

**Горбунова Е.А., Косарева А.Н.**  
**Научный руководитель: ст. преп.**  
**Архипова Е.В.**

*Белгородский государственный технологический  
университет им. В.Г.Шухова*

## **ИППОТЕРАПИЯ ПРИ ЗАБОЛЕВАНИЯХ ОПОРНО- ДВИГАТЕЛЬНОГО АППАРАТА**

В настоящее время заболевания опорно-двигательного аппарата выступают на первое место среди ВУЗов нашей страны. И в Белгородском государственном технологическом университете им. В.Г.Шухова заболевания опорно-двигательного аппарата лидируют. Одним из методов восстановления нарушенных функций при заболеваниях опорно-двигательного аппарата является **метод лечебной физической культуры** – иппотерапия.

*«Иппотерапия»* – физиотерапевтическое лечение, основанное на нейрофизиологии, использующее лошадь и верховую езду. Предписывается терапевтами, выполняется при содействии физиотерапевтов, получивших специальное образование **(не проводится в РФ)**. Данный метод лечения был признан Немецкой физиотерапевтической ассоциацией (Deutsche Verband fur Physiotherapie – Zentrivverband der Krankengymnasten). Это эффективный **метод лечения** и реабилитации при различных тяжелых, серьезных заболеваниях: опорно-двигательного аппарата, полном и частичном параличе конечностей, нарушении координации, аутизме, некоторых формах шизофрении, алкоголизме, сердечно-сосудистой системы, желудочно-кишечного тракта и множестве других. Благоприятное воздействие верховой езды на больных и раненых было известно еще в глубокой древности. Об этом свидетельствуют записи в трудах античных медиков, врачей в средние века и в более поздние времена. Однако настоящий интерес к этому феномену стал проявляться лишь в середине 20-го века, почти одновременно во многих развитых странах мира. Вскоре иппотерапия получила всеобщее признание, как высокоэффективный метод лечения и реабилитации при многих тяжелых и серьезных недугах. В сущности, иппотерапия – есть не что иное, как форма лечебной физкультуры (ЛФК), где в качестве инструмента реабилитации выступают лошадь, процесс верховой езды и физические упражнения, выполняемые человеком во время верховой езды. [1]

Лечебная верховая езда оказывает комплексное воздействие на организм: улучшает физическое состояние, нормализует деятельность нервной системы, укрепляет уверенность в своих силах, способствует улучшению осанки, снятию заторможенности и патологических нарушений движения, облегчению нормальных автоматических реакций и улучшению сенсорно-моторной восприимчивости. Лошадь (*hippos* – греч.) при движении шагом выступает в роли «терапевтического посредника» для всадника, передавая двигательные импульсы, аналогичные движению человека при ходьбе. Лошадь передает пациенту от 90 до 110 разнонаправленных двигательных импульсов в минуту. Данное двигательное воздействие вызывает ответную реакцию пациента, которая помогает физиотерапевту физиологично корректировать двигательную активность больного. На основе стимуляции реакций, направленных на удержание равновесия, решаются следующие задачи: нормализация мышечного тонуса, координация движений, укрепление мышц, достижение двигательной симметрии. Лечение применяется к пациентам со следующей симптоматикой: нарушения со спастическими и гипотоническими атаксическими компонентами, наряду с нарушениями правильной двигательной активности туловища, головы, рук и ног. **Координация туловища в положении сидя верхом на лошади при ее движении вперед оказывает реабилитационное воздействие на походку пациента.**

Регулярные занятия лечебной верховой ездой (ЛВЕ) благотворно влияют на весь организм в целом, нормализуя деятельность центральной нервной, сердечно-сосудистой и пищеварительной систем. **Показано**, что такие занятия снижают порог судорожной готовности мозга.

Особенно эффективной и действенной ЛВЕ оказалась в реабилитационной практике с детьми, страдающими такими тяжелыми, практически неизлечимыми заболеваниями, как детский церебральный паралич, олигофрения (синдром Дауна), ранний детский аутизм. Наблюдаемые терапевтические эффекты напрямую связаны с чудесным, уникальным свойством иппотерапии одновременно оказывать положительное воздействие на физическую, интеллектуальную и психосоциальную сферу человека. Все пациенты очень охотно занимаются иппотерапией. Интерес к лошади, восхищение ее красотой и силой свойственны практически каждому из нас. Радость же детей, обремененных тяжелыми недугами и лишенных обычных детских забав и игр со сверстниками, при встрече и общении

с этим прекрасным животным трудно переоценить, надо увидеть это! Отсюда тот устойчивый положительный эмоциональный фон, который сопровождает занятия по иппотерапии и который сам по себе уже целебен. [2]

В процессе верховой езды в работу включаются все основные группы мышц тела. Это происходит на рефлекторном уровне, поскольку сидя на лошади, двигаясь вместе с ней, пациент инстинктивно старается сохранить равновесие, чтобы не упасть с лошади и тем самым побуждает к активной работе как здоровые, так и пораженные мышцы, не замечая этого. **Механизм воздействия иппотерапии на организм человека тот же, что и у любой другой формы ЛФК. Под влиянием физических упражнений отмечается усиление функции вегетативных систем.**

