

Государственное автономное учреждение социального обслуживания населения Свердловской области «Комплексный центр социального обслуживания населения «Осень» города Первоуральска»

**«Социально-бытовая реабилитация
граждан пожилого возраста и инвалидов
посредством оккупационной терапии с
использованием многофункционального комплекса
«ДОН»**

Методическое пособие

Первоуральск, 2013

АВТОР

Жукова Е.В. - инструктор по труду. ГАУ СО «КЦСОН «Осень» города Первоуральска»

Методическое пособие социально-бытовой реабилитации граждан пожилого возраста и инвалидов посредством оккупационной терапии с использованием многофункционального комплекса «ДОН» // ГАУ «КЦСОН «Осень», Первоуральск, 2013

Согласовано:
Методическим Советом по социальной
реабилитации в государственных
учреждениях социального
обслуживания населения
Свердловской области
протокол № 1
от « 11 » апреля 2014 г.

УТВЕРЖДАЮ:
Директор ГАУ «КЦСОН "Осень"»
_____/Л.И.Сосунова/
« ____ » _____ 20 г.

Согласовано:
Научно-методическим Советом
ГБУ СО «Областной центр
Реабилитации инвалидов»
Протокол № 8
от «15» ноября 2013 г.

Содержание

Введение.....	5
Используемые в методическом пособии термины	8
Упражнения для оккупационной терапии с использованием многофункционального комплекса «ДОН».....	10
Заключение.....	17
Список использованной литературы.....	18

Введение

В любом обществе существует немалая доля людей, чьи возможности в сохранении независимого образа жизни ограничены. Вследствие различного рода травм, врожденных или приобретенных заболеваний, в силу возрастных изменений может наблюдаться утрата или ослабление различных функций организма (двигательных, сенсорных и т.д.).

Раздел медицинской, социальной и психолого-педагогической деятельности, предусматривающий деятельность по облегчению ухода за собой, проведения досуга и выполнения трудовых обязанностей, называется оккупационной терапией (от англ. occupation - занятие).

Термин "оккупационная терапия" происходит от англ. occupational therapy - лечение занятием. Оккупационная терапия (ОТ) предусматривает деятельность, направленную на реабилитацию лиц, которые по состоянию здоровья нуждаются в помощи при уходе за собой, проведении досуга и выполнении трудовой деятельности. Все эти виды занятий объединяются в понятие **оккупационной деятельности**. Работа специалистов по ОТ направлена на помощь лицам, чья оккупационная деятельность страдает вследствие травмы или заболевания, психических или эмоциональных нарушений, врожденных или приобретенных заболеваний, либо в результате возрастных изменений.

В процессе реабилитации специалист оценивает также психологические, социальные и экологические факторы, которые оказывают влияние на клиента.

Объектом ОТ являются люди, нуждающиеся в восстановлении и нормализации оккупационной деятельности. При этом проявление клинических нарушений рассматривается только с учетом взаимосвязи с оккупационной деятельностью.

Оккупационная терапия необходима взрослым, испытывающим проблемы, обусловленные следующими причинами:

- профессиональными травмами, включая ампутации, повреждение руки, ожоги;
- сердечно-сосудистыми заболеваниями, включая инфаркт миокарда, и периферийными сосудистыми заболеваниями;
- неврологической дисфункцией, включая опухоли мозга, склероз.

ОТ для клиентов с этими и другими подобными проблемами позволяет:

- увеличить возможности для самостоятельного функционирования в ежедневных занятиях, требующих применения физических, социальных и когнитивных навыков;
- расширить функции с использованием терапевтической деятельности или реабилитационных технологий, включая протезирование;
- помочь в поддержании и развитии выносливости с применением техники консервации энергии и упрощения работы;

- обеспечить средства и технологии, компенсирующие недостаточность функций;
- развить приемлемые навыки решения проблем и управления жизненными ситуациями.

Одним из важных средств оккупационной терапии является многофункциональный комплекс «ДОН», разработанный академиком Российской Академии медико-технических наук, заслуженным деятелем науки РФ, доктором медицинских наук, профессором П. Я. Фищенко.

