



**PARENT
PROJECT**
CZECH REPUBLIC

Pohybové aspekty a specifika u dětí se svalovou dystrofií

– webinář pro učitele (MŠ, ZŠ)

www.parentproject.cz
Mgr. Anna Hrbatá
Fyzioterapeutka

Pohybová specifika u dětí se svalovou dystrofií - motorický průběh onemocnění

- Během doby dochází k úbytku svalů a tkáň se přestavuje na tkáň vazivovou – postupné slábnutí svalů trupu, svalů nohou i rukou
1. Období diagnostiky mezi 1.-3. rokem věku
 2. Období samostatné chůze
 3. Období usedání na vozík mezi 11-14. rokem věku
 4. Období závislosti na vozíku



Období diagnostiky + období samostatné chůze

- Impulz k diagnostice často fyzioterapeuti nebo učitelé
- Patrné motorické opoždění oproti vrstevníkům (později stojí, chodí, „nešikovné děti“, zakopávají, padají)
- Častý i opožděný vývoj řeči
- Pomalejší, více unavené, ujdou kratší vzdálenosti
- Neschopnost běhu, poskoků, obtíže s chůzí do schodů či ze schodů
- Typický rys - objemná lýtka
- Změny v držení těla
- Typické zvedání ze země



Období usedání na vozík + období závislosti na vozíku

- Patrné horší držení těla – větší slabost, chůze po špičkách, častější pády – děti toto nemohou sami změnit
- Patrná větší slabost horních končetin = zhoršená pohyblivost rukou
- Postupné usedání na vozík pro slabost nohou
- ! Pokud nemůžou do schodů či ze schodů - NENUTIT
- Důležité zajištění kvalitním vozíkem pro dobrou oporu zad a zajištění funkce rukou (psaní, ovládání vozíku), efekt i na udržení dechového komfortu



Součinnost terapií – náročnost diagnózy

- Často tyto děti podstupují během týdne několik terapeutů
 - fyzioterapie, ergoterapie, logoterapie, hippoterapie, plavání
 - + doma s rodiči denně cvičí 15-30 minut
 - + omezení dané vozíkem, přítomností asistenta

Zúžené možnosti pro vytvoření potřebných sociálních vazeb, kamarádů, menší výběr koníčků po škole, větší izolace – nutná podpora ve škole



Vhodné a nevhodné pohybové aktivity

- **Důležitá komunikace s rodinou a dítětem samotným**
- Dítě by si mělo určit svoje pohybové limity, zásadní respektovat únavu, občasné protažení/ změna polohy během hodin je přirozená

Nevhodné aktivity/ zvýšená pozornost u:

- Vyšší unavitelnost
(delší chůze – procházky, výlety, časem i pohyb po škole – odrážedlo, sportovní vozík, vozík)
- Snížená rovnováha i stabilita - větší tendence k pádům
(týmové hry – míčové hry, hromadné sporty, nestabilní povrchy)
- Snížená pohyblivost a ohebnost
(gymnastika, atletika,...), postupem obtíže se vstáváním ze země, přesuny z místa na místo

Důležité respektovat tyto odlišnosti, podpořit dítě, aby mohlo být součástí kolektivu, ale s určitými specifiky, úlevami,...



Závěrečné shrnutí

- Tyto děti postupně slábnou a jsou jiné než děti zdravé – budou jednou závislé na vozíku
- Mluvit s nimi o jejich pohybových limitech či strachu při některých aktivitách - možnost říct nechci hrát, rád bych to zkusil,...
- **Respektovat únavu, individuální pohybová specifika** – odrážedla, vozíky s sebou na výlety
- Uzpůsobení prostředí pro co největší soběstačnost
- Nutná **pohybová aktivity pro udržení kondice a prevence obezity** – nelimitovat j
- Nejsou jasně dané pohybové aktivity které by tyto děti nesměli – sami si většinou řeknou, je třeba však zvýšené pozornosti u výše zmíněných...



PARENT
PROJECT
CZECH REPUBLIC

Děkuji za pozornost.

Anna Hrbatá

Fyzioterapeutka

hrbata@parentproject.cz

