

ЭРГОТЕРАПИЯ

Что это и зачем в
медицинской реабилитации
детей.

ОРГАНИЗАТОР



Эрготерапия
это лечение физических или
психических нарушений путём
использования выбранной
деятельности, с помощью которой
человек может достичь максимального
уровня функционирования в различных
аспектах жизни.

Задача ЭРГОТЕРАПЕВТА – не допустить ограничения жизнедеятельности человека и сделать его активным.

Рабочие программы подбираются индивидуально для каждого направления: неврологическая патология, [травматология](#), [психические расстройства](#), [онкология](#), заболевания, приводящие к деформации [опорно-двигательного аппарата](#), врождённая [патология нервной](#) и опорно-двигательной системы. Эрготерапевты работают в [клиниках](#), [госпиталях](#), [дневных стационарах](#), [реабилитационных центрах](#), [санаториях](#), [школах](#) и [дошкольных учреждениях](#)

В неврологической практике эрготерапевты обычно работают с последствиями инсульта — [парезами](#), [параличами](#), дефектами речи.

Эрготерапевт также посещает дом пациента, чтобы выяснить условия проживания и внести необходимые изменения в обстановку, например, рекомендует установить дополнительные поручни, убрать пороги, переставить мебель и другие^[13].

Эрготерапевты работают с такими нарушениями когнитивной функции, как [синдром Дауна](#), [умственная отсталость](#), [болезнь Альцгеймера](#), [Аутизм](#) и другими.

Как помочь?

Медицинская помощь

- Исследование головного мозга и сосудов (УЗИ, МРТ, КТ, ЭЭГ)
- Исследования зрения и слуха.
- Выявление эпилептической активности
- Выявление непереносимости пищевых продуктов
- Генетические исследования
- Выявление эндокринных и обменных нарушений
- Диф.диагностика психических заболеваний
- Сопровождение неврологом, мед.генетиком, кардиологом, иммунологом, психиатром и т.п. при наличии необходимости
- Назначение лекарственных средств, корректирующих нарушение биологических функций

Немедицинская абилитация\реабилитация

- Улучшение функционирования ребенка – тренировки жизненных ситуаций для успешного решения проблем.
- Адаптация среды ребенка для создания условий развития.
- Тренировка самоощущений тела (сенсо-моторные)
- Тренировка коммуникации (не обязательно речи)
- Тренировка поведенческих навыков
- Работа с родителями

Самообслуживание у людей с нарушениями развития и инвалидностью

Лекцию подготовила
эрготерапевт Беленкова Л. В.



Здоровье ≠ "не болезнь"



Здоровье - это возможность выполнять обычные и желаемые виды деятельности. Ограничение этих возможностей - "инвалидность" - формулировка ВОЗ.

МКФ - классификация факторов здоровья (международная классификация функционирования и ограничений функционирования)

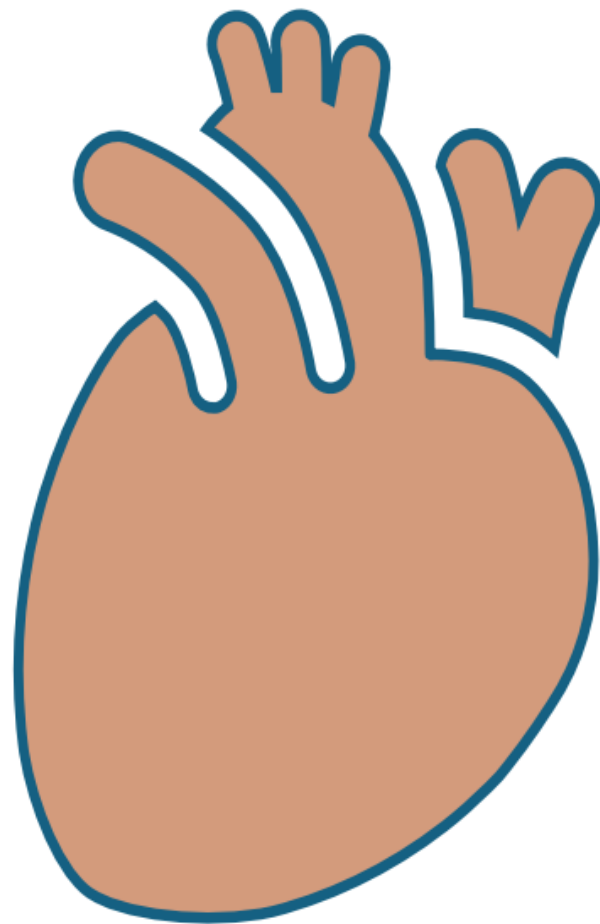
Определение понятий здоровья в МКФ

Функции организма - это физиологические функции систем организма (включая психические функции).

