

Роль эрготерапевта в реабилитации детей с опухолями ЦНС

Восстановление повседневных навыков и вовлечение родителей в процесс

ПЕДИАТРИЧЕСКАЯ РЕАБИЛИТАЦИЯ

ЭРГОТЕРАПИЯ



Что такое эрготерапия?

Определение

Эрготерапия (Occupational Therapy) — профессия в области здравоохранения, которая помогает людям выполнять повседневные действия, важные для их жизни и благополучия.

Для ребенка с опухолью ЦНС эрготерапия — это путь к восстановлению независимости в самых обычных, но важных делах: одевание, еда, игра, учеба.

Что делает эрготерапевт

- **Повседневные навыки**
Одевание, приём пищи, гигиена
- **Мелкая моторика**
Письмо, рисование, игра
- **Сенсорные нарушения**
Чувствительность, координация
- **Адаптация среды**
Специальные приспособления дома и в школе

📄 Эрготерапия — это мост между медицинским лечением и обычной жизнью ребенка.

Кто такой эрготерапевт?

Место в реабилитационной команде



В России

Профессия активно развивается. Специалисты работают в мультидисциплинарных командах наряду с физическими терапевтами, логопедами и психологами.



РНИМУ и РДКБ

Внедряют методику восстановления функции верхней конечности с использованием роботизированных аппаратов и эрготерапии.



Фонд Хабенского

Совместно с МИПЗ выпустил брошюру, подробно описывающую работу эрготерапевтов с детьми с опухолями ЦНС.

📄 Эрготерапевт — такой же важный член команды, как врач или логопед.



Зачем эрготерапевт нужен именно вашему ребенку?

После лечения опухоли мозга могут пострадать различные сферы жизни ребенка. Ниже — наиболее частые нарушения, с которыми работает эрготерапевт.

Мелкая моторика

Трудно застегивать пуговицы, держать ручку, пользоваться ложкой

Координация

Ребенок роняет предметы, не может попасть рукой в рукав

Сенсорная интеграция

Непереносимость текстур, прикосновений, нарушение ощущения тела в пространстве

Самообслуживание

Трудности с туалетом, умыванием, одеванием

Игра и усталость

Ребенок теряет интерес к игрушкам, быстро истощается при обычных делах

📄 Эрготерапевт помогает вернуть ребенку возможность делать то, что важно для него и семьи.

Служба Brainbow (Кембридж, Великобритания)

Интегрированный подход к реабилитации в Addenbrooke's Hospital

Команда Brainbow

01

**Физический
терапевт**

02

Эрготерапевт ☆

03

Логопед

04

**Клинический
психолог**

05

Специальный педагог

Как это работает

1

Стандартизированная оценка

Каждый ребенок проходит комплексную оценку потребностей

2

Индивидуальный план

Команда разрабатывает персональную программу реабилитации

3

Координация

Эрготерапевт ведет реабилитацию в больнице и дома

Основные направления работы эрготерапевта

Что конкретно делает специалист на занятиях с ребенком



Самообслуживание

Обучение новым способам одевания, адаптивные приспособления



Мелкая моторика

Упражнения для кистей, пластилин, мозаика



Сенсорная интеграция

Игры с текстурами, вестибулярная стимуляция, проприоцепция



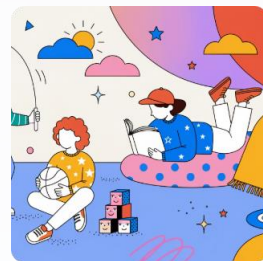
Когнитивная эрготерапия

Зрительно-пространственные представления, внимание, планирование



Адаптация среды

Поручни, специальная посуда, утяжелители



Управление усталостью

Энергосберегающие стратегии и планирование дня

Управление усталостью: программа SpoonieKids

Что такое «теория ложек»?

SpoonieKids — метод, основанный на Spoon Theory: визуализации энергии ребенка. Исследование Vicky King и Sharon Tuppeny (Cambridge, 2025–2026) посвящено валидации метода для детей с опухолями мозга.

Ограниченный запас

У ребенка есть определенное количество «ложек» энергии на день

Расход

Одеться, пойти в школу, поиграть — каждое действие тратит ложки

Планирование

Ребенок учится расставлять приоритеты, чтобы не истощиться

 Усталость — невидимый симптом, но с ним можно и нужно работать.

