



Кноль Екатерина Александровна

Врач-невролог, первый в России Войта-терапевт, сертифицированный МОВ (Международное общество Войты). Практика неврологом более 20 лет, Войта-терапия с 2014 года.

Редактор и соавтор перевода книги «Ребенок в Войта-терапии» Хайди Орт.

Книгу можно приобрести в интернет-магазине.

Для перехода сканируйте qr-код.



Войта-терапия для детей постарше

Зачем, кому и как долго? Эффективна ли Войта-терапия для детей после года, подростков и взрослых?

Бытует мнение, что Войта-терапия подходит только самым маленьким, и, если ей не занимались до года, то после уже поздно начинать...

Войта для детей 1+

Приходит дочь и жалуется: «Мама, мы сегодня с утра не сделали Войту, и у меня плохо ходят ножки!» — рассказывает мама одной из пациенток. Ее очаровательную шестилетнюю дочку я знаю уже не первый год. Малышка самостоятельно ходит, но из-за сильного тонуса в ногах есть ограничения. Мама делает Войту дважды в день, утром и после обеда, и каждое занятие облегчает девочке жизнь на следующие полдня.

В этом примере — вся суть Войты 1+.

Если до года, пока мозг максимально пластичен, мы ставим перед собой амбициозную цель вылечить малыша, нейтрализовать все последствия поражения центральной нервной системы или минимизировать их, то с возрастом задача ставится иначе: максимально улучшить качество жизни ребенка и родственников, которые за ним ухаживают.

К сожалению, если диагноз ДЦП уже стоит, а мозг уже закрепил неправильные связи и двигательные рисунки, говорить о полном излечении не приходится. Но на этом этапе у Войта-терапии важная роль — улучшить качество уже имеющихся навыков и поддерживать их, насколько это возможно: шестилетней малышке позволить лучше ходить, 16-летнему парню — самостоятельно принимать душ и одеваться, 30-летнему мужчине с ДЦП — принести из магазина сумку с продуктами. Это те мелочи, из которых складывается жизнь.

Бывает и так: пациенты занимались первый и второй год жизни, достигли определенных результатов, продвинулись вперед, но или устали самостоятельно заниматься, или решили попробовать другие методики и постепенно ушли от Войты. А через некоторое время замечают, что ребенок продвигается в развитии медленно, вошел в стагнацию, когда несколько месяцев или даже лет не происходит никаких изменений. Родители принимают решение вернуться к Войте, чтобы опять активировать и снова запустить процесс реабилитации. Да, на Войте можно улучшить уже достигнутые двигательные навыки.

А еще один важный момент — на фоне Войта-терапии все другие методики работают гораздо лучше и эффективнее.

Может быть масса причин того, что родители не начали Войта-терапию в первый год жизни: не знали, слышали негативные отзывы, не нашли в своем городе хорошего специалиста, были ограничения по здоровью. Но вдвойне обидно, когда имея возможность воспользоваться методикой, семья отказывается от нее из-за распространенного мифа: «Войта после года не работает». Это не так! Образование нервных связей и прокладка новых нейронных путей у нас происходит всю жизнь, до тех пор, пока существует связь между мозгом и телом. А значит, Войта тоже будет эффективна.

Особенности терапии для разных возрастов

Конечно, в каждой возрастной группе существуют свои нюансы. К примеру, возраст с двух до четырех лет — самый сложный для Войта-терапии. Чтобы получить нужные рефлексы, которые активируют правильные двигательные рисунки, нужно уложить пациента в определенное положение. А дети в этом возрасте уже достаточно сильные и крепкие, чтобы оказать сопротивление, но еще не очень хорошо понимают, для чего им нужно заниматься. Перед записью на курс лучше провести консультацию, посмотре-

треть, попробовать, позволит ли ребенок проводить с ним терапию. Если же в занятиях становится больше борьбы, чем терапии, то нужно подождать еще некоторое время. Как правило, после четырех-пяти лет дети осознают, что у них есть двигательные ограничения или сложности, уже сами хотят, чтобы их ноги или руки работали лучше, и активно участвуют в терапии.

Расскажу про один такой случай. Два года назад ко мне приехала семья из Чебоксар. С Олегом мы занимались с 11 месяцев и до двух лет и трех месяцев. Диагноз: ДЦП, спастический тетрапарез. Мы достигли того, что Олег научился активно ползать по-пластунски и стал выходить на четвереньки. После этого родители перешли на другие виды реабилитации, так как Олег стал большим, очень крепким, сильным, выражал явный негатив и оказывал сопротивление на занятиях. Его сестра-двойняшка здорова, и родители очень хотели, чтобы они пошли в школу вместе и учились в одном классе. Интеллект у Олега сохранен. Мы провели онлайн-консультацию, я оценила состояние Олега. На тот момент ему исполнилось шесть лет, он был абсолютно адекватен, готов к сотрудничеству и сам хотел достигнуть цели — ходить самостоятельно, пусть даже с помощью вспомогательных средств. Перед нами стояла задача улучшить контроль и равновесие тела, максимально активировать самостоятельную ходьбу.