Структуры организма - это анатомические части организма, такие как органы, конечности и их компоненты.

Нарушения - это проблемы, возникающие в функциях или структурах, такие как существенное отклонение или утрата.

Факторы окружающей среды - создают физическую и социальную обстановку, среду отношений и установок, где люди живут и проводят свое время



Активность - это выполнение задачи или действия индивидом.
деятельность

Участие - это вовлечение индивида в жизненную ситуацию.

Ограничение активности - это трудности в осуществлении активности, которые может испытывать индивид.

Ограничение возможности участия - это проблемы, которые может испытывать индивид при вовлечении в жизненные ситуации.



Классификация жизнедеятельности, как факторов здоровья

РАЗДЕЛ 1 : Обучение и применение знаний

РАЗДЕЛ 2 : Общие задачи и требования

РАЗДЕЛ 3 : Общение

РАЗДЕЛ 4 : Мобильность

РАЗДЕЛ 5 : Самообслуживание

РАЗДЕЛ 6 : Бытовая жизнь

РАЗДЕЛ 7: Межличностные взаимодействия и отношения

РАЗДЕЛ 8 : Главные сферы жизни

РАЗДЕЛ 9 : Жизнь в сообществах,
общественная и гражданская жизнь

- [-]  d5 УХОД ЗА СОБОЙ
 - [-]  d510 Мытье себя
 -  d5100 Мойка частей тела
 -  d5101 Мытье всего тела
 -  d5102 Сушится сам
 -  d5108 Мытье себя, другое указанное
 -  d5109 Мытье себя, не указано
 - [-]  d520 Уход за частями тела
 -  d5200 Ухаживает за кожей
 -  d5201 Уход за зубами
 -  d5202 Уход за волосами
 -  d5203 Уход за ногтями
 -  d5204 Уход за ногтями на ногах
 -  d5205 Уход за носом
 -  d5208 Уход за частями тела, другими указанными
 -  d5209 Уход за частями тела, неуказанный

- [-]  Туалет d530
 -  d5300 Регулирует мочеиспускание
 -  d5301 Регулирование дефекации
 -  d5302 Уход за менструацией
 -  d5308 Туалет, другое указанное
 -  d5309 Туалет, не указан
- [-]  перевязка d540
 -  d5400 Надевание одежды
 -  d5401 Раздевание
 -  d5402 Надевание обуви
 -  d5403 Снятие обуви
 -  d5404 Выбор подходящей одежды
 -  d5408 Перевязочный материал, другой указанный
 -  d5409 Перевязочный материал, не указан
-  d550 Ест
-  d560 Drinking
- +  d570 Забота о своем здоровье
 -  d598 Уход за собой, другие указанные
 -  d599 Уход за собой, не указан

-   d6 ДОМАШНЯЯ ЖИЗНЬ
 -   d610-d629 Приобретение предметов первой необходимости (d610-d629)
 -   d610 Приобретение жилья
 -   d620 Приобретение товаров и услуг
 -  d629 Приобретение предметов первой необходимости, других указанных и неуказанных
 -   d630-d649 Домашние задания (d630-d649)
 -   d630 Приготовление блюд
 -   d640 Выполняет домашнюю работу
 -  d649 Домашние задания, другие указанные и неуказанные
 -   d650-d669 Уход за предметами домашнего обихода и помощь другим (d650-d669)
 -   d650 Уход за предметами домашнего обихода
 -   d660 Помогает другим
 -  d669 Уход за предметами домашнего обихода и оказание помощи другим лицам, другие указанные и неуказанные
 -  d698 Домашняя жизнь, другое указанное
 -  d699 Домашняя жизнь, не указано

Влияние самообслуживания на здоровье

- Физическая активность, тренировка выносливости (толерантность к нагрузкам)
- Тренировка двигательных возможностей (позы и движения)
- Тренировка когниции и психики
- Коммуникация
- Нарботка поведенческих привычек
- Самоуважение
- Мотивация



Происходит профилактика:

- Депрессии, тревожных расстройств
- Контрактур
- Нарушений контроля движений (моторного контроля)
- Остеопороза
- Саркопии (мышечной атрофии)
- Деменции
- Нарушений сенсорной интеграции