Многофункциональный комплекс «ДОН» - универсальное устройство, состоящее из мобильного, передвижного шкафа-тумбы и набора из 11-ти различных стендов, планшетов, панелей, используемых для лечебно-оздоровительных и развивающих занятий.

Многофункциональный комплекс «ДОН» рассчитан на развитие физических и интеллектуальных навыков у различных групп клиентов, предназначен для использования в любых условиях, так как не требует специального помещения, подключения к электросети. Устройство безопасно, не утомительно, разнообразно, представлено в игровой форме, увлекающей как взрослых, так и детей.

Многофункциональный комплекс «ДОН» рекомендован для проведения индивидуальных и групповых занятий с детьми и взрослыми.

В ходе проведения занятий с использованием многофункционального комплекса «ДОН» следует учитывать:

- при появлении первых симптомов утомления руки необходимо сделать перерыв или переключиться на другой элемент комплекса, рассчитанный на нагрузку других мышц;

- при быстром утомлении, особенно в начале курса занятий, необходимо перейти на короткий сеанс вплоть до одного однотипного движения за сеанс, увеличив число сеансов, а затем постепенно – и их продолжительность.

Цель занятий:

способствовать повышению эффективности социально-бытовой реабилитации клиентов через восстановление сенсомоторных функций на занятиях оккупационной терапии с помощью многофункционального комплекса «ДОН».

Задачи:

- улучшить сенсомоторную активность, увеличить гибкость и подвижность суставов;
- стимулировать иммунную систему, активизировать кровообращение;
- развивать мелкую моторику, элементарные бытовые, технические и интеллектуальные навыки, с помощью многофункционального комплекса «ДОН».

Ожидаемым результатом является:

- улучшение гибкости и подвижности суставов, чувствительности;
- улучшение кровообращения, восстановление деятельности поврежденных конечностей;
- облегчение восприятия, улучшение когнитивной функции;
- восстановление элементарных бытовых, технических и интеллектуальных навыков, улучшение мелкой моторики.

Используемые в методическом пособии термины

Оккупационная терапия — терапия повседневными занятиями — профессиональная деятельность, существующая в большинстве стран мира, которой отводится важное место в работе команды специалистов социальной работы, здравоохранения, образования.

Occupational therapy (англ.) — интегральная часть комплексной программы медицинской, социальной и психолого-педагогической реабилитации.

Инвалид - лицо, имеющее нарушение здоровья со стойким расстройством функций организма, обусловленное заболеваниями, последствиями травм или дефектами, приводящее к ограничению жизнедеятельности и вызывающее необходимость его социальной защиты.

Инвалидность - социальная недостаточность вследствие нарушения здоровья со стойким расстройством функций организма, приводящая к ограничению жизнедеятельности и необходимости социальной защиты.

Здоровье - состояние полного физического, душевного и социального благополучия, а не только отсутствие болезни или анатомических дефектов.

Нарушение здоровья - физическое, душевное и социальное неблагополучие, связанное с потерей, аномалией, расстройством психологической, физиологической, анатомической структуры или функции организма.

Ограничение жизнедеятельности - отклонение от нормы деятельности человека вследствие нарушения здоровья, которое характеризуется ограничением способности осуществлять самообслуживание, передвижение, ориентацию, общение, контроль за своим поведением, обучение и трудовую деятельность.

Социальная недостаточность - социальные последствия нарушения здоровья, приводящие к ограничению жизнедеятельности человека и необходимости его социальной защиты или помощи.

Социальная защита - система гарантированных государством постоянных и (или) долговременных экономических, социальных и правовых мер, обеспечивающих инвалидам условия для преодоления, замещения (компенсации) ограничений жизнедеятельности и направленных на создание им равных с другими гражданами возможностей участия в жизни общества.

Социальная помощь - периодические и (или) регулярные мероприятия, способствующие устранению или уменьшению социальной недостаточности.

Социальная поддержка - одноразовые или эпизодические мероприятия кратковременного характера при отсутствии признаков социальной недостаточности.

