

Лечебная физкультура и массаж при детском церебральном параличе.

Детский церебральный паралич (ДЦП) — диагноз, пугающий подавляющее большинство родителей, в то время как реабилитация такого ребенка, введение его в детский коллектив и нормальное общение со сверстниками возможно во многих случаях. Успешное лечение детей с таким диагнозом проводится в амбулаторных, стационарных и санаторно-курортных условиях, этим маленьким пациентам необходима помощь многих медицинских специалистов — невролога и педиатра, психолога, логопеда и дефектолога, физиотерапевта, массажиста и других. Основа успешного восстановления, как считают врачи, - это ранее начало лечения и активное включение в процесс родителей, их вера в выздоровление малыша, а также многообразие и своевременность применяемых медицинских методов.

Нужно отметить особенную пользу и терапевтическую ценность массажа при ДЦП. Общее положительное влияние массажа заключается в улучшении крово- и лимфотока, активации обмена веществ в тканях, рефлекторном влиянии на нервную систему и внутренние органы, увеличении мышечной массы и адаптационных возможностей детского организма. Специфическое воздействие массажа при ДЦП направлено на расслабление спастичных мышц, стимуляцию ослабленных мышц. Массаж проводится на определенных мышечных группах, нередко рекомендуется сочетать его с дыхательными движениями.

Классический массаж при детском церебральном параличе

Основная задача массажиста при работе с такими пациентами - расслабить напряжённые мышцы и тонизировать расслабленные, тем самым можно существенно уменьшить порочные позы ребёнка.

Приёмы общего массажа для расслабления мышц.

1. Поверхностное непрерывное поглаживание. Движения массажиста должны быть лёгкими, плавными и медленными - поглаживая кожу не смещать её относительно нижележащих тканей.
2. Валяние, удобно применять на больших мышечных группах, которые во время процедуры должны быть максимально расслаблены, с хорошей опорой для всего тела. Массажист берёт мышцу и переваливает её из руки в руку.
3. Катание, удобно применять на мышцах конечностей (тазобедренный и плечевой суставы). При этом лежащую на опоре конечность прижимают и слегка "катают" от себя и к себе, как скалку на тесте.

Приёмы общего массажа для стимуляции ослабленных мышц.

1. Глубокое непрерывное и прерывистое поглаживание.
2. Растирание выполняемое одним или несколькими пальцами; гребнеобразное растирание, когда кисть сжата в кулак, а массажные движения выполняются тыльной поверхностью вторых фаланг пальцев с

опорой на большой палец; углубленное растирание с давлением другой кистью на производящую массаж. Эти приёмы лучше использовать на крупных мышцах - спина, бедро, ягодицы.

3. Поколачивание, пощипывание.

Детский церебральный паралич, безусловно, тяжелый диагноз. Судьба ребенка зависит от активности и знаний родителей в этой области, от своевременности оказанной квалифицированной медицинской помощи. Огромное значение имеет взаимодействие врача и родителей. Реабилитация ребенка с ДЦП — нелегкий процесс, требующий значительных финансовых затрат и огромных эмоциональных усилий.

Нужно отметить пользу и ценность в реабилитации детей, которые страдают церебральными параличами, лечебную физкультуру.

Цели ЛФК при ДЦП - это развитие способности к произвольному торможению движений, снижение гипертонуса мышц, улучшение координации движений, увеличение амплитуды движений в суставах. В **задачи ЛФК** при ДЦП входит обучение детей бытовым навыкам, элементам трудовых процессов, самообслуживанию. Благодаря занятиям лечебной физкультурой, у ребенка вырабатываются новые навыки и правильные движения.

Методика ЛФК при ДЦП базируется на следующих принципах: регулярность, систематичность и непрерывность занятий, индивидуальный подход, учет стадии и тяжести заболевания, а также возраста и психического развития ребенка. Занятия должны проводиться в самом раннем детстве, чем раньше, тем лучше, и должны способствовать восстановлению нарушенных функций. Лечебная гимнастика в первые недели ее проведения должна задействовать нужные мышцы, что будет способствовать правильному распределению тонуса мышц. Большое значение имеют упражнения на расслабление. Эти упражнения способствуют снижению тонуса мышц. Для снятия гипертонуса мышц рекомендуется использовать упражнения на мяче. При обучении бытовым навыкам (самообслуживанию) широко используются такие виды деятельности, как занятия рисованием, письмом, у ребенка вырабатываются умения держать ложку, вилку, карандаш, зубную щетку, умываться, причесывать волосы. В тренировки включают ходьбу по ровной поверхности, по ступенькам лестницы, передвижения в специальной коляске. У ребенка вырабатывается способность стоять между брусками (для этого устанавливаются параллельные рейки на уровне тазобедренных суставов), ходить с преодолением препятствий (в виде препятствий используются кубики, мячи, палки).

В занятия лечебной физкультурой при ДЦП необходимо включать упражнения на координацию движений, сохранение равновесия и нормализации подвижности в суставах. Упражнения выполняются в различных положениях - стоя, сидя, лежа. Очень полезны упражнения с передвижением на четвереньках и на коленях. Необходимо учитывать, что дети с ДЦП устают значительно быстрее, поэтому очень важно включать в занятия ЛФК упражнения на расслабление, делать отдых.

Большую роль играет семья, в которой ребёнок проводит основную часть времени, подход и отношение родителей к решению проблем ребёнка. Родители должны создать условия для формирования максимальной самостоятельности и двигательной активности ребёнка, возможности его всестороннего развития. Семье нельзя замыкаться в себе, избегать контактов, широкого общения. Это вредно и для ребёнка и для родителей.



Медсестра по массажу
отделения медико – социальной реабилитации
Старожилова Марина Леонидовна