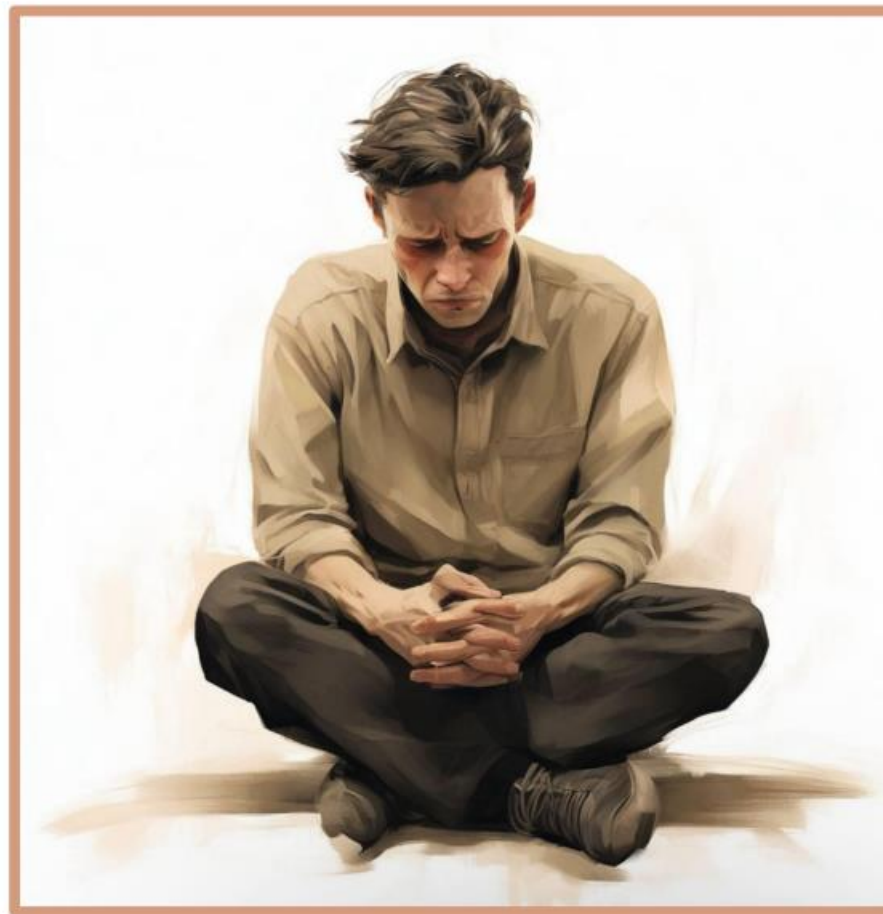
Когда мы зависим от помощи других, то :

- мы должны сообщать о своих потребностях
- постоянно просить о помощи
- принимать помощь «как дали»
- не можем менять планы, вносить произвольность



Причины снижения самооценки, уверенности в себе, мотивации:

- навязанный режим дня, зависимость от посторонних людей, необходимость все просить и всем подчиняться
- нарушение физических границ комфорта - другие люди рядом, рассматривают, прикасаются, подходят к кровати, могут на нее присесть
- зависимость в основных сферах, влияющих на самоуважение - питание, питье, безопасность, гигиена интимных зон, туалетные потребности
- ограничение свободы передвижения



Семья, как среда пациента



Функции:

- Окружают пациента значительную часть времени.
- Являются фильтром информации.
 - Просят за пациента
 - Отвечают за (вместо) пациента.
 - Двигаются за пациента.
- Принимают решения за пациента.
 - **Думают за пациента**

Гиперопека

За ребенка \взрослого принимают решения, потому что «лучше знают». Ситуация деформирует личность пациента, часто приводит к развитию неврозов и депрессии. Прямая попытка специалиста снизить гиперопеку часто вызывает агрессию со стороны семьи в активной форме или в виде «убегания». Гиперопека подразумевает наращивание самооценки за счет объекта опеки. Чувство потери контроля, чувство вины из-за болезни близкого существенно снижает самооценку и несет риски замещения ассистивного ухода на гиперопеку. Гиперопека блокирует деятельность пациента и усугубляет инвалидность



Необходима обратная связь!

Помните:

Мы отвечаем на запрос, а не навязываем!

Адекватное понимание потребностей пациента.

Не забывать спрашивать и дожидаться ответа от пациента.

Не озвучивать пациента, не додумывать, не заменять ответом от себя или ухаживающих.

