

PREDSLOV

Táto kniha obsahuje opis konkrétnych foriem liečby uplatňovaných u mojej dcéry Nikolky, ako aj fyzických a psychických príznakov pred jednotlivými terapeutickými postupmi a po nich. Inšpiráciou boli a sú Nikolkiné pokroky a to, že moje rodičovské laické pozorovania, ako fungoval a funguje jej organizmus, sa dajú podoprieť odbornou literatúrou, z ktorej citácie používam.

Fascinujúca je kniha od Alfreda Tomatisa *Naslouchat univ-erzu*, v ktorej okrem iného opisuje, ako funguje ľudské ucho, ako schopnosť počuť ovplyvňuje fungovanie človeka a ako sa dá podporiť rozvoj mozgu cez ucho. Ďalej je to kniha *Reflexy, učenie a správanie* od Sally Goddardovej, ktorá podrobne opisuje fungovanie organizmu pri nezrelosti centrálnom nervovom systéme (CNS). V tejto knihe som našla podrobné vysvetlenie, prečo sa Nikolka vplyvom nezrelosti CNS správa inak ako normálne deti. Na podobnom princípe sú napísané aj publikácie od americkej autorky Kokeb Girmy McDonaldovej, ktorá do svojich liečebných metód zahŕňa cviky na vyvolanie a inhibovanie primitívnych reflexov, pričom konkrétne cviky sú ilustrované aj opísané.

Moja kniha chce poukázať, aké je dôležité nevzdávať sa, a hoci aj pomalými krokmi, ale dosahovať v liečbe aspoň čiastkové úspechy. A práve napredovanie u Nikolky ma presvedča, že to, čo robíme, a všetko, čo absolvujeme, má zmysel. Že keď sa naučí „A“, naučí sa aj „B“ a to sa dá spojiť

do „AB“, takže hranice neexistujú. Vždy je čo vylepšovať a stále je kde napredovať. „Vývoj a výsledná činnosť nervového systému závisí od interakcie genetických vplyvov a faktorov prostredia. Nervový systém je plastický: jeho činnosť a stavba sa môžu meniť v závislosti od zmien vonkajších podmienok. Skutočnosť, že sa môžeme učiť a pamätať si nám ukazuje, že nervový systém je určitým spôsobom pozmeniteľný.“ (Brodal, 2008, s. 103) „Nervový systém si zachováva svoju plasticitu po celý život a táto jeho vlastnosť je nevyhnutnou podmienkou obnovy funkcie“ (Brodal, 2008, s. 125)

„Rodičom detí, ktoré trpia neurovývinovými poruchami, táto publikácia prináša nové informácie o možnostiach zlepšenia klinického stavu v zmysle kognitívnych a lokomočných zmien, ktoré dostal v slovenskom jazyku neboli dostupné. Určená je predovšetkým do rúk rodičov, ktorých deti alebo príbuzní trpia uvedenými poruchami, ale aj širšej verejnosti, pretože sa neraz stretávame s nesprávnou fixáciou reflexných stereotypov, ktoré majú ďalekosiahle následky až do dospelosti.“

(MUDr. Marek Tarčák,
neuroológ pre dospelých)

„Ak v tejto chvíli už očami plávate v písmenkách tejto knižky a prstami prevraciate list za listom, tešte sa. To čo v nich nájdete je predovšetkým zdroj, energia, húževnatosť. Chvilu sa vám môže zdať, že niektoré informácie sú napísané príliš odborným jazykom. Ale to je v súvislosti s informáciami, ktoré sa dozviete, veľmi dôležité a je to tak správne. Ostatne trpezlivosť, dôslednosť a viera sú silné atribúty v tomto príbehu a vnímavý čitateľ ich iste zachytí hneď od začiatku. Autorka vám predstaví techniky, pomocou ktorých Nikolka postupne prechádzala a posúvala sa vďaka nim malými krôčikmi k veľkým cieľom. Skutočnosť, že sa dieťa naučí chodiť, rozprávať a myslieť, je samozrejmosť. Alebo to je nesmierny zázrak. Hrdinka tohto príbehu je hlavne hrdinkou

