**Текст для сайта Центра Детской Реабилитации.**

***Главная***

**СПАСЕНИЕ В ДВИЖЕНИИ**

( это слоган, его лучше разместить в правой верхней части главной страницы)

Самый дорогой бриллиант мира не сравнится по ценности со здоровьем детей. Что может быть дороже беззаботной улыбки счастливого ребенка! По-настоящему богаты родители, не знающие больших тревог в связи с болезнями своих наследников.

К сожалению, XXI век высоких скоростей не оставляет достаточно времени для профилактики различных заболеваний, в том числе детских болезней. С одной стороны, медицина шагнула далеко вперед - снижается детская смертность, увеличиваются возможности зачатия и благополучной беременности, но с другой стороны, экология, стрессы и достаточно слабый уровень здоровья современного поколения приводят к тому, что многие малыши появляются на свет недоношенными и возрастает число новорожденных, нуждающихся в реабилитации в связи с различными осложнениями. У детей с патологиями ЦНС, с генетическими и ортопедическими заболеваниями выявляется задержка психомоторного развития.

Для того, чтобы обеспечить необходимое качество жизни таких детей, нужно длительное выхаживание, специальное лечение и физическая реабилитация. Зачастую активная лекарственная терапия оборачивается чрезмерной стимуляцией и приводит к развитию аллергических заболеваний, а выжидательная тактика - к столь позднему началу лечения, что оптимальные сроки для эффективного восстановления двигательных функций оказываются упущены. А ведь фундамент здоровья закладывается в первые годы, а иногда и в первые месяцы жизни ребенка.

Существует ли возможность реабилитации для новорожденных недоношенных детей, детей с ДЦП и детей с иными врожденными патологиями? Конечно же, большинство функций детского организма можно привести к норме при условии активной кинезитерапии - специальной гимнастики и массажа. Причем начинать такую работу нужно как можно скорее.

Ни с чем не сравнимую пользу лечебной гимнастики открыли врачи и целители Древней Греции за несколько веков до нашей эры. Плутарх называл движение "Кладовой жизни".

Имея за плечами более чем 20 –летнюю практику лечения детей с различными заболеваниями и собственный спортивный опыт, я предлагаю специальную программу реабилитации на основе кинезитерапии. Понимание самого принципа формирования движения и распределения нагрузки на разные группы мышц помогает мне определить нарушения и сформировать те двигательные функции ребенка, которые не развились самостоятельно в связи с различными заболеваниями.

При составлении индивидуального комплекса упражнений для ребенка я учитываю его возраст, заболевание и психомоторное развитие, а также уделяю особое внимание выявлению недостающего звена в развитии его двигательной активности.

Суть кинезитерапии заключается в расширении динамического диапазона последовательных движений, выполняемых самостоятельно за счет использования резервных возможностей организма, его адаптационного и компенсаторного потенциала.

Данная методика предусматривает три основных этапа:

1. Формирование мышечного тонуса и рефлекторной деятельности;

2. Развитие опорно-двигательного аппарата;

3. Координация движений и развитие психомоторных навыков.

Я считаю, что для ребенка очень важно пройти все этапы психомоторного развития. И чем раньше будет выявлено "выпавшее" звено, тем быстрее его можно восстановить и запустить механизм дальнейшего самостоятельного развития ребенка.

***О себе***

*"Тысячи и тысячи раз я возвращал здоровье своим больным посредством физических упражнений" Клавдий Гален*

Моя миссия - закладывать фундамент здорового и счастливого поколения посредством специально разработанного комплекса лечебной физкультуры и массажа.

Специалист в области детской кинезитерапии, с более чем 20-летним опытом работы по реабилитации новорожденных недоношенных детей, а также детей с неврологическими, ортопедическими патологиями и генетическими заболеваниями, включая ДЦП.

Автор запатентованного метода восстановления и формирования двигательных навыков у детей с различными заболеваниями.

Обладатель государственных сертификатов по специальности "Медицинский массаж" и "Лечебная физкультура".

Мастер спорта по легкой атлетике, в беге на средние дистанции.

Серебряный призер чемпионата СССР в беге на 1500 м в 1987г.

Член сборной РФ по триатлону в 1989 - 1992гг.

*Образование*

1988 - 1992 гг.

Государственный Центральный ордена Ленина Институт Физической Культуры (сейчас Российский Государственный Университет Физической Культуры, Спорта, Молодёжи и Туризма) по специальности "Физическая культура и спорт". Квалификация: инструктор по лечебной физической культуре и преподаватель-тренер по легкой атлетике.

