

**Бюджетное учреждение
Ханты-Мансийского автономного округа - Югры
«ПЫТЬ-ЯХСКИЙ КОМПЛЕКСНЫЙ ЦЕНТР СОЦИАЛЬНОГО
ОБСЛУЖИВАНИЯ НАСЕЛЕНИЯ»**

СОГЛАСОВАНО:
Методический совет
БУ «Пыть-Яхский комплексный центр
социального обслуживания населения»

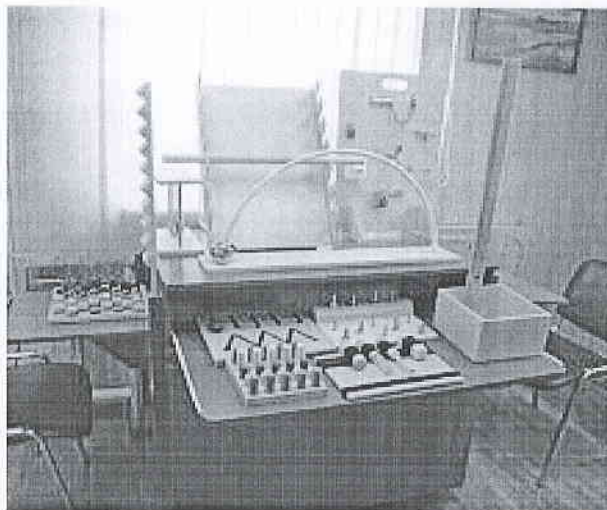
Протокол № 1 от 27.07.2023

УТВЕРЖДАЮ:
Директор БУ
«Пыть-Яхский комплексный
центр социального
обслуживания
населения»



И. Д. Андреева
2023 год

**Многофункциональный развивающий комплекс «ДОН»
(программа по эксплуатации)**



Составитель:
Саранчук Н.М., специалист по социальной реабилитации
отделения социальной реабилитации и абилитации
граждан пожилого возраста и инвалидов

г. Пыть-Ях
2023

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

В любом обществе существует немалая доля людей, чьи возможности в сохранении независимого образа жизни ограничены. Вследствие различного рода травм, врожденных или приобретенных заболеваний, в силу возрастных изменений может наблюдаться утрата или ослабление различных функций организма (двигательных, сенсорных и т.д.). Раздел медицинской, социальной и психолого-педагогической деятельности, предусматривающий деятельность по облегчению ухода за собой, проведения досуга и выполнения трудовых обязанностей, называется оккупационной терапией (от англ. occupation - занятие). Термин «оккупационная терапия» происходит от англ. occupational therapy - лечение занятием. Оккупационная терапия (далее - ОТ) предусматривает деятельность, направленную на реабилитацию лиц, которые по состоянию здоровья нуждаются в помощи при уходе за собой, проведении досуга и выполнении трудовой деятельности. Все эти виды занятий объединяются в понятие оккупационной деятельности. Работа специалистов по ОТ направлена на помощь лицам, чья оккупационная деятельность страдает вследствие травмы или заболевания, психических или эмоциональных нарушений, врожденных или приобретенных заболеваний, либо в результате возрастных изменений.

Оккупационная терапия необходима людям, испытывающим проблемы, обусловленные следующими причинами:

- профессиональными травмами, включая ампутации, повреждение руки, ожоги;
- сердечно-сосудистыми заболеваниями, включая инфаркт миокарда, и периферийными сосудистыми заболеваниями;
- неврологической дисфункцией, включая опухоли мозга, склероз.

ОТ позволяет:

- увеличить возможности для самостоятельного функционирования в ежедневных занятиях, требующих применения физических, социальных и когнитивных навыков;
- расширить функции с использованием терапевтической деятельности или реабилитационных технологий, включая протезирование;
- помочь в поддержании и развитии выносливости с применением техники консервации энергии и упрощения работы;
- обеспечить средства и технологии, компенсирующие недостаточность функций;
- развить приемлемые навыки решения проблем и управления жизненными ситуациями.

СОДЕРЖАНИЕ

Одним из важных средств оккупационной терапии является многофункциональный комплекс «ДОН», разработанный академиком Российской Академии медико-технических наук, заслуженным деятелем науки РФ, доктором медицинских наук, профессором П. Я. Фищенко. Многофункциональный комплекс «ДОН» - универсальное устройство, состоящее из мобильного, передвижного шкафа-тумбы и набора из 11-ти различных стендов, планшетов, панелей, используемых для лечебно-оздоровительных и развивающих занятий.