Реабилитация инвалидов - процесс и система медицинских, психологических, педагогических, социально-экономических мероприятий, направленных на устранение или возможно более полную компенсацию ограничений жизнедеятельности, вызванных нарушением здоровья со стойким расстройством функций организма. Целью реабилитации являются восстановление социального статуса инвалида, достижение им материальной независимости и его социальная адаптация.

Синкинезия 1. Вообще – непроизвольное движение одной части тела, которое возникает одновременно с произвольным движением другой части.

2. Специальное значение – непроизвольное движение здоровой мышцы, сопровождающее попытку движения парализованной мышцы с противоположной стороны тела.

Контрактура - ограничение подвижности сустава, обусловленное патологическими изменениями мягких тканей, которые связаны с функцией данного сустава.

Инсульт — клинический синдром, представленный очаговой и/или общемозговой неврологической симптоматикой, развивающийся внезапно по причине острого нарушения мозгового кровообращения, сохраняющийся не менее суток или заканчивающийся летальным исходом в течение этого срока. К инсультам относят инфаркт мозга, кровоизлияние в мозг и субарахноидальное кровоизлияние

Черепно-мозговая травма— представляет собой повреждение костей черепа или мягких тканей, таких как ткани мозга, сосуды, нервы, мозговые оболочки. Выделяют две группы черепно-мозговых травм — открытые и закрытые.

Супинация - кисти обращены ладонями вверх.

Пронация – кисти обращены ладонями вниз.

Упражнения для оккупационной терапии с использованием многофункционального комплекса «ДОН»



Многофункциональный комплекс «ДОН» позволяет проводить широкий комплекс упражнений для развития мелкой моторики, элементарных бытовых и технических навыков. Способствует развитию логического и абстрактного мышления, координации движений, формированию представления о таких понятиях как форма, размер и цвет.

Стол-тумба снабжён одним выдвижным и двумя откидными столиками, что позволяет проводить занятия одновременно с несколькими клиентами.

В состав комплекса «ДОН» входит набор из 11 стендов (планшетов): лабиринт, штатив, каток, панель, лесенка, пульт, дуга, мозаика, горка, шашки, линейка.

Дополнительно для проведения занятий можно использовать:

- Сыпучие продукты (крупы, бусы, пуговицы)
- Прищепки, линейку
- Кубики
- Мягкий мячик
- Массажный мячик
- Материалы для восстановления тактильных ощущений (шелк, кожа, мех)
- Карандаш с резинкой на конце
- Стенд с бытовыми предметами для отработки захватов

Обратную связь о состоянии после оккупационной терапии дает сам клиент. Формой обратной связи может служить беседа, опросники, заполнение анкет.

Упражнение 1 - «Лабиринт»



Исходное положение: предплечье лежит на твёрдой горизонтальной поверхности. Устройство применимо как в положении больного сидя, так и лёжа. Занятие можно выполнять с открытыми или с закрытыми (завязанными) глазами.

- Захватить ручку стержня, можно использовать разные пары пальцев, положение кисти ладонью кверху, либо книзу, противопоставлять пальцы, осуществляя точные движения.

Планшет рассчитан: на развитие чёткости, уверенности движений руки при письме, внимания, объёма сгибания и разгибания в локтевом, и сгибания и отведения в плечевом суставах после травм, операций, при заболеваниях центральной и периферической нервных систем.

Упражнение 2 – «Штатив»



На 4-х резьбовых стержнях поочерёдно прокатывать гайку. Начинать упражнение с гаек большего диаметра, постепенно увеличивая нагрузку на мышцы, осуществляющих мелкую моторику кисти.

Планшет рассчитан: на развитие мелкой моторики, противопоставляя пальцы развивается тактильная чувствительность, тонкая двигательная

активность в пальцах кисти, для разработки сгибательных движений в межфаланговых и лучезапястном суставах, начальных сгибательных и разгибательных движений в локтевом суставе.

Упражнение 3 – «Каток»



По липкой дорожке прокатывать валик ладонью, всеми пальцами, двумя или одним пальцем. Диаметр и форма валика позволяет варьировать нагрузку.

