

Zastosowanie hipoterapii w postępowaniu usprawniającym The use of hippotherapy in the proceedings streamlining

**Katarzyna Strojek¹, Milena Kawka¹, Agnieszka Radziwińska¹, Zuzanna Piekorz¹,
Urszula Kaźmierczak¹, Walery Zukow²**

- 1. Uniwersytet Mikołaja Kopernika w Toruniu Collegium Medicum w Bydgoszczy, Katedra Fizjoterapii, Zakład Podstaw Fizjoterapii, Bydgoszcz, Polska**
- 2. Uniwersytet Kazimierza Wielkiego w Bydgoszczy, Bydgoszcz, Polska**

**Słowa kluczowe: hipoterapia, postępowanie usprawniające.
Key words: hippotherapy, proceedings streamlining.**

Streszczenie

W czasach dynamicznego rozwoju fizjoterapii powstaje wiele metod usprawniania, w których rolę terapeuty odgrywają zwierzęta. Jedną z nich jest hipoterapia, oparta na interakcji między koniem, terapeutą a pacjentem. Różnorodność tej formy oraz wielopłaszczyznowe działanie decydują o uniwersalności omawianej metody. Hipoterapia wpływa równocześnie na sferę fizyczną, psychiczną, emocjonalną i społeczną człowieka, poprawiając jego jakość życia i funkcjonowania na codzień.

Istotną kwestią przed rozpoczęciem terapii jest rozpatrzenie wszystkich wskazań i przeciwwskazań, wybór odpowiedniego konia oraz wykwalifikowanego terapeuty.

Celem pracy jest zaprezentowanie wpływu hipoterapii jako terapii wspomagającej leczenie pacjentów z różnorodnymi schorzeniami. Podczas hipoterapii dochodzi do rozluźnienia,

eliminowania odruchów patologicznych, torowania właściwych reakcji, normalizacji napięcia mięśniowego, korygowania postawy, poprawy pracy narządów wewnętrznych. Efektem terapii z koniem jest wzrost koncentracji, poprawa pamięci i samopoczucia, umiejętność radzenia sobie ze stresem, wyższa samoocena i pewność siebie.

Summary

In times of dynamic development of physiotherapy there are many methods of rehabilitation, in which the role of the therapist played by animals. One of them is hipotherapy, based on interaction between the horse, the therapist and the patient. The variety of forms and multi-faceted operation determine the universality of the method. Hipotherapy affects simultaneously on the sphere of physical, mental, emotional and social person, improving the quality of life and functioning on a daily basis.

An important issue before the therapy is to consider all the indications and contraindications, selecting the right horse and a qualified therapist.

The aim of the paper is to present the impact of hipotherapy as an adjunct therapy to patients with various diseases. During hipotherapy comes to relaxation, eliminate pathological reflexes, paving the appropriate response, normalize muscle tone, correct posture, improve the work of internal organs. The effect of therapy with a horse is to increase concentration, improve memory and mood, coping with stress, higher self-esteem and confidence.

Wstęp

Od zarania dziejów natura konia fascynowała ludzi na całym świecie. Wspólna przygoda człowieka i konia zaczęła się już wiele tysięcy lat temu i nadal trwa. Na przestrzeni wieków natura konia nie zmieniła się. Człowiek zmienił się, zmianom uległ styl życia oraz warunki w jakich człowiek rozwija się, dorasta i żyje. Hipoterapia prowadzona jest w naturalnym środowisku, ma wymiar holistyczny. Terapia poprzez jazdę konną i kontakt z koniem dąży do wzbogacenia doznań zmysłowych, jak i fizycznych. Hipoterapia to ukierunkowane działanie terapeutyczne, mające na celu poprawę wydolności człowieka, zarówno w sferze fizycznej, jak i psychicznej. Koń specjalnie wyszkolony i przygotowany do zajęć stanowi integralną część procesu terapeutycznego. Niektórzy uważają, iż celem zajęć z koniem jest tylko zdobycie

umiejętności jazdy konnej, lecz tak nie jest. Głównym celem leczenia za pomocą hipoterapii jest stymulacja ruchowa, w której bardzo ważną rolę odgrywa stymulacja sfery psychicznej (emocjonalnej, poznawczej, społecznej). W trakcie zajęć z hipoterapii powinny być zachowane idealne warunki do normalizacji napięcia mięśniowego: stały ruch konia, cieplejsze ciało konia (łatwiejsze rozluźnienie) oraz dogodne ułożenie kończyn. Kontakt z żywym zwierzęciem oraz możliwość uczestniczenia w zajęciach na świeżym powietrzu powoduje, że pacjenci przez długi czas uczestniczą w ćwiczeniach aktywnie bez oznak zmęczenia i znudzenia [1-4].

