

УДК 796.01:612  
ББК 75.09  
Т-91

*Тутаришев Альберт Казбекович, соискатель, ассистент кафедры физического воспитания Адыгейского государственного университета, т.: 572042, 89064386764.*

### ИСПОЛЬЗОВАНИЕ ИППОТЕРАПИИ В ПРОЦЕССЕ РЕАБИЛИТАЦИИ ДЕТЕЙ С ОГРАНИЧЕННЫМИ ВОЗМОЖНОСТЯМИ (рецензирована)

*В последние десятилетия наблюдается повышенный интерес отечественных и зарубежных специалистов различного профиля к расширению методов и способов реабилитации детей с ограниченными возможностями. В статье рассматривается суть и значение одного из таких методов реабилитации – иппотерапии; на примерах показываются возможности и эффективность ее использования при различных заболеваниях опорно-двигательного аппарата детей.*

*Ключевые слова: иппотерапия, реабилитация, сенсорный, интеграция, адаптация, ДЦП (детский церебральный паралич), коррекция, координация.*

*Tutarishev Albert Kazbekovich, post graduate student, assistant of the Department of Physical Education, Adyghe State University, tel.: 572042, 89064386764.*

### HIPPOTHERAPY IN THE PROCESS OF REHABILITATION OF CHILDREN WITH HANDICAPS

*The last decades witnessed increased interest of domestic and foreign specialists to the expansion of methods and techniques of rehabilitation of children with disabilities. The article discusses the nature and value of one of these methods of rehabilitation – hippotherapy. The examples demonstrate the feasibility and effectiveness of its use in various diseases of the musculoskeletal system of children.*

*Keywords: hippotherapy, rehabilitation, sensory, integration, adaptation, CP (cerebral paralysis), correction and coordination.*

Одной из приоритетных задач отечественного здравоохранения является формирование государственной политики в области охраны и укрепления здоровья населения. Кризисные явления в обществе, его социальное расслоение, ухудшение качества жизни способствуют снижению рождаемости, увеличению заболеваемости, инвалидности или смертности людей.

Инвалидность определяется как ограничения в возможностях, обусловленные физическими, психологическими, сенсорными отклонениями, вследствие чего возникают социальные, законодательные и иные барьеры, которые не позволяют человеку, имеющему инвалидность, быть интегрированным в общество, принимать участие в жизни семьи или общества на таких же основаниях, как и другие члены общества.

Среди инвалидов нашей страны большое место занимают дети с разными физическими и психическими отклонениями. Здоровье ребенка – это состояние жизнедеятельности, которое соответствует биологическому возрасту ребенка, состояние гармоничного единства физических, интеллектуальных характеристик, адаптационных реакций в процессе развития. Здоровье – это не только отсутствие болезни и физических дефектов, а состояние полного физического, духовного и социального благополучия [1; 47]. Инвалидность детей – это более тяжелое явление, чем инвалидность взрослых, так как у детей это связано еще с процессом развития психики, приобретением навыков и усвоением знаний, что подтверждает актуальность и сложность проблемы. Все это вызывает большие затруднения, поэтому она требует комплексного подхода к вопросу реабилитации детей, организации индивидуальных программ коррекционной работы с ними.

Наиболее часто детская инвалидность представлена нарушением опорно-двигательного аппарата (ОДА), что связано с таким детским заболеванием, как детский церебральный паралич (ДЦП). Однако в понятие «нарушение опорно-двигательного аппарата» включаются все двигательные расстройства, имеющие органическое, центральное или периферическое происхождение. В общепотребительном значении – это нарушение двигательных средств с определенными органическими поражениями (дефектами). Нарушения двигательной сферы детей с ограниченными возможностями приводят к ограничению их жизнедеятельности, а впоследствии – к их дезадаптации. Изменения двигательной возможности оказывают существенное влияние на моторику, сенсорные и коммуникативные способности, познавательную деятельность, уровень подвижности нервной системы, определяют особенности повседневной жизненной активности ребенка [2; 31]. Все вышесказанное свидетельствует о том, что проблемы, связанные с детской инвалидностью, должны быть решены усилиями всего общества и государства. Поэтому с целью улучше-

ния положения детей-инвалидов создаются для них реабилитационные центры, которые проводят комплексные мероприятия по их медицинской, социальной, психологической реабилитации.

Сущность понятия «реабилитация» рассматривается педагогами, психологами, юристами, воспитателями, исходя из дословного его перевода с латинского – «восстановление». Под реабилитацией понимается активный процесс, основная задача которого – достижение полного восстановления нарушенных вследствие заболевания или травмы функций или восстановление физического, психического и социального потенциала инвалида, адаптация его к жизни в обществе. Это все охватывает разные стороны жизни: юридическую, медицинскую, психологическую, социальную и др.

В реабилитационную работу входит также восстановление самоуважения и жизнерадостности, веры в свои силы, адаптационных способностей.

