

Fyzioterapeutka Bc. Jana Miľanová  
z Maríny v Kováčovej

# WalkAide

## MENÍ PACIENTOM ŽIVOT



Janka to s pacientmi vie

Špecializovaný liečebný ústav Marína, š. p., Kováčová má za sebou 40-ročnú históriu. Zariadenie je určené pre pohybovo hendikepované deti a rovnako tak aj pre dospelých pacientov. Jednou z fyzioterapeutiek, ktorá sa im venuje, je aj Jana Miľanová.

Janka je výnimočná tým, že sa intenzívne zaujíma o nové trendy v rehabilitácii. V rozhovore pre Slovenku prezradila, ktorá novinka výrazne pomáha ich pacientom.

■ Ako fyzioterapeutka určujete cvičenia pre konkrétneho pacienta. Ako prijímajú, keď im odporučíte zmenu, nové spôsoby cvičenia terapie, ktoré doteraz nepoznali?

Po prijatí pacienta lekárom u nás v Maríne stanovíme liečebný plán, ktorý potom dodržiavame počas celého pobytu. Nasledovne ja – ako fyzioterapeut, tento plán konkretizujem do jednotlivých týždňov a fáz, pričom stanovím aj ciele, ktoré chceme dosiahnuť. Určite sú pacienti, ktorí sú zvyknutí na „klasické cvičenie“, a keď im potom predstavíme novú metódu alebo pomôcku, sú najskôr opatrní. Nepovedala by som, že to zásadne odmietajú, no je to z ich strany akási prirodzená opatrnosť, pretože od nich chceme, aby vyskúšali pre nich niečo nepoznané. Podľa mojich skúseností však prevládajú pozitívne ohlasy. Niekedy už po prvom cvičení, keď pacient zistí, že mu to naozaj uľahčuje pohyb, je naklonený novinkám.

■ V Maríne využívate pri cvičení množstvo pomocných zariadení. Jedným z nich je napríklad WalkAide. K čomu je určený?

WalkAide je funkčný elektrický neurostimulátor a je využiteľný ako kompenzačno-rehabilitačná pomôcka na zlepšenie chôdze. Jeho úlohou je kompenzovať nedostatočné dvíhanie



chodidla u pacientov s poškodením centrálného nervového systému. Pred tromi rokmi sa u nás v Maríne konal pediatrický kongres, kde nám WalkAide zariadenie predvážali. Toto zariadenie sa mi natoľko zapáčilo, že som ho ako fyzioterapeutka odskúšala priamo na našom pacientovi. Respektíve, jedného z pacientov som poprosila, či by bol ochotný podstúpiť túto malú skúšku. Ihneď som si uvedomila benefit tejto pomôcky. Oslovila som teda pána riaditeľa, ktorý spolu s pani primárkou pochopili prínos nového zariadenia. WalkAide sme mali spočiatku pre Marínu zapožičaný. Zaškolili sme sa a začali sme s pacientmi na novom zariadení pracovať. Po krátkom čase sme sa rozhodli, že zakúpime niekoľko prístrojov. Musím povedať, že sme prvým zariadením na Slovensku, ktoré začalo s touto pomôckou pracovať a máme s ňou bohaté skúsenosti. O výhodách používania tohto zariadenia sa však presvedčili najmä naši pacienti. Táto pomôcka pomáha odstraňovať zakopávanie chodidla a vďaka tomu znižuje riziko pádu, čo je pri našich pacientoch veľmi dôležité. Chôdza sa tiež vďaka WalkAide stáva menej náročnou a zlepšuje sa i stabilita v pohybe.

■ Pri akých konkrétnych diagnózach môžu pacienti využívať pomôcku WalkAide? A čo okrem zakopávania odstraňuje, respektíve zlepšuje v rámci rehabilitácie neurologických pacientov?

U nás v Maríne využívame WalkAide u pacientov, ktorí majú poškodený centrálny nervový systém. Odporúčaný a indikovaný je pri diagnózach, ako sú skleróza multiplex, cievná mozgová príhoda, detská mozgová obrna, nekompletná miechová lézia a úrazy mozgu.

