

ŠTO JE REHABILITACIJA UZ POMOĆ KONJA?

Rehabilitacija uz pomoć konja označuje grupu terapijskih aktivnosti na konju ili uz konja u svrhu postizanja određenog terapijskog cilja i poboljšanje kvalitete života.

Rehabilitacija uz pomoć konja je skupni naziv za terapijske procese koji uključuju:

1. Hipoterapiju – izvodi fizioterapeut s dodatnom edukacijom za hipoterapeuta.
2. Radnu terapiju uz pomoć konja – izvodi radni terapeut uz prethodno znanje u radu s konjima.
3. Logopedsku terapiju uz pomoć konja – izvodi logoped uz prethodno znanje u radu s konjima.
4. Psihoterapiju uz pomoć konja – izvodi psihijatar ili psiholog uz prethodno znanje u radu s konjima.
5. Specijalno pedagoško jahanje – izvode treneri jahanja, specijalni pedagozi, edukacijski rehabilitatori, psiholozi, radni terapeuti uz prethodno znanje u radu s konjima.

Nakon završetka rehabilitacije ili dostizanja cilja rehabilitacije, ovisno o sposobnostima pacijenti se upućuju na sportsko – rekreativno jahanje ili vožnju zaprega.

Rehabilitacija uz pomoć konja u pravilu započinje hipoterapijom do postizanja određenih fizioterapijskih ciljeva. Uz samu hipoterapiju po potrebi uključuju se i ostale vrste terapije uz pomoć konja. Po postizanju željenog učinka terapije i ukoliko sposobnosti korisnika dopuštaju prelazi se u specijalno pedagoško jahanje putem kojeg se pacijent usmjerava u rekreativno ili profesionalno sportsko jahanje.

Hipoterapija

Hipoterapija je poseban oblik fizioterapije na neurološkoj osnovi. Izvodi je fizioterapeut s dodatnim znanjem kao samostalnu terapiju i dodatan oblik fizioterapije koji nadograđuje osnovnu fizioterapiju. U svrhu postizanja terapijskog cilja koriste se trodimenzionalni pokreti konja. Pacijenta na hipoterapiju upućuje liječnik specijalist koji utvrđuje kontraindikacije i preporučuje navedeni oblik rehabilitacije. Hipoterapeut temeljem procjene utvrđuje plan i program hipoterapije za pojedinog pacijenta.

Ciljevi hipoterapije

Ciljevi hipoterapije očituju se kroz:

- *Neuromotorički utjecaj:* poboljšanje obrasca gibanja regulacijom tonusa, postizanjem kontrole trupa, koordinacije i ravnoteže.
- *Senzorički utjecaj:* poboljšanje saznanja na svim nivoima utjecajem na svjesnost svojeg tijela, svjesnosti prostora preko iskustva gibanja u prostoru, senzorička integracija, primanje i obrada impulsa, senzibilitet, disanje i govor.
- *Psihomotorički utjecaj:* utjecaj na harmonizaciju tjelesnih sposobnosti sa psihičkim kroz ocjenu vlastitih sposobnosti, povjerenje u svoje tijelo, koncentraciju, osobni razvoj, razvoj i ponašanje.
- *Sociomotorički utjecaj:* rad na komunikaciji, prihvaćanju sebe i ostalih oko sebe, osjećaj vlastite vrijednosti, samosvijest i samopouzdanja.

Indikacije za hipoterapiju

Hipoterapija se preporuča osobama koje imaju sljedeće dijagnoze: cerebralnu paralizu, multiplu sklerozu, ozljedu glave, Cerebro Vaskularni Inzult, mišićnu distrofiju, spinu bifidu, spastični tortikolis, mentalna oboljenja, Downov sindrom, autizam, u rehabilitaciji slijepih i slabovidnih osoba te osoba oštećenog slušnog aparata.

Klinički simpotomi su abnormalni mišićni tonus, abnormalni refleksi, smanjena posturalna kontrola

tijela i smanjena mobilnost.

Kontraindikacije

Hipoterapija se **ne** preporuča osobama mlađima od **četiri** godine, osobama sa iskrivljenjem kralježnice većim od 30 stupnjeva po Cobbu, kod atlantoaksijalne nestabilnosti, osobama koje boluju od artroze i iščašenja kuka te kod težih oblika osteoporoze i patoloških lomova kostiju, osobama koje pate od hemofilije, dekubitusa (otvorene rane), nekontroliranih epileptičnih napada, osobama koje imaju krvožilne smetnje zbog aneurizme ili angioma i osobama koje primaju terapiju koja utječe na koagulaciju krvi.

