

Radna terapija u vašem domu - II dio

Poticanje stabilnosti i razvoj funkcionalnosti

Motoričke teškoće, kao kod cerebralne paralize, uvelike utječu na izvršavanje svakodnevnih aktivnosti koje svaka osoba provodi u svojim životnim okolinama. Osoba nije u mogućnosti provoditi smislene aktivnosti, počevši od brige za sebe pa do produktivnih aktivnosti i provedbe slobodnog vremena, a kod djece su onemogućeni jedni od temeljnih preduvjeta za razvoj smislene aktivnosti- kontrola trupa i vrata, stabilnost i postura.

Radna terapija kod osoba i djece s motoričkim poteškoćama usmjerena je na omogućavanje i olakšavanje smislenih aktivnosti, putem prilagodbe okoline osobi ili osobe okolini , tj. omogućava motorički odgovor na perceptivni, kognitivni ili osjetilni input (informaciju iz okoline).

Stabilnost

Svaka aktivnost, osim planiranja, započinjanja i provedbe, zahtjeva i održavanje stabilnosti tijela tijekom provedbe. U slučaju urednog motoričkog razvoja, djeca razvijaju svoje sposobnosti u fazama gdje se postupno razvija funkcija i međuodnos mišića tijela te na taj način se dolazi do stabilnosti . Stabilnost dalje omogućuje nezavisnu funkciju ruku, nogu i vrata.

Svaki položaj, osim ležanja na truhu ili leđima, zahtjeva usklađeni rad mišića te odupiranje gravitaciji. Kod djece sa cerebralnom paralizom to izvršavanje pokreta je otežano i pojavom patoloških obrazaca pokreta (spazmi, hipotonus, hipertonus...). Iz tih razloga dijete mora svjesno održavati svoju ravnotežu prilikom zauzimanja položaja s čime se ograničuje svjesna mentalna i fizička mogućnost za obavljanje ostalih aktivnosti. Dijete ne može istovremeno raditi dvije zahtjevne motoričke aktivnosti (hodanje-pričanje; sjedenje-manipulacija). Bez potpore ne može vježbati istovremeno dvije aktivnosti.

Pružanje potpore pri aktivnosti i poticanje stabilnosti kroz aktivnosti, dva su smjera o kojima treba odlučiti pri radu s djecom.

Pružanje potpore koristi se pri aktivnostima s ciljem omogućavanja djetetu potrebnu koncentraciju za obavljanje aktivnosti (da ne mora svjesno paziti na ravnotežu). Navedeno se postiže zavisno o položaju i aktivnosti:

- a) pri igri na podu – potrebno je osigurati potporu tako da se djetetu sjedne iza leđa te svojim tijelom pružiti potporu uz fiksaciju nogu te po potrebi i vrata, pri čemu se pazi da je dijete u što pravilnijem položaju (razmaknute noge, savijena koljena, vertikalna postura, potpora za vrat)
- b) Pri hodu- fiksacija kukova i pružanje potpore leđima,
- c) Potpore putem pomagala:

❖ KOSINA

Upotreba kosine izrađene od spužve ili gume upotrebljava se pri igri tako da dijete leži na trbuhu s ispruženim rukama a igračke i sl. su smještene ispred djeteta.

- na taj način ima potrebnu potporu a znatno je olakšana manipulacija predmetima
- s ispruženim rukama i ramenima znatno mu je lakše približiti ruke središnjoj liniji
- dijete može vidjeti svoje ruke i predmete s kojima manipulira te ih može dosegnuti
- minimalizira se učinak gravitacije te omogućuje druge aktivnosti rukama
- potiče se kontrola vrata i držanje težine na rukama
- omogućuje se uvježbavanje ranih razvojnih radnji kao što je lupanje predmetima, tapkanje i slaganje.

Veličina kosine ovisi o djetetu- visina mora biti takva da dijete može ležati na trbuhu a istovremeno staviti dlanove ispred sebe na pod.

❖ STOLICE

Upotreba stolica ima prednost nad ležećim položajem zbog većeg vidnog polja , lakše manipulacije, koordinacije i komunikacije s okolinom.

Potrebno je upotrebljavati što jednostavnije stolice koje pružaju djetetu potporu za stopala, leđa i glavu. Te je moguće upotrebljavati i običnu stolicu uz male preinake

(jastucima, gumom, dekama i sl.). Stolica koja pruža zadovoljavajuću potporu i stabilnost mora imati:

- ⇒ Dovoljno široko sjedište s naslonima za ruke tako da podupire dijete sa strana (moguće postići i s manjim jastucima)
- ⇒ Koljena moraju biti pod pravim kutom
- ⇒ Mora sadržavati naslon za trup i za glavu, te ako je potrebno- upotrijebiti pelote
- ⇒ Treba sadržavati radnu površinu pričvršćenu na stolici (karakteristike ovise o vrsti aktivnosti)

❖ KUTNA STOLICA

Isprva, sva djeca započinju svoje istraživanje i igru kroz boravak na podu. Kod djece s motoričkim poteškoćama nije preporučen dug boravak u tom položaju pa se kao alternativa može koristiti KUTNA STOLICA.

