

Ермак отличается необыкновенной воспитанностью и тактичностью, настоящий интеллигент. Очень любит обучаться чему-нибудь новому.

Филя удивительно гармоничен. Однако требует к себе внимательного и последовательного отношения. Не терпит панибратства.

Лада – необычайно красивая, важная и спокойная особа. Как всякая прелестница может позволить себе каприз, маленькие вредности. Но за красоту и спокойствие ей это прощается.

Игрушка – натура утончённая, лёгкая, изящная, грациозная, поразительно смыслённая.

Все они, и ещё десяток их «собратьев» служат в Республиканском центре иппотерапии для детей-инвалидов, что расположен в городе Уфа. Некоторые претерпели немало невзгод, прежде чем попали сюда. Например, Персея привезли в центр едва живого в возрасте 2 лет. Он был рахитичным, недокормленным, ослабленным. Пришлось долго откармливать, восстанавливая вес, а затем постепенно приучать к нагрузкам и всему тому, что необходимо знать и уметь настоящей иппотерапевтической лошади.

У Рапорта судьба ещё более сложная. В молодости он завоевывал призы спортсменам из школы пятиборья, на нём выполняли нормативы мастеров спорта по выездке и конкуру. А потом наступили времена, когда его начали перекупать из рук в руки и так с этим заигрались, что коня пришлось буквально спасать от голодной смерти и отправки на мясокомбинат. Он был настолько истощён, что только любовь к жизни и безграничное доверие к людям помогли ему выжить. Сегодня Рапорт – настоящий учитель. Терпеливый, внимательный к детям. Помогает вместе со своими сородичами ребятишкам и их родителям в преодолении болезней и их последствий.

– Главной нашей целью, – говорит директор Республиканского центра иппотерапии Наталья Никитина, – является реабилитация детей с нарушениями опорно-двигательного аппарата и психосоциального статуса методом лечебной верховой езды, а также

Рядом с нами

Доктор-лошадь

Они учатся у нас и учат нас



создание детской инвалидной сборной для участия в российских и международных соревнованиях.

Естественно, не все лошади пригодны для иппотерапии, могут работать с детьми, тем более с больными. Они должны быть спокойными, дружелюбными, послушными, непугливыми. Их воспитание занимает годы и продолжается ежедневно.

– Наши лошади прекрасно знают, как себя вести на занятии и как во время прогулки, – говорит Наталья Анатольевна.

Иппотерапия, или лечебная верховая езда, используется давно, ещё со времён Гиппократа, который называл её при-

родными упражнениями. Кстати, в переводе с греческого имя великого врача означает «укротитель коней». В России она начала своё развитие как метод восстановительного лечения несколько десятилетий назад и завоевывает всё большую популярность. По крайней мере в Уфимском центре иппотерапии ежемесячно проходят реабилитацию около сотни ребятишек. Желающих же намного больше. Занимаются дети с разными заболеваниями – ДЦП, аутизм, задержка психического развития, органические поражения

мозга, сколиозы и т.д. Результаты налицо: достаточно посмотреть на детей и их родителей.

Вот как описывает влияние занятий в центре Екатерина Р.: «Мы с сыном Всеволодом занимаемся иппотерапией уже второй год. Я вначале не верила, что лошади могут помочь в лечении, но теперь убедилась на собственном примере. Сейчас Севе 11 лет, он страдает ДЦП. За год с небольшим мы научились сидеть на лошади верхом почти самостоятельно. После занятий его намного легче поместить в коляску (ребёнок расслабляется), а мы забыли, что такое мидокалм, который принимали для снятия

сильной спастики. Чтобы попасть на занятия, проделываем путь на автобусе 1,5 часа в одну сторону и столько же в другую, но это того стоит».