Многофункциональный комплекс «ДОН» рассчитан на развитие физических и интеллектуальных навыков у разной категории клиентов, предназначен для использования в любых условиях, так как не требует специального помещения, подключения к электросети. Устройство безопасно, не утомительно, разнообразно. Многофункциональный комплекс «ДОН» рекомендован для проведения индивидуальных и групповых занятий с детьми и взрослыми.

В ходе проведения занятий с использованием многофункционального комплекса «ДОН» следует учитывать:

- при появлении первых симптомов утомления руки необходимо сделать перерыв или переключиться на другой элемент комплекса, рассчитанный на нагрузку других мышц;

- при быстром утомлении, особенно в начале курса занятий, необходимо перейти на короткий сеанс вплоть до одного однотипного движения за сеанс, увеличив число сеансов, а затем постепенно – и их продолжительность.

Целевая группа: граждане пожилого возраста и инвалиды.

Цель: повышение эффективности социально-бытовой реабилитации у получателей социальных услуг через восстановление сенсомоторных функций на занятиях оккупационной терапии с помощью многофункционального комплекса «ДОН».

Задачи:

- улучшить сенсомоторную активность, увеличить гибкость и подвижность суставов;

- стимулировать иммунную систему, активизировать кровообращение;

- развивать мелкую моторику, элементарные бытовые, технические и интеллектуальные навыки, с помощью многофункционального комплекса «ДОН».

Ожидаемый результат:

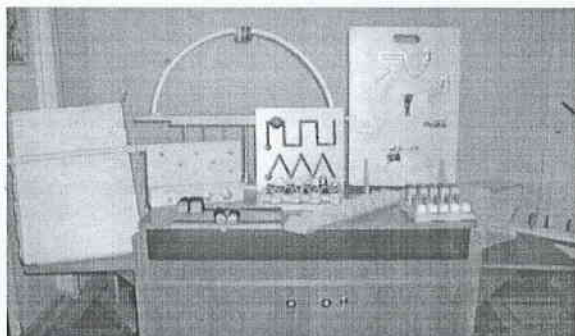
- улучшение гибкости и подвижности суставов, чувствительности;

- улучшение кровообращения, восстановление деятельности поврежденных конечностей;

- облегчение восприятия, улучшение когнитивной функции;

- восстановление элементарных бытовых, технических и интеллектуальных навыков, улучшение мелкой моторики.

Упражнения для оккупационной терапии с использованием многофункционального комплекса «ДОН»



Многофункциональный комплекс «ДОН» позволяет проводить широкий комплекс упражнений для развития мелкой моторики, элементарных бытовых и технических навыков. Способствует развитию логического и абстрактного мышления, координации движений, формированию представления о таких понятиях как форма, размер и цвет.

Стол-тумба снабжён одним выдвижным и двумя откидными столиками, что позволяет проводить занятия одновременно с несколькими клиентами.

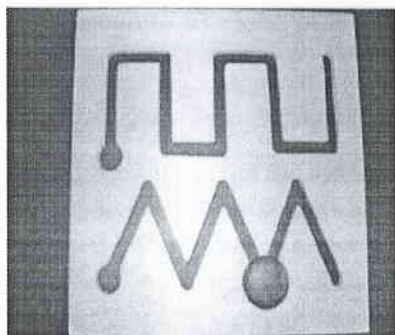
В состав комплекса «ДОН» входит набор из 11 стенов (планшетов): лабиринт, штатив, каток, панель, лесенка, пульт, дуга, мозаика, горка, шашки, линейка.

Дополнительно для проведения занятий можно использовать:

- сыпучие продукты (крупы, бусы, пуговицы);
- прищепки, линейку;
- кубики;
- мягкий мячик;
- массажный мячик;
- материалы для восстановления тактильных ощущений (шелк, кожа, мех);
- карандаш с резинкой на конце;
- стенд с бытовыми предметами для отработки захватов.

Обратную связь о состоянии после оккупационной терапии даёт сам получатель социальных услуг. Формой обратной связи может служить беседа, опросники, заполнение анкет.

Упражнение 1 – «Лабиринт»



Исходное положение: предплечье лежит на твёрдой горизонтальной поверхности. Устройство применимо как в положении больного сидя, так и лёжа. Занятие можно выполнять с открытыми или с закрытыми (завязанными) глазами.

