

## **Vojtova metoda reflexní terapie:**

- terapie objevena prof. dr. V. Vojtou v 50-tých letech,
- nachází široké terapeutické uplatnění
- byla vynalezena empiricky: Vojta pozoroval reakce celého těla na definované dráždění a v definované poloze (na zádech, na boku a na břiše)

### **Cíle rehabilitace**

při použití reflexní lokomoce najít novou cestu do CNS, náhradní modely prostřednictvím reflexní lokomoce můžeme přestavět a tím výrazně zredukovat postižení.

### **TERAPEUTICKÝ SYSTÉM V. VOJTY ZAHRNUJE TŘI MODELY (POLOHY K VYVOLÁNÍ REAKCE STIMULACÍ PŘÍSLUŠNÝCH BODŮ):**

- model, který se aktivuje v poloze na břiše, se nazývá reflexní plazení
- model aktivovaný z polohy na zádech se nazývá reflexní otáčení
- model aktivovaný z polohy na obou kolenou se nazývá 1. pozice

### **VOJTOVA METODA REFLEXNÍ TERAPIE:**

Nejúčinnější metodika v kojeneckém věku je metodika reflexní lokomoce, kam patří reflexní otáčení a reflexní plazení. Obojí se vybavují za pomoci tzv. spouštěcích zón, t.j. přesně vymezená místa na končetinách a na trupu. Podrážděním tlakem nebo tahem dítě fixované v určité definované poloze reflexně provede fyziologický pohyb, kterému se klade odpor, reflexním otáčením dokážeme např. zrušit vadný pohybový vzorec (opistotonické prohnutí trupu se záklonem hlavy). Reflexním plazením můžeme např. aktivovat symetrickou extenzi šíje a posílit začátek vývoje ontogenetických vzpřimovacích mechanismů.

### **REFLEXNÍ LOKOMOCÍ ODSTRAŇUJEME:**

- patologické pohybové vzorce
- připravujeme pro vertikalizaci
- ovlivňujeme postavení pánve, vzpřímení a udržení rovnováhy
- navozujeme správné vzpřímení od šíje až po hýždě
- navozujeme bezpečnou stabilitu ve stoji (bez tohoto předpokladu nelze nutit dítě k chůzi)

### **Význam**

Tato metoda je naprosto zásadní v rehabilitaci MO. Umožňuje začít rehabilitaci v raném věku, kdy je verbální i jiný kontakt mezi pacientem a terapeutem možný pouze taktilně, pomocí spouštěcích zón.

Aby byla Vojtova terapie úspěšná, je nutné ji provádět zpravidla několikrát (až čtyřikrát) denně. Jedna terapeutická jednotka trvá pět až dvacet minut. Protože terapii denně provádějí rodiče nebo jiné blízké osoby, hrají při aplikaci Vojtovy terapie právě oni rozhodující roli.

Vedle základního onemocnění mají zásadní vliv na efektivitu, a tím i na úspěch terapie, intenzita cvičení, frekvence a přesnost. Poté, co ošetřující lékař doporučí pacientovi Vojtovu terapii, sestaví terapeut Vojtovy metody individuální program a společně s pacientem/rodiči určí cíle terapie. Bezprostředně poté by mělo proběhnout zaučení rodičů, resp. blízkých osob do terapie, aby bylo možné začít s terapií i doma a dosáhnout tak potřebné intenzity terapie. Terapie může trvat týdny až měsíce – ve zvláštních případech i roky – terapeut Vojtovy metody by měl být rodičům stále nápomocen. Program terapie, dávkování terapie i příp. přestávky v terapii se v pravidelných intervalech přizpůsobují vývoji pacienta.

### **Otázka a úkoly:**

1. Charakterizujte principy Vojtovy metody reflexní terapie.
2. Jaká je cílová skupina pro realizaci Vojtovy metody reflexní terapie?
3. Rozveďte význam Vojtovy metody reflexní terapie.
4. Najděte si na internetu videa s VMRT a seznamte se s ní.
5. Zamyslete se nad mezioborovou spoluprací a uveďte příklady.
6. Zhlédněte dokument: <https://www.youtube.com/watch?v=R4L9lr-J-DE>

### **Literatura:**

KOLÁŘ, P. Rehabilitace v klinické praxi. 1. vydání. Praha: Galén, 2010. 713 s. s. 265-272. ISBN 978-80-7262-657-1.

VOTAVA, Jiří, et al. Základy rehabilitace. 1. vydání. Praha: Karolinum, 1997. 139 s. ISBN 80-7184-385-7.