А вот отзыв другой мамы – Людмилы: «Мой 7-летний сын с огромной радостью посещает центр, просто рвётся сюда. Старательно выполняет задания инструктора. Упражнения повторяет даже дома. Занятия с лошадьми добавили позитивного настроения не только в жизни Богдана, но и в жизни нас – родителей. Не передать словами, какие чувства мы испытываем, когда видим своего ребёнка на лошади, его первые успехи, его радость!»

– За 10 лет нашей работы у детей не наблюдалось ни одного отрицательного результата, – комментирует Н.Никитина. – Но мы родителей сразу предупреждаем: успех достигается только совместным трудом: ребёнка, инструктора, родителей, и зависит от того, как мама будет относиться к делу, настраивать своё дитя. Родитель тоже должен гореть!

Чтобы добиться эффекта, ребёнку следует заниматься не менее двух раз в неделю. Для каждого подбирается индивидуальная программа, схема упражнений. И в этом велика роль инструкторов. Они здесь – профессионалы, все имеют высшее педагогическое образование, прошли специальную подготовку по организации иппотерапевтических занятий для пациентов с ограниченными возможностями на кафедре адаптивной физкультуры. Их отличает не просто особое отношение к детям, а особое устройство души. Они прекрасно знают все тонкости. Например, ребёнок, страдающий аутизмом, не должен постоянно заниматься на одной лошади. Лучше – на разных. Иначе он запомнит только её

и будет категорически отвергать других. Всё это может перейти на отношения с людьми.

А если у ребёнка детский церебральный паралич, то, наоборот, приходится подбирать лошадь под форму заболевания, учитывая степень спастики. На широкую лошадку такого пациента не посадишь, нужно животное с более узкой грудью и спиной. Учитывается и совместимость характеров наездника и коня.

– Посмотрите, какая великолепная посадка у девочки, а ведь она страдает ДЦП, – говорит Наталья Анатольевна, указывая на наездницу с прямой, как у балерины, спиной. – Кстати, направляем её на первенство России по паралимпийской выездке в Москву. Когда дети сидят верхом на лошади, зачастую бывает трудно отличить больного ребёнка от здорового.

Дозированная верховая езда, физические упражнения на коне дают нагрузку на все мышцы тела. Ребёнок должен постоянно удерживать равновесие, что заставляет синхронизировать их работу, то расслабляя, то напрягая. А сколько эмоций приносит общение с животным! Один Кекс чего стоит. По словам ребят, невозможно пройти мимо него, не поглажив. Он любимец и детей и взрослых, беззаветный труженик.

О целебном влиянии лошади Гиппократ писал, что восстановление организма после тяжёлой болезни происходит легче, а настроение больного улучшается, если он катается на лошади.

В центре иппотерапии дети не просто катаются, а шаг за шагом двигаются к цели.

– С помощью иппотерапии хочу добиться большего в жизни, лошади дарят надежду, что у меня всё получится, – говорит 13-летняя Диана Хайруллина.

Следует добавить, центр является членом Национальной федерации лечебной верховой езды и инвалидного конного спорта. Существует в основном на гранты (например, в 2006 г. выиграл грант Правительства РФ) и спонсорские пожертвования, но для детей-инвалидов занятия бесплатные, главное – чтобы было направление от врача.

Валентина ЕВЛАНОВА,
корр. «МГ».

Настроение

В улыбке ребёнка — надежда мира

Современный итальянский художник, арт-деятель Грегорио Манчино – человек-праздник. Там, где он появляется, у всех поднимается настроение. Он считает важным расцветить жизнь яркими красками. Поэтому, путешествуя по миру, расписывает различные социальные учреждения, и прежде всего больницы. Недавно он побывал в Москве, в Морозовской детской больнице, где вместе с маленькими пациентами разрисовал помещения.

– В тот момент, когда дети играют или рисуют, они забывают, где находятся. Вызывая положительные эмоции, мы помогаем им выздороветь, – говорит Грегорио Манчино. – Я руководствуюсь принципом «В улыбке ребёнка – надежда мира».

