

# Hiporehabilitace: Jen podle pravidel

Pojem hiporehabilitace dnes již není ničím neznámým: Kůň totiž léčí lidskou duši i tělo. Stále více lidí si to uvědomuje a stále více lidí chce mít tohoto ušlechtilého terapeuta po ruce, ve své vlastní stáji. Pokud chceme jeho léčebné a léčebné schopnosti využít, je třeba si uvědomit, že hodláme ovlivňovat své zdraví, duševní i tělesné. Proto je třeba o principech, kterými kůň může působit v této oblasti, něco vědět.

Patrně většina z nás má ponětí o tom, jak se léčí zápal plic. Přesto při potížích navštívíme lékaře, aby specifikoval diagnózu a doporučil postup. Léčit pak ze zápalu plic souseda, nebo jeho děti snad nikoho ani nenapadne.

U hiporehabilitace – léčby prostřednictvím koně je to však jiné. Mnoho lidí si myslí, že stačí mít doma koně a již jsou povoláni k poskytování léčby.

## Nestačí mít doma koně

Nálepka pomoci bližnímu v případě jeho handicapu je líbivá a mnoho lidí si myslí, že tak mohou formou darů sehnat prostředky, kterých se jim při domácím chovu koně nedostává. Pak už je jen krůček k tomu, aby majitel koně začal „vozit“ všechny potřebné klienty z širokého okolí bez jakýchkoliv odborných znalostí a zkušeností.

Málokdo si však uvědomuje, že v případě handicapovaných je malý krůček mezi pomocí a poškozením či zhoršením jejich zdravotního stavu. Na vině jsou i sami uživatelé „léčby“. Provoz kvalitního střediska hiporehabilitace je velmi nákladný a proto dostupnost není vždy ideální. Snadno pak zvířeti myšlenka, proč nevyužít koně u souseda ze vsi.

Nad blahodárným působením hiporehabilitace se lidé pozastávají již drahé let.

O léčebných účincích jízdy na koni psal Hippokratés, Marcus Aurelius (ten dokonce sepsal svůj příspěvek tomuto oboru na Slovensku při svém vojenském tažení) nebo Marie Terezie.

T. G. Masaryk říkal, že kůň je nejrychlejší tělocvik, protože cvičí celé tělo najednou, srdce, plíce, svaly... A dodával: „Jen to zkuste!“

Goethe hovořil poeticky o tom, že kůň a člověk se prolou v jednu společně se pohybující bytost. Docent Věle hovoří o hiporehabilitaci jako o ekologické terapii bez informačních bariér, protože ji provozujeme v přírodě a při jízdě na koni terapeut pouze kontroluje, aby klient správně tuto pohybovou stimulaci přijímal, ovšem nemusí mu vysvětlovat jak a co má dělat, ani mu ukládat cvičební jednotku na doma.

## Rozdělení hiporehabilitace

A jsme u jádra problému, tématu tohoto článku: Může hiporehabilitace

### ■ Klíčové informace

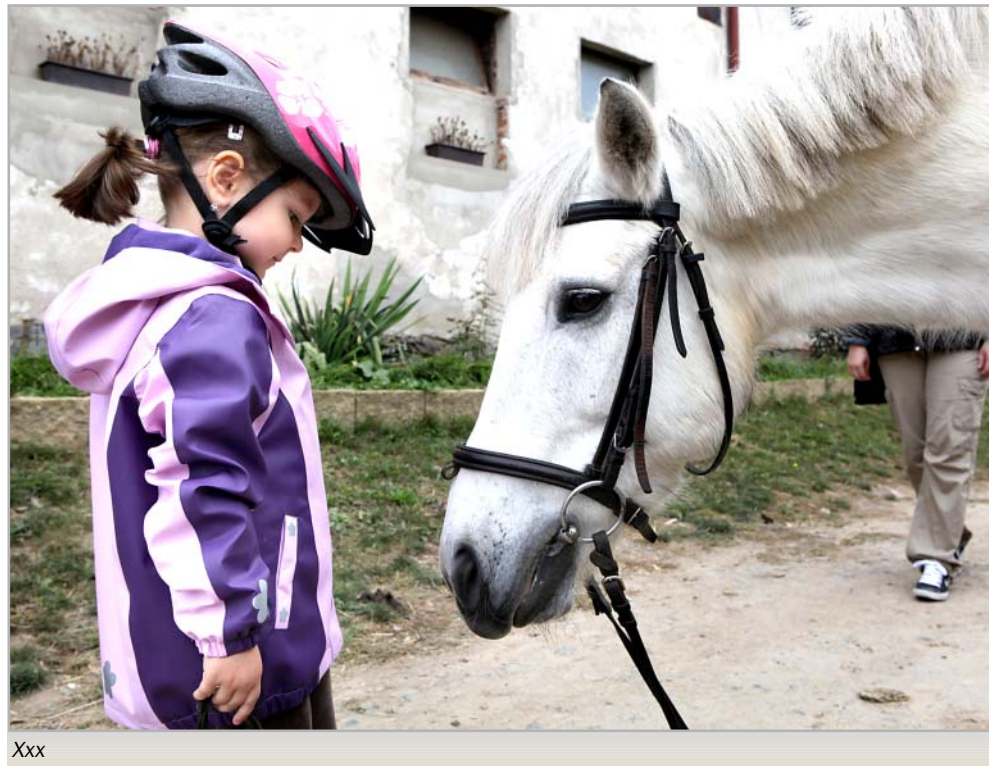
- Hiporehabilitaci smí provozovat pouze vyškolený tým odborníků.
- Samotná dobrá vůle není zárukou pomoci.
- Neodborné provádění hiporehabilitace může nemocným uškodit.

rehabilitaci provozovat kdekdo s jakýmkoliv zvířetem?