Захватить ручку стержня, можно использовать разные пары пальцев, положение кисти ладонью кверху, либо книзу, противопоставлять пальцы, осуществляя точные движения.

Планшет рассчитан: на развитие чёткости, уверенности движений руки при письме, внимания, объёма сгибания и разгибания в локтевом, и сгибания и отведения в плечевом суставах после травм, операций, при заболеваниях центральной и периферической нервных систем.

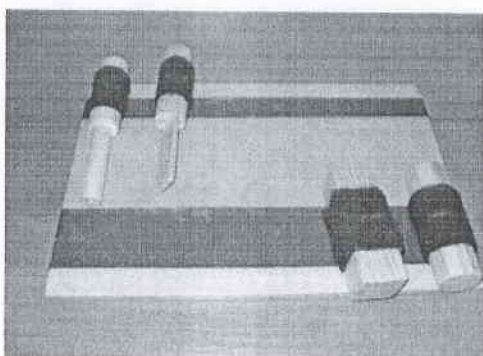
Упражнение 2 – «Штатив»



На 4-х резьбовых стержнях поочерёдно прокатывать гайку. Начинать упражнение с гаек большего диаметра, постепенно увеличивая нагрузку на мышцы, осуществляющих мелкую моторику кисти.

Планшет рассчитан: на развитие мелкой моторики, противопоставляя пальцы развивается тактильная чувствительность, тонкая двигательная активность в пальцах кисти, для разработки сгибательных движений в межфаланговых и лучезапястном суставах, начальных сгибательных и разгибательных движений в локтевом суставе.

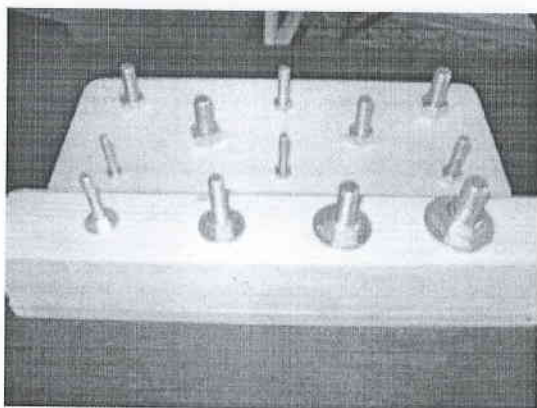
Упражнение 3 – «Каток»



По липкой дорожке прокатывать валик ладонью, всеми пальцами, двумя или одним пальцем. Диаметр и форма валика позволяет варьировать нагрузку.

Планшет рассчитан: на разработку супинации и пронации предплечья, тыльного и ладонного сгибания, мелкой моторики кисти, противопоставляя пальцы развивается тактильная чувствительность, тонкая двигательная активность в пальцах кисти; На тренировку мышц плечевого пояса, плеча, предплечья и кисти, для устранения сгибательных контрактур в суставах.

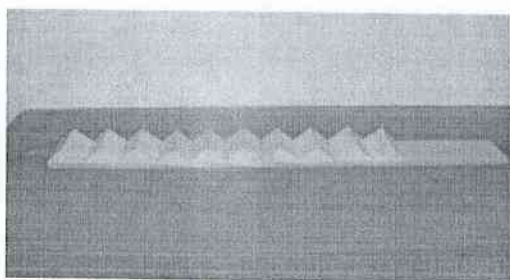
Упражнение 4 – «Панель»



На резьбовые стержни, закреплённые на панели, нужно навинчивать гайки, соответствующего диаметра. Во время выполнения упражнения необходимо противопоставлять пальцы.

Ожидаемый результат: улучшение мелкой моторики, внимания, логического мышления, развитие тактильной чувствительности, тонкой двигательной активности в пальцах.

Упражнение 5 – «Лесенка»

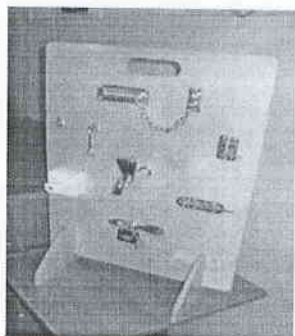


Поочерёдно или одновременно переступать пальцами со ступеньки на ступеньку. Конструкция из ступенек обеспечивает удобную опору для каждого пальца, её можно устанавливать боковой или задней поверхностью к пациенту.

