



Παιδιατρική φυσικοθεραπεία

Η παιδιατρική φυσικοθεραπεία είναι ένας ιδιαίτερος τομέας που διαφοροποιείται από την κλασική φυσικοθεραπεία των ενηλίκων, αποτελεί **εξειδικευμένη φυσιοθεραπευτική παρέμβαση**, καθώς το παιδί σε αντίθεση με τον ενήλικα έχει μεγαλύτερη πλαστικότητα εγκεφάλου και δυναμική. Το ηλικιακό εύρος της παιδιατρικής φυσικοθεραπείας είναι μεγάλο, καθώς εφαρμόζεται από τη νεογνική έως και τη σχολική ηλικία.

Στόχος της παιδιατρικής φυσικοθεραπείας είναι να εκπαιδεύσει το παιδί έτσι ώστε να λειτουργήσει όσο το δυνατόν καλύτερα και πιο κοντά στην φυσιολογική κίνηση. Η παρέμβαση στοχεύει στην οργάνωση των βασικών αναπτυξιακών σταδίων, ανάλογα της ηλικίας του παιδιού που έχουν καθυστερήσει ή δεν έχουν ολοκληρωθεί στην συγκεκριμένη αναπτυξιακή ή πραγματική ηλικία του παιδιού. Η ελλιπής κινητική οργάνωση οδηγεί σε λάθη και αποπροσανατολισμό και σε άλλους τομείς της καθημερινότητας. Το παιδί δεν μπορεί να αποκωδικοποιήσει και να επεξεργαστεί σωστά τα ερεθίσματα που δέχεται.

Η παιδιατρική φυσικοθεραπεία προάγει τις κινητικές λειτουργίες και δεξιότητες, ενισχύει την αισθητηριακή ανάπτυξη, υποστηρίζει το μυοσκελετικό και καρδιοαναπνευστικό σύστημα και προετοιμάζει την ομαλή και αποτελεσματική προσαρμογή του παιδιού στο κοινωνικό περιβάλλον. Η αντιμετώπιση αφορά αποκλίσεις, δυσλειτουργίες, κινητικά ελλείμματα, και λειτουργικούς περιορισμούς στην κινητική και αισθητηριακή επεξεργασία των εισερχόμενων ερεθισμάτων τόσο από το σώμα όσο και από το περιβάλλον που εμποδίζουν την φυσιολογική καθημερινή δραστηριότητα και οδηγούν τελικά σε καθυστέρηση της φυσιολογικής κινητικής ανάπτυξης και των δεξιοτήτων.

Παιδιατρικός Φυσικοθεραπευτής

Ο παιδιατρικός φυσικοθεραπευτής ειδικεύεται στη θεραπεία και τη διαχείριση ποικίλων συγγενών, αναπτυξιακών, νευρομυϊκών, σκελετικών και επίκτητων διαταραχών και ασθενειών και μπορεί να βοηθήσει στην έγκαιρη διάγνωση και αντιμετώπιση αυτών των διαταραχών και περιορισμών. Ο θεραπευτής είναι υπεύθυνος για την αξιολόγηση, τον

σχεδιασμό και την υλοποίηση του εξατομικευμένου θεραπευτικού προγράμματος ανάλογα με τις δυσκολίες και την ηλικία του κάθε παιδιού.

Το φυσιοθεραπευτικό πρόγραμμα σχεδιάζεται με σκοπό την αναπτυξιακή και κινητική βελτίωση του παιδιού μέσω εξειδικευμένων θεραπευτικών πράξεων όπως η κινητική εκμάθηση, η βελτίωση της μυϊκής δύναμης και ελαστικότητας, η βελτίωση/διατήρηση του εύρους κίνησης των αρθρώσεων, η βελτίωση της ισορροπίας, η βελτίωση της μυϊκής συναρμογής, η διόρθωση των δυσκολιών στη βάρδιση, η μείωση του πόνου κ.α. με απώτερο στόχο την βελτίωση των καθημερινών λειτουργικών αναγκών του κάθε παιδιού.

