



□ □ □ **Иппотерапия** — средство оздоровительного воздействия на больных соматическими, психическими заболеваниями, реконвалесцентов после аварий. Она может применяться при сердечных, желудочно-кишечных и ещё множестве других заболеваний. Является разновидностью психотерапии.

С древнейших времён известно благотворное влияние на здоровье человека езды и общения с лошадьми. Ещё античный врач Гиппократ отмечал, что больные люди поправляются быстрее и успешнее, если ездят верхом.

История возникновения

От греческого «hippos» – лошадь. Комплексный многофункциональный метод реабилитации и социальной адаптации, при котором в качестве инструментов выступает лошадь, сам процесс верховой езды и дозированные точечные физические нагрузки. Иппотерапия воздействует на человека через два фактора – биомеханический и психогенный. Лошадь передает всаднику за минуту около ста колебательных импульсов, на рефлекторном уровне у седока задействуются практически все группы мышц, стимулируется развитие мелкой моторики, формирование сложных и точных движений. Верховая езда подобна рисованию четырех картин сразу – всадник вынужден совершать разные движения двумя руками и двумя ногами (попробуйте одновременно одной рукой рисовать круг, а другой квадрат!) – этот важнейший эффект иппотерапии не может быть достигнут никакими другими двигательными способами лечения! Температура у лошади на 1,5-2С° выше, чем у человека, поэтому она является своеобразным «массажером с подогревом» – массируются мышцы ног, усиливается кровоток и разогревается область таза, что чрезвычайно эффективно для профилактики и лечения простатита – вспомните, чем славилась гусары! У всадника активизируются специфические мышечные рефлексы, стимулирующие деятельность внутренних органов, поэтому иппотерапия эффективна при дискинезии желудочно-кишечного тракта, сердечнососудистых заболеваниях, послеинфарктной

психосексуальной реабилитации. Многогранность воздействия, одновременность сочетания повторяющихся разнонаправленных движений, позитивного психотерапевтического эффекта от общения ребенка с лошадью определяют уникальность детской иппотерапии. Церебральный паралич, дефицит концентрации внимания, гиперактивность, аутизм, диспластический сколиоз и многое другое – иппотерапия является единственным видом лечения, когда маленький пациент может и не догадываться, что он лечится, езда и общение с лошадью становятся игрой. Лошадь не тренажер, не может надоесть! Психогенный фактор повышает способность адаптироваться к реальности. Для человека, страдающего психическими расстройствами, положение верхом на лошади оказывается выигрышным – «Я вверху, они внизу», соблюдаются основные принципы психотерапевтического воздействия: единство места и действующих лиц, единство времени, единство действий. Взаимодействие с лошадью происходит на невербальном уровне, больной остается внутри своего комфортного мира и одновременно выходит из состояния изоляции от окружающей действительности, адаптируется к ней. Приобретается вера в себя – большое, сильное и грациозное животное слушается и выполняет его команды! Иппотерапия эффективна при болезнях опорно-двигательного аппарата (нарушение осанки, артроз суставов и пр.), гастродуодените, стенокардии, после перенесенного инфаркта или инсульта, при психических заболеваниях (особенно аутизме, неврозах, умственной усталости, синдроме Дауна), для послеоперационной реабилитации и социальной адаптации. При нарушениях слуха и зрения, лечении хронического простатита, рассеянного склероза, некоторых гинекологических заболеваний, ожирения и целлюлита метод немедикаментозного воздействия – иппотерапия – идеальный метод лечения и души, и тела! В 5 веке до н.э. Гиппократ советовал ездить верхом, поскольку это освобождает человека от «темных мыслей» и вызывает «мысли веселые и ясные». Еще в I тысячелетии от Рождества Христова лошадью лечили многие болезни, а кавказские горцы верховой ездой лечат уже много веков. Многие знают: стоит подойти к вороному – погладить, почистить его – и уходит усталость, проходит головная боль. У лошади очень сильное биополе, только два существа способны «подпитывать» человека позитивной энергией: лошади и дельфины, а в силу немедикаментозности метода он не имеет побочных эффектов, не причиняет боли и внутреннего неприятия, вызывает только положительные эмоции. В Нидерландах, Швеции и Великобритании иппотерапия находится под покровительством королевских семей. Разумеется, иппотерапия не панацея от всех болезней, и при неграмотном подходе не даст ожидаемого эффекта. Противопоказаниями могут быть: необъяснимый страх ребенка перед животными, аллергия на лошадиную шерсть, нарушение кожного покрова, острые воспалительные инфекционные заболевания, поэтому перед занятиями иппотерапией лучше проконсультироваться у врача.

Показания к применению:

- Аутизм;
- Церебральный паралич;

- Задержка в развитии;
- Синдром Дауна;
- Нарушение мозгового кровообращения (инсульт);
- Искривление осанки (сколиоз);
- Склерозы;
- Нарушения чувствительности частей тела (паралич);
- Травмы мозга.