejsca wiązki światła laserowego o odpowiedniej mocy i długości fali. Laser wykorzystuje się do biostymulacji, normalizacji i regeneracji błon komórkowych tkanki kostnej i tkanek miękkich. Użycie skanera powoduje że promień lasera dostarczany jest równomiernie do całej okolicy zabiegu.

Przyspiesza gojenie ran, działa przeciwbólowo, poprawia krążenie, odżywianie i regenerację komórek, stymuluje syntezę białka, regeneruje naczynia krwionośne.

Wskazania: zespoły bólowe kręgosłupa, zwyrodnienia stawów, przewlekłe zapalenia nerwów, trudno gojące się rany, blizny pooperacyjne, bóle korzeniowe, nerwobóle, przykurcz mięśni, wysiękowe zapalenie stawów, zapalenie pochewek, reumatoidalne zapalenie RZS, ZZSK, zapalenia kostno-stawowe, łokieć tenisisty, ostroga piętowa, skręcenia stawu, zespół bolesnego barku, złamania, dyskopatia szyjna, lędźwiowa, rwa kulszowa, skręcenia, zwichnięcia, uszkodzenia więzadeł, stłuczenia mięśni i tkanek miękkich, podbiegnięcia krwawe, rany, uszkodzenia nerwów obwodowych. Przeciwwskazania: stany nowotworowe i zagrożenia nowotworem.

### - INHALACJE

Wziewanie aerozoli, które penetrując w głąb oskrzelików i pęcherzyków płucnych rozluźniają wydzielinę i prowadzi do ułatwienia jej odkrztuszenia, poprawia sprawność układu oddechowego.

- Metoda lecznicza, polegająca na wprowadzeniu aerozoli do układu oddechowego, dzięki zastosowaniu specjalnych urządzeń - inhalatorów. Stosowanie leku w postaci aerozolu umożliwia jego dotarcie bezpośrednio do układu oddechowego - co jest szczególnie cenne, jeśli docelowym miejscem jego działania mają być tzw. drobne oskrzela.

Do zalet tego typu terapii należy zaliczyć osiągnięcie wysokiego stężenia, przy niskiej skutecznej dawce leku. Dla uzyskania takiego samego efektu w formie doustnej (na przykład tabletki) należy zastosować dawkę 100 razy większą, co z pewnością spowodowało by wystąpienie objawów niepożądanych. Wysoka aktywność leku w miejscu jego działania (układzie oddechowym). Szybki efekt kliniczny, brak lub nieznaczne objawy niepożądane.

Wskazania: choroby górnych i dolnych dróg oddechowych, przewlekłe nieżyty nosa i gardła, stany przed i po zabiegach operacyjnych w obrębie dróg oddechowych, zapalenia tchawicy i oskrzeli, przewlekłe nieżyty oskrzeli, rozedma, pylica i astma oskrzelowa.

Wskazaniem do stosowania inhalacji są: choroby górnych i dolnych dróg oddechowych, przewlekłe nieżyty nosa i gardła, stany przed i po zabiegach operacyjnych w obrębie dróg oddechowych, zapalenia tchawicy i oskrzeli, przewlekłe nieżyty oskrzeli, rozedma, pylica i astma oskrzelowa.

Przeciwwskazania: m.in. ostre ropne stany zapalne dróg oddechowych, zaostrzenie stanów przewlekłych, zmiany w drogach oddechowych zaklasyfikowane do zabiegów operacyjnych

{/mooblock}

{mooblock=**HYDROTERAPIA** - kliknij, aby przeczytać więcej}

Wodolecznictwo to metoda fizjoterapii wykorzystująca działanie na organizm bodźców mechanicznych, chemicznych i termicznych zwykłej wody (nie mineralnej). Mechanizm fizjologicznego działania zależy od temperatury wody, ciśnienia oraz powierzchni ciała poddanej zabiegowi. Obejmuje kąpiele, natryski, polewania, okłady, zawijania i płukania.

{/mooblock}

{mooblock=**MASAŻ** - kliknij, aby przeczytać więcej}

Człowiek zaczyna odbierać wrażenia dotykowe już w 5-6 tygodniu życia płodowego. Wiele receptorów czuciowych znajduje się na skórze. Dzięki temu, że odbierają one doznania dotykowe, układ nerwowy może otrzymywać informacje z ciała i otoczenia. Skóra jest największym receptorem naszego ciała i zewnętrzną reprezentacją układu nerwowego.