Η αποκατάσταση θα πρέπει να γίνεται μονό από εξειδικευμένο θεραπευτή και με προσεκτικό σχεδιασμό της θεραπείας έχοντας ως στόχο **την εξουδετέρωση της ανάπτυξης παθολογικών προτύπων κίνησης και στάσης στην πιο πρόωμη φάση εμφάνισης τους.**

Σε ποιες περιπτώσεις πρέπει να απευθυνθεί κάποιος στον εξειδικευμένο παιδιατρικό φυσιοθεραπευτή:

- **Ορθοπεδικές κακώσεις**

Στην περίπτωση ορθοπεδικού χειρουργείου μετά από τραυματισμό, ή μετά από άλλο ορθοπεδικό πρόβλημα, χρειάζεται παιδιατρική φυσικοθεραπευτική παρέμβαση. Η αντιμετώπιση σε κάθε τραύμα δεν αφορά μόνο την αποκατάσταση της κάκωσης αλλά και στην οργάνωση της επανεκπαίδευσης της κινητικής δράσης που έχει διαταραχθεί εξαιτίας του τραυματισμού ή του χειρουργείου.

- **Σκολίωση/Κύφωση**

- **Κρανιοεγκεφαλικές κακώσεις**

- **Κακώσεις Νωτιαίου μυελού**

- **Παιδικός καρκίνος**

Το παιδί που ταλαιπωρείται από αυτή τη νόσο εμφανίζει και πολλά άλλα προβλήματα μετά την πάροδο των χημειοθεραπειών. Η φαρμακευτική αγωγή σε αυτές τις τρυφερές ηλικίες πολλές φορές μπορεί να οδηγεί σε μεγάλη αδυναμία, κόπωση και δυσκολία κατανόησης του περιβάλλοντος. Το παιδί μπορεί να μοιάζει αποπροσανατολισμένο και να χρειάζεται εκ νέου μία καθοδήγηση κινητικής δράσης. Πολλές φορές τα παιδιά μπορεί να παρουσιάζουν και προβλήματα αισθητηριακής ολοκλήρωσης και επεξεργασίας του περιβάλλοντος ή ισορροπίας στάσης και βάρδισης.

- **Εγκεφαλική παράλυση**

Η εγκεφαλική παράλυση είναι η συχνή πάθηση του Κεντρικού Νευρικού Συστήματος στα παιδιά. Εκδηλώνεται με κινητικές διαταραχές και συχνά με νοητική υστέρηση. Η δυσλειτουργία της στάσης και της βάδισης μπορεί να προκαλέσει πολλαπλά ελλείμματα στο συντονισμό της κίνησης ενάντια στη βαρύτητα. Αυτή η κεντρικής αιτιολογίας αναπηρία συνδέεται πολύ συχνά με προβλήματα στην ομιλία, στην όραση καθώς και στην ακοή. Επηρεάζει την αντιληπτική ικανότητα και την νοητική λειτουργία και πολλές φορές μπορεί να συνυπάρχουν επιληπτικές κρίσεις. Η φυσικοθεραπεία είναι ζωτικής σημασίας σε κάθε παιδί που έχει εγκεφαλική παράλυση καθώς χρειάζεται συνεχόμενη καθοδήγηση της κινητικής οργάνωσης.

- **Πάρηση Βραχιονίου πλέγματος**

- **Διαφόρων ειδών γενετικά σύνδρομα (Down, κυστική ίνωση)**

Η φυσικοθεραπεία σε αυτές τις περιπτώσεις δίνει και μια ώθηση εκτός της κινητικής ανάπτυξης και στην αντιληπτική ικανότητα του παιδιού.

- **Νευρομυϊκές παθήσεις**

- **Νεανική Ρευματοειδή Αρθρίτιδα**

- **Κυστική ίνωση**

- **Μυοπάθειες – Μυϊκές Δυστροφίες**

- **ΔΕΠΥ, Αυτισμός**

Η φυσικοθεραπεία στην περίπτωση της ΔΕΠΥ ή του αυτισμού οργανώνει τα παιδιά που παρουσιάζουν κινητικές ή αντιληπτικές αποκλίσεις. Σε αυτές τις περιπτώσεις δεν έχουμε κάποια βλάβη που να είναι η γενεσιουργός αιτία αυτής της απόκλισης και δεν υπάρχει κάποια σαφής εξήγηση. Εντούτοις το παιδί καθυστερεί στην κινητική του ανάπτυξη ή στην αντιληπτική συμπεριφορά λόγω ελλειμμάτων που είναι η αιτία της υπερκινητικότητας ή της υποκινητικότητας με αποτέλεσμα το παιδί να εμφανίζει διαταραχή της αδρής κινητικότητας. Αν η αδρή κινητική ανάπτυξη δεν έχει οργανωθεί θα έχει αντίκτυπο και στην ανάπτυξη της λεπτής κινητικότητας, στην κατανόηση ορίων, στην οργάνωση σκέψης και λόγου κλπ.