В нашей стране этот метод появился лишь в начале девяностых годов и на 20 лет позднее чем на Западе. Россияне за одно десятилетие сумели практически догнать своих зарубежных коллег и даже сказать свое слово, чем завоевали авторитет и уважение на международном уровне. Уже осенью 1991 года в Москве был организован первый реабилитационный Центр, использующий иппотерапию, и приглашены на занятия первые пациенты. 1994 году в Москве прошла первая Всероссийская международная конференция по иппотерапии. В ней участвовали представители Франции, Великобритании, Польши, Грузии, Белоруссии. В том же году россияне заключили долгосрочный договор с Тбилисской медицинской академией, которая уже имела более чем пятилетний опыт преподавания основ иппотерапии, о последипломном обучении будущих специалистов РФ. В Москве, на территории Центрального Московского ипподрома (ЦМИ) в настоящее время работают две организации применяющие метод иппотерапии. Организации осуществляют свою деятельность в рамках попечительского договора заключенного 26 апреля 1999 года Центральным Московским ипподромом и Общественным Объединением Помощи Инвалидам «Геронт» (Реабилитационный экокентр «Солнечный Мир») сроком на 5 лет. [3]

В Белгороде на базе Белгородского государственного университета в апреле 2001 года была создана конноспортивная школа. Деятельность конноспортивной школы направлена на развитие и популяризацию конного спорта, решение основных задач по привлечению разновозрастного контингента жителей города к занятиям верховой ездой, всесторонне-гармоничному развитию детей, укреплению здоровья и психологической разгрузки в процессе общения с

животными, а также на эффективное восстановление двигательных функций безнадежных пациентов.

Правильно обученная лошадь дает возможность даже тяжело больному человеку сразу почувствовать результат своей работы. **Находясь в седле, управляя одновременно собой и конем, взрослый или ребенок учится саморегуляции.** При этом достигаются следующие эффекты: **развитие вестибулярной функции равновесия в процессе балансирования всадника на коне под влиянием колебаний,** которые идут от спины движущегося коня в 3-х взаимно перпендикулярных направлениях. При этом задействуются практически все группы мышц спины, туловища и конечностей, способствуя развитию адекватной реципрокной иннервации; снижения спастичности мышц бедер и увеличения разведения ног в тазобедренных суставах. Это объясняется тем, что температура тела коня на 1,50-1,70 выше человеческой, при этом движения мышц спины движущегося коня разогревают и массируют спастические мышцы ног всадника; формирование нормального постурального механизма как основы для выполнения любых двигательных актов, что возможно только при нормальном мышечном тоне и, в свою очередь, гарантирует физиологическую основу мышечного тонуса и, таким образом, способствует формированию адекватного двигательного стереотипа; нормализация психического состояния ребенка в результате общения с живым организмом – конем, управление которым формирует ощущение победы, независимости, собственной могущественности. **С этого взгляда иппотерапию можно рассматривать как один из методов лечения, направленных на воспитание синдрома мотивации – желание самостоятельно стоять и ходить, что у многих людей ослаблено или отсутствует.**

Владение навыками верховой езды дает возможность перейти от чувства зависимости к новому ощущению – ощущению человека, управляющего большим животным, направляющего его в необходимую для себя сторону. **Чуткость к движениям лошади тренирует реакции, умение управлять ею дает навык оценки ситуации и влияния на нее, доверие к лошади распространяется на доверие к людям, с которыми больной человек взаимодействует.** Таким образом, в процессе реабилитации происходит последовательный перенос приобретенных физических, коммуникативных и прочих навыков из ситуации верховой езды в повседневную жизнь. В силу перечисленных возможностей

иппотерапия создает поистине уникальную, комплексно воздействующую на пациента лечебную и развивающую ситуацию. [4]

В соответствии с целями и задачами конноспортивная школа осуществляет учебно-воспитательную, спортивную и оздоровительную деятельность. В настоящее время в конноспортивной школе занимается более 80 человек. Учебно-тренировочную работу осуществляют: две группы начальной подготовки, две спортивно-оздоровительные группы (прокат). Занятия верховой ездой проводятся по общей программе подготовки всадника с выявлением перспективных детей для дальнейших занятий спортом.

Говорят, в новую конюшню стали захаживать люди, которые вовсе не нуждаются в восстановлении функций опорно-двигательного аппарата. Мол, им попросту захотелось освоить навыки верховой езды, чему здесь могут обучить любого желающего. А может, «детей» прогрессивной эпохи влечет сюда нечто иное: ведь специалисты утверждают, что лошадь снимает любой стресс и учит преодолевать страх.

#### БИБЛИОГРАФИЧЕСКИЙ СПИСОК:

- 1 *Джосвик Ф.* Вопросы и ответы. Пособие по терапевтической верховой езде/Ф.Джосвик. – М.: Изд-во МККИ, 2000. – 268 с.
- 2 *Спинк Д.* Развивающая лечебная верховая езда/Д.Спинк. – СПб: Изд-во Человек, 2001. – 212 с.
- 3 *Хенн Х.* Лошадь в психотерапии, иппотерапии и лечебной педагогике/Х. Хенн. – М.: Изд-во МККИ, 2003. – 376 с.
- 4 *Штраус И.* Иппотерапия. Нейрофизиологическое лечение с применением верховой езды/И.Штраус. – М.: Изд-во ИРПО, 2000. – 240 с.