Разработать свою систему общения (покажи рукой, моргни, если да и т.п.)

Выполнять просьбы. При невозможности, объяснять почему нет



Среда всегда влияет на выполнение и выполнимость активности

Мебель должна поддерживать позы для отдыха и позы для активностей, поддерживать возможность изменить позу или совершить движение. Предметы, используемые в активностях должны быть доступны для самостоятельного дотягивания, захвата и манипулирования. Контекст должен соответствовать деятельности - плохо умыться и ходить в туалет в спальне



Как обучаются активностям?



В школе? В ВУЗе? Нет, дома!

Отдых, игры, общение, познание мира и обучение через наблюдение и участие в рутинных процессах. Мы выполняем жизненные задачи потому, что видели, как это делается другими, потом играли в это, потом начали применять самостоятельно.

Активности не сформируются, если...

Ребенок не наблюдает за взрослыми, он не научится сам:

- правилам коммуникации
- взаимодействовать, решать проблемы и планировать,
- двигаться, думать
- есть, пить, одеваться и т.п.

Как следствие, его придется учить специально, это сложно, долго и неприятно. Ребенок с нарушениями развития должен также участвовать в жизни семьи как и здоровый - следовать за мамой и папой, наблюдать за приготовлением еды, стиркой, отношениями и т.п.



Если человек не видел, как задача выполняется, не изучил условия и предметы, но его пытаются заставить выполнить действие, он испытывает стресс и защищается от него агрессией или «бегством». Страшней всего те, действия, которые связаны с телом (еда, питье, чистка зубов, мытье, гигиена промежности и т.п.) и к слайду

Пример - дети с ДЦП, которых кормят в комнате или на коленях у мамы сопротивляются, потому что :

- не рассматривали еду, не видели как ее готовят, не понимают, что это такое*
- не рассматривали и не изучили посуду (ложку)*
- не видели, как едят другие. «Из ниоткуда берется нечто липкое и это суют в рот неожиданно»*

Неправильные позы

Последствия:

- усиливается тонус мышц
- риск боли (спастичность)
- риск аспирации
- снижается амплитуда и свобода движений
- риск падения
- трудней дышать
- риск контрактур или разрыва связок \мышечных волокон
- быстрее нарастает усталость
- снижается мотивация подвывихов\вывихов\травм
- деятельность невыполнима

Для разных активностей - разные позы!

Для отдыха - лежа или сидя чуть откинувшись назад.

Для еды, питья - сидя, чуть наклонившись вперед

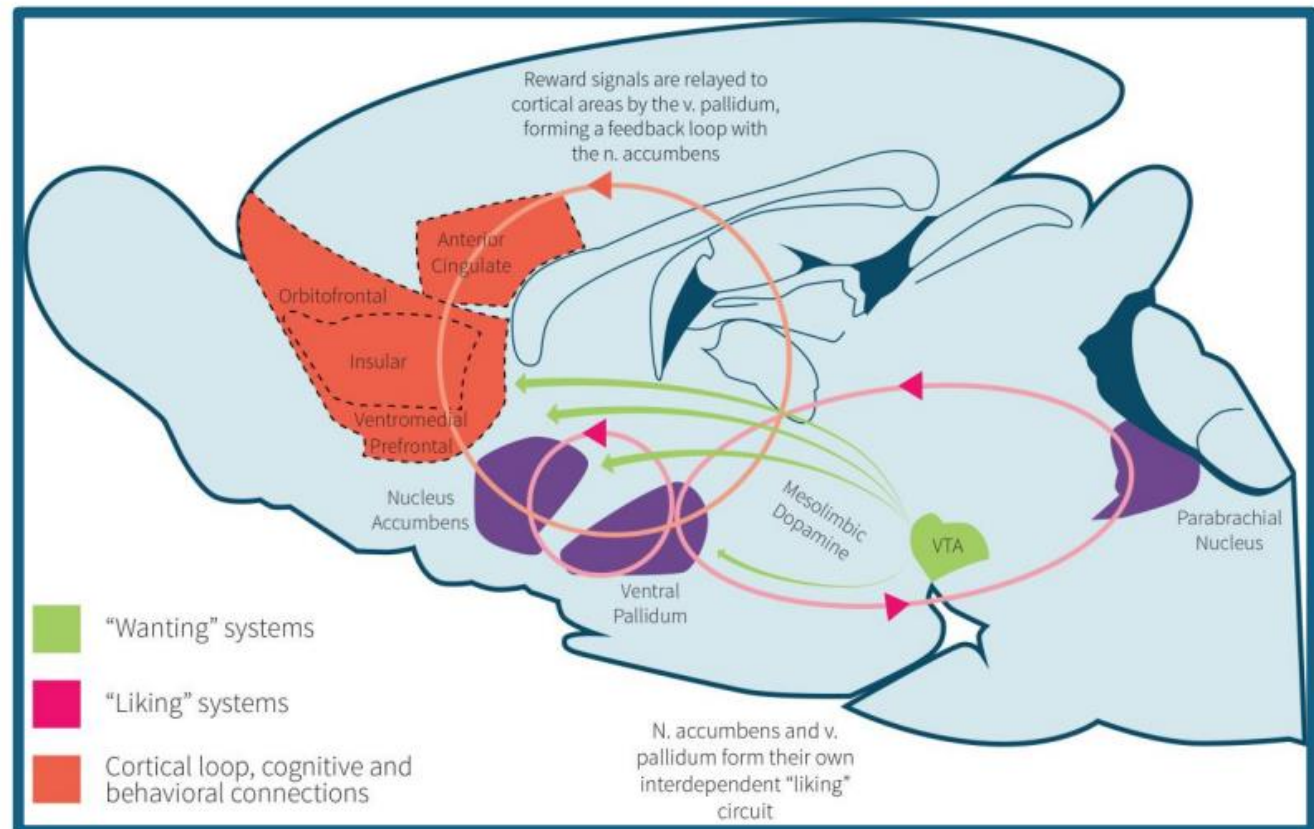
Для занятий на столе - сидя или стоя наклонив корпус к столу, руки на столе