При усилении давления пальцев на опору возрастает степень тренировки мелких мышц кисти, сгибателей пальцев.

Ожидаемый результат: развитие движений межфаланговых, лучезапястных, локтевых и плечевых суставов.

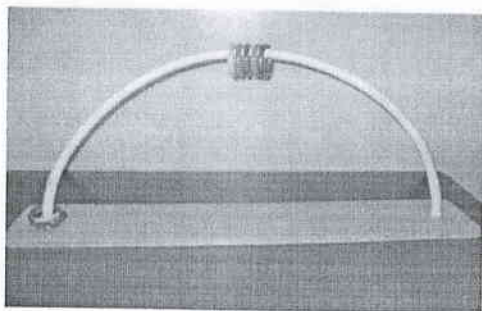
Упражнение 6 – «Пульт»



Используя бытовые приспособления (оконный и форточный шпингалеты, вентиль, запор цепочка и др.), закреплённые на планшете противопоставлять пальцы, осуществляя движения.

Планшет рассчитан: на развитие памяти, бытовых навыков, координации, внимания, мелкой моторики, супинационных и пронационных движений в локтевом и плечевом суставе (если пульт висит на стене); на развитие функций всех групп мышц руки и разработку тонких движений в период восстановления при последствиях травм, врождённых и приобретённых деформациях суставов, после фиксации гипсовой повязки; на улучшение тактильной чувствительности, тонкой двигательной активности в пальцах кисти.

Упражнение 7 – «Дуга»

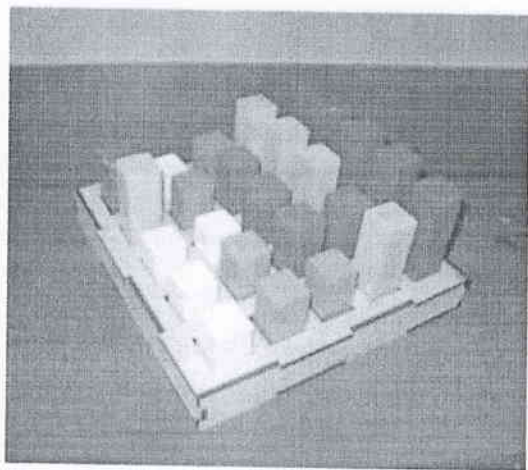


Упражнение можно выполнять сидя за столом или лёжа.

По дугообразной траектории перемещать кольца в разной последовательности. Можно использовать разные пары пальцев, вверх либо вниз ладонью.

Ожидаемый результат: развитие движений поворота кисти, разработка тыльного и ладонного сгибания и разгибания в лучезапястном суставе, сгибания и разгибания, супинации и пронации в локтевом суставе, наружной ротации в плечевом суставе, функции противопоставления, вырабатывает концентрацию внимания, координацию движений.

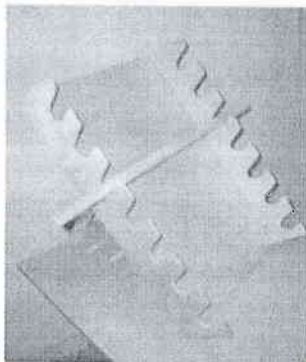
Упражнение 8 – «Мозаика»



Подбор и перестановка призматических стержней по цвету и длине. При выполнении упражнения необходимо противопоставлять пальцы, осуществлять захват двумя или тремя пальцами.

Планшет рассчитан: на развитие основных функций кисти, функции супинации кисти до срединного положения, интеллекта, внимания.

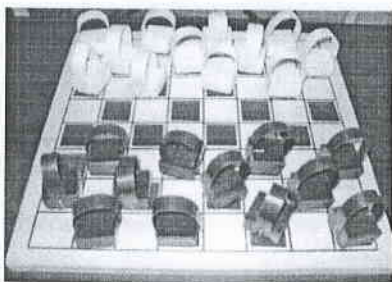
Упражнение 9 – «Горка»



Исходное положение рук на поверхности стола – горизонтальное, при котором достигается расслабление мышц плечевого пояса и рук. По наклонному стенду с зубчатой опорой прерывисто или ступенчато перемещать штангу. После каждого фрагментарного толчкообразного движения рук делать отдых. Захват рукояток штанги производится от себя либо на себя, т. е. предплечья и кисти находятся в положении либо пронации, либо супинации. Супинация - кисти обращены ладонями вверх. Пронация – кисти обращены ладонями вниз.