Założenia hipoterapii

Hipoterapia z grec. „hippos”, jest leczeniem z pomocą konia o szerokim działaniu zdrowotnym. Hipoterapia jest to zbiór zabiegów terapeutycznych z udziałem żywego zwierzęcia, jakim jest koń, stanowiąc jedną z form rehabilitacji wieloprofilowej. Wspomaga prawidłowe funkcjonowanie organizmu w sferze ruchowej, emocjonalnej, psychicznej i społecznej. Podstawę terapii stanowi odpowiednio przygotowany koń, wykwalifikowany terapeuta i jego współpraca z różnymi specjalistami. Warunkiem rozpoczęcia usprawniania jest zgoda lekarza prowadzącego. Podobnie jak w medycynie, tak samo w rehabilitacji istnieje naczelna zasada etyczna „primum non nocere”, czyli „po pierwsze nie szkodzić” której przestrzegać musi każdy terapeuta. Nieustannie rosnące zainteresowanie tą formą terapii pozwala lepiej poznać wszystkie zdrowotne aspekty oddziaływania konia na pacjentów z różnymi dysfunkcjami i ułatwia dostosowanie terapii do potrzeb chorego. Hipoterapia jest zarazem formą rekreacji, która umożliwia kontakt z przyrodą i odpoczynek na łonie natury.

Każda osoba może jeździć konno, jeżeli tylko będzie miała odpowiednią wytrzymałość fizyczną oraz prawidłową stabilizację tułowia. W hipoterapii ważne jest, aby pacjent nie bał się konia. Niezwykłość tej metody polega na działaniu wielopłaszczyznowym, tj. na płaszczyźnie: ruchowej, sensorycznej, psychicznej i społecznej. Oddziaływanie hipoterapii polega na kodowaniu w mózgu prawidłowego wzorca ruchu miednicy podczas chodu, normalizacji napięcia mięśniowego, doskonaleniu równowagi, koordynacji, orientacji w przestrzeni schematu własnego ciała oraz na poczucia rytmu. Terapia ma również wpływ na stymulację i normalizację czucia powierzchniowego. Kontakt z koniem zwiększa poczucie własnej wartości, zmniejsza zaburzenia emocjonalne oraz rozwija pozytywne relacje społeczne u osób poddanych hipoterapii. Hipoterapeuta kształtuje również u swojego podopiecznego postawę wymuszającą zachowanie szacunku dla zwierzęcia i uczy okazywać ten szacunek [2, 5-7].

Rodzaje hipoterapii

Jedną z form hipoterapii jest gimnastyka na koniu, która jest uzupełnieniem postępowania fizjoterapeutycznego prowadzonego w poradni rehabilitacyjnej. Metoda ma na celu wykonywanie różnego rodzaju ćwiczeń na koniu, które są dobrane indywidualnie do każdego pacjenta. Do

hipoterapii kwalifikowani są zarówno pacjenci z dysfunkcjami w obrębie narządu ruchu oraz z chorobami pochodzenia neurologicznego. Spośród metod hipoterapii, najczęściej wymienia się dwa modele: funkcjonalny i neurofizjologiczny.

Model funkcjonalny: głównym celem jest wprowadzenie ćwiczeń podczas jazdy na koniu, na drugim planie jest zachowanie prawidłowej postawy jeźdźcy. Metoda ta szczególnie wskazana dla dzieci starszych, powyżej 5 roku życia.

Model neurofizjologiczny: najważniejsza jest prawidłowa pozycja siedząca jeźdźcy oraz ruchy jakie wykonuje: swobodne ruchy barków i miednicy, które podążają tak, jak gdyby osoba będąca na koniu chodziła. Metoda ta szczególnie jest wskazana dla dzieci w wieku przedszkolnym.