Masaż jest tą formą dotyku która oprócz przyjemności przynosi wiele korzyści zdrowotnych. Wywodzi się z Indii i Chin, jest jedną z najstarszych dziedzin wiedzy lekarskiej. W dziełach Hipokratesa, Celsusa oraz Galena, możemy odnaleźć wzmianki dotyczące faktu, iż lekarze zalecali masaż w niektórych schorzeniach. Prawdziwy rozwój masażu leczniczego nastąpił dopiero na początku XIX wieku dzięki lekarzom szwedzkim. Szkołę masażu klasycznego stworzył lekarz holenderski Johan Mezger z Amsterdamu. Opracował on cały system metod masażu oraz wskazań i przeciwwskazań opartych o własne badania oraz doświadczenia. Do jego uczniów należy zaliczyć Polaka, profesora Uniwersytetu w Berlinie - Izydora Zabłudowskiego, który również pozostawił po sobie liczne prace naukowe dotyczące masażu.

### - **MASAŻ KLASYCZNY**

Masaż klasyczny to zespół zabiegów manualnych, które poprzez powierzchnię ciała - skórę w sposób mechaniczny działają na tkankę podskórną, mięśnie, torebki stawowe i więzadła. Także w postaci zmian odruchowych na układ krążenia, nerwowy, wewnętrzwydzielniczy oraz narządy wewnętrzne.

### - **MASAŻ SHANTALA**

Masaż Shantala to tradycyjny masaż hinduski przywieziony do Europy przez Frerericę Leboyer, francuskiego położnika. Podczas pobytu w Kalkucie spotkał kobietę o imieniu Shantala, która siedziała na ziemi ze sparaliżowanymi nogami i masowała swoje dziecko, dając mu miłość, ciepło i spokój. Francuski położnik zainspirowany tym niezwykle spotkaniem w roku 1976 napisał książkę 'Shantala. Un art traditionnel: Le massage des enfants' ('Shantala. Tradycyjna sztuka: Masaż dzieci') . W ten sposób spopularyzował technikę tradycyjnego masażu w Europie oraz poza jej granicami.

System dotykowy jest bardzo istotny dla rozwoju dziecka. Dotyk to pierwsza forma komunikacji między dzieckiem a rodzicem. Sprzyja on bliskości, budowaniu więzi, zaspokaja potrzebę bezpieczeństwa, miłości, oraz daje poczucie pełnej akceptacji. Wszystkie te czynniki mają wpływ na zdrowy rozwój zarówno emocjonalny jak i fizyczny oraz stanowią bazę na całe życie. Masaż jest tą formą dotyku, która oprócz przyjemności przynosi wiele korzyści zdrowotnych, podnosi odporność organizmu, stymuluje układ hormonalny, poprawia trawienie. Poprzez masaż możemy wpływać na stan układu nerwowego naszego dziecka. Masując dzieci 'leniwie' możemy je pobudzić do działania, natomiast nadpobudliwe wyciszyć.

Masaż Shantala obejmuje całe ciało dziecka, może być wykonany przez terapeutę a po krótkim

kursie mogą go również wykonywać rodzice. Jest wspaniałą drogą komunikacji między rodzicem i dzieckiem. Ułatwia budowanie bliskiego kontaktu dając dziecku odczuć, że jest darzone zaufaniem oraz w pełni akceptowane.

Zobacz więcej [www.shantala.pl](http://www.shantala.pl)  
{/mooblock}

{mooblock=**KINESIOTAPING** - kliknij, aby przeczytać więcej}}

**Kinesiotaping (plastrowanie)** to metoda terapeutyczna polegająca na oklejaniu wybranych fragmentów ciała plastrami o specjalnej strukturze. Została opracowana i spopularyzowana na początku lat siedemdziesiątych przez Japończyka dr. Kenzo Kase. Początkowo miała wspomagać (utrzymać) efektywność leczenia manualnego. Wykorzystuje się w niej specjalny "plaster" – Kinesio Tex Tape, który rozciągając się nie ogranicza ruchów, i ma parametry zbliżone do grubości, napięcia i elastyczności skóry. Taśma jest odporna na działanie wody, umożliwia przepływ powietrza, nie zawiera leków ani latexu - nie powoduje więc uczuleń i może być bezpiecznie stosowana zarówno przez dorosłych, jak i dzieci.