Odpověď zní: Ne, nemůže. Pomineme-li podmínku, že pro hiporehabilitaci je oním léčebným zvířetem kůň, pak se musíme ptát jaký kůň. Zda má mít nějaké

movů, ústavů pro mentálně retardované apod.

**Hipoterapie** je metoda fyzioterapie – léčby pohybem, která využívá specifický pohyb koňského hřbetu. Ten nabízí klientům s koordinačními poruchami



Xxx

předpoklady, umět něco nad rámec výcviku.

Odpověď nám pomůže naznačit (na zodpovězení by byla potřeba kniha) rozdělení hiporehabilitace do jednotlivých oborů.

**Psychoterapie pomocí koní** je určena pro klienty psychiatrických léčen a to v celém spektru diagnóz, které se zde léčí. Je ale přístupná i pro ambulantní klientelu a v současné době se kůň, jako diagnostik a psychoterapeut uplatňuje i ve firemních programech typu manager coaching.

**Aktivity s využitím koní** nacházejí uplatnění ve sféře pedagogické a speciálně pedagogické. Jedná se o stimulační a nabídku volnočasových aktivit pro klienty z nepříznivých sociálních podmínek, děti z dětských do-

a pohybovými problémy balanční plochu, pravidelně se pohybující stejným pohybovým stereotypem, který používá zdravý člověk při chůzi.

Fyzioterapeut tak má k dispozici metodu, při které klient pracuje nejen svým svalovým aparátem, ale jeho centrální nervový systém, kde pohyb vzniká, je přímo bombardován požadavky na správnou a přesnou činnost. Musí totiž dojít k adaptaci klienta, sedícího na kráčejícím koni, na jeho pohyb. V opačném případě by totiž klient nedobrovolně opustil místo, odkud je pohled na svět nejkrásnější.

Všem klientům se nabízí možnost zapojit se i do jezdeckého sportu.

Proto dalším oborem je **parajezdeckví**, které zahrnuje všech-

ny sportovní aktivity s koněm, přizpůsobené pro sportovce se speciálními potřebami. U nás nejrozšířenější je paravoltáž a pararezura, na vzestupu je parawesternové jezdeckví.

Paravozatajství a paraparkur jsou bohužel v pozadí pro svou velkou finanční náročnost.

## Kvalitní tým je podmínkou

Pro kvalitní provoz každého oboru hiporehabilitace je klíčový tým. Při terapii musí vždy být přítomen **specialista** pro daný obor (psychiatri, psychoterapeut,

trénování), ten nebude schopen dále pohybovou stimulaci zpracovat a uchýlí se k nouzovému programu.

Ten spočívá v pohybu pomocí chybných stereotypů, které jsou následkem daného onemocnění. Pak má hipoterapie přesně opačný efekt. Místo toho, aby klientovi pomáhala objevit, použít a uchovat správnou informaci o tom, jak má pohyb být proveden, posiluje jeho vadné pohybové stereotypy a tudíž škodí. Obdobně je tomu i v ostatních oborech hiporehabilitace.

Dalším členem týmu je **kůň**.

Pro hiporehabilitaci ovšem nestačí splnit podmínku, že je hodný a klidný, protože už je vlastně starý a máme ho doma na dožití, ale děti ještě vozit může.

Z výše napsaného vyplývá, že hiporehabilitace je odbornou léčebnou metodou a proto i koně, terapii provozující, musí být ve svém oboru specialisté.

Nároky na vlastnosti koně se drobně liší pro jednotlivé obory hiporehabilitace. Pro psychoterapii a pedagogiku je třeba klidné zvíře, milující lidi a ochotné spolupracovat, ovšem ne za jakýchkoliv podmínek. Do těchto oborů patří totiž i výuka pracovních postupů a samotné jízdy na koni a je třeba, aby špatně provedené úkoly nebyly koněm akceptovány.

Pro hipoterapii je zásadní bezchybný pohybový stereotyp koňského pohybu, neboť právě ten je zde léčebnou složkou celého procesu. Dále musí kůň zvládnout změny tempa, od pomalého k rychlejšímu. Nejsložitější je pro něho udržení požadovaného tempa v průběhu terapie tak, jak je pro léčebný efekt třeba.

V parajezdeckví se mohou uplatnit koně se sportovní kariérou, výborně spolupracující a ochotní přizpůsobit se změně-

ným podmínkám, za kterých je schopen jezdit na nich např. jezdec s amputací nohy v oblasti stehna. Je třeba si uvědomit, že kůň se zde musí vyrovnat s rozdílným váhovým zatížením v oblasti sedla, což může být pro některé z nich poměrně náročný úkol.