Terapia z koniem jest głównie wykorzystuje aspekt uczuciowy w relacji koń – pacjent. Dzięki temu chory może łatwiej nawiązać kontakt z otoczeniem i pogłębiać relacje z innymi ludźmi. Najbardziej pożądaną „sytuacją terapeutyczną” jest sam kontakt chorego z koniem. W sytuacji, gdy dziecko może nie dosiadać konia, terapia polega na pielęgnacji zwierzęcia, jego głaskaniu, przytulaniu oraz karmieniu. Omawiane rodzaje hipoterapii są przeznaczone dla dzieci: z zaburzeniami w relacjach nawiązywania kontaktu społecznego, z nasilonymi lękami społecznymi, autystycznymi, psychotonicznymi, psychotonicznymi z zaburzeniami zachowania oraz niedostosowanymi społecznie. Psychopedagogiczna jazda konna wykorzystuje zarówno kontakt z koniem, jak również jazdę konną. Psychoterapia z koniem jest metodą, należąca do kierunku psychoterapii opartej na doświadczeniu. Pacjent ma stworzoną sytuację terapeutyczną wokół konia, między innymi jest to jazda na nim, praca z koniem z ziemi czy obserwowanie zwierzęcia. W miarę potrzeb wprowadzane są elementy psychoterapii, logopedii dziecka oraz gry i zabawy edukacyjne z użyciem specjalnie przygotowanych pomocy dydaktycznych. Zajęcia, oprócz jazdy konnej, mogą zawierać elementy pielęgnacji konia i proste prace w stajni. Psychopedagogiczna jazda konna przeznaczona jest dla dzieci i młodzieży z upośledzeniem umysłowym oraz opóźnieniem psychoruchowym, ale także dla osób z zaburzeniami emocjonalnymi oraz deficytami w zakresie wzroku i słuchu. Jazda konna rekreacyjna i sportowa osób niepełnosprawnych jest często kontynuacją wcześniejszej terapii. Utrzymanie rezultatów terapeutycznych osiągniętych dzięki hipoterapii, wypracowanie nawyku stałego podnoszenia sprawności poprzez regularną aktywność fizyczną oraz aktywizacja psychospołeczna i integracja. Dla niepełnosprawnych jeźdźców udział w zawodach jeździeckich paraolimpijskich, przeznaczonych dla osób niesprawnych fizycznie lub olimpiadach specjalnych przeznaczonych dla osób upośledzonych umysłowo, często staje się sensem życia i jest źródłem olbrzymiej radości i satysfakcji [1, 3, 8].

Cechy konia "terapeuty"

Koń do terapii powinien spełniać odpowiednie kryteria, zarówno dotyczące budowy fizycznej, jak i sfery psychicznej. Koń jest zwierzęciem stadnym i zawsze należy o tym pamiętać.

Koń dawniej poruszał się w stępie w poszukiwaniu pożywienia. Stęp to najbardziej fizjologiczny sposób poruszania się konia w odróżnieniu od galopu, który jest zachowaniem obronnym. Ucieczka to jedyna broń, którą konie wypracowały przed drapieżnikami na przestrzeni lat ewolucji. Dlatego konie dziko żyjące, jak mustangi czy ostatnie dzikie konie Europy, jakimi są koniki polskie, na co dzień posługują się trzema chodami: stępem, kłusem i galopem. Za pomocą wyżej wymienionych chodów, konie potrafią przekazać swoje emocje: radość, chęć zaimponowania, gesty bojowe, nieufność. Charakter konia jest główną cechą w doborze zwierzęcia do hipoterapii. Cechy ustroju psychicznego są ważne, w celu zminimalizowania prawdopodobieństwa wystąpienia reakcji nieprzewidzianych. Zwierzę do hipoterapii powinno posiadać takie cechy jak: spokojny temperament, przyjazne podejście do ludzi, ufność, łagodność, cierpliwość, tolerancja (bez odruchów obronnych) na nagłe i niespodziewane bodźce wzrokowe, słuchowe oraz dotykowe. Nie powinien posiadać nałogów i narowów, a jego temperament nie powinien być zbyt gwałtowny. Zwierzę nie może być jednak oziębiałe. Wszystkie wymienione cechy psychiczne mają zapewnić pacjentowi jak największy komfort bezpieczeństwa, dlatego koń wykorzystywany w terapii powinien mieć opisany pełen życiorys w celu wykluczenia jakichkolwiek wcześniejszych zdarzeń traumatycznych. Nie wolno zapomnieć, iż pragnienie ruchu jest wiodącym instynktem w życiu konia i jego brak lub niedostatek ruchu staje się przyczyną powstania u zwierzęcia niepożądanych stanów psychiki [2, 4, 9, 10].

