

Зеркало умеет лечить

Доступную методику теперь используют в Витебском областном клиническом центре медицинской реабилитации для инвалидов и ветеранов боевых действий на территории других государств. Об эффективности зеркальной терапии рассказала врач лечебной физкультуры Екатерина Лукомская.

– Зеркальную терапию мы начали включать в реабилитационные программы по восстановлению пациентов после инсульта, травм и других заболеваний, в результате которых нарушается двигательная активность, – сообщила Екатерина Лукомская. – Индивидуальные занятия по этой методике проводят инструкторы-методисты в кабинете эрготерапии при центре медицинской реабилитации. Пациент под наблюдением специалистов выполняет упражнения здоровой рукой или ногой и одновременно смотрит в зеркало. В этот момент в коре головного мозга активизируются моторные зоны: создается иллюзия, что пораженная конечность, которая находится за зеркалом и визуализируется в отражении, движется как здоровая. Плюс зеркальной методики – в возможности использования в домашних условиях.

Как отметила врач лечебной физкультуры, эта методика наиболее эффективна, когда восстанавливающийся человек чувствует определенные двигательные импульсы в неподвижной конечности.



Инструктор-методист Оксана Матюшкова проводит «зеркальное» занятие с пациенткой.

Мы поинтересовались у Екатерины Лукомской, какие результаты дает зеркальная терапия?

– При использовании этого метода в комплексе с другими улучшается способность выполнять базовые навыки самообслуживания, уменьшается болевой синдром, восстанавливается чувствительность в конечностях, – отмечает Екатерина Лукомская. – На этом этапе мы не останавливаемся и приглашаем пациентов поиграть в настольные игры, выполнить упражнения по развитию мелкой моторики. В оборудованной зоне кабинета эрготерапии все желающие могут потренироваться: почистить овощи, помыть посуду, протереть поверхности и так далее. Это своеобразное «напоминание» рукам, как выполнять привычные действия в быту.

Специалисты центра медицинской реабилитации планируют и далее включать эффективные методики в программы по восстановлению для людей, перенесших неврологические заболевания.

Юлия ПРИЩЕПА. Фото автора.