

# Παρεμβάσεις για τη βελτίωση της λειτουργικότητας στην εγκεφαλική παράλυση

## Βασικά βήματα για αποτελεσματική παρέμβαση

### Κατευθυντήριες οδηγίες για κλινικούς που εργάζονται με παιδιά και νέους με ΕΠ

Όταν ένα παιδί ή ένα νέο άτομο με εγκεφαλική παράλυση έχει έναν λειτουργικό στόχο, οι κλινικοί συνιστάται να ακολουθούν ορισμένα βήματα προκειμένου να επιτευχθούν τα βέλτιστα αποτελέσματα.

#### ΚΑΘΟΡΙΣΜΟΣ ΣΤΟΧΩΝ ΜΕ ΕΠΙΚΕΝΤΡΟ ΤΟ ΠΑΙΔΙ ΚΑΙ ΤΗΝ ΟΙΚΟΓΕΝΕΙΑ



Το πρώτο βήμα στην παρέμβαση βέλτιστης πρακτικής είναι ο καθορισμός στόχων που έχουν νόημα για το παιδί. Οι στόχοι θα πρέπει να σχετίζονται με τις δραστηριότητες της καθημερινής ζωής και να είναι ρεαλιστικοί, εφικτοί και χρονικά προσδιορισμένοι (μπορεί να εξυπηρετούν την επίτευξη μακροπρόθεσμων στόχων). Η άμεση εξάσκηση των στόχων αυτών, και όχι η προσπάθεια να αντιμετωπιστούν οι υποκείμενες βλάβες ή δεξιότητες, θα πρέπει να αποτελεί το επίκεντρο της παρέμβασης.

#### ΠΑΡΑΤΗΡΗΣΗ ΤΟΥ ΠΑΙΔΙΟΥ ΚΑΤΑ ΤΗΝ ΕΚΤΕΛΕΣΗ ΕΝΟΣ ΛΕΙΤΟΥΡΓΙΚΟΥ ΣΤΟΧΟΥ



Οι κλινικοί θα πρέπει να παρατηρούν το παιδί καθώς επιχειρεί να εκτελέσει έναν λειτουργικό στόχο και να συζητούν μαζί του για τις δυσκολίες που αντιμετωπίζει προκειμένου να καθοριστούν οι παράγοντες που περιορίζουν την επίτευξη του και να αντιμετωπιστούν. Αυτοί οι παράγοντες μπορεί να αφορούν το περιβάλλον, τον τρόπο εκτέλεσης της δραστηριότητας ή επιμέρους στοιχεία αυτής.

#### ΑΜΕΣΗ ΕΞΑΣΚΗΣΗ ΤΟΥ ΛΕΙΤΟΥΡΓΙΚΟΥ ΣΤΟΧΟΥ



Η θεραπεία είναι πολύ πιθανό να οδηγήσει στην επίτευξη του λειτουργικού στόχου όταν το επίκεντρο της παρέμβασης είναι η άμεση εξάσκησή του, παρά η αντιμετώπιση των υποκείμενων βλαβών. Εάν αυτό δεν είναι εφικτό, τότε μπορεί να πραγματοποιηθεί εξάσκηση μέρους του λειτουργικού στόχου προκειμένου να διευκολυνθεί η μελλοντική του εξάσκηση.

#### ΕΞΑΣΚΗΣΗ ΣΕ ΣΥΝΘΗΚΕΣ ΚΑΘΗΜΕΡΙΝΗΣ ΖΩΗΣ



Η εξάσκηση των λειτουργικών στόχων πρέπει να πραγματοποιείται στο σπίτι του παιδιού ή/και στην κοινότητα, καθώς υπάρχουν σημαντικοί παράγοντες σε διαφορετικά περιβάλλοντα που επηρεάζουν την ικανότητά μας να εκτελέσουμε μια δραστηριότητα. Ετσι, το παιδί είναι πιθανότερο να αποκτήσει μεγαλύτερη αυτοπεποίθηση και να καταστεί ικανό να φέρει εις πέρας τον στόχο εκτός του κλινικού περιβάλλοντος. Όταν η εξάσκηση στο περιβάλλον του παιδιού δεν είναι εφικτή, τότε θα πρέπει να πραγματοποιείται σε συνθήκες που να προσομοιάζουν όσο το δυνατόν περισσότερο την καθημερινή του ζωή.

#### ΣΧΕΔΙΑΣΜΟΣ ΕΝΟΣ ΠΛΑΝΟΥ ΓΙΑ ΕΠΑΡΚΗ ΕΞΑΣΚΗΣΗ



Βάσει ερευνητικών δεδομένων μια δραστηριότητα πρέπει να εξασκείται πολλές φορές ώστε το άτομο να αποκτήσει επιδεξιότητα και αυτοπεποίθηση. Μόλις το παιδί συμφωνήσει σε ό,τι αφορά τη στρατηγική για την επίτευξη του λειτουργικού στόχου, οι κλινικοί και η οικογένεια θα πρέπει να σχεδιάσουν ένα πλάνο για το πότε και πού μπορεί να πραγματοποιηθεί η εξάσκησή του, έτσι ώστε να διασφαλίσουν ότι θα γίνει επαρκής εξάσκηση προκειμένου το παιδί να επιτύχει τον στόχο του. Ένα πρόγραμμα στο σπίτι, το οποίο θα αντικατοπτρίζει τους στόχους του παιδιού και το συμφωνημένο πλάνο μπορεί να υποστηρίξει τη διαδικασία αυτή.