Ryc. 1. Koń rasy Konik Polski.

Budowa konia terapeutycznego

Cechy budowy konia tzw. pokrój :

- Głowa konia nie powinna być zbyt duża w stosunku do reszty ciała.

- Oczy konia powinny wzbudzać zaufanie, spotyka się konie, które mają oczy osadzone blisko siebie, przez co jest zwiększony tzw. kąt martwy pomiędzy oczami, a zadem. Może to powodować większą płochliwość zwierzęcia.
- Szyja - jej najwyższym punktem powinien być kark, powinna również być długa, ale nie nadmiernie rozbudowana.
- Kłęb – optymalnie powinien być szeroki, ale niezbyt wysoki i zgrabnie przechodzący w grzbiet.
- Tułów - najlepszy kształt jest podłużno - owalny, ze względu na najlepsze dostosowanie do anatomicznych warunków jeźdźca, a przypadku niepełnosprawnego ze wzmożonym napięciem mięśni przywodzicieli i ograniczoną ruchomością w stawach biodrowych.
- Zad konia wpływa na balansowanie ciężaru pacjenta i na odciążenie przedniej „części” konia. Ważne jest, aby koń chodził miękko i sprężysto, taki chód odciąża stawy oraz daje pożądane efekty terapeutyczne.
- Koń nie powinien być zbyt wysoki, należy uwzględnić skuteczną asekurację.
- Chód - najbardziej poszukiwanym jest rytmiczny takt i poruszanie się miękko, pęciny u nóg powodują, iż chód jest sprężysty i wygodny dla jeźdźca.

Przy doborze konia do hipoterapii, należy zwrócić uwagę na jego wiek, koń powinien być dojrzały, zarówno fizycznie, jak i psychicznie. Od zwierzęcia poniżej 5 roku życia nie należy zbyt dużo wymagać, ponieważ młodym osobnikom często należy przypominać elementy wcześniej wyuczone. Niepoprawne jest dzielenie ras koni na „hipoterapeutyczne” i „nie hipoterapeutyczne”. O tym, czy koń będzie przydatny do hipoterapii czy też nie, decyduje pokrój danego zwierzęcia oraz jego cechy psychiczne takie jak: temperament i charakter. Ostatnim aspektem mającym znaczenie konia do terapii, dobór pacjenta z uwzględnieniem jego problemów. W Polsce opinię koni najlepiej przystosowanych do hipoterapii mają konie rasy Huculskiej. Nie wszystkie „hucuły” są idealne do terapii. Nie wyklucza się wykorzystania w terapii koni innych ras, do hipoterapii na przykład koników polskich, ślązaków, koni fiordzkich, haflingerów, potomstwa różnych krzyżówek z udziałem kucy lub koni małych. Najważniejszym kryterium w doborze konia terapeutycznego jest wybór dokonany indywidualnie, według wyżej wymienionych kryteriów [9, 11, 12].

Działanie terapeutyczne chodu konia

Ruch konia daje wrażenie chodzenia – trójwymiarowy ruch grzbietu końskiego u konia idącego stępem przekazywany jest miednicy jeźdźca: ruchy w przód – w tył, opadanie na boki oraz ruchy rotacyjne wokół osi pionowej kręgosłupa są biomechanicznie prawie identyczne z ruchami miednicy prawidłowo kroczącego człowieka. W tym samym czasie mięśnie tułowia i barki zachowują się tak, jak u idącego człowieka, co umożliwia naukę chodzenia „bez chodzenia”.

