

Hidroterápia

Hidroterápia, úszásoktatás

A vízben történő terápiás eljárások alkalmazása során a víz fiziológiás hatásainak sokoldalú felhasználása történik a halmozottan fogyatékos, mozgáskorlátozott gyermekek komplex fejlesztése érdekében. A hagyományos úszásoktatásnál alkalmazott hőfoknál melegebb hőmérsékletű víz segít a spasztikus izomzat ellazításában. E hatás miatt az ízületek könnyebben átmozgathatók, a mozgásterjedelem növelése könnyebben elérhető, miközben a gyermek vitálkapacitása és állóképessége is fejlődik. A mozgásformák kivitelezésében akadályozott gyermekek a vízben aktívabban, szabadabban mozognak, a szárazföldi körülmények között kivitelezhetetlen mozgások végrehajtása is elérhetőbbé válik számukra.

A hidroterápiás eljárások alkalmazása egyéni foglalkozás keretében történik. A terápiát mozgásnevelő irányítja, gyógypedagógiai asszisztens közreműködésével. A tangentor-kezelés az intézményben, az egyéb hidroterápiás foglalkozások külső helyszínen zajlanak.

A hidroterápia alkalmazási területei a Csillagházban

Tangentor-kezelés

Nagyfokú spaszticitás, kialakult kontraktúrák, illetve petyhüdt izomtónus esetén is kiemelten jó hatásfokkal alkalmazható kezelési eljárás. A terápia speciális tangentorkádban végzett, víz alatti melegvizes sugármasszázs lehetővé teszi az egész test, egy végtag, egy izomcsoport, vagy akár egy izom szelektíven végzett, mechanikus lazítását, a tónus normalizálását. További előnye, hogy javítja a perifériás vér- és nyirokkeringést. Hozzájárul a saját testről alkotott tapasztalás bővítéséhez, a bőrben és az izmokban elhelyezkedő receptorok ingerlése által.

Vízben végzett (subaqualis) torna



A víz felhajtóerejét és közegellenállását kihasználva segíti elő a gyermekek helyzet- és helyváltoztatását. Megkönnyíti a különböző eszközök használatát, segíti az antigravitációs izmok munkáját. Alkalmazásával könnyebben elérhető az ízületi mozgásterjedelem és a vitálkapacitás növelése, javul a vér- és nyirokkeringés, mindezen hatásokon keresztül az általános állóképesség. A víz által könnyebbé váló mozgásos tevékenység pozitívan hat a gyermekek aktivitására és motivációs szintjére.

A mozgásnevelő a gyermekek egyedi igényeihez igazított gyakorlatokkal képes hatást gyakorolni

olyan fejlesztendő területekre, mint a kéz-láb mozgáskoordinációja, a törzs-és fejkontroll javítása, vagy a járás előkészítése.

A terápia a műtétek utáni rehabilitációs szakaszban kiemelt figyelmet érdemel, mert – többek között - csökkenti a gyermekek mozgástól, fájdalomtól való félelmét, felgyorsítja a regenerációt.

A foglalkozások részét képezik olyan speciális lazító gyakorlatok is, melyek segítenek a tudatos lazítás elsajátításában. A lebegésen, a lassú folyamatos mozdulatokon keresztül a

gyermek egyedülálló módon tapasztalhatják meg saját testük és a vizes közeg működését, kapcsolatát és fizikai törvényeit. Ezáltal fejlődik a testtudat, a környezet ingereinek tudatos felismerése, megértése, a figyelem és koncentráció.

Vízhez szoktatás, úszás-előkészítés, úszásnemek oktatása

A vízhez szoktatás a vízbiztonságot elérni képes gyerekeknél a következő elemeket tartalmazza: a tudatos levegővétel, kifújás, szájjárás, merülés, lebegés, siklás, valamint a leállás tanítása.

Az úszásnemek oktatása a jól kooperáló, a technika elsajátításához megfelelő mozgásállapotú a gyerekeknél javasolt. Az oktatást szárazföldi előkészítés, gyakoroltatás előzi meg. Az úszásnemek sérülésspecifikus módon történő elsajátítása elősegíti a gyengült izmok erősítését, az egyensúlyzavarok korrekcióját, a téri tájékozódás és mozgáskoordináció fejlődését. A vízben történő sikeres mozgás öröme növeli az aktivitást, önbizalmat ad, pozitívan hat az értelmi, érzelmi és szociális fejlődésre.