Роль эрготерапевта

→ **Осознание лимитов**
Помогает ребенку понять свои энергетические ресурсы

→ **Приоритеты**
Учит выбирать самое важное

→ **Стратегии**
Разрабатывает способы экономии энергии

→ **Обучение семьи**
Родители поддерживают подход дома

Сенсорная интеграция

Метод разработан эрготерапевтом Jean Ayres (США). Он улучшает осознание собственного тела за счёт объединения информации от вестибулярной системы, кожи и суставов с двигательными актами.

Когда нужна сенсорная интеграция

- **Не переносит прикосновения**

К лицу, рукам, определенным тканям

- **Боится качелей**

Избегает вестибулярной стимуляции

- **Теряет ощущение тела**

Не чувствует положение рук и ног в пространстве

- **Натыкается на предметы**

Нарушена координация движений

Методы работы

- **Сенсорная диета**

Специальные занятия и игры, подобранные индивидуально

- **Инструменты**

Утяжелители, вибрация, специальные щетки

- **Тактильная защита**

Работа с повышенной чувствительностью кожи



Игровая терапия: путь к эмоциональной регуляции

Качественное исследование Норе и Orozco Arteaga (2025) выявило пять ключевых тем в игровой эрготерапии в педиатрической онкологии.



Эмоциональная регуляция

Игра помогает справляться со страхами и выражать чувства



Самовыражение

Ребенок через игру перерабатывает опыт болезни



Обучение родителей

Ключевой фактор — передача знаний и навыков семье



Уверенность семьи

Родители учатся играть с ребенком и поддерживать его



Устойчивость

Игра развивает психологическую resilience ребенка

📄 Игра — это работа ребенка. Эрготерапевт использует игру как инструмент восстановления.



ТЕХНИКА 4

Вовлечение родителей: семейно-центрированный подход

Исследование Rachel Koenig (UND, 2024) показало критическую важность включения родителей в процесс эрготерапии.

Анализ потребностей

Комплексная оценка состояния ребенка, включая нейропатию (CIPN)

Руководство для родителей

Создано практическое руководство по домашним занятиям

Непрерывность реабилитации

Родители продолжают улучшения дома — особенно при атаксии

- ❏ Родители становятся продолжателями терапии дома, устраняя разрыв между госпитализацией и обычной жизнью.

Как эрготерапевт обучает родителей?

Эрготерапевт не просто занимается с ребенком — он передаёт знания и навыки вам, чтобы реабилитация продолжалась дома каждый день.



Демонстрация

Специалист показывает упражнения, вы повторяете и закрепляете навык



Письменные инструкции

Получаете памятки с описанием техник для занятий дома



Видеоматериалы

Ссылки на видео с нужными упражнениями для самостоятельного изучения



Дневник наблюдений

Учитесь замечать прогресс и трудности, фиксировать изменения



Обратная связь

Корректировка программы по вашим наблюдениям и запросам



Исследования подтверждают: родители, обученные эрготерапевтом, чувствуют себя увереннее и эффективнее помогают ребенку.

Простые техники для дома

Что можно делать уже сегодня — после консультации со специалистом

Мелкая моторика

- Лепить из пластилина и теста
- Нанизывать крупные бусины
- Рвать бумагу на мелкие кусочки
- Играть с песком, крупой, водой

Сенсорная стимуляция

- Использовать разные ткани (шелк, бархат, махру)
- Делать лёгкий массаж щётками и мячиками
- Утяжелённое одеяло (по назначению)

Самообслуживание

- Одежда с липучками и эластичными поясами
- Посуда с утолщёнными ручками
- Вещи на доступном уровне хранения

Управление усталостью

- Чередовать активность и отдых
- Использовать визуальное расписание
- Обсуждать «ложки» энергии с ребенком

Визуальное расписание и структура дня

Снижение тревоги и экономия энергии. Детям после лечения опухолей мозга трудно планировать — неопределённость сама по себе истощает.

Как эрготерапевт учит родителей

1 Расписание в картинках

Создайте наглядный план дня, понятный ребёнку

2 Утренний разбор

Обсуждайте с ребёнком, что будет сегодня

3 Маленькие шаги

Разбивайте большие задачи на простые действия

4 Активность в пик энергии

Планируйте важное на время наибольшей активности ребёнка

Простая аналогия

Ребёнок — как телефон с ограниченной батареей. Нужно знать, какие «приложения» (дела) тратят больше всего энергии, и включать их только когда есть достаточный заряд.