U osób poruszających się na wózkach inwalidzkich, jazda na koniu to często pierwsze i jedyne doświadczenie ruchu nieodwładnych części ciała. Ruch konia zmniejsza spastyczność mięśni

u chorego. Uszkodzenie ośrodkowego układu nerwowego może spowodować wzmożone napięcie mięśni (spastyczność), szczególnie w obrębie kończyn. Podstawowym celem usprawniania jest obniżenie wzmożonego napięcia mięśniowego. Podczas hipoterapii następuje obniżenie wzmożonego napięcia mięśniowego, co jest możliwe dzięki: rozgrzaniu mięśni (temperatura ciała konia jest wyższa od temperatury ciała człowieka), rytmicznemu kołysaniu się w stępie, przeciwstawnym ruchom skrętnym biodra - barki, które są spowodowane ruchem konia, ułożeniu kończyn dolnych w trójzgięciu i odwiedzeniu podczas dosiada konia. Ruch konia usprawnia pracę organów wewnętrznych – dzięki stymulacji układu hormonalnego i wegetatywnego, jazda konna poprawia krążenie, oddychanie, pracę jelit oraz pracę układu odpornościowego. Spacerzy w plenerze na oprowadzanym koniu zalecane są przede wszystkim rekonwalescentom po zawale mięśnia sercowego, osobom z nadciśnieniem tętniczym, osobą z obniżoną odpornością oraz pacjentom z przewlekłymi zaparciami. Ruch konia przywraca zaburzoną symetrię mięśni tułowia – łagodne, rytmiczne, równomierne kołysanie w stępie, na przemian napina i rozluźnia mięśnie posturalne prawej i lewej strony ciała. Mięśnie napięte i przykurczone ulegają stopniowemu rozluźnieniu i rozciągnięciu. Mięśnie słabszej strony ulegają wzmocnieniu. Dzięki temu po pewnym czasie, kiedy chory jeździ w stępie w prawidłowym dosiędzie, następuje przywrócenie równomiernego napięcia mięśniowego po obu stronach tułowia. Ruch konia koryguje postawę ciała – konieczność utrzymania prawidłowego dosiada zmusza do aktywnego prostowania się. Wzmocnieniu ulegają mięśnie grzbietu, brzucha i obręczy biodrowej. Wszystko to ma na celu zmniejszenie przodopochylenia miednicy, wzmocnienia mięśni gorsetu tułowia oraz wykształceniu nowej, prawidłowej postawy ciała. Ruch konia zapobiega przykurczom i ograniczeniom w stawach (w szczególności zmniejsza przykurcze mięśni przywodzicieli ud i ograniczenia ruchomości obręczy biodrowej) poprzez rytmiczne i łagodne uaktywnianie miednicy jeźdźca. Rozluźnienie mięśni spowodowane jest również wpływem temperatury ciała konia, która wynosi około 38,5 C. Ruch konia to źródło bodźców równoważnych – hipoterapia daje nieograniczone możliwości stopniowania oraz różnicowania wskazanych bodźców. Dzięki przyspieszeniom poziomym i pionowym, kołysaniu, zmianom kierunku jazdy, zatrzymaniu się, ruszaniu, przyspieszaniu i zwalnianiu tempa jazdy, zastosowaniu specjalnych ułożeń, odpowiednich ćwiczeń i zabaw – ruch konia staje się potężnym generatorem bodźców równoważnych. Koń mobilizuje do pracy, nie nudzi i jest bezpieczny emocjonalnie – przy terapii z wykorzystaniem urządzeń usprawniających pacjent często nie wykazuje zainteresowania i ćwiczy niechętnie. Osoba niepełnosprawna na koniu lub przy koniu jest aktywna. Pacjenci, szczególnie grupa dzieci, poddawani żmudnemu i systematycznemu usprawnianiu, często ulegają zniechęceniu i nie chcą współpracować z terapeutą. Powyższy problem nie ma miejsca w trakcie hipoterapii. Zaangażowanie pacjenta w terapię jest bardzo duże, a trudy, z jakimi chory musi się zmagać, stają się prawie niezauważalne. Sama rehabilitacja przez

