**Лечебная гимнастика для больных ДЦП** **с использованием лечебных костюмов Адели и Гравистат.**

Методические рекомендации разработаны коллективом государственного научно-практического учреждения Областной реабилитационный центр для детей и подростков с ограниченными возможностями.

Авторы: врач ЛФК высшей категории Куркова Л.Б., кандидат медицинских наук Самойлова С.В., доктор медицинских наук, профессор Коровкин С.А.

Предназначены для специалистов-реабилитологов, врачей и инструкторов ЛФК, родителей при проведении курсов реабилитации и восстановительного лечения больных ДЦП и другими поражениями центральной нервной системы, с заболеваниями опорно-двигательного аппарата.

***Показания и противопоказания.*** Лечебные костюмы имеют несколько типоразмеров и применяется у детей и подростков *от 3 до 18 лет* в условиях стационара, реабилитационного центра и в домашних условиях.

***Методика рекомендуется к применению в поздней резидуальной стадии ДЦП при:***

* спастической диплегии;
* атонически-астатической форме;
* гемипаретической форме;
* гиперкинетической форме.

***Противопоказания:***

* двойная гемиплегия;
* судорожные приступы 3-4 раза в месяц, стойкое снижение порога судорожной активности на ЭЭГ;
* патология поведения и эмоционально-волевых реакций;
* подвывих и вывих тазобедренных суставов;
* дегенеративно-дистрофические заболевания позвоночника, грыжа Шморля; грыжи (паховые, пахово-мошоночные, пупочные и др.);
* тяжелые соматические заболевания (пороки сердца, хронические заболевания почек, поджелудочной железы, обострение язвы желудка);
* выраженный гипертензионно-гидроцефальный синдром (повышение АД более 140 и 90 мм.рт.ст), а также гипотония;
* ОРВИ и другие острые инфекционные заболевания.

***Курсы лечения:***

15-20 дней, повторяют до 5-7 раз в течение года в зависимости от показаний. Первоначально больной находится в костюме до 20-30 минут. Постепенно время увеличивают до 1,5-2 часов в день с перерывами по 5-10 минут (в зависимости от индивидуальной переносимости). ***Подготовка к занятиям лечебной гимнастикой***.

При применении ЛК необходимо использовать ортопедические приспособления для исправления порочных положений частей тела (обувь, головодержатель и пр.). Перед надеванием ЛК необходимо одеть ребенка в спортивную хлопчатобумажную форму (футболка и трико). Перед занятием опорожнить мочевой пузырь и кишечник (использовать памперсы для детей с энурезом, применять маску при слюнотечении). При выполнении упражнений не задерживать дыхание, выполнять дыхательные упражнения и упражнения на расслабление. Следить за появлением признаков утомления. Занятия начинать не ранее, чем через час после еды.

***Перед применением ЛК "Адели" и Гравистат проводят подготовительный дифференцированный массаж по методике К. А. Семеновой.***

Перестройка патологического двигательного стереотипа крайне сложна, и для ускорения этого процесса необходимо как можно более интенсивное первоначальное расслабление спазмированных мышц, и лишь затем - применение устройства, влияющего на их деятельность.

В свою очередь гипотоничные мышцы должны быть стимулированы к деятельности с помощью массажа. Кроме того, возможно применение:

* сухой гидромассажной ванны;
* массажа с применением рефлекторно-сегментарных методов;
* вибромассажа;
* магнитного одеяла;
* укладок;
* массажа с помощью массажных мячей и валиков.

***Укладки, применяемые перед использованием лечебных костюмов***

**Рис1.** Применяется**** для растягивания мышц задней поверхности ног, сгибателей бедра, при спазме приводящих мышц ног и сгибателей голени.

 **Рис.2**.Применяется при укорочении больших грудных мышц, сгибательно Приводящих контрактур в тазобедренных и сгибательных в коленных суставах.

**Рис. 3.** Применяется при тенденции к

сгибательным и приводящим контрактурам в тазобедренных суставах, при наличии непроизвольных движений.

**Рис. 4.** Применяется при повышенном

 тонусе сгибателей локтевого сустава и ограничении супинации, повышенном тонусе приводящих мышц бедра и тенденции к внутренней ротации ног.

 **Рис. 5.** Применяется при повышенном тонусе и наличии непроизвольных сокращений сгибателей и приводящих мышц ног.

Для выполнения укладок применяются ватные подушки разных размеров и плотности, валики, перекидные грузы, утяжелители, мешочки с солью.

***Принципы обучения движениям в лечебных костюмах.***

Занятия лечебной гимнастикой в лечебном костюме проводятся по общим принципам (вводная, основная и заключительная часть). Занятие состоит из дыхательных и специальных упражнений.

***Занятия проводят по 1, 2 и 3 режимам. Продолжительность - от 10 до 40 минут***.

* Формирование правильной схемы тела, навыков прямостояния, сохранения равновесия.
* Выработка естественной схемы движения конечностей при обучении ходьбе.
* Обучение синхронным движениям рук и ног при ходьбе.
* Обучение методам безопасного падения.
* Обучение правильному перемещению стоп при ходьбе в лечебном костюме (перекат с пятки на носок).
* Дыхательные упражнения.

Муниципальное казенное учреждение «Социально-реабилитационный центр

для несовершеннолетних»

Таштагольского района

 

Консультация

для родителей

на тему:

«**Лечебная гимнастика с использованием лечебных костюмов Адели и Гравистат**»

Логопед

Кусургашева Наталья Геннадьевна

Г. Таштагол 2021г.