

## Физкультурно-оздоровительный центр «АДЕЛИ-ПЕНЗА»

### Информационная карта

Имя и фамилия: Шентяев Захар                      год рождения: 05.10.2009

Диагноз: ДЦП.

Предварительный осмотр показал, что ребенок садится самостоятельно из положения лежа, стоит, ходит самостоятельно, плохо разгибает колени, не переносит вес с ноги на ногу. Встаёт на четвереньки, ползает в четвереньках реципрочно, раскрывая кисть.

Наблюдается нарушение походки. Повышение мышечного тонуса в верхних и нижних конечностях (грубее справа). Наряду с этим, отмечается слабость мышц брюшного пресса, спины, ягодиц. Спина кифозирована.

Сколиоз. На коленях стоит, встаёт с высоких колен. Бедра и колени приведены и ротированы внутрь (грубее справа). Плоско - вальгусная деформация, при ходьбе постановка стопы на варус, внутренняя ротация стоп. Отмечается влияние позотонических рефлексов (ЛТР, СШТР).

Во время прохождения курса в физкультурно-оздоровительном центре «Адели» в городе Пенза в период с 19.11.2018 года по 14.12. 2018 года с целью улучшения состояния пациента средствами метода динамической проприоцептивной коррекции с помощью лечебного, нагрузочного антигравитационного костюма АДЕЛИ было достигнуто укрепление скелетной мускулатуры и суставов. Немного поддались расслаблению спастичные мышцы, стал лучше разгибать колени при ходьбе и увереннее переносить вес тела с ноги на ногу. В период прохождения курса реабилитации основной акцент делался на укрепление скелетной мускулатуры, переносу веса тела с ноги на ногу при ходьбе, правильной постановки стоп, гашению позотонических рефлексов.

#### ***Были достигнуты следующие изменения:***

1. Улучшились координация и равновесие.
2. Увеличились сила и выносливость.
3. Увеличилась амплитуда движений в суставах верхних и нижних конечностей, укрепились мышцы ног, спины, брюшного пресса, ягодиц.
4. Мальчик стал лучше переносить вес тела с ноги на ногу.
5. Ровнее держит спину при ходьбе.
6. Немного снизилось влияние позотонических рефлексов.

***Для закрепления эффективности реабилитации целесообразно выполнять дома:***

### Упражнения на полу:

Лёжа на животе выпрямление рук (отталкивание от пола руками, не давать отрываться таз от пола), (лёжа на животе или мяче).

Лежа на животе, подъём разноименных прямой руки и прямой ноги.

Лёжа на животе, подъём туловища вверх, сводя лопатки (взрослый удерживает руки ребёнка и помогает сводить лопатки).

Лежа на спине, подъем туловища вверх со скручиванием вправо-влево

Лежа на спине, сгибание обеих ног к груди (одновременно) и толкание

Лежа на спине высаживания с опорой на руку.

Лежа на спине, сгибание-разгибание ног поочередно (велосипед).

Лежа на спине, подъём таза вверх (полумостик) удержание этой позиции от 10 секунд.

Поза «Джентельмена»

Наклоны туловища из и.п. стоя (подняться самостоятельно, не запрокидывая голову)

Упражнения на мяче:

Сидя на мяче: удержание равновесия с опорой на руки, наклоны туловища в стороны, вперед-назад.

Лёжа на животе сгибание и вынос колена через сторону.

«Воробей»

«Лепесток»

«Лодочка»

«Мужские отжимания»

Ходьба на тренажере Степпер с полным разгибанием коленных суставов, смотреть чтоб переносил вес тела на правую ногу.

Приседания

Укладки на гашение позотонических рефлексов. Обучение правильному вставанию со стульчика, с мяча. Рекомендованы ежедневные занятия на виброплатформе Галилео и на тренажере степпер с поручнями.

Диагональная гимнастика

Курсы массажа

Ходьба через бруссы (вперед, назад, приставными шагами в стороны) с акцентом на перенос центра массы тела с ноги на ногу.

Вставание на степ платформу.

*Рекомендуется прохождение повторных курсов в ФОЦ «Адели-Пенза» с промежутком в 2-3 месяца*