Планшет рассчитан: на отработку функции постепенного сгибания в плечевых суставах, разгибания в локтевых суставах, работают мышцы плечевого пояса и рук; на развитие концентрации внимания, способствует умению чередовать напряжение и расслабление. Устройство применяют при удовлетворительном интеллекте и при отсутствии тяжёлых необратимых изменений опорно-двигательного аппарата, при повреждениях центральной и периферической нервной системы, плечевого пояса, рук.

Упражнение 10 – «Шашки»

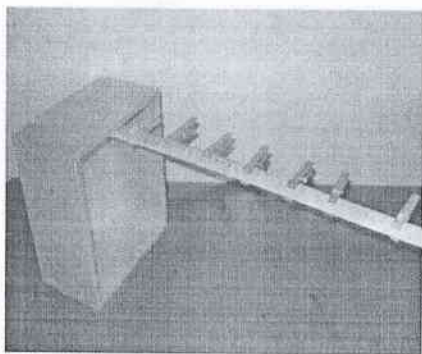


Исходное положение: предплечье лежит на столе. Петля, закреплённая на кубике (шашке), надевается на любую из фаланг пальца в зависимости от поставленной задачи. Ладонь может располагаться как сверху, так и снизу.

Преодолевая силу сцепления соприкасающихся поверхностей кубика (шашки) и доски, осуществлять передвижение: поставить кубик за кубиком в горизонтальный, вертикальный, диагональный ряды, на клетки одного цвета.

Ожидаемый результат: разработка разгибания пальцев и кисти; развитие точности попадания пальцем в петлю, кубиком на конкретную клетку, знания цветовых различий, концентрации внимания и координации при различных заданиях; применяется для тренировки двуглавой и трёхглавой мышц плеча и мышц плечевого пояса.

Упражнение 11 – «Линейка»



Линейка должна быть закреплена на основе вертикально, на ней разместить съёмные передвижные клипсы (прищепки):

- передвигать клипсы вверх, затем вниз. Шкала позволяет дозировать шаг движения в указанных суставах. Клипсами отметить исходное и завершающее положение руки.

- При повороте устройства вокруг вертикальной оси на 45, 90 градусов к тренировке подключаются мышцы, осуществляющие тыльное (клипса перед линейкой) и ладонное (клипса за линейкой) сгибание в лучезапястном суставе.

- При выполнении упражнения руку располагать ладонью вверх, либо вниз.

Ожидаемый результат: разработка движений в плечевом, локтевом суставах, оценить успех лечения по степени поднятия руки.

Устройство применимо при контрактурах посттравматических, неврологических расстройствах как центральных (ДЦП, черепно – мозговая травма, сосудистые нарушения), так и периферических с наличием исходных минимальных самостоятельных движений в суставах верхней конечности.

Заключение

Использование на занятиях оккупационной терапии многофункционального комплекса «ДОН» позволяет:

- улучшить сенсорику и моторику;
- увеличить мобильность, силу и выносливость;
- затормозить или предупредить дегенеративные эффекты старения или функциональных затруднений;
- увеличить самостоятельность в повседневной деятельности и связанные с ней навыки самообслуживания;
- обеспечить адаптирующее оборудование, чтобы поддержать или усилить функциональную независимость;
- справиться с изменениями и утратами, сопутствующими пожилому возрасту;
- найти ресурсы в социальном окружении.

Список использованной литературы

1. Амосов Н.М., «Раздумья о здоровье», Средне-Уральское книжное издательство, 1987.
2. Митрофанова Н.А., Сухова Л.С.. Реабилитация лиц с ограниченными возможностями здоровья. – М.
3. Программа по оккупационной терапии // «Областной центр реабилитации инвалидов», г. Екатеринбург.
4. Роберт Те, «5 минут массажа ежедневно» ООО Попурри, Минск, 1999.
5. Рузина М.С., Афонькин С.Ю., «Страна пальчиковых игр» КРИСТАЛЛ, Санкт-Петербург, 1997.
6. Столярова, А.С. Кадыков, «Справочник по ЛФК» СОЮЗ, Санкт-Петербург, 2001.
7. Яхно Н.Н., Штульман Д.Р. и Мельничук П.В. Болезни нервной системы - М.: Медицина, 1995. - Т. 1. - 653 с.