1992 г.

Курсы повышения квалификации медицинских кадров при Московской Детской городской клинической психоневрологической больнице №18 "Лечебная физическая культура и массаж в лечении детей с заболеванием центральной нервной системы".

1999 г.

Курсы повышения квалификации работников со средним медицинским и фармацевтическим образованием по медицинскому массажу в педиатрии при Государственном образовательном бюджетном учреждении;

2004 и 2010 гг.

Курсы повышения квалификации специалистов здравоохранения по медицинскому массажу в педиатрии при Государственном образовательном бюджетном учреждении;

2012 г.

Курсы повышения квалификации по специальности "Лечебная физкультура" в Федеральном государственном бюджетном учреждении "Российский научный центр медицинской реабилитации и курортологии" Министерства здравоохранения и социального развития России.

*Опыт работы*

1992 г. - "Медико-реабилитационный Центр заболеваний опорно-двигательного аппарата" Валентина Дикуля: лечение и восстановление пациентов, имеющих спинномозговые травмы.

1992 – по настоящее время:

Инструктор – методист по лечебной физкультуре и детскому массажу в Медицинской Ассоциации "Здоровое поколение": лечебная и профилактическая работа с детьми младшего и среднего возраста в области следующих заболеваний:

1) Патологии грудного возраста (недоношенность, рахит, гипотрофия, мышечная спастическая кривошея и т.д.)

2) Неврологические заболевания, связанные с нарушением центральной нервной системы, перинатальная энцефалопатия, детский церебральный паралич;

3) Ортопедические заболевания (косолапость, нарушение осанки и т.д.);

4) Генетические заболевания.

*Патентная деятельность*

Выдан патент № 2502499 Российской Федерации:

 "Способ увеличения двигательной активности детей с синдромом гликопротеинов с карбогидратной недостаточностью".

В настоящее время в Российском патенте идет рассмотрение последующих разработок по данной тематике.

***Контакты***

Пыхтина Наталья Николаевна

Pykhtinanatalya@gmail.com

Прием осуществляется в медицинском центре "Здоровое поколение" по адресу:

г. Москва, ул. Лестева, д. 21, корпус 1

Запись по телефону: +79651458747

***Статьи и заметки***

Журнал "Здоровое поколение" N3 (43) 2014

Журнал «Няня» N11, 2001 «Волшебство массажа»

Журнал «Здоровое поколение» N1 (29)2011

Журнал «Здоровое поколение» N 4 (32) 2011 «Волшебные прикосновения»

*Участие в телевизионных проектах:*

2004 "Гимнастика для беременных" с Аминой Зариповой - телеканал "Спорт"

2014 "Пусть говорят" с Андреем Малаховым

***Услуги***

*"Движение может заменить разные лекарства, но ни одно лекарство не в состоянии заменить движение." Клемент Тиссо*

* Оценка психомоторного развития, определение “выпавшего звена” в механизме двигательной деятельности ребенка;Разработка индивидуального курса кинезитерапии с учетом характера заболевания ребенка и его возраста;Консультация, составление плана развития активности ребенка и обучение родителей основам лечебной гимнастики и массажа для самостоятельной работы дома.

Ведется прием детей от рождения до подросткового возраста. Проводится реабилитация детей со следующими заболеваниями:

* Патологии грудного возраста (недоношенность, гипотрофия, рахит, спастическая кривошея, дисплазия тазобедренных суставов, косолапость и др.);перинатальные поражения нервной системы (ДЦП, парезы и др.) ;генетические заболевания (синдром Дауна, синдром Марфана, синдром CDG, синдром Нунена, миопатия и др. );ортопедические заболевания (нарушение осанки, плоскостопие, сколиоз и др.);заболевания нервной системы (аутизм, неврит, гиперактивность, расстройство развития речи и др.);заболевания обмена веществ (сахарный диабет, целиакия, муковисцидоз и др.);заболевания сердечно- сосудистой системы (пороки сердца, ревматизмы);заболевания дыхательной системы (пневмония, плеврит, бронхит);послеоперационная реабилитация;посттравматическая реабилитация.

Эффект кинезитерапии проявляется в виде совокупности следующих признаков:

- нормализация мышечного тонуса; восстановление рефлекторной деятельности; коррекция и формирование необходимых двигательных навыков; улучшение координации и скорости движений; увеличение мышечной силы; улучшение равновесия и ориентации в пространстве; увеличение подвижности ребенка; возникновение более свободных сложных движений; стабилизация стато- кинетических движений; улучшение сосательного рефлекса; увеличение аппетита; положительная коррекция веса; формирование опорной и хватательной функции кистей рук и стоп; улучшение ритма сна и бодрствования; расширение диапазона речи; сфокусированный и целенаправленный взгляд; нормализация обмена веществ; свободное дыхание; возникновение комплекса оживления, появление интереса к окружающему миру; улучшение концентрации внимания ребенка; - стабилизация психо- эмоционального состояния ребенка.