Kinesiotaping bazuje na kinezylogii i zdolnościach organizmu do samoleczenia. Oddziałuje na mięśnie, powięzie, stawy, układ limfatyczny i nerwowy. Działanie kinesiotapingu polega na wspomaganiu pracy mięśni oraz korygowaniu niewłaściwej pozycji stawu, zmniejszeniu bólu mięśni i stawów, usuwaniu obrzęków limfatycznych. Jest skuteczny w terapii problemów stawowych i mięśniowych. Kinesiotaping znajduje również zastosowanie w sporcie.

{/mooblock}

{mooblock=**ART-TERAPIA** - kliknij, aby przeczytać więcej}}

Art-terapia to forma pracy terapeutycznej wykorzystująca różne techniki plastyczne. Jest stosowana w celu leczniczym, rozwojowym i edukacyjnym, i stanowi wspaniałe uzupełnienie terapii ręki. Wspiera proces poznawania siebie i samoakceptacji, pomaga radzić sobie z własnymi emocjami. Daje możliwość symbolicznego wyrazu trudnych przeżyć, doświadczania emocji w bezpiecznych warunkach, w formie mówienia "nie wprost". Wyzwała spontaniczność i swobodę ekspresji, oraz pozwala na zaspokajanie takich potrzeb jak akceptacja, bezpieczeństwo, bycie rozumianym i docenianym. Uwalnia twórczą energię, otwiera na świat doświadczeń i potrzeb zarówno własnych, jak i innych ludzi. Zajęcia z art-terapii pozwalają bardziej twórczo przeżywać własne życie, tworzyć pozytywne nawyki i reakcje, odczuwać relaks i przyjemność oraz odpoczywać.

{/mooblock}

{mooblock=**MUZYKOTERAPIA I CHOREOTERAPIA** - kliknij, aby przeczytać więcej}}

Muzyka jest jednym z najstarszych sposobów uzewnętrzniania ludzkich przeżyć i emocji. Stwarza możliwość oddziaływania na wybrane sfery funkcjonowania: procesy poznawcze i emocjonalne, oraz sferę społeczną i ruchową.

W początkowej fazie procesu rewalidacyjnego, kiedy zawodziły wszystkie inne sposoby nawiązania kontaktu z dzieckiem z MPDz, pozostała muzyka. Pozwala ona nawiązać kontakt z dzieckiem autystycznym, wejść doskonale w świat dziecka niedowidzącego, jak również wyciszyć dziecko nadpobudliwe.

Choreoterapia jest jednym z niewerbalnych sposobów wyrażania siebie, daje możliwość odbioru miłych i przyjemnych doznań. Może być źródłem odprężenia, pomaga przezwyciężyć monotonię i nawiązywać kontakt z drugim człowiekiem.

W pracy rewalidacyjnej muzyka dostarcza bodźców rytmicznych do ćwiczeń ruchowych, pomaga nawiązać kontakt z dzieckiem, które nie reaguje na bodźce słowne lub nie chce z nami rozmawiać. Dobroczynność terapeutyczna ruchowego odzwierciedlenia muzyki przejawia się również w radości towarzyszącej ćwiczeniom i zabawom.

Choreoterapia, którą chcemy stosować w pracy ma na celu:

- rozładowanie napięć emocjonalnych
- działanie pobudzające lub relaksujące
- działanie przeciwstresowe
- wyciszanie agresji
- stymulowanie koncentracji uwagi i pamięci
- pomaganie w akceptacji społecznej
- działanie rekompensujące, dające możliwość uzyskania sukcesu.



{/mooblock}

{mooblock=**HIPOTERAPIA** - kliknij, aby przeczytać więcej}

Wartość terapeutyczna jazdy konnej znana jest od stuleci. Znalazła zastosowanie w procesie usprawniania psychoruchowego dzieci, jak również młodzieży i dorosłych z różnymi schorzeniami i zaburzeniami rozwojowymi. Stanowi atrakcyjną formę usprawniania i znacząco wpływa na sferę psychospołeczną dziecka.