Для игры лежа - на боку, предметы в области дотягивания и в поле зрения

Для игры лежа на животе - предметы в области дотягивания и в поле зрения, грудная клетка приподнята клином, как при опоре на локти

Физиология мотивации

Завершенное действие подкрепляется выбросом эндорфинов (система внутреннего подкрепления) и запоминается. Так формируется мотивация. Незавершенное действие не запоминается или запоминается как неудача, если связано с болью, дискомфортом, переживаниями. Результат - снижение мотивации или выученная беспомощность.



Питье и прием пищи

Где? На кухне или в столовой

Как? Сидя, наблюдая пищу и питье, действия других с пищей.

Участие в процессе? Понимание цели и процесса, договоренность, фрагменты деятельности, адаптированная деятельность

Принимать пищу можно только сидя! С зондом! С гастростомой! «тяжелым» пациентам поднимают головной конец не менее чем на 30 градусов. Пациента нужно разбудить и посадить!



Как есть?

- ✓ Не испытывать стресса и тревоги
- ✓ Сидеть симметрично, равномерно, с опорой на стопы и функционально
- ✓ Ощутить и узнать еду
- ✓ Ощутить и узнать приборы (захватить и удержать приборы)
- ✓ Понять, что сейчас еда приблизится к лицу и рту (либо приблизить ее)
- ✓ Открыть рот и положить еду в рот
- ✓ Ощутить еду во рту (положение, текстуру, температуру), контролировать смыкание
- ✓ Жевать и дышать (переключаться, контролировать)
- ✓ Перемещать ком еды во рту и в глотку, контролировать его положение
- ✓ Глотать и дышать
- ✓ Ощутить, что рот освободился
- ✓ Быть готовым продолжить процесс

