



АВТОНОМНАЯ НЕКОММЕРЧЕСКАЯ ОРГАНИЗАЦИЯ  
РЕАБИЛИТАЦИОННЫХ УСЛУГ

**ФИЗИЧЕСКАЯ РЕАБИЛИТАЦИЯ**

## **Современная реабилитация: научно-обоснованные подходы и помощь детям с тяжелыми двигательными и множественными нарушениями развития**

Екатерина Клочкова

АНО «Физическая реабилитация»,  
Санкт-Петербург



## Что такое реабилитация

Реабилитация и абилитация — это процессы, направленные на обеспечение того, чтобы люди с нарушениями смогли достигнуть и поддерживать оптимальный уровень физического, сенсорного, интеллектуального, психологического и/или социального функционирования. Реабилитация охватывает широкий диапазон деятельности, включая реабилитационную медицинскую помощь, физическую терапию, психотерапию, логопедию и эрготерапию, а также дополнительные услуги.

<http://www.who.int/disabilities/care/activities/ru/>

Что мы сегодня знаем об эффективной реабилитации?

Необходимые условия для развития ребенка

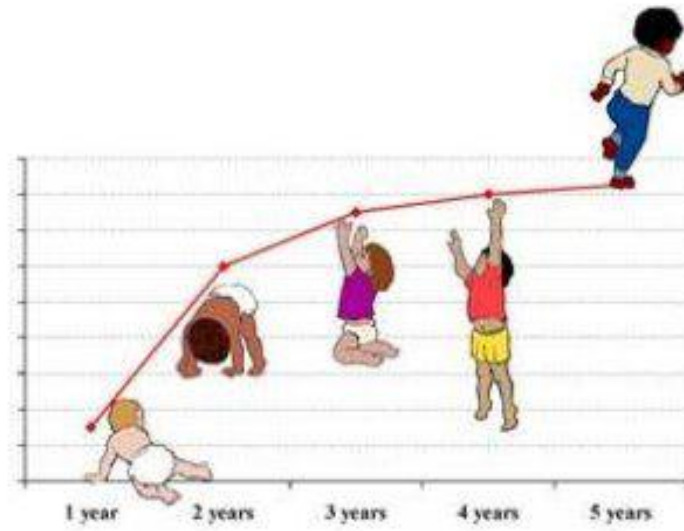


Механизмы освоения навыков



