

Terapeutické a edukační přístupy

Ergoterapie

- Výraz ergoterapie vznikl složením řeckých slov ergon = práce a therapia = léčení, terapie. Od šedesátých let 20. století se začíná v některých evropských jazycích výraz používat pro označení profese ergoterapie místo původního pojmenování pracovní terapie
- Mezi činnostní a pracovní terapií je velmi tenká hranice, hlavním záchytným bodem může být, že pracovní terapie (ergoterapie) směřuje k jistému konkrétnímu výrobku, k výsledku práce.
- U mládeže a dospělých klientů se dosahuje terapeutických cílů prostřednictvím rukodělných činností (práce s textilem, se dřevem, přírodními materiály...) a nácvikem v oblasti praktického života (v oblasti samostatného bydlení, péče o domácnost...)
- U dětí využívá pracovní (činnostní) terapie formu dětské hry (imitovány každodenní práce nebo profese, sebeobsluha, hygiena...)

Ergoterapie

- Má velmi povzbudivý účinek na udržení nebo znovuzískání ztracených sil a sebedůvěry, odpoutává pozornost od onemocnění a zbavuje nemocného jinak velmi častých pesimistických myšlenek. Pomáhá nalézt způsoby, jak trvalé poruchy zdraví obejít a porušené funkce nahradit (kompenzovat), jak se co nejlépe znovu zapojit do plnohodnotného života).

Ergoterapie - oblasti

- **kondiční ergoterapie**
- **ergoterapie cílená na postiženou oblast**
- **ergoterapie zaměřená na pracovní začlenění**
- **ergoterapie zaměřená na výchovu k soběstačnosti, trénink ADL (activities of daily living)**

Ergoterapie - oblasti

- **Kondiční ergoterapie**
- kde jejím cílem je odpoutat pozornost od sebe sama, udržet duševní pohodu klienta nebo, pacienta, umožnit mu navázání nových kontaktů a přátelských vztahů. Činnosti zařazené do kondiční ergoterapie by měly klienta zajímat, těšit, měl by je dělat s chutí. Proto je důležité vybrat vhodné činnosti, materiál, náměty, promyslet jak se výrobky využijí atd.

Ergoterapie - oblasti

ergoterapie cílená na postiženou oblast

- kde jejím cílem je zvětšení svalové síly, zlepšení rozsahu hybnosti a zlepšení svalové koordinace a taxie - pohyb organismu směrem k určitému podnětu. Proto je nezbytná znalost pohybového aparátu – kostry svalů a kineziologie

Ergoterapie - oblasti

ergoterapie zaměřená na pracovní začlenění

- snahou je znovuzачlenění pacienta do aktivního života s přihlédnutím k postižení. Cílem je na základě ergodiagnostiky stanovit možnosti opětovného začlenění do zaměstnání, do pracovního kolektivu nebo navrhnout vhodné změny zaměstnání. Tato oblast je aktuální zvláště po úrazech nebo při dlouhodobé nemoci. U osob v aktivním věku ohrožených dlouhodobým nebo trvalým zdravotním postižením nepostačí jen některá z forem fyzikální terapie, je potřeba začít s ergoterapií. Pro volbu metod a postupů je nutné zjistit jaké následky onemocnění zanechalo a jaké jsou jeho možnosti zapojení do práce, tj., zda je možný návrat do původního zaměstnání nebo je nutná (možná) rekvalifikace. Pracovní činnosti, které se v ergoterapii zařazují, zabrání m.j. odvyknutí práci, ztrátě určitých algoritmů (vstát, vykonat hygienu, obléct se atd.), přispějí k udržení se v určité duševní i tělesné kondici)

Ergoterapie - oblasti

ergoterapie zaměřená na výchovu k soběstačnosti, trénink ADL (activities of daily living)

- Jde především o všední denní činnosti vztahující se na základní fyzické funkce, které dotvářejí každodenní život klienta. (personální ADL, nebo basální ADL). Sem patří hygiena, (koupání, použití WC, aj.) oblékání, jedení, přesuny a mobilita. Nebo může jít o sociální aktivity běžného života (instrumentální ADL, nebo rozšířené ADL). Např. nákup, příprava jídla, domácí práce, praní, manipulace s penězi, použití dopravy, jízda autem, telefonování.