Основными проблемами у больных детей с нарушением опорно-двигательного аппарата являются сложности с поддержанием равновесия, выполнением целенаправленных действий, а также с производными движениями в пораженных конечностях, в результате которых у них отсутствуют опыт движения, необходимый для правильной ходьбы, навыки бега, прыжков и др.

Смысл реабилитации больных детей с опорно-двигательными аппаратами заключается в комплексном многопрофильном подходе к восстановлению способностей человека к бытовой, общественной и профессиональной деятельности.

Как отмечается в специальной литературе, в последнее время наблюдается повышенный интерес отечественных специалистов различного профиля к расширению методов и способов реабилитации, к включению их в медицинские, психологические и педагогические технологии. При этом обращается достаточно большое внимание на использование верховой езды в лечебных целях [3; 6].

В настоящее время существуют различные способы реабилитации больных с данным заболеванием: занятия лечебной физкультурой, курсы массажа, различные физиотерапевтические процедуры; перспективным является применение гимнастического комплекса упражнений в бассейне, лечение лекарственными средствами, комплексная лазеротерапия, хирургическая коррекция и др. Хотя все эти методики позволяют уменьшить мышечный тонус, увеличить объем пассивных движений, но они не помогают приобрести новые активные двигательные навыки. Такими возможностями обладает верховая езда на лошади. Уникальность иппотерапии заключается в том, что осуществляется одновременное сочетание повторяющихся разнонаправленных движений тела, легкий массаж внутренней поверхности ног, позитивный психотерапевтический эффект от общения больного ребенка с лошадью [3; 6].

Положительный эффект использования лошади в лечебных целях состоит в сочетании совместной активности, физической коммуникации и, особенно, в ритмически упорядоченной двигательной нагрузке. Это и есть основы высококачественной иппотерапии, лечения с помощью движений, которые без лошади невозможно проводить [3; 9].

Таким образом, смысл реабилитации больных детей с опорно-двигательными аппаратами заключается в комплексном многопрофильном подходе к восстановлению способностей человека к бытовой, общественной и профессиональной деятельности. Конечной целью комплексной многопрофильной реабилитации является предоставление человеку с анатомическими дефектами, функциональными нарушениями, социальными отклонениями возможности относительно независимой жизнедеятельности. Содержание и задачи использования иппотерапии в лечебных целях определяются клиническими особенностями болезни, поэтому педагогу, психологу и социальному работнику важно знать, как влияют нарушения двигательных функций на психомоторное, эмоциональное, социально-коммуникативное развитие детей и учитывать характер их взаимоотношений.

В настоящее время детские реабилитационные учреждения имеют достаточные возможности для успешной реабилитации детей-инвалидов.

Как отмечается в литературе и как показывает практический опыт, только комплексные реабилитационные учреждения могут обеспечить детей-инвалидов максимально полной и своевременной реабилитацией, способствующей адаптации к жизни в обществе, семье, обучению к труду.

На современном этапе большое внимание уделяется нелекарственным методам коррекции таких нарушений, реабилитации детей-инвалидов.

Как было сказано выше, одним из средств медицинской, психологической, социальной реабилитации детей с нарушениями опорно-двигательного аппарата является занятия лечебной верховой ездой.

Верховую езду условно делят на иппотерапию, лечебно-педагогическую, конный спорт, конный туризм и др. В данной статье нас интересует иппотерапия. Иппотерапия – (от греч. *Hippos* – лошадь) – это так называемое «лечение с помощью лошади», один из видов альтернативной медицины, при котором с инвалидами занимается физиотерапевт или специально обученный инструктор по ле-

чебной верховой езде. Этот метод вспомогательного лечения эффективен в разной степени для людей с нарушениями опорно-двигательного аппарата.

На современном этапе большое значение придается иппотерапии как в медицинском, так и социально-психологическом и другом планах. В разных регионах РФ все интенсивнее открываются реабилитационные лечебные центры с использованием иппотерапии. Хотя по вопросу об использовании данного метода в специальной литературе высказываются разные точки зрения, однако за последнее время активнее стала использоваться иппотерапия в лечении разных болезней у детей с ограниченными возможностями. Это касается не только медицинских, но и нравственно-социальных болезней. В настоящее время ведущие ортопеды не только нашей страны, но и других стран высоко оценивают возможности иппотерапии в лечении различных болезней. Как дается во многих научных работах и как показывает практический опыт в России, во многих регионах СНГ и РФ (в том числе и в Республике Адыгея) используется иппотерапия. Занятия проходят под наблюдением медицинского работника или специально подготовленного инструктора. Надо сказать, что данный метод играет положительную роль. Об этом свидетельствует тот факт, что состояние многих детей, больных с нарушениями опорно-двигательного аппарата, улучшилось в результате использования иппотерапии. Так, например, больная девочка с диагнозом ДЦП (фамилии и имени не называем по этическим причинам) посещала конно-спортивную школу г. Майкопа (в пос. Говердовском). Занятия верховой ездой оказали положительное влияние на состояние здоровья ребенка. Это подтверждается результатами исследований: на первых тренировках она садилась на лошадь с помощью инструктора. Занималась год. После чего легко стала садиться на лошадь и профессионально передвигаться рысью. Одновременно такое занятие эмоционально разгружала нервную систему после занятий в общеобразовательной школе. Другой случай. Ребенок с детства болеет ДЦП: плохо передвигается и голову держит плохо. Первое время, когда сажали его на лошадь, он не мог ровно держать голову. После того, как ребенок начал заниматься верховой ездой с помощью инструктора, постепенно стал держать голову ровно.