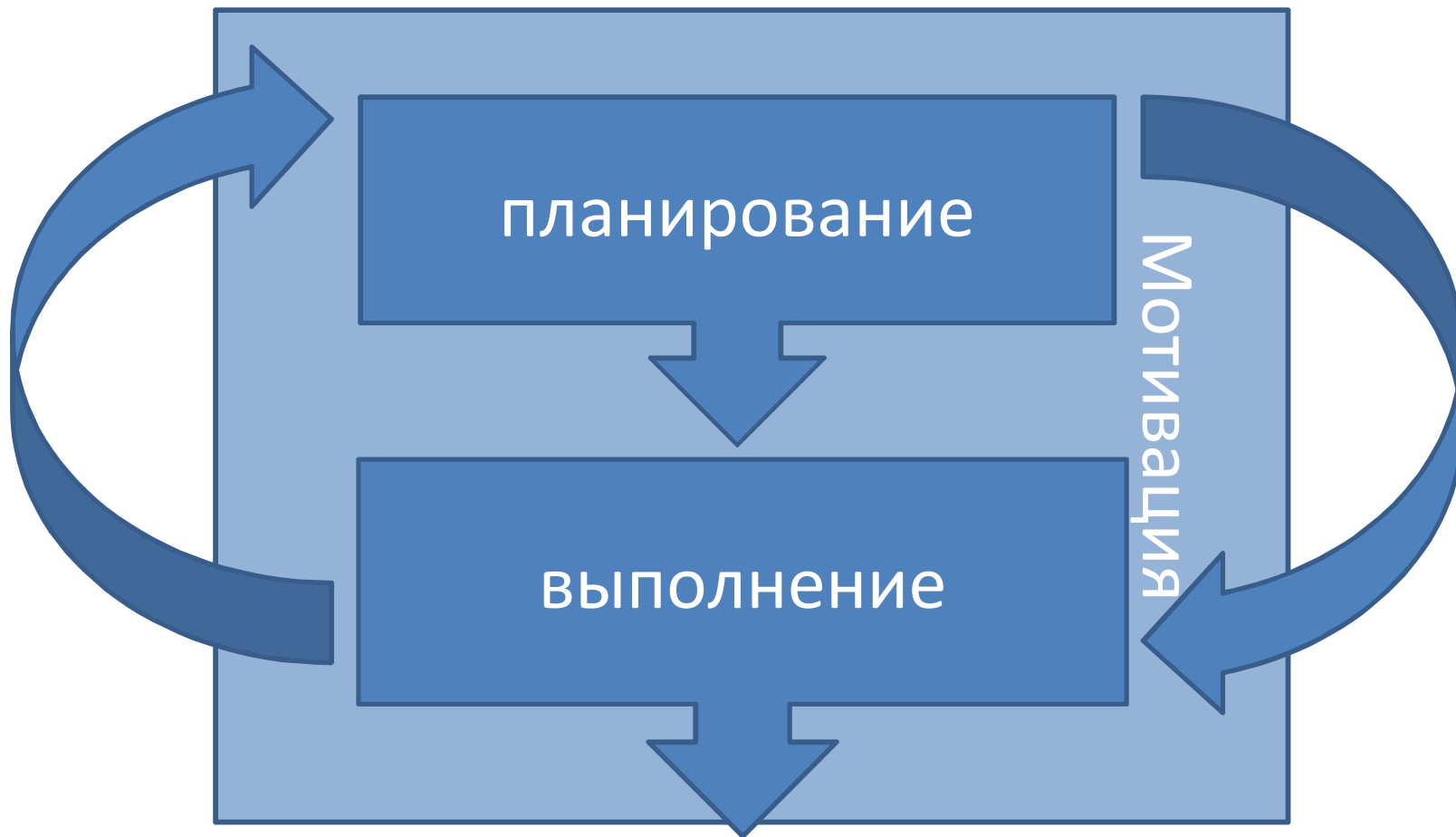
Эффективные подходы с точки зрения доказательной медицины

## Развитие ребенка



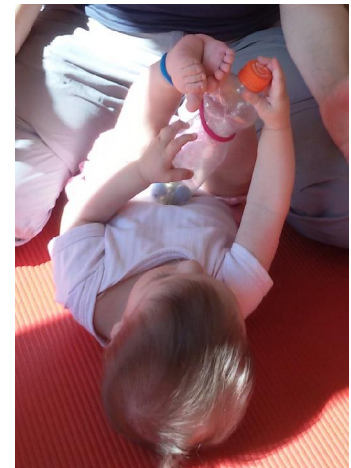
# Освоение навыков

интенция



результат

## Что пытались делать с ДЦП?



1.0

2.0

3.0

4.0

## От традиционной тренировки навыков к активности в специально модифицированной среде

### Традиционная тренировка

- Ограничение ребенка
- Искусственное выстраивание двигательного опыта



Нет активного взаимодействия со средой

- Ребенок следует инструкции

Нет решения проблем

Нет фазы планирования

Изменена фаза оценки результата движения

## От традиционной тренировки навыков к активности в специально модифицированной среде

Направляемая активность в естественной среде

- «Руки прочь»
- Естественная поддержка двигательного опыта

Активное взаимодействие со средой

+

Поддержка и усиление взаимодействия со средой

- Ребенок сам направляет свою активность

Постоянное решения проблем

Присутствие фазы планирования и фазы оценки результата!