Sú to predovšetkým pacienti so zakopávaním a syndrómom „padajúcej špičky“, spasticitou a nesprávnym postavením chodidla. V Maríne máme, samozrejme, aj detských pacientov, pre ktorých je pomôcka WalkAide vhodná, a to už od štyroch rokov. Rehabilitácia u neurologických pacientov býva častokrát náročná. Pomocou tejto pomôcky však dosahujeme lepšie výsledky oveľa skôr. Pre mňa ako fyzioterapeutku má jej používanie veľa benefitov. So stimuláciou môžeme začať aj u nechodiacich pacientov na vozíku, pričom využijeme „cvičiaci režim“, avšak hlavne u pacientov, ktorí majú nesprávny stereotyp chôdze zmenený centrálnou parézou. Veľkou výhodou je, že naprogramovanie neurostimulátora robíme každému pacientovi na mieru, v súlade s jeho stereotypom chôdze a postavením chodidla. Dokonca je možné stimulovať obe nohy súčasne. WalkAide môže správne indikovaným pacientom významne pomôcť zlepšiť mobilitu a kvalitu života, najmä u pacientov s progresívnym ochorením, akým je napríklad skleróza multiplex. Medzi hlavné výhody patrí už spomínané odstránenie zakopávania a tým zníženie rizika pádu. WalkAide zvyšuje tiež rýchlosť chôdze a predlžuje prejednú vzdialenosť. Znižuje námahu

pri chôdzi a prispieva k samostatnosti. Je pre nás veľkým prínosom, že v Maríne máme možnosť využívať túto pomôcku v rámci komplexných rehabilitačných programov.

■ Za roky práce v Maríne vám prešlo rukami už množstvo pacientov. Je niekto, kto bol pre vás „výnimočný“



Zľava – primárka Katarína Recabarrenová, pacientka ..... a fyzioterapeutka Jana Miľanová

a komu liečba a rehabilitácia zmenila život?

Každý si nesie svoj príbeh a mnohokrát sú to ťažké osudy. Spomínam si na mnoho pacientov, ktorým Marína výrazne pomohla. Nezabudnem však na pacientku, ktorej sa doslova zmenil život práve vďaka WalkAide. Pacientka mala diagnostikovanú sklerózu multiplex. Za pomoci chodítka dokázala prejsť len krátku vzdialenosť. Počas pobytu u nás

sme intenzívne cvičili a za pomoci WalkAide jej chôdzu denne zlepšovali. Bola nadšená, postupne zlepšila svoj stereotyp chôdze natoľko, že dokázala za pomoci prístroja prejsť niekoľko sto metrov bez chodítka. S finančnou pomocou rodiny si prístroj zakúpila a po krátkom čase sa zamestnala.

■ Vidno, že svojou prácou doslova žijete. Čo je pre vás ako fyzioterapeutku Maríny „hnacím motorom“, ktorý vás posúva vpred?

Moja práca ma veľmi baví, mám asi to šťastie. Keď sa dostavia dobré výsledky, radosť je vždy na oboch stranách, na mojej aj pacientovej. Mnoho pacientov sa do Maríny už niekoľko rokov opätovne vracia. Je to najmä vďaka dobrým skúsenostiam z pobytu v Maríne, profesionálnemu prístupu fyzioterapeutov, lekárov a vedeniu Maríny. Našou spoločnou snahou je zlepšiť zdravotný stav pacienta, a keď vidíme, že sa nám to aj skutočne darí, veľmi nás to teší. Som rada, že je v Maríne snaha ísť vpred a držať krok s novinkami. Fyzioterapiu môžeme vďaka nákupu nových prístrojov neustále zlepšovať. Sme vďační za každého pacienta, ktorému sme pomohli.

VIERA MAŠLEJOVÁ  
Foto: ŠLÚ Marína \*