

## « Επανεκπαίδευση στατικής και δυναμικής ισορροπίας στο νερό»

*Στριμπάκος Νικόλαος, Καθηγητής, Τμήμα Φυσικοθεραπείας, Πανεπιστήμιο Θεσσαλίας*

*Τσούνια Ελένη-Αργυρούλα, Υποψήφια Διδάκτορας, Τμήμα Φυσικοθεραπείας, Πανεπιστήμιο Θεσσαλίας*

*Χανδόλιας Κωνσταντίνος, Μεταδιδάκτορας, Τμήμα Φυσικοθεραπείας, Πανεπιστήμιο Θεσσαλίας*

Η υδροθεραπεία έχει αναγνωριστεί επιστημονικά και ερευνητικά ως μέρος ενός συνολικού προγράμματος σωματικής δραστηριότητας για άτομα με αναπηρίες καθώς και αποκατάστασης ασθενών με ποικίλους περιορισμούς. Η υδροθεραπεία βασίζεται σε συγκεκριμένες ιδιότητες του νερού οι οποίες και χρησιμοποιούνται από τους θεραπευτές με στόχο την οργάνωση συγκεκριμένων θεραπευτικών παρεμβάσεων και την αποκατάσταση κινητικών και λειτουργικών ελλειμμάτων που βιώνουν οι ασθενείς στη ξηρά. Ιδιότητες όπως, α) η άνωση, που επιτρέπει την έναρξη της κίνησης, ακόμη και όταν το νευρομυϊκό σύστημα δεν είναι σε θέση να υποστηρίξει κίνηση ενάντια στη βαρύτητα, β) το υψηλό ιξώδες, που παρέχει σταδιακή αντίσταση σε όλο το εύρος κίνησης, γ) η σημαντικά μεγαλύτερη μεταφορά θερμότητας στο νερό παρά στον αέρα, που μειώνει τη σπαστικότητα και άλλες ακούσιες κινήσεις, δ) η υδροστατική πίεση, που παρέχει εκτεταμένη αισθητικοκινητική διέγερση καθώς και αυξημένη πίεση στο θώρακα, στους αναπνευστικούς μύες και σε όλο το σώμα, αποτελούν εργαλεία των υδροθεραπευτών στη διαχείριση προβλημάτων ισορροπίας και κίνησης μέσω των αρχών της υδροστατικής και υδροδυναμικής θεωρίας. Σκοπός του συγκεκριμένου workshop είναι η κατανόηση της χρήσης των ιδιοτήτων του νερού ως μέρος ενός ολοκληρωμένου προγράμματος θεραπευτικής παρέμβασης και η παρουσίαση ενός ενδεικτικού τρόπου αξιολόγησης και παρέμβασης στο νερό σε ασθενείς που αντιμετωπίζουν προβλήματα στατικής και δυναμικής ισορροπίας στην ξηρά.

**Μέγιστος Αριθμός Συμμετεχόντων: 25**

**Διάρκεια: 1,5 ώρα**

### **Αναφορές**

- Xiaohua L, Wei C, Yi L, Yating L, Shi G, XueliangG, Xia H. Study on the Efficacy of HydrotherapyExercise Prescription on Walking Ability of Patientswith Spastic Cerebral Palsy. Rehabilitation.2021;6(4):60-5.
  - (PDF) The effect of hydrotherapy according to Halliwick concept on children with cerebral palsy and the evaluation of their balance: a randomised clinical trial.
- Jorgic B, Dimitrijevic L, Lambeck J, AleksandrovicM, Madic D, Okicic T. Effects of aquatic programsin children and adolescents with cerebral palsy:systematic review. Sport Sci. 2012;2:49-56

- (PDF) The effect of hydrotherapy according to Halliwick concept on children with cerebral palsy and the evaluation of their balance: a randomised clinical trial.
- Liao HF, Jeng SF, Lai JS, Cheng CK, Hu MH. The relation between standing balance and walking function in children with spastic diplegic cerebral palsy. *Dev Med Child Neurol.* 1997;39(2):106-12