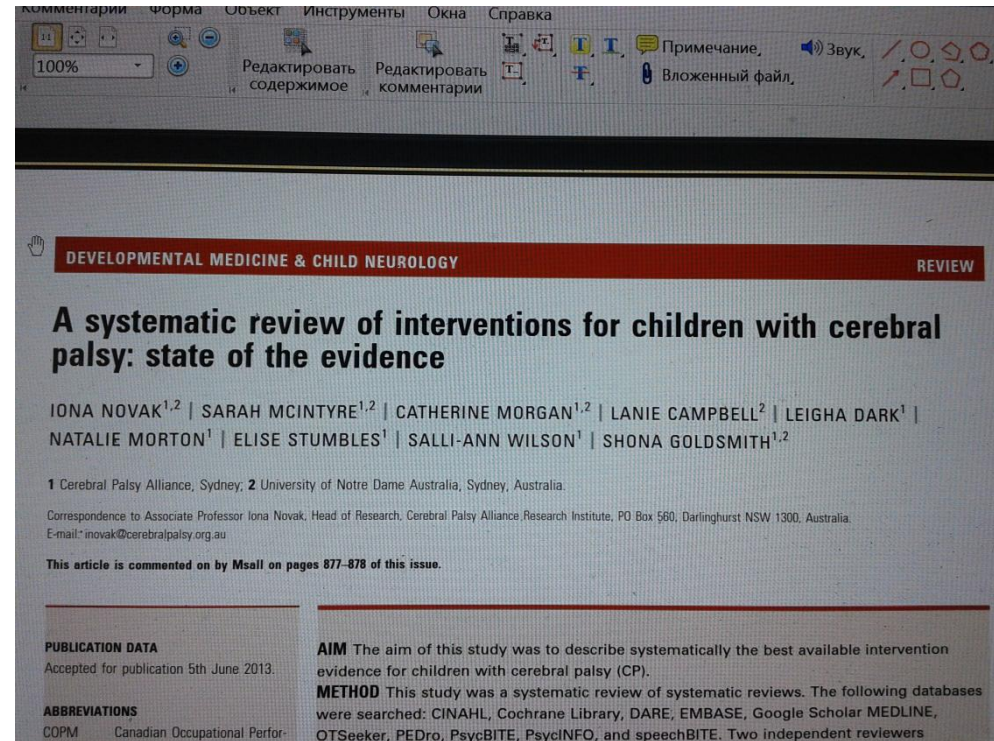
## Радикальное изменение взгляда на реабилитационное вмешательство

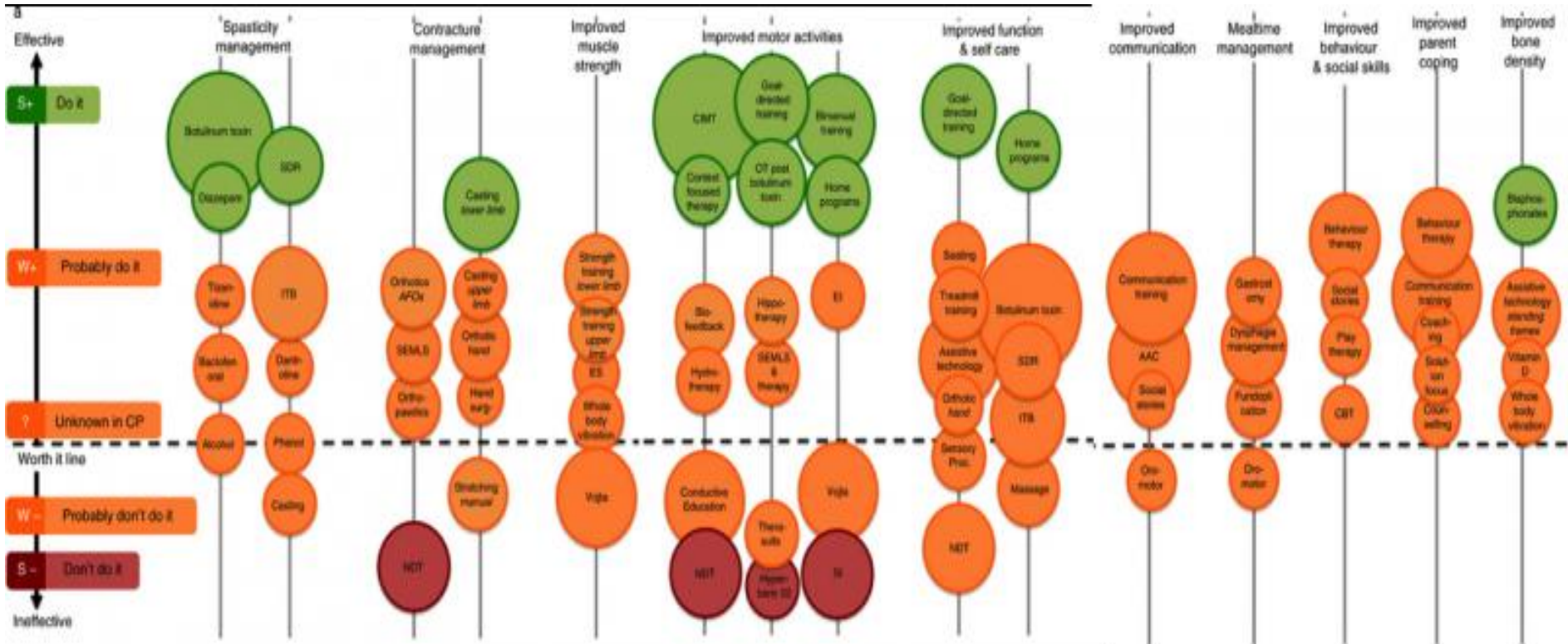
- Полезное время это не только время контакта со специалистом, но и правильно организованные ежедневные рутины
- Увеличение времени вмешательства до 24 часов в сутки
- Разделение ответственности за вмешательство между различными специалистами и ухаживающими