Художник расписывает не только больницы, но и дома престарелых, другие социальные объекты, внося радость в серые будни. Он пробыл в России лишь несколько дней, но за столь короткое время заставил улыбнуться множество людей. И это здорово! Ведь эмоции в значительной мере управляют здоровьем. Наверное, неслучайно Италия

занимает вторую строчку сводного индекса здоровья стран мира. По данным центра здоровья в Милане, 7 из 10 итальянцев довольны своим самочувствием. При этом чувствовать себя хорошо для них означает не только не иметь никаких болезней. Большую роль играет «погода в доме», отношения с друзьями и, конечно, дела на любовном фронте.

Что касается россиян, то основными факторами, влияющими на здоровье, они называют экологию и стресс. Высокие психологические нагрузки, постоянное напряжение, ускорение темпа жизни, по их мнению, препятствуют желанию оставаться здоровыми. Таковы результаты исследования, проведённого нынешней осенью среди жителей крупных городов, с целью понять отношение россиян к своему здоровью и тому, как они лечатся в случае простудных заболеваний.

Большинство наших соотечественников хорошо осведомлены об основных составляющих здорового образа жизни. Однако далеко не многие ему следуют. Тяжелее всего им не нервничать, правильно питаться и регулярно заниматься спортом.

Несмотря на то, что многих тревожит проблема со здоровьем, лишь треть респондентов отметили, что уделяют ему достаточное внимание и регулярно проходят медицинские осмотры. В то же время 67% признались, что не берут больничный лист в случае простудного заболевания, предпочитая переносить его на ногах. Чем же они лечатся, не обращаясь к врачу, а напрямую заходя в аптеку? Наиболее популярная комбинация – это приём симптоматических и противовирусных препаратов. Следующая по популярности тактика – приём только симптоматических лекарственных средств. Применяют также в лечении ОРВИ и гомеопатические средства (среди которых лидирует оциллококцидум), в основном комбинируя их с противовирусными. Причём интерес к натуральным методам и лекарствам постепенно возрастает, что роднит россиян с европейцами, прежде всего с итальянцами. Удивительно, но Россия и Италия практически делят первое место в мире по использованию Интернета в качестве инструмента для поиска разнообразной медицинской информации, в том числе о методах лечения и лекарственных средствах, отдавая предпочтение наиболее безопасным, особенно если это касается детей. Нет, недаром россияне и итальянцы симпатизируют друг другу.

Валентина СИДОРОВА.

НОВАЯ РУБРИКА: Дежурный по номеру

Авторитетная правка

Как закончились первые дни нового начинания

Инициативу «Медицинской газеты» – введение общественной должности «дежурный редактор по номеру» – председатель Совета ректоров медицинских и фармацевтических вузов России, ректор Самарского государственного медицинского университета, академик РАНН Геннадий КОТЕЛЬНИКОВ встретил с интересом.

Материалы Геннадий Петрович получал по электронной почте, успевал читать и даже нашёл огрехи. Заметим, что сделать это не просто: над подготовкой материалов к печати трудятся опытные корректора, бюро проверки, плюс все статьи проходят через «зоркое око» научного редактора профессора Р.Артамонова.

– Понимаю, что мне, отчасти, повезло, – сказал нам по телефону Геннадий Петрович, – номер праздничный, читался легко, в нём немного сугубо клинических или научных материалов. Очень приятно было, что в презентации нового конкурса «Лучшая медгазета» был представлен наш самарский «Ме-



дик». На последней странице я ещё раз порадовался за своих. Почему? Об этом читатель пусть узнает, дочитав газету до конца.

Собственно о номере газеты скажу самые добрые слова: новые рубрики, разделы, конкурсы. В новый год имеющая 120-летнюю историю «МГ» вступает обновлённой, живой и по-прежнему высокопрофессиональной.

НА СНИМКЕ: академик РАНН Геннадий Котельников за чтением материалов «Медицинской газеты».

Фото Искандера МИФТАХОВА.