- **Δακτυλοβάμονες**

Συχνά, μετά την έναρξη της ανεξάρτητης βάδισης του παιδιού, οι γονείς παρατηρούν ότι περπατά κυρίως στις μύτες των ποδιών του. Αν και η βάδιση στις μύτες δεν συνδέεται πάντα με νευρολογικές, ορθοπεδικές ή ψυχιατρικές διαταραχές, ωστόσο, εάν το πρότυπο αυτό επιμένει, αυτό μπορεί να προκαλέσει διάφορα προβλήματα. Τέτοια προβλήματα μπορεί να είναι στα πέλματα, λόρδωση, κακή ισορροπία, φτωχό κινητικό έλεγχο, ελλιπή κινητικό σχεδιασμό, γρήγορες κινήσεις πολλές φορές με συχνές πτώσεις.

- **Πλαγιοκεφαλία ή ραιβόκρανο**

Πλαγιοκεφαλία χαρακτηρίζεται η κλίση της κεφαλής του μωρού στη μία πλευρά είναι μια διαγώνια ασυμμετρία στο σχήμα του κεφαλιού του νεογνού. Η πλαγιοκεφαλία είναι επίσης γνωστή ως παραμορφωτική ή πλαγιοκεφαλία θέσης ή σύνδρομο επίπεδης κεφαλής.

Ραιβόκρανο είναι πάλι η κλίση της κεφαλής προς τη σύστοιχη πλευρά που υπάρχει έντονη σύσπαση των μυών του αυχένα. Το ραιβόκρανο πολλές φορές καλείται και πλαγιοκεφαλία παρά το ότι αποτελεί περισσότερο ορθοπεδική απόκλιση.

- **Αναπτυξιακή καθυστέρηση λόγω προωρότητας**

Στην περίπτωση των πρόωρων βρεφών πολύ συχνά υπάρχει μία διαφορετική κινητική συμπεριφορά από την αναμενόμενη η οποία μπορεί να οδηγήσει σε απόκλιση ή καθυστέρηση των αναπτυξιακών σταδίων.

- **Ψυχοκινητική καθυστέρηση**

- **Δυσμορφίες πελμάτων ή άλλες αποκλίσεις του μυοσκελετικού συστήματος**

Η όποια διαφορετική σκελετική μορφή του πέλματος που αποκλίνει από το φυσιολογικό ή κάποια απόκλιση από τη μέση γραμμή του ποδιού είναι δυνατόν να επηρεάσει ανάλογα την στήριξη του σώματος ή και την συμμετρική κατανομή του βάρους του σώματος οδηγώντας τελικά σε αποκλίσεις της ΣΣ. Οι αποκλίσεις από τη μέση γραμμή πάντα επηρεάζουν αρνητικά την οργάνωση και την εκτέλεση της δράσης. Με γνώμονα αυτό λοιπόν καλό θα ήταν σε κάθε περίπτωση να ζητήσετε τη γνώμη ενός ειδικού έγκαιρα.

- **«στραβοπάτημα» ή περπάτημα με τα πόδια προς τα μέσα**

Πολύ συχνά, παρατηρούμε παιδιά που περπατούν με το βάρος στην έσω επιφάνεια του πέλματος, ή και, τις μύτες των ποδιών στραμμένες προς τα μέσα, αλλάζοντας όλο το

φυσιολογικό πρότυπο βάδισης. Αυτό μπορεί να αλλάξει όλη την εμβιομηχανική του σώματος και μπορεί να παρουσιάσει πόνους και κακή σχέση των αρθρώσεων μεταξύ τους.

