

Aquaterapia - zbawienna rola wody

Dodany przez Kasia

czwartek, 22 września 2011 19:19 - Poprawiony czwartek, 22 września 2011 20:56



Aquaterapia to rodzaj czynności, które są wykonywane jako uzupełnienie lub kompensacja standardowej rehabilitacji w leczeniu chorób i urazów, takich jak m.in.: choroba zwyrodnieniowa stawów, ból pleców, ból szyi lub osteoporoza, urazy kończyn, choroby serca, skolioza, nadciśnienie, astma i inne choroby układu oddechowego, przepuklina dysków (powszechna wśród triatlonistów).

Celem aquaterapii jest złagodzenie dolegliwości spowodowanych przez te choroby, poprawa ogólnej kondycji fizycznej pacjenta oraz zapobieganie innym czynnikom ryzyka wynikającym bądź to z choroby, bądź z urazu. Terapeutyczne działanie wody pomaga również korygować wady postawy, a także znacząco wpływa na poprawę nastroju, m.in. dzięki odbywanym pod okiem instruktora praktycznym ćwiczeniom mobilizacyjnym, rozciąganiu i ćwiczeniu równowagi w wodzie.

Aquaterapia zapewnia również większą ruchliwość stawów, zmniejsza ciśnienie, poprawia krążenie i pomaga osiągnąć przyjemny stan relaksacji. Warto zauważyć, że ryzyko fizycznych uszkodzeń w czasie terapii w wodzie jest równe zeru, ponieważ nie ma możliwości szkodliwego wpływu wody na kręgosłup, czy stawy. Stosowanie aquaterapii pozwala również znacznie szybciej odzyskać fizyczną sprawność po przebytych operacjach lub w okresie rekonwalescencji niż to się dzieje w przypadku konwencjonalnych rodzajów rehabilitacji.

Dodatkowo aquaterapia wpływa doskonale na mięśnie, ponieważ ćwicząc w wodzie, musimy zwalczyć większy opór, tym samym wykonujemy dużo większą niż np. na siłowni pracę. Uczestnicy aquaterapii zyskują pewność siebie, gdyż są świadomi swoich postępów i szybko obserwują pozytywne rezultaty swoich wysiłków.

Aquaterapia w leczeniu dzieci

Dzieci niepełnosprawne czerpią największe korzyści z aquaterapii. Jednakże każdy program terapeutyczny skierowany do małych pacjentów musi być opracowany indywidualnie do przypadku, zgodnie z wytycznymi lekarza specjalisty. Ważna jest przy tym także współpraca rodziców, którzy mogą zwrócić uwagę na różne problemy i aktywnie wziąć udział w dostosowaniu sesji terapeutycznych do potrzeb ich dziecka.

Aquaterapia jest jednocześnie aktywnością rekreacyjną i leczniczą. Przede wszystkim ma przyczynić się do uspołecznienia chorych dzieci. Odkrycie powierzchni wody i kontakt z wodą powoduje, że dziecko doświadcza nowych wrażeń, które wywołują szczególnie pozytywne reakcje. W wodzie chore ciało zachowuje się inaczej. Taka zmiana postrzegania schematu własnego ciała pozwala niepełnosprawnemu dziecku zwiększyć, bądź w ogóle po raz pierwszy uzyskać zaufanie do siebie i własnych możliwości. Poprzez współpracę z terapeutą dzieci socjalizują się i uczą innych ludzi.

Rolą terapeuty jest głównie ocena i wzmocnienie indywidualnych procesów rehabilitacyjnych oraz eliminacja wszelkich trudności, czy wątpliwości, które nieraz towarzyszą rodzicom lub

Aquaterapia - zbawienna rola wody

Dodany przez Kasia

czwartek, 22 września 2011 19:19 - Poprawiony czwartek, 22 września 2011 20:56

samym pacjentom. Kontakt z wodą musi być stopniowy i powinien przede wszystkim sprawiać dziecku przyjemność. Terapeuta musi umieć rozpoznać indywidualne granice i bariery każdego pacjenta i dostosować do nich tempo pracy.

Źródło: www.aquaterapia.tipps.pl