Hipoterapia jest metodą wspomagającą rehabilitację. Pierwsze zajęcia mają na celu oswojenie dziecka z koniem, dopiero później zaczyna się wprowadzać ćwiczenia. Podczas zajęć wykorzystuje się stęp, spokojny marsz, a kiedy dziecko czuje się już pewnie, kłus. Wzorzec ruchowy konia stymuluje naprzemienne wychylenia miednicy w przód i jej prostowanie, ruchy ciała w przód i w tył oraz lekki ruch rotacyjny całego kręgosłupa. Stanowi ona unikalny sposób równoczesnego ćwiczenia całych grup mięśniowych. Istotną zaletą hipoterapii jest to, że dzieci wykonują w jej trakcie takie ćwiczenia, które w innych warunkach sprawiają im dużo trudności, lub są wręcz niewykonalne. W czasie jazdy terapeuta spełnia rolę asekurującą, zapewniając bezpieczeństwo oraz kontroluje postawę dziecka, instruuje i pomaga mu wykonywać ćwiczenia.

Terapia powinna być poprzedzona konsultacją lekarską. Przeciwwskazaniem do stosowania hipoterapii jest m.in. utrwalony przykurcz mięśni przywodzicieli uda, nieopanowany przez dziecko strach przed koniem i jazdą konną, padaczka w przypadku występowania jej napadów.

To forma terapii która sprawia dzieciom ogromną radość i satysfakcję, równocześnie angażując wiele grup mięśniowych. Zajęcia z hipoterapii odbywają się na terenie centrum w pawilonie hipoterapeutycznym lub w terenie gdzie dzieci mają dodatkowe bodźce w postaci kontaktu z przyrodą.

{/mooblock}

{mooblock=**DOGOTERAPIA** - kliknij, aby przeczytać więcej}}

Dogoterapia to niekonwencjonalny sposób by zmotywować dziecko do trudnych, czasem żmudnych ćwiczeń wspomagających rehabilitację z pomocą odpowiednio wybranych i przygotowanych psów. Pies daje możliwość wykonania ćwiczeń w naturalny sposób i jednocześnie okazania uczuć,

Celem dogoterapii jest wszechstronny rozwój niepełnosprawnego dziecka. Podczas zajęć wykonuje się różnorodne ćwiczenia i zabawy stymulujące zarówno zmysły (wzroku, słuchu, dotyku i węchu) jak i funkcje organizmu np. pełzanie, czworakowanie. Mają one również na celu rozwijanie sfery umysłowej dziecka, wpływając na koncentrację uwagi, rozwój mowy i funkcji poznawczych

Dogoterapia oddziałuje na sferę emocjonalną przez przełamanie bariery lęku, niepewności przed kontaktem z psem, akceptowanie obecności psa w bliskim otoczeniu, eliminowanie agresji i autoagresji u dziecka, kształtowanie pozytywnych emocji dziecka, rozwój empatii i poprawę samooceny.

Do dogoterapii nadają się psy różnych ras z wyłączeniem bojowych i stróżujących. Najczęściej spotykane są: Labrador Retriever, Golden Retriever, Nowofundland, Cavalier King Charles Spaniel, Berneński Pies Pasterski. Po odpowiednim przeszkoleniu, łagodne, zdrowe, objęte systematyczną kontrolą weterynaryjną, czyste, tolerancyjne, pewne siebie, akceptujące obcych mają możliwość niesienia radości i pomocy osobom potrzebującym.

{/mooblock}

{mooblock=**REKREACJA UKIERUNKOWANA** - kliknij, aby przeczytać więcej}

**"AKTYWNY WYPOCZYNEK"** jest dopełnieniem terapii prowadzonym pod kierunkiem instruktora. To gry i zabawy - np. BOCCIA (<http://boccia.start.org.pl/1,strona-glowna.html>), spacer z użyciem sprzętu przystosowanego dla dzieci niepełnosprawnych - specjalistyczne rowery trójkołowe, grupowe zajęcia na basenie, nordic walking.

{/mooblock}

{mooblock=**PROGRAM TERAPEUTYCZNY** - kliknij, aby przeczytać więcej}

JESTEŚMY DLA RODZICÓW PARTNERAMI W POSZUKIWANIU NAJLEPSZEJ DROGI ROZWOJU RUCHOWEGO ICH DZIECKA. RODZICOM PRZEKAZUJEMY WIEDZĘ O:

- OBECNYM STANIE RUCHOWYM DZIECKA
- TECHNIKACH I METODACH, KTÓRYMI BĘDIEMY PRACOWAĆ
- NASZYCH OCZEKIWANIACH I SPODZIEWANYCH REZULTATACH

- ZAGROŻENIACH, JAKIE NIESIE ROZWÓJ DZIECKA ORAZ METODACH PRZECIWDZIAŁANIA.