Fyzioterapie

- Fyzioterapie se zabývá prevencí, diagnostikou a léčbou pohybového aparátu. Je také součástí léčby dechových obtíží, problémů lymfatického systému a civilizačních onemocnění. Uplatní se všude tam, kde trpí svaly, klouby a u neurologických (nervových) onemocnění.
- Fyzioterapie řeší bolesti kloubů, svalů a páteře, obtíže vzniklé přetížením (jednotvárným pracovním zatížením, sportem, velkým jednorázovým zatížením). Pomáhá při špatném pohybovém vývoji dětí, vadném držení těla, skolióze a plochých nohách.
- Fyzioterapie také usnadňuje uzdravování po úrazech a operacích. Využívají ji i pacienti s neurologickými onemocněními, která se odrážejí v pohybovém aparátu jako jsou Parkinsonova nemoc, roztroušená skleróza mozkomíšní, cévní mozková příhoda (mrtvice) a všechny druhy obrn.

Fyzioterapie

- Fyzioterapeut při prvním setkání s pacientem provede důkladné vyšetření a určí hlavní příčinu potíží, společně s pacientem pak určí hlavní problém a cíl, kterého má být terapií dosaženo. Pro dosažení daného cíle pak volí různé metody tak, aby co nejvíce vyhovovaly pacientovi a byly maximálně účinné s ohledem na dosažení požadovaného výsledku.
- Fyzioterapeut pomáhá pacientům s úpravou domácího i pracovního prostředí a může doporučit i některé kompenzační pomůcky. Fyzioterapeut také spolupracuje s dalšími odborníky, ať už s lékaři (neurology, ortopedy, rehabilitačními lékaři, praktickými lékaři a kardiology) nebo s jinými nelékaři (ergoterapeuti, logoterapeuti, psychologové), aby docílil co největší úzdravy svého pacienta.
- <https://www.youtube.com/watch?v=1a-l-M7aa2Q>

Fyzioterapie

Vojtova metoda

- Reflexní pohyb vpřed neboli reflexní lokomoce podle Vojty se aktivuje ze tří základních poloh – z polohy na bříše, na zádech a na boku. K aktivaci pohybových modelů je možné použít deset zón, které Vojta popsal a které se nachází na trupu a na horních a dolních končetinách. Kombinací různých zón a střídáním tlaku a tahu lze zaktivovat oba pohybové modely - reflexní otáčení a reflexní plazení.
- <https://www.youtube.com/watch?v=DXg-msqEjAM>
- <https://www.youtube.com/watch?v=R4L9lr-J-DE>

Fyzioterapie

- **Vojtova metoda**
- Aby byla Vojtova terapie úspěšná, je nutné ji provádět zpravidla několikrát (až čtyřikrát) denně. Jedna terapeutická jednotka trvá pět až dvacet minut. Protože terapii denně provádějí rodiče nebo jiné blízké osoby, hrají při aplikaci Vojtovy terapie právě oni rozhodující roli.
- Vedle základního onemocnění mají zásadní vliv na efektivitu, a tím i na úspěch terapie, intenzita cvičení, frekvence a přesnost. Poté, co ošetřující lékař doporučí pacientovi Vojtovu terapii, sestaví terapeut Vojtovy metody individuální program a společně s pacientem/rodiči určí cíle terapie. Bezprostředně poté by mělo proběhnout zaučení rodičů, resp. blízkých osob do terapie, aby bylo možné začít s terapií i doma a dosáhnout tak potřebné intenzity terapie. Terapie může trvat týdny až měsíce – ve zvláštních případech i roky – terapeut Vojtovy metody by měl být rodičům stále nápomocen. Program terapie, dávkování terapie i příp. přestávky v terapii se v pravidelných intervalech přizpůsobují vývoji pacienta.

Fyzioterapie

Bobathova terapie

- Určena pro léčbu dětí s dětskou mozkovou obrnou. Spočívá v dosahování relaxace (uvolňování) svalového napětí pomocí polohových a pohybových reflexů, uvedením celého těla nebo jeho částí (hlavy,
- Základem **Bobath konceptu** je neurovývojová terapie manželů **Berty a Karla Bobathových**, kteří koncept vytvořili a zároveň založili **Bobath centrum v Londýnětrupu** či končetin) do tzv. reflexně – inhibičních poloh.

Fyzioterapie

- Terapeut, vycházející z **Bobath konceptu**, na základě podrobného vyšetření, během kterého se zaměřuje na to, co dítě dovede bez dopomoci, s dopomocí, co nedovede a dle kvality tonu a pohybu stanovuje svůj léčebný plán a cíl.
- Terapeut neučí dítě pohybům, ale dělá vše pro to, aby pacient mohl pohyb sám co nejsprávněji provést. Veškerá terapie je prováděna v rámci funkční situace. Snahou terapeuta je umožnit dítěti získat novou sensomotorickou zkušenost a tím příznivě posunout jeho vývoj vpřed. Terapeut často používá četné pomůcky k dosažení zamýšleného cíle (míče, válce, lavičky, labilní plochy atd.)
- <https://www.youtube.com/watch?v=xDUvmhaYr98>