svojho života a hrdinkou neskutočnej energie a viery jej rodičov. Keď prišla na svet, mala niekoľko zdravotných komplikácií, následných operácií, ktoré spôsobili oneskorený vývoj v reči, v motorike a vývoji kognitívnych funkcií, ktoré niesli rôzne diagnostické názvy, napr. detská mozgová obrna, vývojová dysfázia, niektoré črty porúch autistického spektra, porucha pozornosti s hyperaktívnosťou. V zásade toto nie je až tak dôležité. Podstatné je, že pri všetkom tom pátraní, čo by mohlo malej hrdinke pomôcť sa ďalej rozvíjať, prišlo do cesty poznanie pôsobenia pretrvávajúcích primárnych reflexov, spôsob ako sa dajú utlmíť, aby mohli začať funkčnejšie pracovať vyššie mozgové centrá a poznanie vynikajúcich logopedických cvičení zameraných na posilnenie orofaciálnych svalov a jazyka. Toto tiež nie je možno ten zázrak, ktorý by človek čakal. Zázrak je nevzdávať sa! Táto kniha vám ponúka možnosť dokonale porozumieť a pochopiť princípy terapie založenej na neurovede. Avšak inšpiratívny je najmä praktický skutočný príbeh matky a jej zdravotne znevýhodnenej dcéry, ktoré spolu prešli cestou spomenutých terapií. Málokto verí, že sa malá hrdinka naučí chodiť; dnes už behá, skáče na trampolíne, bicykuje. Rozpráva, číta príbehy a aktívne ich počúva. Tak ako svojim rodičom robí nesmiernu radosť, tak ich dokáže aj nahnevať. A to je dobre. To je signál, že jej dušička žije v silnom telíčku a má v sebe sebavedomú a cieľavedomú osobnosť, ktorú máte tu česť spoznať.

Cieľom knižky je zdieľanie skúseností s terapiou INPP, s jedinečnými logopedickými cvičeniami a priblíženie skutočného príbehu jednej rodiny, všetkým rodinám, ktoré sa nechcú vzdávať !!! Maminka malej hrdinky je moja skvelá priateľka a ja ju obdivujem aj ako človek a tiež ako špeciálna pedagógka a rodinná terapeutka. Prajem vám, aby sa vám cez tieto riadky jej viera a výdrž vliala priamo do srdca."

Mgr. Alena Krnáčová,
špeciálna pedagógka, rodinná psychoterapeutka

ÚVOD

Táto knižka je o mojej dcére Nikolke. V čase jej písania mala takmer dvanásť rokov. Mojim cieľom a dôvodom bolo ukázať smer a podstatu niektorých liečebných postupov pri diagnózach detská mozgová obrna, vývinová dysfázia, zaostávanie vo vývine a pri poruchách autistického spektra. Je určená aj pre rodičov detí s dysgrafiou, dyslexiou a inými diagnózami „dys“.

Psychický alebo neurologický stav človeka je často viditeľný už na prvý pohľad.

Podľa Alfreda Tomatisa *„telesný obraz zodpovedá u každého človeka využitiu jeho neurónového poľa, pričom toto využitie kolíše v závislosti od jedincov a od ďalších faktorov, ako sú hluchota, či psychóza.“* (Tomatis, 2017, s. 121)

Spoločným menovateľom pri všetkých uvedených diagnózach sú podľa mňa a výskumov zo zahraničia (Veľká Británia, Švédsko) pretrvávajúce primitívne reflexy a slabo rozvinuté posturálne (postojové) reflexy. Táto téma nie je v našej verejnosti dostatočne objasnená. O týchto reflexoch máme málo informácií – ako pôsobia, ako ovplyvňujú človeka v jeho každodennom fungovaní, ako dokážu ovplyvniť emocionálne a psychické prežívanie dieťaťa i dospelého a aký vplyv môžu mať na vzdelávanie.

V súčasnosti sa cviky na vyvolanie a inhibovanie primitívnych reflexov a posilňovanie posturálnych reflexov stávajú

súčasťou mnohých liečebných postupov, ktorých cieľom je zlepšiť rovnováhu dieťaťa. Najväčšia zodpovednosť za napredovanie dieťaťa je na rodičoch, preto musia byť obozretní a kritickí a zvažovať nielen pozitívne stránky, ale aj negatívne. Ako každý liek má nielen pozitívne, ale aj vedľajšie účinky, tak aj každá liečba nemusí byť vhodná pre každého. Preto by sme mali byť prinajmenšom informovaní nielen o pozitívnych, ale i negatívnych stránkach pred začatím každej terapie.

Nikolčina „hlavná“ diagnóza, od ktorej sa všetko odvíja, je detská mozgová obrna (DMO). Chodiť začala v troch rokoch a funkčne rozprávať v siedmich rokoch. Prešla mnohými terapiami, ktoré boli veľmi nápomocné a bez ktorých by nestála na nohách ani nerozprávala. Tieto liečebné postupy sú podľa mňa využiteľné pre všetky deti bez ohľadu na spomínané diagnózy alebo vývinové štádium, v ktorom sa práve nachádzajú.