

УДК 636.1:616

ИППОТЕРАПИЯ, ЕЕ ОСОБЕННОСТЬ И УНИКАЛЬНОСТЬ

*Дияжева А.С., студентка 3 курса ФВМиБ
Научный руководитель - Кирьянов Д.А., к.с.-х.н., доцент
ФГБУ ВО Ульяновский ГАУ*

Ключевые слова: *иппотерапия, лошадь, лечение, реабилитация, медицина, верховая езда.*

Иппотерапия очень актуальное направление в коневодстве, она облегчает симптомы тяжелых заболеваний, лечит различные патологии и заболевания. В данной работе представлены принципы иппотерапии, ее влияние на организм.

Иппотерапия - это особый вид реабилитации и лечения многих заболеваний, который заключается в общении с лошадьми. Официальная медицина часто называет иппотерапию лечебной верховой ездой. Данный метод одобрен далеко не во всех государствах, но в РФ признан как действенная терапия множества болезней [1].

Лечебный эффект общения с лошадью замечателен своим двойным действием: на психоэмоциональную сферу и на костно-мышечную систему. Поэтому иппотерапия как метод лечения используется и неврологами, и психологами, и специалистами, которые лечат самые разные патологии органов и систем (от воспалительных заболеваний мочеполовой сферы до ДЦП)[7,3].

Во время езды верхом тело наездника испытывает необычайную физическую нагрузку: в работу включаются мышцы, бездействующие в обычном состоянии. Также иппотерапия способствует укреплению чувства равновесия пациентов. И, кроме того, необходимость каждую секунду во время езды верхом контролировать все движения и положение тела требует серьезной активной работы множества мозговых центров[4,8].

Поэтому у проходящего курс реабилитации человека нормализуется работа нервной системы, проходят симптомы невротических расстройств. Все вышеперечисленные эффекты делают иппотерапию разновидностью лечебной физкультуры. Следует отметить еще один положительный «физический» эффект иппотерапии: в процессе вер-

ховой езды движения лошади массируют ноги и таз сидящего на ней человека. Эффект усиливается тепловым воздействием, потому как температура тела лошади - около 38 градусов[2].

Формы проведения занятий лечебной верховой ездой. Иппотерапию можно проводить и в группах, и индивидуально. Для инструктора по лечебной верховой езде обязательно наличие высшего медицинского, психологического либо педагогического образований, прохождение специальных курсов по подготовке инструкторов иппотерапии и, конечно, умение ездить верхом. Первые пробные занятия длятся совсем недолго – минут десять – пятнадцать. Постепенно продолжительность занятий увеличивается до одного часа. Периодичность занятий – два – три раза в неделю; курс занимает от полутора месяцев и дольше (все зависит от эффекта терапии и желаний самого пациента). Исцеление от тяжелых форм хронических заболеваний иногда требует не месяцев, а лет регулярной реабилитации. Чем же иппотерапия отличается от обычных занятий верховой ездой? Езду верхом лечебной делает соблюдение ряда требований:

1.Тщательный расчет и контроль интенсивности физической нагрузки. Дозирование физической нагрузки в зависимости от состояния пациента. 2.Постепенное повышение интенсивности и временной продолжительности физической работы.

4. Горячее желание самого пациента взаимодействовать с лошадью и активное его участие в процессе реабилитации либо исцеления.

5. Подбор животных со спокойным, мягким характером.

6. Сочетание лечебной верховой езды с другими методами терапии[7,8,5].

У людей, дополнительно занимающихся иппотерапией, выявлены следующие изменения: укрепились мышцы тела, улучшилась координация движений и ориентация в пространстве, повысился уровень самооценки личности. Также можно отметить, что дети с синдромом Дауна после курса занятий по иппотерапии становятся общительнее, у них происходит развитие трудовых навыков по уходу за животными, что, возможно, поможет им научиться в будущем ухаживать за собой. Также разработаны рекомендации к базовому курсу упражнений по иппотерапии непосредственно для детей с синдромом Дауна[8,3].

Подводя итог: при одобрении педиатра и отсутствии вышеперечисленных противопоказаний, верховая езда с элементами ЛФК может стать прекрасным дополнением к программе по улучшению состояния

и качества жизни вашего ребенка независимо от состояния его здоровья. А общение с таким удивительным животным, как лошадь, обязательно пробудит в его душе самые теплые чувства и оставит радостные воспоминания о детстве[1,3,4].

Библиографический список

1. Бикнелл, Д. Знакомьтесь: иппотерапия / Д. Бикнелл, Х. Хенн, Д. Уебб. - М.: МККИ, 2009.- 42с.
2. Вайнер, Э.Н. Адаптивная физическая культура / Э.Н. Вайнер, С.А. Кастюнин. - М.: Флинта: Наука, 2003. - 132с.
3. Дремова, Г.В. Комплексное использование иппотерапии и спартианской программы в целях социальной реабилитации и интеграции инвалидов с ДЦП / Г.В. Дремова, П.Л.Соколов, В.И. Столяров. - М.:1997, - 174с.
4. Климова, В.К. Теоретические основы использования иппотерапии в процессе физической реабилитации / В.К. Климова, А.В. Посохов, Н.А. Лукьянов.- Белгород: ИЦП «Политерра», 2008. - 75с.
5. Коротков, К.Г. Инновационные технологии в спорте: исследование психофизиологического состояния спортсменов методом газоразрядной визуализации / К.Г. Коротков, А. К. Короткова.- М.: Советский спорт, 2008. - 280с.
6. Цверава, Д.М. Иппотерапия. Лечебная верховая езда / Д.М. Цверава.- Киев: ООО ИД Украинский Медиа Холдинг, 2012. -152с.
7. Шапкова, Л.В. Частные методики адаптивной физической культуры / Л.В. Шапкова.- М.: Советский спорт, 2007.-608с.
8. Штраус, И. Иппотерапия. Нейрофизиологическое лечение с применением верховой езды / И.Штраус.- М.: Моск. конноспортив. клуб инвалидов, 2000. - 102с.

HIPPOTHERAPY, ITS PECULIARITY AND UNIQUENESS

Diyazheva A.

Key words: *Hippotherapy, horse, treatment, rehabilitation, medicine, horse riding.*

Hippotherapy is a very topical trend in horse breeding, it alleviates the symptoms of severe diseases, treats various pathologies and diseases. In this paper, the principles of hippotherapy, its effect on the body are presented.