Utjecaj hipoterapije

Hipoterapija pozitivno djeluje na normalizaciju mišićnog tonusa, povećava obim pokreta, kontrolu držanja tijela, poboljšava koordinaciju, ravnotežu, cirkulaciju i disanje, pojačava koncentraciju i pažnju. Pored utjecaja na fizičko zdravlje dokazano je da pozitivno djeluje na učenje, motoriku, poboljšava koordinaciju oko-šaka, vidnu i prostornu percepciju te djeluje blagotvorno sa emocionalnog, psihološkog, socijalnog i edukativnog aspekta. Korisnik ove terapije sjedi na konju bez sedla, na taj način se bolje prenose impulsi (100/min) koji facilitiraju pokretanje zdjelice kao kod čovjeka pri pravilnom hodu. To je izuzetno dobar trening zdjelice i trupa, što osobama koje se kreću otežano ili pomoću invalidskih kolica predstavlja izvanrednu terapiju kao dopunu standardnim terapijama. Nakon što korisnik zadovolji ciljeve hipoterapije, nastavlja s ostalim oblicima rehabilitacije uz pomoć konja ili se upućuje na sportsko – rekreativno jahanje ili vožnju zaprega.

Učinci koji će se postići i metode praćenja

Učinci hipoterapije su:

- trodimenzionalno kretanje trupa kroz sve tri ravnine,
- pozitivne promjene mišićnog tonusa,
- izgradnja centralnog mišićnog tonusa,
- prekidanje patoloških (nepravilnih) obrazaca kretanja,
- uravnoteženo ponavljanje pravilnih obrazaca gibanja,
- velika motivacija i želja za sudjelovanjem u poboljšanju stanja,
- pozitivan odnos koji nastaje između pacijenta i konja

Metode praćenja napretka pacijenta: izrada procjene, plana i programa hipoterapije te evaulacija istih.

U izvođenju hipoterapije sudjeluje hipoterapeutski tim u kojem pored pacijenta sudjeluju hipoterapeut, konj, vodič konja i po potrebi asistent.

Radna terapija uz pomoć konja

Radna terapija jest zdravstvena djelatnost čiji je cilj omogućiti pojedincima i skupinama postizanje optimalnog funkcioniranja u aktivnostima dnevnog života koje uključuju samozbrinjavanje, produktivnost i slobodno vrijeme. Principi radne terapije temelje se na poznavanju bioloških, medicinskih, psiholoških, socioloških, motoričkih znanja povezanih u cjelinu unutar psihofizičkih karakteristika pojedinca u pripadajućem sociokulturološkom okružju. Radni terapeut uz pomoć konja uspostavlja, obnavlja i održava senzomotoričke, kognitivne i psihosocijalne komponente aktivnosti upotrebom različitih terapijskih pristupa, metoda i tehnika. Okruženje različitim blagodatima unutar ranča i samih konja radni terapeut iskorištava posebice za rad na senzomotorici. Senzomotoričke vježbe potiču dijete na korištenje i izoštravanje svih osjetila. Dijete, koristeći vlastita osjetila upoznaje okolinu koja ga okružuje te upoznaje značenje za njega apstraktnih pojmova.

Logopediska terapija uz pomoć konja

Logopedija se bavi prevencijom, dijagnostikom i tretmanom poremećaja govora, glasa, jezika, gutanja, slušanja, čitanja, pisanja i svih oblika komunikacije. Logoped konja koristi kao pomoćno sredstvo u svrhu postizanja boljih rezultata u tretmanu poremećaja govora. Poznato je da toplina konja djeluje na opuštanje mišića pa tako i mišića zaduženih za komunikaciju. Pridodamo li tome okruženje prirode, ljubav prema životinjama, ishod terapije zasigurno neće izostati.

