

Иппотерапия – верховая езда как реабилитация

Лошадь – удивительное создание, она была преданным и надёжным другом человека с древних времён. Уже тогда люди отмечали положительное влияние лошадей на здоровье человека не только с физической стороны, но и с психологической.



Термин **Иппотерапия** пришёл из древнегреческого словаря и подразумевает реабилитацию посредством верховой езды.

Иппотерапия позволяет человеку войти в механизм естественного движения. Даже после получасовой прогулки верхом у больного улучшается походка, т.к. задействованы практически все группы мышц спины, туловища и конечностей, что способствует снижению спастичности мышц бедра и увеличению разведения ног в тазобедренных суставах. Температура тела лошади на 1,5–2 градуса выше, чем у человека, при движении животного массируются мышцы всадника, улучшается кровообращение в организме, что способствует притоку крови к мозгу.

В процессе такого лечения пациент не испытывает дискомфорта и боли, поэтому этот способ особенно эффективен для лечения детей. Кроме того, в процессе общения с лошадью и взрослые, и дети получают море эмоций и удовольствия, что побуждает их заниматься снова и снова.

Иппотерапия – инновационная технология социальной работы с людьми с ограниченными возможностями, которая обеспечивает комплексный метод восстановления.

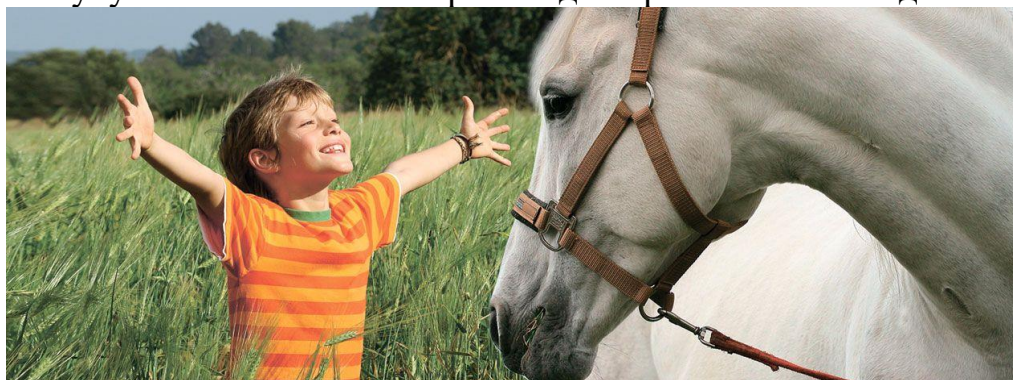


Кому подходит иппотерапия

Лечебная верховая езда подходит взрослым и детям. Занятия приносят пользу людям, страдающим тяжёлыми заболеваниями, а также с не ярко выраженными физическими или психическими нарушениями. Перечень заболеваний, при которых иппотерапия станет отличным методом лечения:

- Аутизм;
- ДЦП;
- Умственная отсталость;
- Бронхиальная астма;
- Сколиоз;
- Артрит;
- Черепно-мозговая травма;
- Инсульт;
- Слепота, глухота;
- Повышенный тонус мышц;
- Сахарный диабет;
- Нарушения системы кровообращения;
- Желудочно-кишечные заболевания;
- Нервные расстройства;
- Депрессия;
- Психические заболевания и др.

Как быстро ждать результат? Иногда изменения ощущаются уже после цикла из десяти занятий, в других ситуациях требуется более долгий период тренировок. Но улучшение состояния происходит практически всегда.



Преимущества иппотерапии

Общение с чудесными и умными созданиями само по себе благотворно. При иппотерапии у человека не возникает ощущения, что его лечат. Во время контакта с лошастью он заряжается положительной энергией и сам стремится к занятиям, что необходимо для выздоровления.

Важный психологический аспект в том, что при взаимодействии с лошадьми человек раскрепощается, становится увереннее в себе. Он может компенсировать недостаток общения, поскольку не все люди добры, как животные. «Особенным» людям труднее найти настоящих и преданных друзей. Лошадь улавливает

тактильные сигналы человека – его движения, запах, настрой, животное понимает человека даже лучше, чем человек животное.

Также верховая езда развивает смелость и отвагу. Не всякий здоровый человек решится проехать на лошади. И когда больной ребёнок или взрослый ездит верхом, он совершает мужественный поступок, забывает о своих слабостях и болезнях, чувствует себя сильным и отважным, способным управлять большим животным.



Для некоторых детей с особенностями развития занятия иппотерапией переходят на более серьезный уровень. Ребята начинают активно заниматься конным спортом и участвуют в соревнованиях, в том числе в рамках Специальной Олимпиады.

Есть такие дети, чьи достижения просто поражают, среди них Дмитрий Глаголев — мальчик из г.Иркутска, который стал чемпионом на Всемирных специальных Олимпийских играх в 2019 году.

Иппотерапия помогает людям с ограниченными возможностями почувствовать себя полноценными, живыми и нужными кому-то ещё. А это самое главное лекарство для них.