swoją wyjątkowość jest jednocześnie radością i nagrodą dla osoby leczonej. Osobie chorej koń daje również poczucie bezwarunkowej akceptacji. Zwierzę nie ocenia, a jego ciepło i miękkość zachęcają do kontaktu dotykowego. Wszystko to sprawia, że kontakt z drugą istotą pozwala na "odblokowanie emocjonalne". Pozytywne doświadczenia i umiejętności zdobyte w czasie terapii przenoszą się na relacje z ludźmi. Dzięki temu kontakt z drugim człowiekiem dla niektórych osób nie jest już tak trudny. Ruch konia uczy i relaksuje – podczas zajęć pacjent dzięki aktywności i pozytywnemu nastawieniu do współpracy z terapeutą może opanować nowe umiejętności i przyswoić nową wiedzę. Koń jest bardzo pomocny w pracy fizjoterapeuty, pedagoga specjalnego, psychologa oraz logopedy. Obcowanie ze zwierzęciem i jego otoczeniem nie tylko wzbogaca wiedzę, ale uczy również samodzielności, odpowiedzialności oraz współpracy z innymi. Świat widziany z końskiego grzbieta jest większy i piękniejszy. Obcowanie z tym dużym, imponującym i równocześnie przyjacielskim zwierzęciem, w połączeniu z jego łagodnymi i kołyszącymi ruchami, a także poddanie się im, sprzyja odprężeniu. Powoduje to osłabienie reakcji nerwicowych i wzmacnia poczucie własnej wartości. Ruch konia zwiększa możliwości lokomocyjne – osoby niepełnosprawne cierpią z powodu ograniczonych możliwości ruchowych. Część z nich nie porusza się samodzielnie nawet z pomocą specjalnego zaopatrzenia ortopedycznego. Siedząc na koniu odbierają wrażenie prawidłowego chodu i mogą ćwiczyć. Koń pomaga osobie niepełnosprawnej poruszać się, stwarzając tym samym nowe możliwości lokomocyjne, które są bardziej naturalne niż poruszanie się na wózku. Takie przeszkody jak odległość, nierówność terenu, piasek czy woda przestają istnieć. Jazda na końskim grzbiecie to przeżycie niezapomniane. Koń jako stanowisko terapeutyczne – zwierzę to może zostać wykorzystane jako: materac (szeroki zad), terapeutyczna piłka, wałek (tułów konia), klin (szyja), drabinka do podciągania (grzywa konia). Podczas stępu konia wprowadza się leżącego na brzuchu pacjenta w ruchy zbliżone do pełzania, a opartego na rękach kolanach, w ruchy zbliżone do czworakowania, natomiast u chorego, znajdującego się w pozycji siedzącej, ruchy zbliżone są do chodzenia. W hipoterapii wszelkie ruchy zaczynają się od tułowia. Ich początek zaczyna się w dynamicznym rytmie, co oznacza wywoływanie stosowanych do możliwości danego ciała odpowiedzi ruchowych w fizjologicznym, tzn. niejednostajnym, zakłóconym rytmie (w przeciwieństwie do rytmu zadanego przez urządzenie mechaniczne). Taki sposób poruszania się (a raczej bycia „wprowadzonym w ruch”) stwarza możliwość optymalnej regulacji napięcia. Przekazywanie typowych dla chodu człowieka wzorców ruchowych wraz z możliwością przemieszczania się w przód stymuluje wyjątkowy i niepowtarzalny trening chodu [5, 13-24].

Wskazania do hipoterapii dzieci chorych

1. Schorzenia neurologiczne: mózgowo porażenie dziecięce: hemiplegia, diplegia, tetraplegia, stany po urazach czaszkowo-mózgowych, ADHD, choroby mięśni 2 – 3 stopnie w skali Lovetta,

dzieci z chorobą powodującą niedowidzenie i dzieci niewidome, choroby i zaburzenia psychiczne.

2. Schorzenia ortopedyczne: wady postawy, skoliozy - skrzywienie do 20 Cobba z wyjątkiem progresujących skolioz idiopatycznych.

3. Zespoły genetyczne np. zespół Down'a (z obowiązkowym zdjęciem RTG bocznym i czynnościowy odcinka szyjnego kręgosłupa).

