



Важно!

①

Всех детей, которые не могут сделать 10 шагов к возрасту 30 месяцев, необходимо обследовать 1-2 раза в год до достижения 7-летнего возраста для выявления подвывиха или вывиха бедра (рентгенография тазобедренных суставов).

②

При выявлении смещения головки бедренной кости более, чем на 14% в 30 месяцев, программу физического менеджмента необходимо распространить и на ночь.

③

Детям, которые не могут стоять к 5-ти годам, необходима рентгенография позвоночника как минимум в 5 и 10 лет.

ФИЗИЧЕСКИЙ МЕНЕДЖМЕНТ ИЛИ ПРОФИЛАКТИКА ВТОРИЧНЫХ НАРУШЕНИЙ

Буклет разработан в рамках
проекта «Стратегии ресурсной
поддержки родителей в практике
оказания ранней помощи детям
с тяжелыми множественными
нарушениями развития»
при поддержке Фонда
президентских грантов.

Разработчики:



Голикова А.А.
специальный педагог



Банникова М.С.
эрготерапевт

Ассоциация детских психологов
и специальных педагогов в помощь детям
с особенностями развития «Содействие»

Тула, ул. Тургеневская, 50, оф. 416
Тел. 8 (915) 784-40-00
www.sodeystvie_np
sodeystvie_np@mail.ru



На людей с двигательными нарушениями, как и на нас всех, постоянно действуют сила тяжести и сила реакции опоры. При неправильном подборе позы и нерегулярной смене поз в течение дня (каждые 1,5-2 часа с использованием техник безопасного перемещения) действие этих сил становится разрушительным и, как следствие, **начинают развиваться вторичные осложнения.**

К ним относятся:

- 1 Контрактуры или ограничения подвижности в суставах;
- 2 Деформации;
- 3 Вывихи и подвывихи суставов;
- 4 Остеопороз;
- 5 Повреждения мягких тканей (пролежни);
- 6 Респираторные инфекции;
- 7 Инфекции мочевыводящих путей;
- 8 Запоры.

Вторичные нарушения являются источником боли, дискомфорта, резкого снижения активности и качества жизни человека. Кроме того, их развитие сильно повышает стоимость ухода за человеком с инвалидностью и снижает эффективность всех видов лечения и помощи.

Для профилактики возникновения вторичных осложнений применяется **программа физического менеджмента** - вписывание реабилитационных процедур в повседневную жизнь.



Данная программа должна учитывать:

- 1 Риск формирования осложнений;
- 2 Время, в течение которого действуют факторы риска, и время, в течение которого мы проводим профилактические мероприятия;
- 3 Имеющиеся ресурсы помощи.

Физический менеджмент включает в себя:

- 1 Подбор правильных поз в течение дня;
- 2 Обеспечение адекватной нагрузки на скелет;
- 3 Смена положения тела в течение дня;
- 4 Еда и питье только в положении сидя или полужёжа на высоком изголовье;
- 5 Использование ортопедических приспособлений;
- 6 Растяжки;
- 7 Максимально возможный уровень физической активности.