# Эффективные подходы с точки зрения доказательной медицины

Систематический обзор  
166 работ  
74% составили  
систематические обзоры





# Что должно быть в меню? Что мы должны исключить?

## Закуски

Сельдь с картофелем	100/150 г	180 р
Семга с/с со сливочным маслом и крутоном	100/50 г	240 р
Язык отварной с хреном	115/10/5 г	250 р
Ассорти сыров	150/50 г	280 р
чечил копченый, дор блю, камамбер, виноград		
Соленья и маринады	240 г	240 р
капуста гурийская, огурец соленый, черемша, чеснок, помидор черри		
Букет из овощей	240 г	240 р
помидор, огурец, редис, болгарский перец, зелень		



## Супы

Харчо с бараниной	350 г	280 р
Лапша куриная	270 г	240 р
Борщ украинский с говядиной		250 р
260/30/30/30 г		
подаётся с чесночными гренками и сметаной		



## Салаты

Капрезе	240 г	350 р
моцарелла, помидоры, руккола, кедровый орех, соус песто		
Оливье	260 г	220 р
с куриной грудкой		
Греческий	240 г	250 р
помидоры, микс салат, болгарский перец, огурцы, сыр фета, маслины, красный лук		
Цезарь с курицей	240 г	280 р
куриная грудка гриль, салат айсберг, сыр грано падано, с хрустящими гренками		
Цезарь с семгой	240 г	320 р
семга жареная, салат айсберг, сыр грано падано, с хрустящими гренками		



## Пицца

Четыре сыра	300 г	360 р
моцарелла, дор блю, буффало моцарелла		
Капричеза	300 г	320 р
миланская ветчина, шампиньоны, артишоки, моцарелла		
Болоньезе	300 г	340 р
говядина с овощным соусом		
Пеперони с сыром	300 г	380 р
сыр моцарелла, пеперони		



## Паста

Паста Болоньезе	300 г	250 р
спагетти с густым соусом из мясного фарша с томатом		
Паста Карбонара	280 г	260 р
спагетти, бекон, помидор черри, сливочный соус, сыр грано падано, белое вино		
Фетучини «Песто»	310 г	270 р
фетучини, куриная грудка в сливочном соусе с песто, сыр грано падано, белое вино		
Фетучини с семгой в сливочном соусе	310 г	280 р
фетучини, семга, сливочный соус, сыр грано падано, белое вино		




## Горячие закуски

Жульен с курицей и грибами	90 г	130 р
Крылышки BBQ	350 г	290 р
Сырные палочки фри с соусом BBQ	170/30 г	170 р
Луковые кольца фри с соусом тартар	150/30 г	150 р
Кольца кальмара фри с соусом тартар	150/30 г	160 р