- **Διαταραχές συντονισμού/ισορροπίας, αδεξιότητα. «Αδέξιο» ή «τεμπέλικο» παιδί**

Συχνά υπάρχουν παιδιά που είτε δεν θέλουν είτε δεν μπορούν να συμμετέχουν σε ομαδικά παιχνίδια λόγω κάποιων ελλειμμάτων στην αναπτυξιακή τους πορεία. Αυτό στην μετέπειτα νηπιακή, προσχολική ή και σχολική τους δράση έχει σαν αποτέλεσμα αυτούς τους «χαρακτηρισμούς».

- **Ελλιπής οργάνωση αδρής κινητικότητας**

Σε περίπτωση που το παιδί παρουσιάζει μειωμένη ή ελλιπή αδρή κινητικότητα μπορεί να επηρεαστεί η αυτοπεποίθηση, η αυτοεκτίμησή του, η κοινωνικοποίηση του καθώς και η λεπτή κινητικότητα και ίσως και η αντιληπτική ικανότητα. Η οργάνωση της κίνησης είναι άρρηκτα συνδεδεμένη με την αδρή κινητική ανάπτυξη.

Η έγκαιρη παρέμβαση πάντα έχει τα καλύτερα αποτελέσματα!!!



Γενικότερα θα ήταν καλό να γνωρίζει ο γονιός ότι η αδρή κινητική ανάπτυξη είναι η βάση για την οργάνωση και της λεπτής αλλά και της αντιληπτικής ικανότητας του. Είναι αντιληπτό ότι σε κάθε έλλειμμα της αδρής κινητικής ανάπτυξης θα επακολουθήσουν και ανάλογα ελλείμματα στα άλλα αναπτυξιακά συστήματα κίνησης και συμπεριφοράς.

Ενδεικτικά οφέλη από την παιδιατρική φυσικοθεραπεία είναι:

- Βελτίωση ισορροπίας
- Προώθηση βάδισης (όταν δεν υπάρχει)
- Βελτίωση βάδισης
- Βελτίωση στάσης
- Βελτίωση ελέγχου κορμού
- Πρόληψη βραχύνσεων μυών
- Αύξηση εύρους τροχιάς κίνησης
- Βελτίωση οπτικοκινητικού συντονισμού (όραση-κίνηση)
- Αύξηση της αντίληψης ης θέσης σώματος σε σχέση με το χώρο
- Βελτίωση της ικανότητας προσανατολισμού
- Βελτίωση δεξιοτήτων καθημερινής ζωής

Η θεραπευτική προσέγγιση του παιδιού γίνεται μέσα από πολλές διαφορετικές τεχνικές και θεραπείες χρησιμοποιώντας τη κατάλληλη αξιολόγηση, το πρωτόκολλο θεραπείας, τους στόχους θεραπείας και την επαναξιολόγηση.

Λαμβάνοντας υπόψη ότι κάθε παιδί είναι μοναδικό, η θεραπεία προσαρμόζεται στην προσωπικότητά του και καθοδηγείται από τους στόχους τόσο του ίδιου του παιδιού όσο και της οικογένειάς του. Στόχος της φυσικοθεραπείας είναι να βοηθήσει τα παιδιά και εφήβους να πετύχουν το βέλτιστο επίπεδο ανεξαρτησίας και λειτουργικότητας σε όλους τους τομείς της ζωής και των καθημερινών δραστηριοτήτων τους.



Βιβλιογραφία

1. Παπαδοπούλου Ο., Χριστάρα, Α., Γεωργιάδου Α., (2015), *Φυσικοθεραπεία στην Παιδιατρική*, Εκδόσεις Ιανός.
2. Οι φωτογραφίες είναι από συλλογή φωτογραφιών του 1ου Ειδικού Δημοτικού Σχολείου Κομοτηνής και από το προσωπικό μου αρχείο.

<https://blogs.sch.gr/1eidkom/>

Για χρήσιμες πληροφορίες που αφορούν στην Φυσικοθεραπεία και στο Τμήμα Παιδιατρικής Φυσικοθεραπείας μπορείτε να επισκεφτείτε την σελίδα του Πανελληνίου Συλλόγου Φυσικοθεραπευτών

Πανελλήνιος Σύλλογος Φυσικοθεραπευτών <https://www.psf.org.gr>

Επιστημονικό τμήμα Παιδιατρικής Φυσικοθεραπείας

- **website:** <http://psf.org.gr/paediatric>
- **email:** paediatric@psf.org.gr

Καράκη Κ. Δήμητρα
Φυσικοθεραπεύτρια, MSc