Kutna stolica omogućava boravak djeteta u razini s podom a pritom mu pruža dostatnu potporu koja olakšava igru i ostale aktivnosti:

- individualno se može prilagoditi uz pomoć dekica ili jastuka
- postavljanjem malih kotačića na dno, djetetu se pruža manja mobilnost a roditeljima je lako premjestiti dijete na svaki dio prostorije
- ako stolica ima mogućnost podešavanja po visini, može se koristiti i za hranjenje
- površina pričvršćena na vrh stolice može se koristiti za igru, u slučaju pružanja potpore
- zavisno o veličini može se koristiti kao potpora stabilnosti te kao način poticanja funkcije
- koristi se za: igru, učenje, toalet trening te hranjenje

Upotreba stolica pri hranjenju

Veliki broj roditelja ,djecu s poteškoćama u stabilnosti, hrani na način da ga drže na krilu. Na taj način dijete ne može razvijati kontrolu trupa i vrata. Hranjenje u stolici potiče taj razvoj te se razvija pravilan obrazac hranjenja - aktivno žvakanje, poticanje zatvaranja i otvaranja usta te gutanje.

Upotreba stolica za igru

Pri igri se koristi ista stolica kao i za hranjenje s razlikom u radnoj površini koja mora biti:

- dovoljno velika za raznolikost igračaka
- prilagodljiva prema kosini (prema djetetu) za lakšu manipulaciju igračkama
- boja ladice bi trebala biti u kontrastu s igračkama u slučaju problema s vidom
- neklizajuća površina radne površine (guma ili tkanina) koja stabilizira igračke u slučaju tremora i spazama.

Igra u stolici ne predstavlja slobodu igranja u laičkom smislu, ali djeci s motoričkim poteškoćama daje puno više slobode i užitka nego u manje sputavajućem položaju.

Prilikom **pružanja potpore i poticanja stabilnosti**, potrebno je konstantno "popravlјati" položaj zglobova djeteta (stopalo, koljeno, zdjelica, ramena, vrat), na način da se pruža verbalna podrška, fiksacijom dijela tijela ili laganim dodirima koji dijete podsjetiti na pravilan položaj. Čak i u djece s težim motoričkim teškoćama potrebno je poticati pravilnu posturu i položaje koliko je to moguće, zbog prevencije kontraktura i nepotrebnih patoloških obrazaca pokreta. Stabilnost se potiče kod svih aktivnosti (hranjenje, igra, učenje, trening aktivnosti) dok je istovremenu djetetu omogućena upotreba ruku.

Razvoj funkcionalnosti podrazumijeva skup radnji na koje je potrebno stalno paziti te posvetiti cjelokupnu pozornost dok dijete provodi aktivnost. Potrebno je održavati stabilnost zdjelice putem fiksacije i podupiranjem vertikalnog stupa (noge, zdjelica, kralježnica) prilikom kojeg se dopuštaju potrebni pokreti, zavisno od aktivnosti.

Ako dijete može koristiti dio svoga tijela kao potporu, maksimalno treba to i iskoristiti (npr. postavljanje jedne ruke na stol, dok s drugom drži olovku čime se podupire i održava vertikalni položaj leđa).

Vrlo je važno omogućiti što aktivniji pokret djeteta, te pritom razlučiti koji je pokret prilagodba a koji je patološki, te ga treba zaustaviti. Prema teoriji plastičnosti, mozak ima sposobnost razvoja novih neuronskih putova, što znači da je dijete u mogućnosti razviti pokret koji je drukčiji nego kod urednog razvoja, ali je još uvijek funkcionalan. Svako dijete, bez obzira na težinu stupnja, razvija individualne obrasce pokreta te ih je potrebno poticati, osim u slučajevima kada nisu produktivni (te je o tome potrebno razgovarati s terapeutom).

Zavisno o stupnju oštećenja, djetetov pokret je više ili manje aktivan, ali u bilo kojoj mjeri potiče razvoj mišićne cijelog tijela (ponajviše trupa). Kod djece s teškim

oštećenjima potrebno je provoditi simulacije aktivnog pokreta jer osim prevencije kontraktura, razvija se spoznaja o aktivnosti, senzorička integracija, istraživanje tijela i prostora, te razvoj motoričkog potencijala u najvećoj mogućoj mjeri.

Djelomično korišteni materijali iz knjige Dorothy E. Penso: "Radna terapija za djecu s poteškoćama u razvoju - terapija u praksi"

Dario Karačić, viši radni terapeut
Društvo osoba sa cerebralnom i
dječjom paralizom Zagreb