## Что мы можем сделать для эффективной реабилитации ребенка?

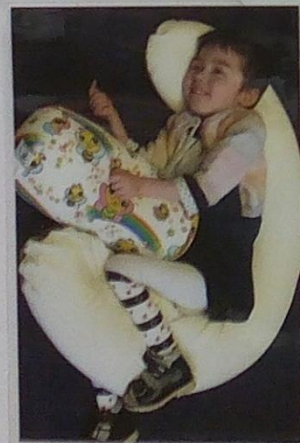
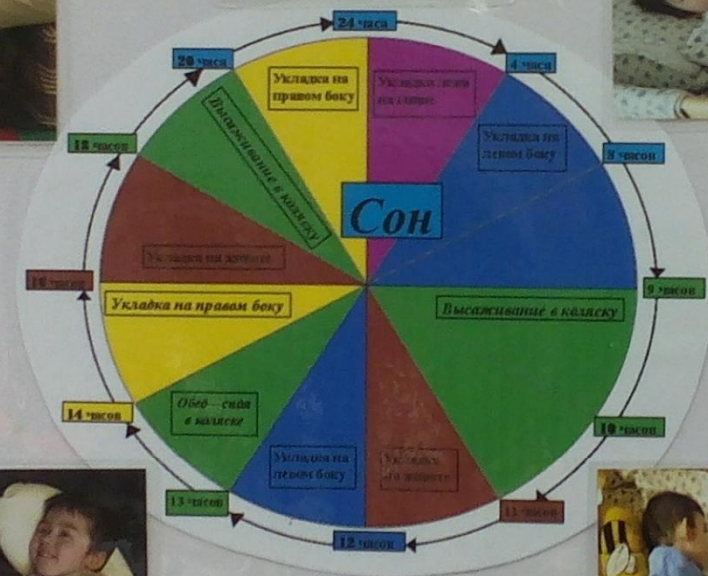
- Уйти от усредненных подходов и жестких предписаний
- Сконцентрировать усилия на конкретных проблемах конкретного ребенка
- Оценивать эффективность в долгосрочной перспективе
- Обеспечить необходимое и достаточное





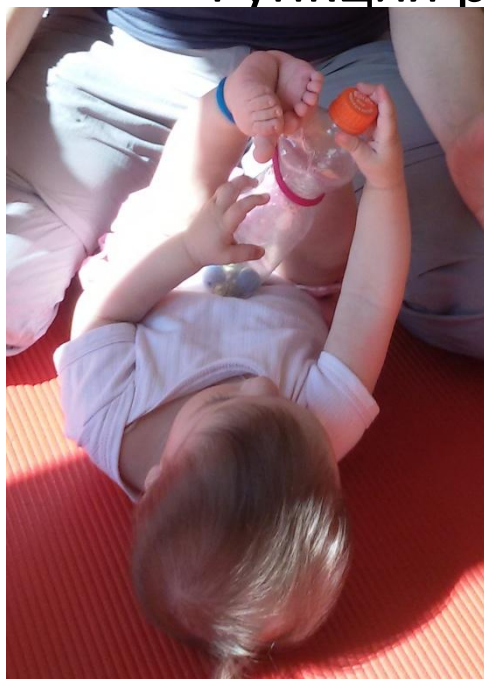
**Жизненно необходимо!**  
**Программа физического менеджмента**