Умывание водой

Где? Ребенок на полу в кухне в тазике,
взрослый в ванной \душе

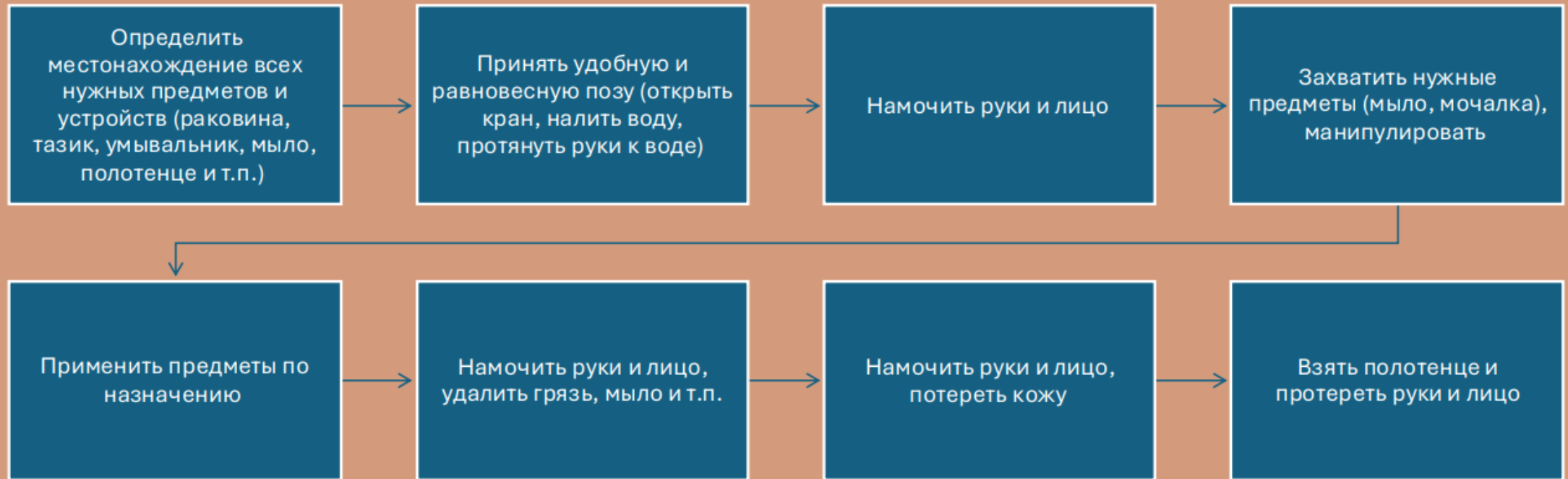
Как? Сидя или стоя, наблюдая за
действиями с водой и предметами
гигиены

Участие в процессе? Понимание цели
и процесса, договоренность,
фрагменты деятельности,
адаптированная деятельность

Умывание водой лежа может
провоцировать паническую атаку из-за
страха захлебнуться!



Как умываться?



Адаптированное умывание

- ✓ Умывание влажными салфетками или влажным полотенцем - сидя или лежа (приоритет позе сидя)
- ✓ Если пациент может захватить эти предметы и приблизить их к лицу, но не может умываться водой - нужно дать пациенту максимальную самостоятельность и умывать водой по необходимости.
- ✓ Ребенка можно посадить на пол и поставить перед ним тазик с водой и нужные предметы, познакомить с предметами через игру, умыться самим.
- ✓ Контроль отражения в зеркале поможет быстрее справиться.
- ✓ Можно заранее разложить предметы в удобном порядке и с учетом возможностей рук, можно подавать предметы в нужном порядке.

Нельзя! Поливать водой лицо, тянуть за руки в воду.