Fyzioterapie

Petöho terapie

- Zaměřena na rozvoj praktických pohybových dovedností u dětí s dětskou mozkovou obrnou. Klade důraz především na rozvoj volných vlastností pohybově postižených dětí, které uplatňují v průběhu každodenních pohybových činností ve skupinách. Jsou využívány běžné pomůcky jako židle, lavičky, stoličky, atd.
- Terapie se aplikuje u tělesně postižených dětí s normálními intelektovými schopnostmi, neboť motivace pro cvičení je podněcována především slovními prostředky a základem je pochopení jeho významu a užitečnosti. Využívají zejména skupinového potenciálu.
- <http://www.eseznam.cz/index.php/rubriky/ruzne-clanky/3587-petoe-bobath-vojta-ktera-terapie-je-ta-spravna-dobromyslcz>

Fyzikální terapie

- Fyzikální terapie využívá působení různých druhů zevní energie na živý organismus. Cílem FT je zvyšování a mobilizace obranných sil organismu působící proti chorobnému procesu.

Účinky fyzikálních podnětů závisí na:

- druhu a formě podnětu;
- intenzitě a délce trvání podnětu;
- místu působení podnětu a reaktivitě organismu;
- tělesné konstituci;
- typu vyšší nervové činnosti a stavu endokrinního systému.

Fyzikální terapie

Dělení:

Mechanoterapie (mechanická energie)

Termoterapie (tepelná energie)

Fototerapie (světelná energie)

Elektroterapie (elektrická energie)

Hydroterapie (vodní energie)

Fyzikální terapie

Mechanoterapie (mechanická energie)

- masáže (klasické, reflexní, periostální, přístrojové, podvodní tlaková masáž, manuální lymfodrenáž); aj.

Termoterapie (tepelná energie)

- pozitivní termoterapie (parafin, tepelné obklady – Fango, Lavatherm);
- negativní termoterapie (studený, ledový obklad, kryosáčky, kryokomory);
- kombinovaná termoterapie (střídavé koupele, sauna, skotské stříky)

Fyzikální terapie

Fototerapie (světelná energie)

- UV záření;
- biolampa;
- laser;
- infračervené záření.

Elektroterapie (elektrická energie)

- galvanoterapie;
- nízkofrekvenční terapie;
- magnetoterapie.

Fyzikální terapie

Hydroterapie (vodní energie)

- lázně (celková, sedací, nožní, ruční, podvodní, přísadová);
- sprchy, polevy;
- kombinovaná terapie;

Psychomotorická terapie

Bazální stimulace

je vědecký pedagogicko-ošetrovatelský koncept podporující vnímání, komunikaci a pohybové schopnosti člověka. Ošetrovatelská péče nebo pedagogická praxe je v konceptu strukturovaná tak, aby byly podporovány zachovalé schopnosti (komunikační a pohybové) klienta nebo žáka. Předpokladem je také práce s autobiografií (individualitou) klienta a integrace jeho příbuzných do ošetrovatelského nebo pedagogického procesu. Koncept má vypracované rehabilitační techniky pro stimulaci vnímání tělesného schématu (somatická stimulace), vestibulární stimulaci, vibrační, taktilně-haptickou, chuťovou, optickou, auditivní a olfaktorickou stimulaci.

Psychomotorická terapie

- Bazálně stimulující ošetrovatelská péče se přizpůsobuje věku a stavu klienta. Elementy konceptu integrované do péče mají význam jak např. v neonatologické intenzivní péči u dětí předčasně narozených, tak také v péči o děti i dospělé s vrozeným intelektovým a somatickým postižením, u lidí s různými akutními a chronickými onemocněními, po úrazech mozku a také klientů s demencí.
- Autorem konceptu je profesor Dr. Andreas Fröhlich, speciální pedagog. Od roku 1970 pracoval v Rehabilitačním centru Landstuhl v Německu s dětmi, které se narodily s těžkým kombinovaným somatickým a intelektovým postižením.
-
- <https://www.bazalni-stimulace.cz/o-bazalni-stimulaci/pomucky/>

Zooterapie

- AAT (Animal Assisted Therapy) - zvíře je nedílnou součástí terapeutického procesu. Provádí ji zdravotnický personál za pomoci vybraného zvířete. Výsledek je objektivně pozorovatelný a měřitelný (např. vyprovokování pohybu, zvětšení slovní zásoby apod.)
- AAA (Animal Assistend Activities)
- forma pasivní: např. umístění akvária ve společenské místnosti navozuje příjemné prostředí. Role zvířete je pasivní, ale pozitivní efekt zde vnáší již svou přítomností.
- Jaké tipy zooterapie znáte?