K tomu pro všechny obory přičítáme občasně nestandardní reakce klientů (křik, náhlé seskočení s koně...), rušivé vlivy okolí apod., z čehož jasně vyplývá, že kůň pro hiporehabilitaci musí být speciálně připraven a to s přihlédnutím k oboru, ve kterém bude pracovat.

Za tuto přípravu je zodpovědný další člen týmu – **cvičitel a vodič koně pro hiporehabilitaci**.

Terapeut vybírá pro klienty podle jejich potřeb vhodné koně, cvičitel koně připravuje a zodpovídá za jejich spolupráci v průběhu terapie. Bez všech tří členů týmu, specializovaných a odpovědných, se hiporehabilitace neobejde.

## Zázemí pro hiporehabilitaci

Další kapitolou je zázemí pro hiporehabilitaci.

Potřebujeme nasedací rampu pro chodící klienty i vozíčkáře, sociální zázemí a plno dalších věcí z oblasti pomůček. Celé by to vydalo na další článek.

Pro zájemce o provozování hiporehabilitace mohou doporučit semináře, které na toto téma organizují některá střediska.

Všechny, kteří mají o hiporehabilitaci a dění kolem ní zájem, sdružuje v ČR Česká hiporehabilitační společnost.

Pokud se chcete stát jedním z nás, přeji pevné nervy, vytrvalost a nezdolného ducha. Rádi podpoříme každého, kdo bude chtít náš obor rozvíjet a zvyšovat jeho prestiž na kvalitní odborné úrovni. ■

### Mgr. Šárka Smíšková

Fyzioterapeut, dlouhodobě pracuje s dětmi s handicapem od jejich nejútlejšího věku (dvou měsíců života). Do komplexní terapie těchto dětí již přes 15 let zařazuje hiporehabilitaci. Od roku 1996 je ředitelkou občanského sdružení pro hiporehabilitaci ISAR, které je poskytovatelem hiporehabilitační péče pro klienty z Prahy a okolí. Věnuje se přednáškové činnosti i výuce, je statutární zástupkyní České hiporehabilitační společnosti. Letos v dubnu prezentovala úspěchy a metody české hiporehabilitace na mezinárodním kongresu o hiporehabilitaci v Aténách.

# Nová podestýlka: Sláma ve formě pelet

(kře) – Kvalitní ustájení s odpovídající podestýlkou je nezbytnou součástí optimální péče o koně. Správně podestlat znamená poskytnout koni osobní pohodlí ve více směrech, počínaje čistým, měkkým, suchým a od chladné podlahy tepelně izolujícím ložem.

Nejčastěji používanou podestýlkou je dosud sláma, tu najdeme ve více než 70 % českých stájí. Daleko za ní následují dřevěné hobliny a piliny (užívané asi v 8 % případů) a další materiály.

## Ekonomika a zdraví

Novinkou na domácím trhu je vysoce komprimovaná a homogenizovaná sláma ve formě pelet. Určena je především pro ko-

ně, ale lze jí používat pro všechny hospodářská zvířata.

Jaké jsou její hlavní přednosti? „Dokáže absorbovat 12 x víc moci než hobliny o stejném objemu. Pro lepší představu: Sto gramů tohoto výrobku absorbuje 500 mililitrů vody,“ říká Bc. Jan Bejlek ze společnosti Granofyt a pokračuje: „Uvedená vlastnost znamená ekonomické a bezpečné po-

destýlání a snížení množství odpadu až o 80 %“.

Podestýlka, zatím označená jménem producenta, se vyrábí v České republice z čisté, suché pšeničné slámy bez pojiv a aditiv. Výrobním procesem jsou ze slámy odsáti prachové částice. Do formy pelet se rozdrčená sláma stlačí díky vysokému tlaku.

Při granulaci vzniká mimo jiné i vysoká teplota (až 90 stupňů

Celsia), která bezpečně zničí převážnou většinu mikroorganismů. Ty jsou v tradičních podestýlkách potenciálním zdrojem chorob a škůdců.

## Pozitivní reakce

Bez jakékoliv mediální kampaně se nový výrobek dostal do praxe.

Zemědělec zjišťoval názor na tuto „podestýlku v peletách“ u významných subjektů, působí-

cích v chovu koní a reference jsou vesměs pozitivní.

Podestýlku už otestovaly například státní Zemský hřebčinec Tlumačov i soukromé jezdecké areály Hostinův Důl – Tršice, Villa Gineta Štěchovice – Masečín nebo stáj předního skokového jezdce Zdeňka Žily (Stallion Invest Team).

Městská policie Praha si chválí nízké náklady na jednoho koně – 480 Kč za měsíc.

Podle Ing. Martina Horníka je velkou výhodou rovněž snadná údržba (je potřeba jen 5 minut denně na jeden box) a prokazatelně vysoké snížení odpadu v porovnání s balíkovanou slámou. ■

Koně pro volný čas připravil Jiří Křepelka