Планшет рассчитан: на разработку супинации и пронации предплечья, тыльного и ладонного сгибания, мелкой моторики кисти, противопоставляя пальцы развивается тактильная чувствительность, тонкая двигательная активность в пальцах кисти;

На тренировку мышц плечевого пояса, плеча, предплечья и кисти, для устранения сгибательных контрактур в суставах.

Упражнение 4 – «Панель»



На резьбовые стержни, закреплённые на панели, нужно навинчивать гайки, соответствующего диаметра. Во время выполнения упражнения необходимо противопоставлять пальцы.

Ожидаемый результат: улучшение мелкой моторики, внимания, логического мышления, развитие тактильной чувствительности, тонкой двигательной активности в пальцах.

Упражнение 5 – «Лесенка»



Поочерёдно или одновременно переступать пальцами со ступеньки на ступеньку. Конструкция из ступенек обеспечивает удобную опору для каждого пальца, её можно устанавливать боковой или задней поверхностью к пациенту. При усилении давления пальцев на опору возрастает степень тренировки мелких мышц кисти, сгибателей пальцев.

Ожидаемый результат: развитие движений межфаланговых, лучезапястных, локтевых и плечевых суставов.

Упражнение 6 – «Пульт»



Используя бытовые приспособления (оконный и форточный шпингалеты, вентиль, запор цепочка и др.), закреплённые на планшете противопоставлять пальцы, осуществляя движения.

Планшет рассчитан: на развитие памяти, бытовых навыков, координации, внимания, мелкой моторики, супинационных и пронационных движений в локтевом и плечевом суставе (если пульт висит на стене);

на развитие функций всех групп мышц руки и разработку тонких движений в период восстановления при последствиях травм, врождённых и приобретённых деформациях суставов, после фиксации гипсовой повязки;

на улучшение тактильной чувствительности, тонкой двигательной активности в пальцах кисти.

Упражнение 7 – «Дуга»



Упражнение можно выполнять сидя за столом или лёжа.

По дугообразной траектории перемещать кольца в разной последовательности. Можно использовать разные пары пальцев, вверх либо вниз ладонью.

Ожидаемый результат: развитие движений поворота кисти, разработка тыльного и ладонного сгибания и разгибания в лучезапястном суставе, сгибания и разгибания, супинации и пронации в локтевом суставе, наружной ротации в плечевом суставе, функции противопоставления, вырабатывает концентрацию внимания, координацию движений.

Упражнение 8 – «Мозаика»



Подбор и перестановка призматических стержней по цвету и длине. При выполнении упражнения необходимо противопоставлять пальцы, осуществлять захват двумя или тремя пальцами.

Планшет рассчитан: на развитие основных функций кисти, функции супинации кисти до срединного положения, интеллекта, внимания.

Упражнение 9 – «Горка»



Исходное положение рук на поверхности стола – горизонтальное, при котором достигается расслабление мышц плечевого пояса и рук. По наклонному стенду с зубчатой опорой прерывисто или ступенчато перемещать штангу. После каждого фрагментарного толчкообразного движения рук делать отдых. Захват рукояток штанги производится от себя либо на себя, т. е. предплечья и кисти находятся в положении либо пронации, либо супинации.

Супинация - кисти обращены ладонями вверх.

Пронация – кисти обращены ладонями вниз.

Планшет рассчитан:

на отработку функции постепенного сгибания в плечевых суставах, разгибания в локтевых суставах, работают мышцы плечевого пояса и рук;

на развитие концентрации внимания, способствует умению чередовать напряжение и расслабление.

Устройство применяют при удовлетворительном интеллекте и при отсутствии тяжёлых необратимых изменений опорно-двигательного аппарата, при повреждениях центральной и периферической нервной системы, плечевого пояса, рук.