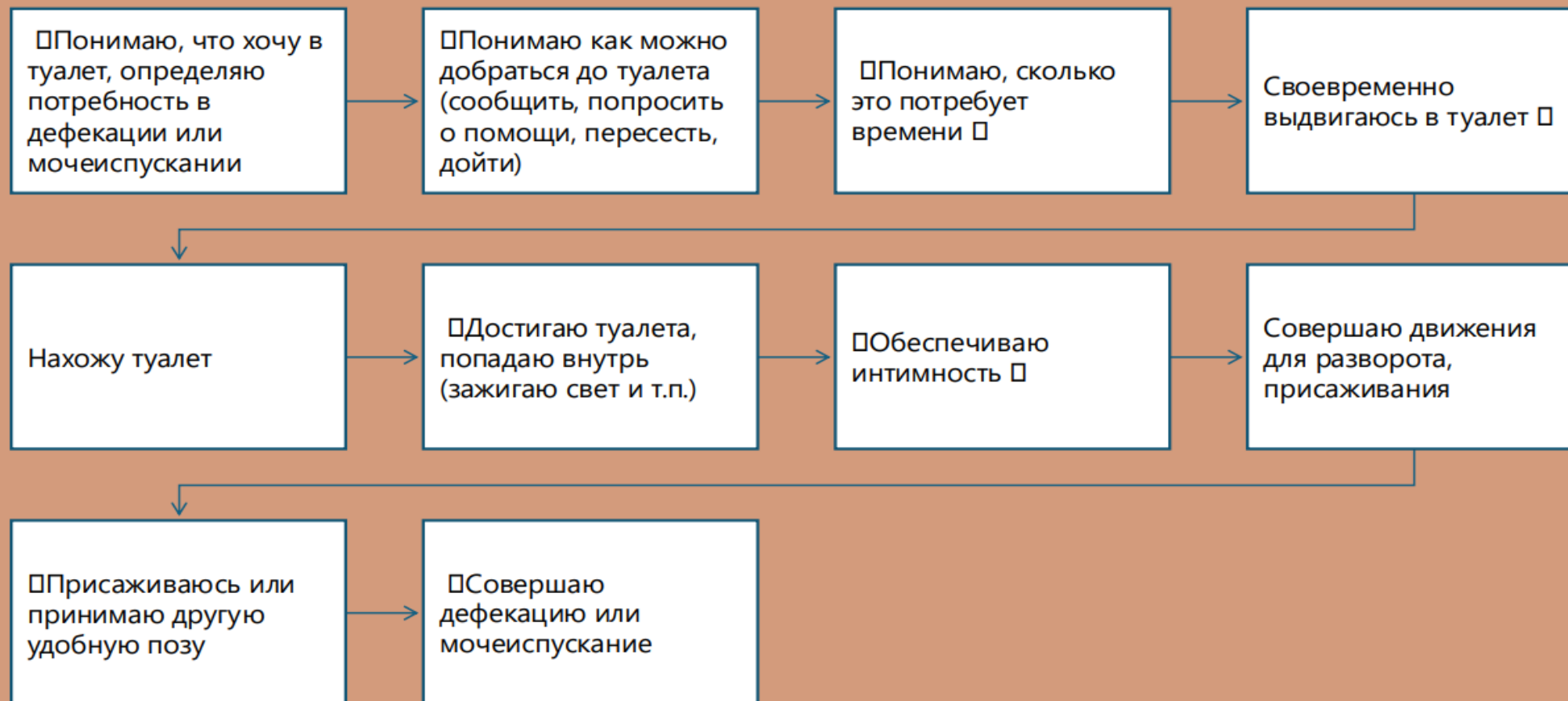
Туалет

Где? Как можно дальше от места сна, принятия пищи и игр!

Как? Сидя или стоя, без стресса, с соблюдением интимной обстановки (закрыть от обзора, без посторонних лиц и т.п.). Познакомить с санитарными устройствами, показать на себе, что это безопасно.

Участие в процессе? Понимание цели и процесса, договоренность, фрагменты деятельности, адаптированная деятельность

Как ходить в туалет?



Гигиена после туалета

Где? На санитарном устройстве или рядом

Как? Сидя или стоя, без стресса, с соблюдением интимной обстановки (закрыть от обзора, без посторонних лиц и т.п.). Познакомить с предметами гигиены, показать на себе, что это безопасно.

Участие в процессе? Понимание цели и процесса, договоренность, фрагменты деятельности, адаптированная деятельность



Как совершить гигиену после туалета?

□ Ощущаю
загрязнение

□ Понимаю
как и чем его
убрать

□ Вижу
бумагу или
салфетки,
могу
дотянуться и
взять в руку
столько,
сколько
необходимо

□ Принимаю
удобную
позу и
удерживаю
ее

Могу
протереть
нужные
части

Могу
проверить
чистоту
кожи,
ощущаю
чистоту
кожи □

Выбрасываю
в нужное
место
грязную
бумагу

Принимаю
позу для
надевания
одежды на
нижнюю
часть
туловища

Адаптация

- ✓ Разбить активность на фрагменты, обучать фрагментам.
- ✓ Создать ощущение безопасности при посещении туалета.
- ✓ Ознакомить заранее со всеми устройствами и предметами.
- ✓ Ребенку дать поиграть с туалетной бумагой, водой, спускать воду, дать рассмотреть все с безопасного расстояния, поиграть с куклой, показать самому.
- ✓ Выработать сигналы о необходимости посещения туалета (высадке на судно, смене памперса) - реагировать на них незамедлительно. (Важно! Будут проверочные просьбы).
- ✓ Посещать туалет через равномерные промежутки времени. Найти безопасные позы и положения.

Очистка рта

Где? В ванной или на кухне. (маленький ребенок в комнате), «тяжелый пациент» сидя в кровати.

Как? Сидя или стоя, лежа. Познакомить с зубной щеткой обычной, напальцевой, тканевым тампоном на шпатель, подобрать удобные, показать на себе, что это безопасно.

Участие в процессе? Понимание цели и процесса, договоренность, фрагменты деятельности, адаптированная деятельность



Как очистить рот?