В чем же заключается суть данного метода медицинской реабилитации? Как отмечают специалисты, когда пациент сидит верхом, у него вырабатывается осанка благодаря специфике движений лошади, идущей вперед, а с помощью слабых координационных реакций вырабатываются и тренируются удержание равновесия и компенсаторные мышечные сокращения. Одновременно такая двигательная коррекция тренирует мускулатуру и регулирует мышечный тонус, что также максимально увеличивает объем двигательной активности в суставах. Кроме этого, нормальная температура тела лошади, которая выше человеческой на один-полтора градуса, благотворно влияет на состояние больного. Движения мышц спины идущей лошади разогревают и массируют спастические мышцы ног всадника, усиливая кровоток в конечностях и во всем организме, что в итоге улучшает кровоснабжение мозга. Кроме того, для обездвиженного больного очень важна имитация движений человека, идущего нормальным шагом, а тазобедренная область и нижние конечности всадника на лошади, идущей шагом, имитируют сложные трехмерные движения и идущего человека. Необходимость удерживать равновесие на движущейся лошади заставляет всадника синхронизировать работу мышц спины, туловища, шеи, конечностей. В работу включаются все мышцы, которые у человека бездействуют, даже не будучи пораженными. У всадника работают практически все группы мышц. Физиотерапевт использует лошадь для того, чтобы развивать двигательные способности пациента [3; 9].

Как отмечают специалисты, идущая лошадь передает всаднику более ста разнообразных движений. Преимущество иппотерапии заключается в возможности многократного повторения всех этих движений. При этом удается избежать монотонности, как при занятиях на тренажере. Повторяющиеся колебательные движения тела будто совершают чередующиеся растягивания, сжимания, вращения отдельных частей тела. Разнонаправленные действия всадника, выполняемые на лошади, помогают регулировать мышечный тонус, приобрести необходимые двигательные навыки. Кроме этого, занятия иппотерапией способствуют развитию восприятия, работоспособности, памяти, внимания, эмоционально-волевых качеств, которые помогают положительному взаимодействию ребенка с окружающей средой [4].

По мнению многих специалистов, адаптивная верховая езда (иппотерапия) – один из эффективных комплексных многофункциональных методов физической реабилитации при ряде тяжелых заболеваний, в том числе и при ДЦП.

Как свидетельствуют данные специальной литературы, иппотерапия признана уникальным по эффективности средством реабилитации и абилитации. Помимо восстановительных функций здоровья, занятия на лошади совершенно преображают жизнь больного, вселяют в него радость, бодрость; у них «просыпается уверенность в своих силах, стремление преодолеть свой недуг» [5; 117].

В литературе отмечается также, что использование метода иппотерапии ровно хорош как для людей с физическими отклонениями, врожденными или полученными в результате травм, так и для

умственно отсталых. Но решение проблемы инвалидности детей требует совместных усилий различных государственных и общественных организаций [6; 132].

Итак, как подтверждают наши исследования, в процессе реабилитации через лечебную верховую езду происходит последовательный перенос приобретенных физических, коммуникативных и психологических навыков в повседневную жизнь. Однако для занятия иппотерапией необходимо иметь квалифицированный персонал: методисты разной квалификации, врачи, тренеры по верховой езде, зоотехники.

#### **Литература:**

1. О положении детей в Республике Адыгея: доклад. Майкоп: Качество, 2009.
2. Малинина Е.В. Социально-педагогическая реабилитация детей с нарушением речи средствами АФК // Физическая культура. 2009. №3. С. 47-49.
3. Штраус М. Иппотерапия. Нейрофизиологическое лечение с применением верховой езды: пер. с нем. М., 2000. 102 с.
4. Влияние адаптивной верховой езды на механизм вегетативной регуляции ритма сердца у детей с детским церебральным параличом / В.К. Климова [и др.] // Физическая культура: воспитание, образование, тренировка. 2009. №3. С. 47-49.
5. Николаева М. Лошадь лечит человека // Дошкольное воспитание. 1992. С. 116-118.
6. Мастюкова Е.М. Ребенок с отклонениями в развитии. Ранняя диагностика и коррекция. М.: Просвещение, 1992.