***Вопрос – ответ***

***Прокомментируйте весьма расхожее мнение «Мы делали своему ребенку массаж, а ситуация не изменилась***»

Зачастую только лечебного массажа в классическом его понимании не хватает. Необходим еще индивидуальный комплекс упражнений (кинезитерапия) с учетом возраста, степени заболевания и особенностей психомоторного развития, или курс лечебной физкультуры, как его часто называют. Самое главное и сложное в составлении такого курса определить «западающее звено» в неисправности работы опорно-двигательного аппарата. От того, насколько точно это будет сделано, зависит и результат. Из своего спортивного опыта я понимаю, как происходит формирование движения, как распределяется нагрузка на разные группы мышц. Это помогает мне определить нарушения и сформировать те двигательные функции у ребенка, которые не развились самостоятельно в связи с различными заболеваниями. Маленькие дети не могут сами делать упражнения. Эти упражнения делаю я, поэтому и создается иллюзия массажа в его привычном понимании.

***Вы считаете, что курс физических упражнений может помочь в лечении и профилактике таких сложных случаев как недоношенность, ДЦП, различные генетические и ортопедические заболевания?***

Чаще в комплексе с другими методами лечения, но случается, что только кинезитерапия и и может помочь. Отсутствие преемственности лечения приводит к его несогласованности и выбору диаметрально противоположным решений. Активная лекарственная терапия оборачивается чрезмерной стимуляцией и приводит к развитию аллергических заболеваний. Выжидательная тактика - к столь позднему началу лечения, что оптимальные сроки для эффективного восстановления двигательных функций оказываются упущены. В связи с этим эффективно использование резервных возможностей организма. Иными словами, нужен комплекс индивидуальных упражнений, активизирующих адаптационный и компенсаторный потенциал организма. Наиболее перспективным этот курс будет именно в раннем детском возрасте в связи с физиологическими особенностями детского организма.

 ***Нужно ли использовать медикаментозные методы лечения и физиотерапию или достаточно только Ваших занятий?***

В зависимости от тяжести заболевания назначается медикаментозная терапия, физиотерапия и использование ортопедических изделий. Все это способствует достижению наилучшего результата и является необходимым звеном для восстановления движений ребенка.

***Способствует ли Ваша методика улучшению речевого развития ребенка?***

Разработанная мною методика по лечению задержки развития мелкой моторики способствует расширению речевого диапазона, так как речь ребенка тесно связана с его двигательной активностью. Таким образом, улучшая физическое состояние и нормализуя функции мелкой моторики, решаются многие речевые проблемы ребенка.

***Многие родители боятся, что ребенку больно или тяжело переносить массаж и ЛФК. Действительно ли это так?***

При правильном подходе специалиста никаких болезненных или дискомфортных ощущений у ребенка при проведении массажа или ЛФК возникать не должно. Важным условием является умение установить контакт с ребенком во время кинезитерапии и создание комфортной обстановки для занятий.

***Нужны ли Ваши занятия здоровым детям?***

Да, нужны, так как физическая активность важна для человека в любом возрасте, начиная с грудничкового периода. Массаж и лечебная гимнастика содействуют нормализации мышечного тонуса, улучшают обменные процессы и способствуют своевременному двигательному и психо- эмоциональному развитию ребенка.

***Ребенку 2 года. Диагноз: синдром Марфана, сколиоз, дефицит мышечной массы. Чем можно помочь ребенку? В какие сроки мы сможем добиться первых результатов?***

***Ребенку 1 год 8 месяцев. Диагноз: ДЦП, спастическая диплегия. Ребенок может самостоятельно перевернуться со спины на живот и обратно. Помогут ли ребенку занятия по Вашей методике? Какие этапы в двигательном развитии должен пройти ребенок, чтобы он смог встать на ноги и пойти?***

***Ребенку 10 месяцев. Диагноз: синдром Беквита-Видемана. Вес 12 кг, мышечный тонус снижен, ребенок может сам перевернуться с живота на спину и обратно, не встает на четвереньки, не ползает, не сидит, не встает на ноги. Подходит ли в данном случае Ваша методика? Сколько курсов необходимо проделать?***