



## Proč a kam na hiporehabilitaci?

Hiporehabilitace je metoda, která využívá pozitivního působení koně na člověka a mnoha dětem přináší i spoustu radostných zážitků. Jak se ale rozhodnout, jestli a kam na hiporehabilitaci docházet?

Základním předpokladem je, aby bylo dítě při kontaktu s koňmi spokojené. Pokud sedítě koní bojí, je vhodnější zvolit jiné způsoby rehabilitace a umožnit dítěti si na přítomnost zvířat nejprve postupně zvyknout.

Při výběru vhodné stáje může pomoci jako určitá záruka kvality a bezpečnosti seznam Středisek doporučené hiporehabilitace na stránkách České hiporehabilitační společnosti (<https://hiporehabilitace-cr.com/provozovatele-hiporehabilitace/strediska-doporucene-hiporehabilitace/>). Koně mají v těchto stájích složené specializační zkoušky a pracovníci absolvované dlouhodobé kurzy v oboru hiporehabilitace.

Před zahájením hiporehabilitace je určitě vhodné konzultovat vhodnost této metody s lékařem. U dětí s výraznějšími poruchami pohybového aparátu zejména v oblasti páteře a kyčlí, se spasticitou a u dětí které nejsou ještě schopné správně samostatně sedět je vhodné vyhledat středisko poskytující Hipoterapii ve fyzioterapii a ergoterapii. Terapeut u každého dítěte na základě vstupního vyšetření vybere vhodného koně, trasu, polohu dítěte a délku jízdy v obvyklé délce 5-20 minut, aby se dítě nepřetížilo. Hipoterapie může pomoci zlepšit rovnováhu, koordinaci pohybu, zvýšit svalovou sílu, snížit spasticitu a podpořit dítě v jeho vývoji, například urychlit začátek lezení nebo chůze.

Pro děti bez většího problému v oblasti pohybového aparátu může být vhodnější Hiporehabilitace v pedagogické a sociální praxi. Kromě jízdy se dítě může učit i pečovat o koně a provádět další smysluplné aktivity. Cílem může být například podpora psychomotorického vývoje, rozvoje řeči a komunikace nebo zlepšení sociální interakce.





Pro děti s převahou psychických obtíží může být přínosná také Hiporehabilitace v psychologii a psychiatrii, která může pomoci ke snížení úzkostí, zlepšení sebevědomí, empatie, sebekontroly, sebedůvěry a pocitu bezpečí. A aby to nebylo jednoduché, všechny typy hiporehabilitace se mezi sebou do určité míry prolínají.

Aby mohla být hiporehabilitace opravdu účinná, je vhodné na ni docházet pravidelně alespoň po dobu několika měsíců nebo několikrát ročně každý den po celý týden. I občasný kontakt s koňmi ale může děti potěšit a rozveselit.

MUDr. Markéta Janatová

Kamenitý vrch, z.s.

**Máte k hiporehabilitaci další otázky? Napište nám na [info@kamenityvrch.cz](mailto:info@kamenityvrch.cz) a vybereme vhodnou stáj pro Vaše dítě společně.**