Через год регулярных занятий Войта-терапией по два раза в день дома и со мной на коррекционных курсах (мы также подключили занятия на виброплатформе Галилео и терапию стоп по методу Барбары Цукунфт-Хубер), Олег мог самостоятельно ходить на небольшие расстояния, используя трехопорную трость или помощь сестры. А кресло-каталка ему нужно было только для преодоления больших расстояний.

Проблемы, решаемые Войта-терапией

К сожалению, бывают случаи, когда никакая терапия не способна поставить ребенка на ноги. Войта — не магия, а мы не волшебники.

Допустим, к трем-четырем годам малыш научился держать голову, пользоваться кистью, стоять в положении на локтях и удерживать приподнятой грудную клетку. Отличный результат! Но ребенок растет, становится тяжелее, и конечностям нужно больше сил на те же самые действия. Если не продолжать реабилитацию, может произойти регресс. Войта — прекрасная тренировка, которая помогает таким детям поддерживать достигнутые результаты, сохранить существующие навыки и приобрести новые.

Если ребенок полностью или в значительной степени обездвижен, со временем он может столкнуться с серьезными сопутствующими проблемами. Одна из них, пожалуй, самая распространенная и тяжелая — контрактуры, или

тугоподвижность суставов. В этом случае даже элементарное действие становится невыполнимой задачей. Поменять положение человека на кровати, усадить на кресло-каталку, умыться, подмыть — всему этому мешает сильнейшая спастика. Например, контрактура тазобедренных суставов мешает разведению ног и делает практически невозможной интимную гигиену.

На этом этапе поможет только оперативное лечение — разрезание сухожилий. Довольно тяжелая травматичная операция с длительным восстановлением. И беда в том, что она оказывает только временный эффект! Если профилактика отсутствует, проблема может вернуться.

Войта-терапия является эффективной профилактикой контрактур. Постоянная, пусть и пассивная, активация мышц через рефлекторную локомоцию (запуск правильных двигательных рисунков) сохраняет подвижность суставов, снижает выраженность спастики и не дает развиваться болевому синдрому.

А хронический болевой синдром у обездвиженных пациентов — настоящая беда. Он возникает на фоне асептического воспаления суставов. Активируя с помощью Войты нервную систему и заставляя мышечные волокна правильно сокращаться, мы минимизируем или полностью снимаем болевой синдром. А жизнь без боли — это совсем другая жизнь.

Еще одно тяжелое осложнение — сколи-



оз. Спастика никогда не бывает симметричной, с одной стороны она всегда выше, и без профилактики сколиоза позвоночник как бы стягивается в сторону большего тонуса. Чем длиннее тело ребенка, тем сильнее деформация. Межреберные пространства начинают сужаться, сдавливать легкое, а это может быть причиной тяжелых форм пневмонии. Нередко она становится причиной смерти ребенка.

Войта-терапия — отличная профилактика ортопедических осложнений! Это подтвердит мама еще одной моей пациентки. У семилетней девочки тяжелый паралич, она передвигается только по-пластунски, но позвоночник и суставы в прекрасной форме. Это большое достижение семьи и терапевтов и отличное доказательство эффективности Войты.

К сожалению, у пациентов с тяжелым поражением ЦНС нередко страдают не только двигательные функции, но и функции глотания, жевания и речи. Это связано с нарушением работы мышц лица и глотки, которые обладают очень сложной мелкой моторикой.

Нужно ли объяснять, как страдают в таких случаях сам больной и его близкие? А ведь даже глубоко обездвиженные люди могут быть частью социума, если способны говорить и принимать пищу. Инвалидное кресло не мешает насладиться семейным ужином или встречей с друзьями в ресторане. Но это становится практически невозможным, если нарушена функция

глотания и жевания, ведь тогда человек не может проглотить даже собственную слюну. Такие пациенты становятся абсолютными затворниками, проводят жизнь в компании только самых близких родственников или сиделки. А ведь у людей с подобными нарушениями очень часто сохранен интеллект!

Войта — эффективный инструмент для улучшения работы мышц лица и гортани. Представьте, насколько выше качество жизни человека, который может членораздельно разговаривать, спокойно прожевать и проглотить еду, пусть даже его кто-то кормит.

Еще одна проблема, с которой помогает справиться Войта — подтекание мочи при нарушении функции тазовых органов. Тоже очень серьезный социальный момент. Таких пациентов, как правило, сопровождает неприятный запах, он заставляет их изолироваться даже от самых близких. Войта-терапия способствует укреплению сфинктеров, помогает избежать капельных подтеканий и неприятного запаха. В этом, как и в предыдущем случае, мы решаем очень важную задачу: в разы улучшаем качество жизни человека, его физическое и психологическое здоровье.

Надеюсь, эти примеры помогут вам убедиться, что Войта — это эффективная терапия в любом возрасте. Главное — правильно ставить цели, регулярно заниматься, и результат не заставит себя ждать.