Определить
расположение
предметов



□Принять удобную
и безопасную позу



□Дотянуться до
воды (включить,
открыть, налить и
т.п.), смочить
зубную щетку □или
нанести на щетку
чистящее средство
(выдавить пасту,
макнуть в порошок
или бальзам и т.п.)



□Поместить щетку
в рот, совершить
движения рукой,
контролировать
дыхание, не глотать
слюну,
контролировать
смыкание губ и
положение языка,
вынуть щетку,
сплюнуть.



□Набрать в рот
воды,
контролировать
смыкание губ,
дыхание, движения
языка, не глотать,
сплюнуть

Адаптация

- ✓ Попробовать позу сидя, поддержку для головы.
- ✓ Изучить предметы, потренировать использование по отдельности.
- ✓ Потренировать удержание слюны и воды.
- ✓ Подобрать или адаптировать предметы (щетку, тюбик, коробочку для порошка или бутылочку бальзама и т.п.)



Надевание одежды

Где? В контексте ситуации. (спальня, туалет, коридор)

Как? Сидя или стоя, лежа.
Познакомить с вариантами одежды, подобрать удобные, показать на себе, что это безопасно.

Участие в процессе? Понимание цели и процесса, договоренность, фрагменты деятельности, адаптированная деятельность

Как надеть одежду?

□ Определить зачем (для тепла, для гигиены, для красоты и т.п.)

□ Определить (соотнести) предметы в соответствии с задачей □

Выбрать нужные, дотянуться, захватить, расположить в нужном порядке

□ Определить как надеть предметы (последовательность движений и манипуляций), сложить или расправить предметы удобно □

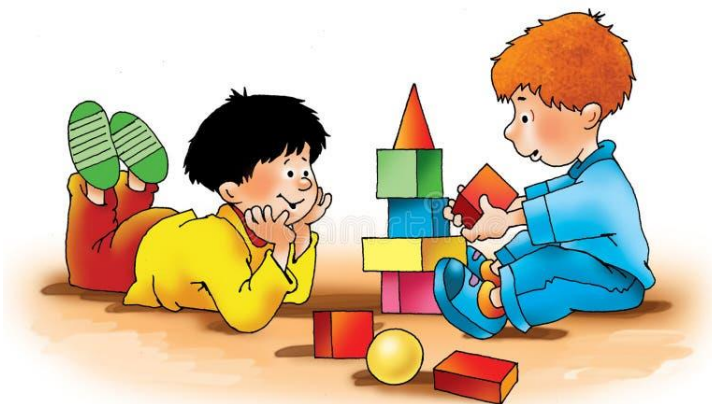
Принять устойчивую и удобную позу, сохраняя позу совершить необходимые движения последовательно.

□ Проверить все ли правильно и удобно

□ Поправить, при необходимости

Адаптация

- ✓ Одежда с широким воротом, без рукава, из хорошо тянущейся ткани, без застежек
- ✓ Обувь без застежек или на липучках, без язычка. Положить предметы в нужном порядке
- ✓ Выбрать однотонную одежду, выкладывать на контрастный однотонный фон
- ✓ Сложить одежду подготовленной к надеванию, например, совместить ворот и подол (хомутом), собрать брючины к поясу
- ✓ Тренировать по частям (дать надеть на голову, подтянуть вниз за пациента, или одеть на шею и корпус, дать пациенту расправить и т.п.)



Игровая терапия – один из перспективных методов работы с детьми. С практической стороны она наиболее доступна. Ценность игровой терапии заключается в её психологической комфортности для ребёнка.

Для любого ребёнка игра -это немножко работа. Она средство для развития моторики и интеллекта, коммуникаций и эмоций. Игра для ребёнка- это радость и удовольствие. Игра облегчает адаптационный период.

Через игру легче проходит обучение детей разнообразным предметно-практическим манипуляциям с предметами различной формы, величины, цвета; обучение детей использованию вспомогательных предметов, выполнению орудийных действий.

Заключение

- Ухаживающим необходимо понять потребности и ресурсы, а не только ограничения пациента \клиента.
- Необходимо понимать структуру активности, чтобы ее улучшить.
- Необходимо дать максимум самостоятельности, не требовать скорости, дать попробовать варианты выполнения
- Необходимо решить проблему стресса, коммуникации, физиологических поз пациента, иначе активность не будет выполнена.
- Активностям необходимо обучать, но не в академической манере и с учетом физиологии научения.



Спасибо за
внимание!



ДЕТСКАЯ
КЛИНИКА
РЕАБИЛИТАЦИИ