

# Rehabilitace

**Rehabilitace** (RHB) je činnost, jejímž cílem je optimální znovuobnovení fyzických, psychických, sociálních a pracovních schopností jedince, které byly sníženy v důsledku úrazu či onemocnění<sup>[1]</sup>. Jedná se o interdisciplinární obor.

- **Impairment** – porucha 1 systému, projevuje se změnami anatomickými, fyziologickými či psychickými.
- **Disabilita** – omezená schopnost, individuálnější charakter, neschopnost provádět určité činnosti, které pacient dříve prováděl → prostor pro ergoterapii.
- **Handicap** – disabilita ve vztahu ke společnosti.
- RHB indikuje + koordinuje lékař.
- RHB týmovou práci – fyzioterapeut, ergoterapeut, logoped, psycholog.
- Nutný je správně zvolený čas pro začátek RHB.
- Ambulantní rehabilitační oddělení, rehabilitační centra (při nemocnicích a LF), specializované ústavy, lázeňská léčba.
- Svalový test – info o svalové síle jednotlivých svalů / svalových skupin, největší přínos u periferních paréz (hl. reziduální parézy po akutní poliomyelitidě), 5 stupňů hodnocení svalové síly<sup>[1]</sup>.

Novinkou v oblasti rehabilitace je tzv. telerehabilitace, která umožňuje poskytování rehabilitačních služeb prostřednictvím telekomunikačních sítí a internetu. Při níž je pacient na dálku spojen s lékařem či terapeutem. Výhodou telerehabilitace je současná snadná dostupnost, časová a finanční úspora. Pacientům nahrazuje zejména často komplikovanou dopravu do rehabilitačních ústavů.

## Fyzioterapie

Pojem **fyzioterapie** pochází z řeckého slova fysis - přírodní síla a therapeia - léčení jako poskytnutí služby. K léčebnému ovlivnění patologických stavů využívá různých forem energií (včetně pohybové). Dělí se na **léčebnou tělesnou výchovu** (LTV) a **fyzikální léčbu**<sup>[1]</sup>.

### Léčebná tělesná výchova

- Skupinová / individuální rehabilitace.
- **Kondiční cvičení** – již v akutním až subakutním stavu s nemocným na lůžku, i jako preventivní RHB u rizikových skupin.
- **Cvičení podle svalového testu** – význam hl. u periferních paréz, cvičení proti odporu, využití činek + kladek.
- Při spastických poruchách – **Kabatova technika** – vychází z urč. pohybových vzorců, založena na principu svalové souhry, pohyb v diagonálách.
- **Metoda manželů Bobathových** – hl. u dětí s DMO, využívá poloh pro započetí pohybu, kdy je tlumena spasticita, s využitím šíjových, vestibulárních reflexů a různých cvičebních pomůcek.
- **Vojtova metoda** – vychází z fylogeneze pohybu, u člověka existují 2 reflexní zakódované pohybové celky: reflexní plazení + reflexní otáčení – lze je vybavit jen při určité poloze a stimulaci, indikace: DMO, spastické hemiparézy po CMP aj<sup>[1]</sup>.

### Fyzikální léčba

- **Stejnoseměrný proud:** galvanizace – urychluje metabolismus ve tkáních;
- **střídané interferenční proudy** – ovlivnění bolestivosti (diadinamik, analgonik aj.);
- **IR záření** – „předehřátí“, uvolnění spasticity před následným cvičením;
- **elektromagnetické vlnění** – zmírnění zánětu, degenerativní onemocnění muskuloskeletálního aparátu;
- **UZ** – rozrušení srůstů, zmírnění spasticity, analgetické účinky;
- **laser** – urychlení hojení různých sval. a kloubních poranění, omezení vzniku keloidních jizev;
- **UV záření** – osteoporóza;
- **zábaly parafínem** – zmírnění spasticity před cvičením;
- **vodoléčba** – vířivé lázně pro horní i dolní končetiny, bahenní a slatinové zábaly + koupele, skotské stříky, sauna<sup>[1]</sup>.

## Ergoterapie

**Ergoterapie** je rehabilitační obor. Snaží se člověku s postižením (fyzickým či psychickým) dosáhnout co nejvyšší kvality života pomocí smysluplné činnosti. Ergoterapie je holisticky zaměřená - snaží se pochopit klienta i s jeho prostředím a respektovat jeho přání při tvorbě plánu terapie. Ergoterapeut funguje v rámci multidisciplinárního týmu.

Od termínu *léčba prací* se v současnosti upouští, protože neodpovídá současnému pojetí ergoterapie.

Ergoterapeut může pracovat v:

- nemocnici – na odděleních pro děti i dospělé (traumatologie, JIP, onkologie, neonatologie, psychiatrie, revmatologie), v lázních;
- sociálním zařízení – domovy pro seniory, stacionáře, terapeutické dílny, chráněná bydlení;
- jiných zařízeních – kliniky rehabilitačního lékařství, raná péče, domácí péče.

Ergoterapeut dále může poskytnout poradenství ohledně ergonomie pracoviště či výběru kompenzačních pomůcek, ale také může pracovat jako asistent pro lidi s disabilitou.

## Odkazy

### Související články

- Léčebná rehabilitace/PGS (VPL)
- Telerehabilitace

### Externí odkazy

- Physical therapy (anglická wikipedie)
- Rehabilitace (česká wikipedie)

### Použitá literatura

1. SEIDL, Zdeněk a Jiří OBENBERGER. *Neurologie pro studium i praxi*. 2. vydání. Praha : Grada Publishing, 2004. ISBN 80-247-0623-7.