Psihoterapija uz pomoć konja

Psihoterapija uz pomoć konja temelji se na odnosu i neverbalnoj komunikaciji između konja i pacijenta. Terapeut opaža razvoj odnosa između konja i pacijenta. Usmjerava pacijenta na način da prepozna i razumije svoje reakcije i reakcije konja te da otkrije i razriješi uzrok svojih unutarnjih konflikata. Pozitivan učinak ove terapije očituje se kroz otklanjanje strahova, povećanje osjećaja prihvaćanja i socijalne integracije, povećanje samosvijesti i spoznaje vlastite osobnosti preko prepoznavanja osobnosti konja. Psihoterapija uz pomoć konja izvodi se samostalno, ali kao potpora klasičnim psihološkim i psihijatrijskim metodama liječenja.

Navedena metoda rehabilitacije uz pomoć konja primjerena je za psihijatrijske i psihotične bolesnike, djecu i odrasle s poremećajima na području emocija, raspoloženja i afekata, osobama s poteškoćama u funkcioniranju na socijalnom području, osobama s posttraumatskim stresom i fobijama

Specijalno pedagoško jahanje

Temelji se na pedagoškim i psihološkim spoznajama te na elementima radne terapije. Ovaj oblik terapije primjeren je osobama s psihomotornim i kognitivnim problemima, poremećajem pažnje, učenja, autizmom, Downovim sindromom, zlostavljana djeca.

Cilj ove vrste terapije uz pomoć konja je poboljšanje koordinacije i orijentacije, poboljšanje pamćenja, pozornosti i koncentracije, prihvaćanje, priznavanje i prevladavanje strahova, jačanje osjećaja samopoštovanja, povjerenja i odgovornosti, povećanje razine tolerancije, izgradnja discipline i osjećaja podrške, smanjenje agresivnih načina ponašanja.

Sportsko rekreativno jahanje za osobe s posebnim potrebama

Sportsko rekreativno jahanje spada u kategoriju sporta za osobe s invaliditetom gdje osoba kroz jahanje aktivno provodi svoje slobodno vrijeme. Primjereno je za osobe koje prethodno savladaju proces rehabilitacije uz pomoć konja te se procjeni da njihove psihofizičke sposobnosti omogućuju učenje jahanja. Članovi tima u suradnji s trenerom jahanja po potrebi prilagođavaju opremu potrebama jahača. Korisnik u sportsko rekreativnom jahanju može se usmjeravati u klasično jahanje ili preskakanje prepona.

Vožnja zaprega za osobe s invaliditetom

Vožnja zaprega je zanimljiva za većinu osoba s invaliditetom jer dožive gibanje konja iz drugog kuta gledanja. Ovakava rekreacija je primjerena za osobe kojima je kontraindicirano jahanje na konju, boje ga se ili imaju drugih ograničenja.

Ostale aktivnosti povezane s konjima za osobe s invaliditetom

Boravak na ranču i opažanje konja—ponekad je osobama s invaliditetom potrebno više vremena da prevladaju strah od približavanja konju i jahanja. Pod stručnim vodstvom asistenta opažanje konja na ispaši, u boksu, jahaoni za vrijeme treninga pomaže u prevladavanju straha i upoznavanju s ovim predivnim životinjama.

Kontakt s konjem— nakon nekog vremena osoba uspostavlja kontakt s konjem kroz osjet dodira te ga mirnim pokretima miluje. Asistent poštuje želje osobe i uvažava prisutne strahove. Tijekom kontakta s konjem asistent i osoba upoznaju dijelove tijela konja, dodiruju ih te se na taj način počinje uspostavljati posebna veza s konjem.

Briga o konju – prilikom njege konja uspostavlja se poseban prijateljski odnos između konja i osobe. Najbolji odnos se stvara prilikom čišćenja i hranjenja konja kada se osoba bolje opusti te su dodiri prema konju opušteniji. Neposredna blizina konja pomaže otkloniti strah, podiže povjerenje i prijateljstvo. Osoba će naučene spretnosti prilikom ovih radnji prenijeti u svakodnevni život, što je ujedno i cilj.

Vođenje konja – osoba vodi konja u jahaonu uz pomoć terapeuta ili asistenta te na taj način uspostavlja dodatno povjerenje prema konju i razvija psihomotoričke sposobnosti.

***Zajahivanje i sjahivanje s konja* – krajnji rezultat ostvarenoga dobrog odnosa s konjem jest da se osoba bez prisile ili pritiska samostalno popne na konja. Pritom konj mora mirno stajati na mjestu, a osoba nježno sjesti na konja. Prilikom sjahivanja konj se zaustavi te osoba obrnutim redosljedom mirno sjaše s konja.**