Адаптация среды: безопасный и удобный дом

Эрготерапевт может рекомендовать изменения в доме, которые сделают жизнь ребёнка безопаснее и независимее. В ряде случаев эти расходы покрываются страховкой.



Ванная и туалет

Поручни,
нескользящий коврик,
стульчик для душа,
накладка на унитаз



Кухня

Специальная посуда,
утяжелённые столовые
приборы с удобным
захватом



Детская комната

Хранение на
доступном уровне,
правильно
подобранные кресло,
организованное
пространство



Одежда и обувь

Обувь на липучках,
одежда без пуговиц —
для максимальной
самостоятельности



Важно: сначала проконсультируйтесь с эрготерапевтом — и только потом покупайте приспособления.

Когда обращаться к эрготерапевту?

Признаки, что вашему ребёнку нужна помощь

Самообслуживание

Трудно одеваться, есть, чистить зубы — занимает слишком много времени или сил

Школа

Плохой почерк, не может вырезать, быстро устаёт при письме

Игра

Не интересуется игрушками, не может собрать конструктор

Движения

Неловкий, часто роняет предметы, спотыкается без причины

Чувствительность

Боится прикосновений, определённых тканей, громких звуков

Усталость

Не хватает энергии на обычные дела, отказывается от активности

📌 Раннее обращение к эрготерапевту предотвращает развитие вторичных проблем и ускоряет восстановление.

Где найти эрготерапевта в России?

Ресурсы и программы, доступные для семей с детьми с опухолями ЦНС



РНИМУ / РДКБ

Реабилитация детей с опухолями ЦНС, включая эрготерапию и роботизированные методики



Фонд Хабенского

Бесплатная брошюра по реабилитации, программы поддержки семей, конференции для специалистов



МИПЗ

Реабилитационные программы и подготовка специалистов по эрготерапии



НМИЦ ДГОИ Рогачёва

Центр «Русское поле» — комплексная педиатрическая онкологическая реабилитация



Региональные центры

В большинстве крупных городов России работают эрготерапевты в реабилитационных центрах



Спрашивайте у лечащего врача о возможности получения эрготерапевтической помощи — это ваше право.

Итоги: главное, что нужно запомнить

1 Эрготерапевт — специалист по возвращению к жизни

Помогает ребёнку вернуться к одеванию, еде, игре, учёбе — к тому, что важно для него и семьи

2 Пять ключевых направлений

Самообслуживание · Мелкая моторика · Сенсорная интеграция · Управление усталостью (SpoonieKids) · Адаптация среды

3 Родители — главные партнёры

Исследования подтверждают: обучение родителей повышает эффективность реабилитации и обеспечивает непрерывность

4 Игра — инструмент восстановления

Игровая терапия помогает ребёнку выразить эмоции и переработать опыт болезни

5 Ресурсы есть в России

РДКБ, Фонд Хабенского, МИПЗ, НМИЦ Рогачёва развивают эрготерапию для детей с опухолями ЦНС

📄 Чем раньше начать — тем лучше. Ребёнок имеет право на независимость, игру и полноценную жизнь. Эрготерапевт помогает сделать это право реальностью.



Ресурсы и дополнительная информация

RU Российские ресурсы

Фонд Хабенского

Бесплатная брошюра «Жизнь вашего ребёнка после онкологических заболеваний ЦНС. Немного о реабилитации»

НМИЦ ДГОИ им. Рогачёва

Центр «Русское поле» — комплексная онкологическая реабилитация

Конференции

РНМУ + Фонд Хабенского — эрготерапия как ключевое направление

🌐 Зарубежные ресурсы

Brainbow (Cambridge)

Модель мультидисциплинарной нейрореабилитации, интегрирующей эрготерапию

The Brain Tumour Charity

Материалы по управлению усталостью для детей и семей

Brigham and Women's Hospital

Руководство по реабилитации для родителей после нейрохирургии

Материал подготовлен на основе российских и зарубежных исследований, включая работы РНМУ им. Пирогова, Фонда Хабенского, Кембриджской службы Brainbow, а также международных исследований по эрготерапии в детской онкологии.

Проект реализуется с использованием гранта

Президента Российской Федерации на развитие гражданского общества, предоставленного Фондом президентских грантов



ПРИ ПОДДЕРЖКЕ
**ФОНДА
ПРЕЗИДЕНТСКИХ
ГРАНТОВ**