Упражнение 10 – «Шашки»

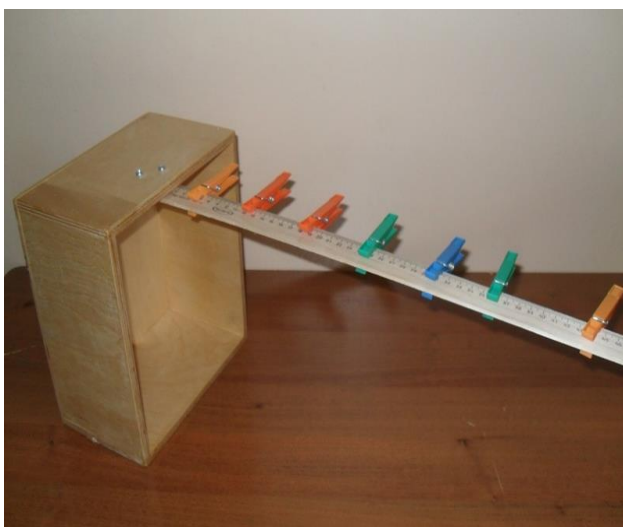


Исходное положение: предплечье лежит на столе. Петля, закреплённая на кубике (шашке), надевается на любую из фаланг пальца в зависимости от поставленной задачи. Ладонь может располагаться как сверху, так и снизу. Преодолевая силу сцепления соприкасающихся поверхностей кубика (шашки) и доски, осуществлять передвижение: поставить кубик за кубиком в горизонтальный, вертикальный, диагональный ряды, на клетки одного цвета.

Ожидаемый результат:

разработка разгибания пальцев и кисти;
развитие точности попадания пальцем в петлю, кубиком на конкретную клетку, знания цветовых различий, концентрации внимания и координации при различных заданиях;
применяется для тренировки двуглавой и трёхглавой мышц плеча и мышц плечевого пояса.

Упражнение 11 – «Линейка»



Линейка должна быть закреплена на основе вертикально, на ней разместить съёмные передвижные клипсы (прищепки):

- Передвигать клипсы вверх, затем вниз. Шкала позволяет дозировать шаг движения в указанных суставах. Клипсами отметить исходное и завершающее положение руки.
- При повороте устройства вокруг вертикальной оси на 45, 90 градусов к тренировке подключаются мышцы, осуществляющие тыльное (клипса перед линейкой) и ладонное (клипса за линейкой) сгибание в лучезапястном суставе.
- При выполнении упражнения руку располагать ладонью вверх, либо вниз

Ожидаемый результат: разработка движений в плечевом, локтевом суставах, оценить успех лечения по степени поднятия руки.

Устройство применимо при контрактурах посттравматических, неврологических расстройствах как центральных (ДЦП, черепно – мозговая травма, сосудистые нарушения), так и периферических с наличием исходных минимальных самостоятельных движений в суставах верхней конечности.

Заключение

Использование на занятиях оккупационной терапии многофункционального комплекса «ДОН» позволяет:

- улучшить сенсорику и моторику;
- увеличить мобильность, силу и выносливость;
- затормозить или предупредить дегенеративные эффекты старения или функциональных затруднений;
- увеличить самостоятельность в повседневной деятельности и связанные с ней навыки самообслуживания;
- обеспечить адаптирующее оборудование, чтобы поддержать или усилить функциональную независимость;
- справиться с изменениями и потерями, сопутствующими пожилому возрасту;
- найти ресурсы в социальном окружении.

Список использованной литературы

1. Амосов Н.М., «Раздумья о здоровье», Средне-Уральское книжное издательство, 1987.
2. Митрофанова Н.А., Сухова Л.С.. Реабилитация лиц с ограниченными возможностями здоровья. – М.
3. Программа по оккупационной терапии // «Областной центр реабилитации инвалидов», г. Екатеринбург.
4. Роберт Те, «5 минут массажа ежедневно» ООО Попурри, Минск, 1999.
5. Рузина М.С., Афонькин С.Ю. , «Страна пальчиковых игр» КРИСТАЛЛ, Санкт-Петербург, 1997.
6. Столярова, А.С. Кадыков, «Справочник по ЛФК» СОЮЗ, Санкт-Петербург, 2001.
7. Яхно Н. Н., Штульман Д. Р. и Мельничук П. В. Болезни нервной системы - М.: Медицина, 1995. - Т. 1. - 653 с.
8. <http://rosspolit.ru/category/socialnaya-politika/rabota-s-invalidami>
9. <http://www.medcurator.ru>
10. <http://www.7gy.ru/content/view/1096/124/>
11. <http://www.min-reabilit.ru>