**Жизненно необходимо!**  
**Увеличить время полезной активности**

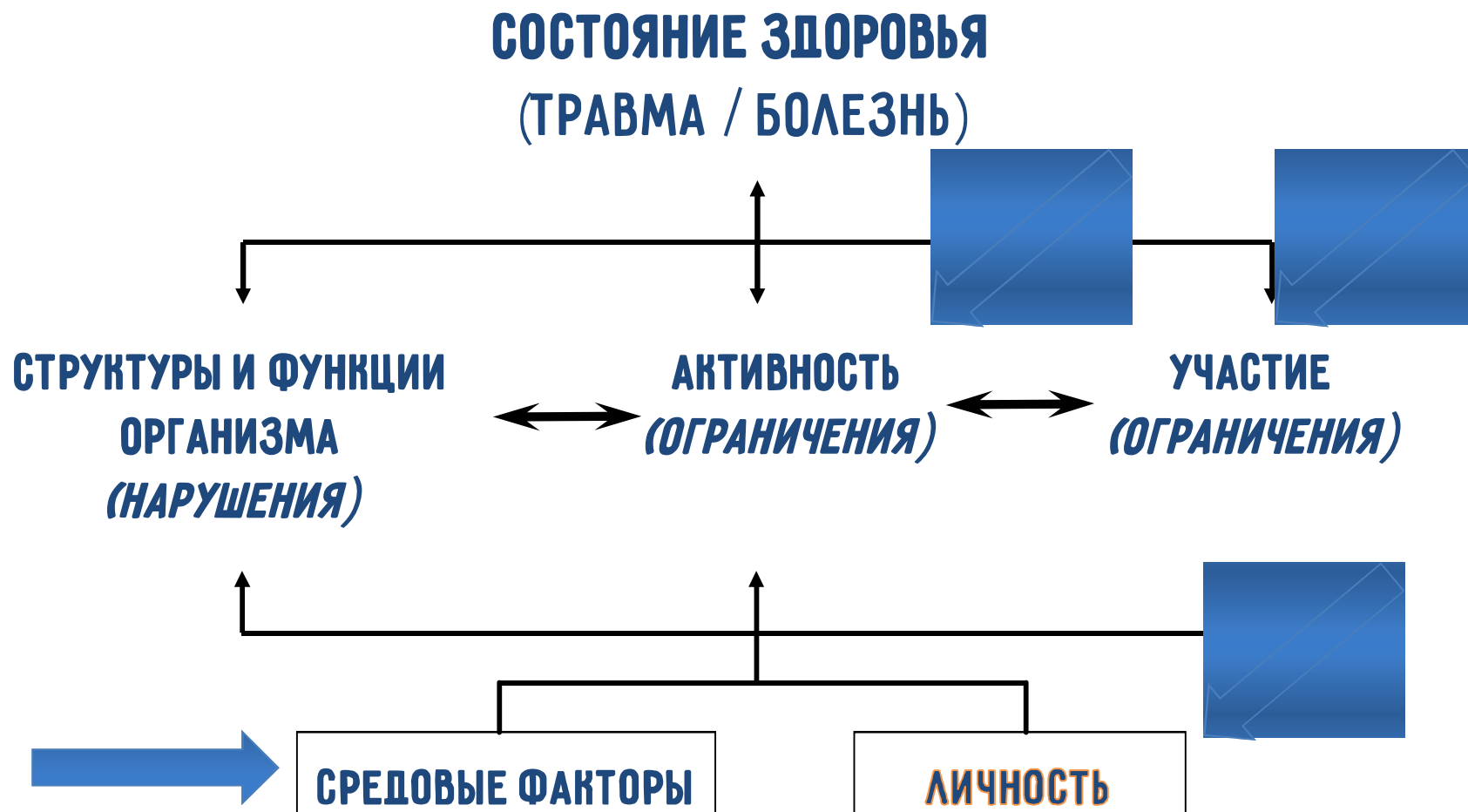
- Поза
- Двигательные переходы
- Перемещение
- Функция рук