4. Przepukliny oponowo - rdzeniowe (w zależności od wysokości uszkodzenia, obrazu klinicznego, współwystępowania wodogłowia).

5. Zespoły psychologiczne: niedostosowanie społeczne, zaburzenia emocjonalne, upośledzenia umysłowe, opóźnienie psychoruchowe o nieustalonej etiologii.

Wskazania do hipoterapii u dorosłych:

stwardnienie rozsiane, stany po udarze, stany po urazach czaszkowo-mózgowych, choroby i zaburzenia psychiczne, uzależnienia.

Należy zachować środki ostrożności u pacjentów: po endoprotezoplastyce stawu biodrowego, z chorobą zwyrodnieniową stawu biodrowego, ograniczoną ruchomością stawu biodrowego, cukrzycą, w trakcie leczenia przeciwzakrzepowego, z zaburzeniem równowagi.

Przeciwwskazania do hipoterapii:

1. Bezwzględne przeciwwskazania: uczulenie na sierść, pot lub zapach konia, niewygojone rany, nietolerancja formy leczenia pacjenta, np. niepohamowany lęk przed koniem, odklejenie siatkówki oka, wzmożone ciśnienie śródgałkowe, pogorszenie stanu w: zespołach neurologicznych, stanach pourazowych ADHD, chorobach mięśni, brak kontroli głowy w rozwoju motorycznym, zwichnięcie stawów biodrowych, okres zaostrzeń chorób i zaburzeń psychicznych, ostry okres schizofrenii, podwyższona temperatura, ostre choroby infekcyjne.

2. Względne przeciwwskazania:

padaczka, upośledzenie umysłowe w stopniu głębokim, zaburzenia mineralizacji kości (osteoporoza, osteogenesis, imperfecta), utrwalone deformacje i zniekształcenia, przykurcze, ograniczenia zakresu ruchu układu kostno-stawowego, schorzenia okulistyczne [3, 5, 7, 9, 25, 26].

Wnioski

1. Hipoterapia wpływa równocześnie na sferę fizyczną, psychiczną, emocjonalną i społeczną człowieka, poprawiając jego jakość życia i funkcjonowanie na co dzień.
2. Chorzy poddawani hipoterapii są bardziej pogodni i łatwiej nawiązują kontakt z otoczeniem.
3. Podczas hipoterapii dochodzi do całkowitego rozluźnienia, eliminowane są odruchy patologiczne, torowane są właściwe reakcje, normalizacja napięcia mięśniowego, korygowanie postawy, poprawa pracy narządów wewnętrznych.
4. Efektem terapii z koniem jest wzrost koncentracji, poprawa pamięci i samopoczucia,

umiejętność radzenia sobie ze stresem, wyższa samoocena i pewność siebie.

5. Hipoterapia przyczynia się do zmniejszenia wzmożonego napięcia mięśniowego u dzieci z mpd, zwiększa zakresu ruchu w stawach biodrowych, co wpływa korzystnie na jakość chodu.

