

ДЗЕРКАЛЬНА ТЕРАПІЯ ЯК МЕТОД РУХОВОЇ РЕАБІЛІТАЦІЇ ПАЦІЄНТІВ ПІСЛЯ ІНСУЛЬТУ

Грейда Наталія Богданівна

ORCID ID: 0000-0003-1107-9976

канд. пед. наук, доцент, доцент кафедри фізичної терапії та ерготерапії
Волинський національний університет імені Лесі Українки, Україна

Дзеркальна терапія (MT) – метод реабілітації, коли пацієнт виконує рухи здоровою кінцівкою і дивиться на відображення у дзеркалі, а хвора (ампутована) кінцівка в цей час розміщена за дзеркалом і її не видно. У пацієнта створюється дзеркальна ілюзія, що уражена або відсутня кінцівка рухається як здорова. Мета такої терапії полягає в тому, що пацієнт уявляє, що відновлюється контроль над ураженою (відсутньою) кінцівкою. Дзеркальна терапія (MT) є одним із методів рухової реабілітації пацієнтів з фантомними болями, з вираженим парезом або плегією кисті у різних періодах після інсульту для зменшення больового відчуття, корекції синдрому одностороннього просторового ігнорування ураженої сторони та відновлення моторних функцій [1; 2].

Точний механізм впливу дзеркальної терапії (MT) невідомий, але визначено, що при цьому відбувається зв'язок зорової системи та м'язової системи на рівні діяльності нервових центрів та рецепторів.

При дзеркальній терапії (MT) рекомендованими є рухи для верхньої кінцівки такі, як розтискання та стискання кисті; повертання передпліччя та кисті з положення «долоня вниз» у положення «долоня вгору»; згинання та розгинання зап'ястя; дотик великим пальцем кінчиків інших пальців. Для нижньої кінцівки виконують тильне згинання стопи; ковзання ноги вперед і назад (для полегшення ковзання можна підкласти під ногу тканину). Для розвитку дрібної моторики верхньої кінцівки та тренування сомообслуговування використовують функціональні завдання з різними предметами (сенсорними м'ячиками, кистьовими еспандерами, побутовими приладами тощо) [5].

Система досліджень застосування дзеркальної терапії (MT) дала можливість підтвердити її ефективність. У цих дослідженнях часто вимірювали відновлення верхньої кінцівки, функцію верхньої кінцівки та загальну спритність рук. Дзеркальна терапія (MT) продемонструвала кращі результати у пацієнтів із гострим та хронічним інсультом у функціонуванні верхніх кінцівок, ніж традиційна реабілітація (CR) або CR плюс MT [4].

Одне з досліджень показало, що всі пацієнти, які пройшли дзеркальну терапію, повідомили про зменшення болю після 4 тижнів лікування. У контрольних групах з традиційною реабілітацією (CR) або CR плюс MT відсоток пацієнтів, які відзначили про зменшення болю був значно нижчий, ніж у тих, хто приймав участь у реабілітації з дзеркальною терапією (MT) [3].

Дзеркальна терапія (MT) сприяє нормалізації відчуття суглобів, покращення здатності відтворювати кут суглоба травмованою кінцівкою, що проявляється у покращенні пропріорецепції, що в кінцевому результаті може пришвидшити відновлення користування побутовими пристосуваннями, покращити ходу та зменшити ризик падінь пацієнта.

Висновки. Дзеркальна терапія може покращити моторну функцію, пропріорецепцію точності та координованості рухів та зменшити наслідки інсульту,

але в літературі даються неоднозначні дані щодо покращення рівня денної активності (ADL), спастичності та сили м'язів.

Список використаних джерел:

1. Андрійчук, О., Грейда, Н. & Масікова, Т. (2019). Оцінка болю та якості життя в практичній діяльності фізичного терапевта. Фізичне виховання, спорт і культура здоров'я у сучасному суспільстві. Луцьк, №2 (46), 55-60. doi: 10.29038/2220-7481-2019-02-55-60.
2. Грейда, Н.Б., Андрійчук, О.Я., Лавринюк, В.Є. & Якобсон, О.О. (2022). Лікування та профілактика інсульту засобом кінезіотерапії та дієтотерапії. Актуальні проблеми сучасної освіти та науки в контексті євроінтеграційного поступу: матеріали доп. учасн. VIII міжнар. наук.-практ. онлайн конф. Луцьк, 224-226.22.
3. Каур, А. & Guan, Y. (2018). Фантомний біль у кінцівках: огляд літератури. Chin J Traumatol, 21 (6), 366-368. doi: 10.1016/j.cjtee.2018.04.006.
4. Перес-Крузадо, Д, Мерчан-Баеза, JA, Гонсалес-Санчес, М, Куеста-Варгас, AI. (2017). Систематичний огляд дзеркальної терапії порівняно зі звичайною реабілітацією функції верхніх кінцівок у тих, хто переніс інсульт. Австралійський журнал професійної терапії, 64 (2), 91-112. doi: 10.1111/1440-1630.12342.
5. Hreida, N. (2023). Therapeutic exercises for the development of coordination for patients with diseases and after injuries of the nervous system. Potrzeby i standardy współczesnej rehabilitacji: XV Jubileuszowe międzynarodowe dni rehabilitacji. Rzeszów, 124-125.