**Активность, активность, активность!**



**Жизненно необходимо!**  
**Увеличить время полезной активности**





## Ресурсы

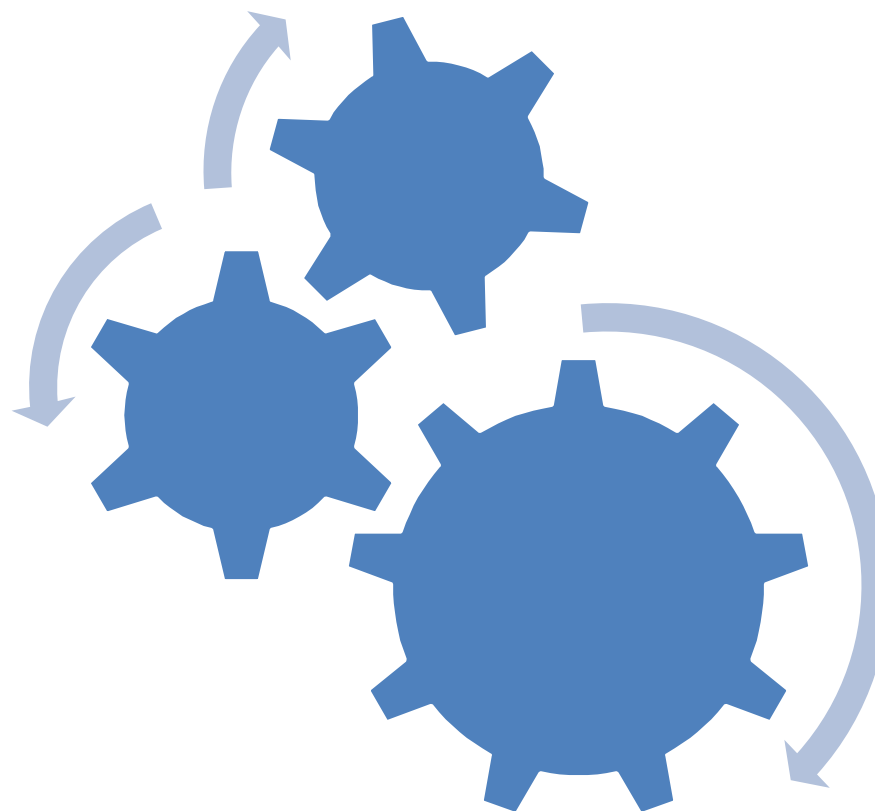
Ребенок

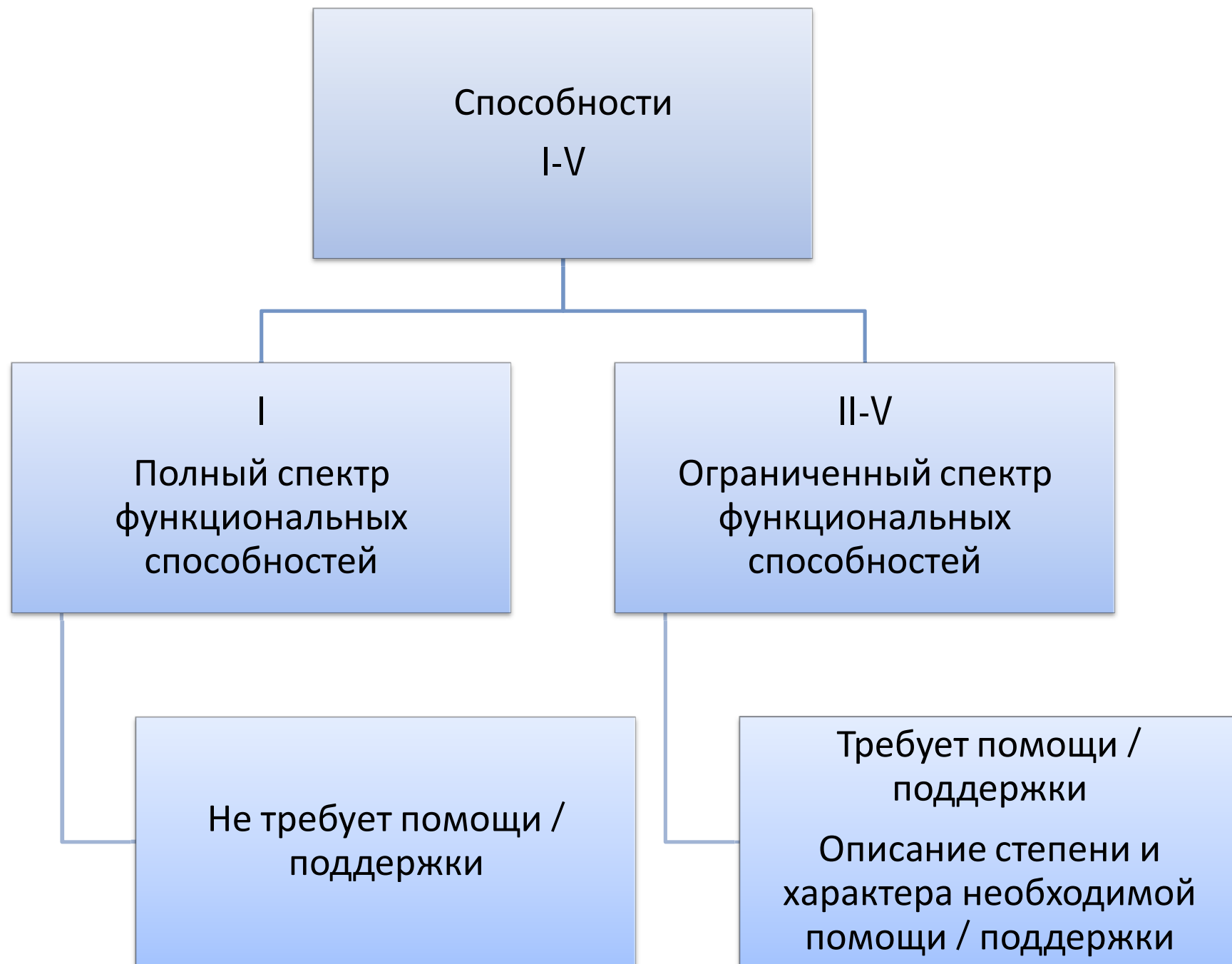
Персонал

Время

Режим дня

...





## Реабилитация / обучение движению

I	II	III	IV	V
<p>Улучшать качество движений</p> <p>Учим всему и даже больше, чем всему</p>	<p>Качество ходьбы (риск падений, скорость, выносливость, координация)</p> <p>Все навыки, для которых достаточно ходьбы</p>	<p>Равновесие сидя</p> <p>Перенос веса на ноги сидя и стоя</p> <p>Ходьба</p> <p>Функция рук</p> <p>Двигательные переходы: с пола на стул, сидя-стоя, в / из ТСП</p> <p>Много активного самостоятельного движения</p>	<p>Двигательные переходы в горизонтальной плоскости</p> <p>Равновесие сидя</p> <p>Перемещение на коляске</p> <p>Ползание, перекаты</p> <p>С помощью: переходы в положение сидя, переход в положение стоя, пересаживание</p> <p>Функция рук – опора на руку!!!</p>	<p>Учимся переносить позу / определенные ощущения, связанные с позиционированием и перемещениями</p> <p>Подъем головы в положении на животе / частичная опора на предплечья</p> <p>Контролируемые или частично контролируемые перевороты</p> <p>Пересаживание с помощью</p> <p>Смена положения тела при утомлении</p> <p>Осознание тела</p> <p>Функции рук – для коммуникации, игры, управления электрической коляской</p> <p>ТСП</p>