Piśmiennictwo

1. Gasińska M., *Hipoterapia inaczej*. Fizjoter. Polska, 2009; 3: 275-276.
2. Rozmarynowicz A., Szark-Eckardt M., Mrozkowiak M., Zukow W., *Rola hipoterapii w poprawie stanu fizycznego i psychicznego osób niepełnosprawnych*. J Health Sciences. 2013;3(12): 203-214.
3. Chmiel K., Kubińska Z., Derewiecki T., *Terapie z udziałem zwierząt w rehabilitacji różnych form niepełnosprawności*. Probl Hig Epidemiol. 2014;95(3):591-595.
4. Ingrid Straub: *"Hipoterapia": Neurofizjologiczna gimnastyka lecznicza na koniu*.
Wyd. Fundacja Na Rzecz Rozwoju Rehabilitacji Konnej Dzieci Niepełnosprawnych. Kraków 1996.
5. Sobuś M., Łagan S., *Hipoterapia jako naturalna forma rehabilitacji*. Aktualne Problemy Biomechaniki. 2010; (4): 173-178.
6. Heipertz-Hengst Christine. *Jazda Konna Dla Osób Niepełnosprawnych*. Państwowe Wydawnictwo Rolnicze i Leśne. Warszawa 1997.
7. Strumińska A. „Hipoterapia – definicja, kanony, etyka”. Przegląd Hipoterapeutyczny. 2007 2 (5), 6.
8. Pruchniewicz W. *Akademia Jeździecka*. Wyd. OPRAWA sp. z o.o. Warszawa 2007.
9. Raczkowska A., *Koń – wspaniały terapeuta*. Koń Polski 2009;7: 4-5.
10. Chmiel K., *Porównanie przydatności różnych ras koni do użytkowania w hipoterapii*. Przegląd Hipoterapeutyczny. 2009;2(10): 9-11.
11. Stefaniak M., Śleboda C., *Na koniu do sprawności – zdrowotne walory hipoterapii*. Wychowanie Fizyczne i Zdrowotne. 2008;7: 13-18.
12. Shurtleff Tim L., Engsberg Jack R., *Changes in Trunk and Head Stability in Children with Cerebral Palsy after Hippotherapy: A Pilot Study*. Physical & Occupational Therapy In Pediatrics. 2010: 30(2): 150-163.
13. Forman A., Niederwieser S. *Lecznicza moc zwierząt*. Wyd. Amber. Warszawa 2002.
14. Bednarczyk M., *Hipoterapia jako forma rehabilitacji i wsparcia włączania społecznego osób niepełnosprawnych*. Student Niepełnosprawny – Szkice i Rozprawy. 2015;15(8): 207-217.
15. Bukowska – Johnson G., *Hippotherapy as one of the forms of rehabilitation*. J Health Promotion and Recreation. 2011;3: 5-10.
16. Hawaryn D., *Hipoterapia w rehabilitacji dzieci z mózgowym porażeniem dziecięcym*.

- Fizjoterapia. 2002;10(3-4): 72-82.
17. Wieczorek D., Ciołek K., Sitek E. J., Zaręba W., *Hippotest-próba wystandaryzowanej oceny przydatności konia do zajęć hipoterapeutycznych*. Gdański Uniwersytet Medyczny, 2012;42: 29-39.
 18. Cieśla A., *The characteristic of horses used in hippotherapy in selected horse therapy centres in Poland*. Zootechnica, 2007; 6(1): 3–14.
 19. Flores F.M., Dagnese F., Mota C.B., Copetti F., *Parameters of the center of pressure displacement on the saddle during hippotherapy on different surfaces.*, Brazilian Journal of Physical Therapy/ 2015; 19(3): 211-217.
 20. Krupiński J., *Hipoterapia dzieci z mózgowym porażeniem dziecięcym – model neurofizjologiczny*. Przegląd Hipoterapeutyczny, 2007; 1(4): 26-29.
 21. Hauser G. *Wpływ terapeutycznej jazdy konnej na poprawę funkcjonowania społecznego dzieci i młodzieży ze specjalnymi potrzebami*. Prz Hipoterapeutyczny, 2008; 2(8): 22-25.
 22. Sterba J. A., *Does horseback riding therapy or therapist-directed hippotherapy rehabilitate children with cerebral palsy?*. Developmental Medicine & Child Neurology. 2007;49: 68-73.
 23. Zadnikar M., Kastrin A., *Effects of hippotherapy and therapeutic horseback riding on postural control or balance in children with cerebral palsy: a meta-analysis*. Developmental Medicine & Child Neurology. 2011; 53: 684-691.
 24. Białoszewski D., Lewandowska M., Korabiewska I. i współautorzy. *Ocena wpływu hipoterapii na poziom satysfakcji z życia i akceptacji choroby wśród rodziców dzieci z mózgowym porażeniem dziecięcym*. Fizjoter. Polska 2012;12(2): 141-146.
 25. Debuse D., Gibb C., Chandler C., *Effects of hippotherapy on people with cerebral palsy from the users perspective: a qualitative stud*. Physiotherapy Theory & Practice. 2009;25(3): 174-92.
 26. Szymańska A. „*Ośrodek Dreampower Horsemanship w Kaliforni jako przykład wykorzystania koni w psychoterapii*”. Przegląd hipoterapeutyczny. 2006 ; (1), 8.