

Čtidoma.cz, 16. 10. 2017

Nebojte se Vojtovy metody. Terapie pomáhá i dospělým

Vojtova metoda neboli metoda reflexní lokomoce představuje diagnostický a léčebný postup, jehož autorem je dětský neurolog prof. MUDr. Václav Vojta, DrSc. Používá se k terapii hybných poruch od narození až do dospělého věku. Nebolí, není důvod se jí bát. Kdy je vhodné, jak se aplikuje a co vlastně dokáže?

16.10.2017 - 10:00 | Praha

[To se mi líbí](#) [Sdílet](#) 99 lidem se tohle líbí. Buďte první mezi svými přáteli.



Vojtova metoda neboli miminku pomáhá

Foto: centrum-pece.cz

V současné době tvoří Vojtova metoda nedílnou součást moderních fyzioterapeutických postupů v neurologii, traumatologii a ortopedii u dětských i dospělých pacientů. Při terapii touto metodou jsou terapeutem stimulovány určité akční zóny na těle pacienta v jasně definovaných výchozích polohách – na zádech, na boku, na bříše a dalších.

Mgr. Ivana Slavíková

- vystudovala fyzioterapii na FTVS UK
- pracovala na **Neurologické klinice VFN v Praze**
- od roku 2003 působí v **Nemocnici Mělník**
- věnuje se nejen terapii dospělých klientů, ale dlouhodobě se zajímá o **terapii dětí**

"Touto stimulací dochází k vysílání podnětů do mozku, které u lidí v jakémkoliv věku a nezávisle na vůli aktivují dva vzrozné pohybové komplexy: reflexní plazení a reflexní otáčení. V těchto pohybových komplexech jsou obsaženy všechny základní prvky lidského pohybu vpřed. Cílem Vojtovy terapie je ovlivnit centrální nervový systém tak, aby pacienti mohli použít hybné programy, které kvůli své poruše dosud nemohli využívat. V ideálním případě by se efekt terapie měl projevit ve zlepšení spontánního pohybu a držení těla," vysvětluje Mgr. Ivana Slavíková, fyzioterapeutka z Rehabilitační ambulance Nemocnice Mělník.

Důležité je včasné zahájení

Nejčastěji bývá Vojtova metoda indikována dětským lékařem, neurologem či ortopedem a je plně hrazena zdravotními pojišťovnami. Zcela zásadní je včasné diagnostika a zahájení terapie u novorozenců se známkami nefyziologického vývoje nebo hybnými poruchami. Čím později se totiž s terapií začne, tím větší může mít porucha následky. Pokud dítě nemá k dispozici normální motoriku (ideální pohybové modely), pak používá náhradní (abnormální) motorické modely.

"Tyto náhradní pohybové modely se častým používáním fixují a mohou znemožnit nástup normální motoriky. Fixace náhradních pohybových modelů začíná již v 6. týdnu života a vrcholí ve 3. trimestru, tedy v 7.-9. měsíci věku dítěte. Mají-li tedy rodiče určité pochybnosti a chtějí se ujistit, zda probíhá psychomotorický vývoj jejich dítěte ideálně, mohou také například přijít na placenou konzultaci k fyzioterapeutovi bez poukazu od lékaře," tvrdí Slavíková.

Jak terapie probíhá?

Terapii vede speciálně vyškolený terapeut, který má absolvovaný certifikovaný vzdělávací kurz Aplikované vývojové kineziologie podle Vojty. Ten dítě vyšetří, stanoví hlavní problém jeho současného stavu a vytvoří cíl terapie. Rodiče rovněž zaučí v technice provádění této metody, kdy jim cviky názorně předvede a vysvětlí.

"Rozhodující roli při aplikaci Vojtovy metody sehrávají právě rodiče. Ti jsou jejími hlavními vykonavateli, kteří ji s dítětem provádějí několikrát denně v domácím prostředí. Nezbytnou součástí terapie jsou pravidelné kontroly u terapeuta, který zajišťuje přesné provádění terapeutického programu a v případě problémů ho upravuje."

Vojtova metoda nebolí

Vojtova metoda je maximálně účinná terapie, zároveň však pro kojence a malé děti nezvyklá a velmi namáhavá. Castokrát se tak stává, že především u kojenců může být aktivovaný stav během terapie doprovázen pláčem. Pokud se Vojtova metoda provádí správně, nesmí vznikat bolest. Děti většinou pláčou při terapii z jiných příčin.

"Jednak musí podat určitý výkon, musí se tedy namáhat, cítí se třeba nepohodlně v zaujaté poloze, také provádějí pro ně nezvyklé pohyby anebo prostě chtějí v dané chvíli dělat něco jiného. Rodiče by proto neměli zapomínat na to, že především pro kojence představuje pláč důležitý výrazový prostředek, pomocí kterého v tomto období komunikují. Neumí jinak svému okolí sdělit, že se jim něco nelíbí. Bývá pravidlem, že po krátké době, kdy si kojenci na terapii přivyknou, už není pláč tak intenzivní a v přestávkách při jejím provádění i po ní se rychle uklidní," uzavírá Mgr. Ivana Slavíková.

"Vojtova metoda se nesmí provádět například u akutních horečnatých stavů, u zádníkových procesů, při osteoporóze, v těhotenství, u těžkých mentálních stavů a při některých dalších zdravotních omezeních."