ZESPÓŁ SPECJALISTÓW OMAWIA CELE TERAPII Z RODZICAMI I PACJENTEM. PRZYGOTOWUJE INDYWIDUALNY PLAN TERAPEUTYCZNY, WYBIERAJĄC NAJEFEKTYWNIJSZĄ OPCJĘ ZAJĘĆ SPOŚRÓD:

### ZAJĘCIA I ĆWICZENIA INDYWIDUALNE - **do 3 godz. dziennie**

- Lokomat - 1h ( do 45 min. ćwiczeń w urządzeniu.)
- Armeo - do 45 min.
- Ćwiczenia w kombinezonie TheraSuit - czas terapii dostosowany indywidualnie
- Ćwiczenia na sali terapeutycznej NDT-Bobath, PNF - czas terapii dostosowany indywidualnie
- Ćwiczenia w kombinezonie Thera Togs - czas terapii dostosowany indywidualnie
- Ćwiczenia w wodzie - od 30 do 45 min
- Ćwiczenia w systemie podwieszonych i odciążonych UGUL - czas terapii dostosowany indywidualnie
- Pionizator dynamiczny - do 30 min.
- Ćwiczenia na sali terapeutycznej z elementami SI - czas terapii dostosowany indywidualnie
- Rotor Antyspastyczny - do 30 min.
- Masaż - do 30 min.
- Ćwiczenia z wykorzystaniem metody PNF - czas terapii dostosowany indywidualnie
- Neurologopeda lub Igopeda - do 45 min.
- Hipoterapia - 30 min

### ZABIEGI PRZYGOTOWUJĄCE - **czas terapii dostosowany indywidualnie**

- Pionizator statyczny - do 30 min.
- Okłady rozgrzewające - czas terapii dostosowany indywidualnie
- Hydromasaż (jacuzzi) - do 20 min.

Fizykoterapia - czas terapii dostosowany indywidualnie :

- Elektrostymulacje
- Prądy: Tens, Traberta, Kotza
- Jonoforeza
- Laser
- Galwanizacja
- Tonoliza
- Prądy interferencyjne
- Prądy diadynamiczne
  
- Krioterapia ( azot)
- Inhalacje

### **ZAJĘCIA DODATKOWE ( GRUPOWE) - 1 godz. dziennie**

- Muzykoterapia- 30 min
- Choreoterapia - 30 min
- Art terapia - 30 min
- Basen - do 60 min
- Rekreacja ukierunkowana - 30 min
- Dogoterapia - 30 min

Wszystkie zajęcia indywidualne odbywają się w godzinach 8.00 - 16.00.

**PROponujemy dwa rodzaje pakietów rehabilitacyjnych:  
PAKIET PODSTAWOWY**

- 3 godziny terapii indywidualnej,
- 1 zabieg przygotowujący (jeśli jest potrzeba )
- 1 godzina zajęć dodatkowych (poniedziałek - piątek),
- 1 godzina terapii grupowej (sobota).

**PAKIET EXTRA**

- 3 godziny terapii indywidualnej,
- 1 zabieg przygotowujący ( jeśli jest potrzeba )
- 1 godzina zajęć dodatkowych ( poniedziałek - piątek)
- 2 godziny terapii indywidualnej (sobota)

Zajęcia terapeutyczne trwają od poniedziałku do soboty włącznie. W PRZYPADKU REZYGNACJI (SKRÓCENIA POBYTU) NIE ZWRACAMY KOSZTÓW NIEWYKORZYSTANYCH ZAJĘĆ REHABILITACYJNYCH ORAZ POSIŁKÓW.

**Istnieje możliwość :**

- dokupienia zajęć indywidualnych

- przedłużenia turnusu rehabilitacyjnego
- skorzystania z terapii logopedycznej - w pakiecie rehabilitacyjnym lub odpłatnie

### **NASZA PROPOZYCJA DLA RODZICÓW I OPIEKUNÓW:**

Podczas pobytu rodzeństwo oraz rodzice/opiekunowie naszych pacjentów mogą również skorzystać z dodatkowych zabiegów w naszym Centrum lub w sanatorium "WITAL" po preferencyjnych [cenach](#).

**UWAGA! Jeśli mają Państwo jakieś kłopoty ze zdrowiem i zdecydują się żeby skorzystać z naszej dodatkowej oferty sanatoryjnej, koniecznie weźcie ze sobą dokumentację medyczną.**

{/mooblock}

Ćwiczenia indywidualne - do 2.5 godz. dziennie