## Реаблитация / образ жизни

I	II	III	IV	V
Обычный	Обычный Профилактика!	Часто «выученная беспомощность» Много сидячего образа жизни  Профилактика!!!		Максимально активное включение в повседневную жизнь  Профилактика!!!

## Адаптивный спорт / оздоровительный спорт

I	II	III	IV	V
Перспективные спортсмены, могут быть трудности с классом	Плавание, скалолазание, горные / беговые лыжи, трайк – лимитируется только наличием и качеством ходьбы	Практически любые виды адаптивного спорта  <b>Сила мышц, участвующих в ходьбе!!!</b>	Бочче, боулинг, конный спорт, танцы на колясках, слалом на колясках, трайк МАРТ (англ)  <b>Кардио!!!</b>	МАРТ (англ) Простые дыхательные упражнения, перевороты, пересаживания с помощью сериями, ползание с помощью, эмоциональная нагрузка  <b>Кардио!!!</b>
Любые виды по интересам	Любые виды по интересам	Выбор зависит от нарушений	Выбор жестко лимитирован нарушениями	Выбор жестко лимитирован нарушениями
Обычные секции	Обычные секции	Адаптивный спорт	Адаптивный спорт	-



**Благодарю за внимание!**

**АНО «Физическая реабилитация»**

**www.physrehab.ru**

[spb@physrehab.ru](mailto:spb@physrehab.ru)

<https://www.facebook.com/physrehab?ref=hl>

<http://vk.com/physrehab>