



Die Vojta-Therapie im Kindesalter

Eine Fachinformation Ihrer
Abteilung für Physiotherapie



HUFELAND KLINIKUM

Vojta-Therapie im Hufeland Klinikum



Störungen des Haltungs- und Bewegungsapparates erfordern eine sehr komplexe, oft langwierige Behandlung, insbesondere wenn sie mit Hirnfunktionsstörungen in Zusammenhang stehen. Um bestmögliche Erfolge zu erzielen, müssen therapeutische Maßnahmen so früh wie möglich eingesetzt werden.

Mit der Vojta-Therapie lassen sich Bewegungsstörungen bereits in den Anfängen erfolgreich behandeln. Diese zertifizierte Spezialbehandlung kann von Geburt an bis ins hohe Alter durchgeführt werden. Die Internationale Vojta Gesellschaft e. V. (IVG) bildet seit mehr als 35 Jahren qualifizierte Vojta-Therapeuten und -Ärzte aus. Tausende von bewegungs- und entwicklungsstörungen Säuglingen, Kindern und Erwachsenen konnten mit der Vojta-Therapie seither erfolgreich behandelt werden.

In unserem Klinikum am Standort Mühlhausen haben wir uns auf die Behandlung von Säuglingen, Kindern und Jugendlichen bis zum 18. Lebensjahr spezialisiert.

Ein eigens dafür eingerichteter Therapie-raum sowie eine in der Vojta-Therapie ausgebildete und zugelassene Therapeutin ermöglichen eine fundierte Behandlung unserer Patienten stationär und auch ambulant.

Die Nachfrage nach der Vojta-Therapie ist sehr groß, da das Einzugsgebiet über den Unstrut-Hainich-Kreis hinausgeht.

Verantwortliche Mitarbeiterinnen für die Vojta-Therapie sind die Physiotherapeutinnen Sandra Bellstedt und Susanne Trümper. Sie absolvierten die umfassende Ausbildung zur Vojta-Therapeutin.



Sandra Bellstedt



Susanne Trümper

Entstehung



Der tschechische Neurologe und Kinderneurologe Prof. Dr. Václav Vojtá entwickelte in den 50er Jahren das nach ihm benannte Vojtá-Prinzip.

Er stellte fest, dass sich durch bestimmte Reize in definierten Ausgangslagen die Steuerungsfähigkeit des Gehirns für Bewegung und Haltung beeinflussen lässt. Bei der von ihm entwickelten Therapie werden „normale“ Bewegungsabläufe wie Greifen, Aufrichten und Laufen nicht primär gelernt, geübt und trainiert. Die Vojtá-Therapie regt vielmehr das Gehirn an, „angeborene, gespeicherte Bewegungsmuster“ in die Rumpf- und Gliedmaßenmuskulatur zu exportieren.

Die Therapie sollte so früh wie möglich beginnen, denn bei Säuglingen ist das zentrale Nervensystem noch sehr formbar. Die Nervenbahnen im Gehirn sind oftmals lediglich blockiert, stehen aber grundsätzlich zur Verfügung. Die Therapie kann den gesamten Reifungsprozess günstig beeinflussen.

Anwendungsbereiche

- zentrale Koordinationsstörungen im Säuglingsalter
- Kopffehlstellungen
- Bewegungsstörungen als Folge von Hirnschädigungen
- Lähmungen der Arme und Beine, verschiedene Muskelerkrankungen
- Erkrankungen und Funktionseinschränkungen der Wirbelsäule
- Schädigungen der Schultern und Arme, der Hüfte, der Beine und der Füße - insbesondere im Wachstum
- Hüftfehlstellungen
- Probleme der Atmungs-, Schluck- und Kaufunktion

Außerdem besitzt unsere Vojtá-Therapeutin eine zusätzliche Qualifizierung zur Behandlung von Fußfehlstellungen.

Diese Methode nennt man „Dreidimensionale Fußtherapie nach Zukunft-Huber“. Man kann sie zusätzlich durch eine kinesiologische Tapeanlage unterstützen.

Die Vojtá-Therapie darf nicht angewendet werden bei:

- akuten fieberhaften bzw. entzündlichen Erkrankungen
- Schwangerschaft
- speziellen Erkrankungen wie z. B. der Glasknochenkrankheit
- bestimmten Herz- und Muskelerkrankungen

Das Vojta-Prinzip

Mit der so genannten Reflexfortbewegung hat Vojta eine Methode entwickelt, die elementare Bewegungsmuster auch beim Menschen mit geschädigtem Zentralnervensystem und Bewegungsapparat zumindest in Teilbereichen wieder zugänglich macht.

Der Therapeut übt beim Patienten einen gezielten Druck auf bestimmte Körperzonen in Bauch-, Rücken- oder Seitenlage aus. Dieser Reiz führt bei Menschen jeden Alters „reflexartig“ zu zwei Bewegungskomplexen: „**Reflexkriechen**“ und „**Reflexumdrehen**“.

Reflexkriechen

Das Reflexkriechen ist ein Bewegungsablauf, der die wesentlichsten Bestandteile der Fortbewegung hat:

1. bestimmte Lagersteuerung,
2. Aufrichtung gegen die Schwerkraft und
3. gezielte Schrittbewegung der Arme und Beine.

Damit besitzt es die Grundmuster der menschlichen Fortbewegung.

Grundposition ist die Bauchlage, der Kopf liegt seitlich gedreht auf der Unterlage.

Ziele des Reflexkriechens sind insbesondere:

- Aktivierung der zum Abstützen und Greifen, Aufstehen und Gehen notwendigen muskulären Stütz- und Aufrichtungsmechanismen sowie Schrittbewegungen von Armen und Beinen
- Aktivierung der Atem-, Bauch- und Beckenbodenmuskulatur sowie der Schließmuskulatur von Blase und Darm
- Schluckbewegungen (wichtig für den Kauvorgang)
- Augenbewegungen



Reflexumdrehen

Therapeutisch wird das Reflexumdrehen in verschiedenen Phasen in der Rücken- und Seitenlage genutzt:

1. Phase

Die erste Phase startet in der Rückenlage, Arme und Beine sind gestreckt. Durch das Auslösen der Brustzone im Rippenzwischenraum wird eine Drehung auf die Seite erreicht. Die Drehung des Kopfes auf die gegenüberliegende Seite wird durch den Widerstand des Ausführenden gebremst.



Die wesentlichen Reaktionen:

- Streckung der Wirbelsäule
- Beugung der Beine in Hüft-, Knie- und Fußgelenken
- Halten der Beine in dieser Position gegen die Schwerkraft außerhalb der Stützbasis - Rücken
- Vorbereitung der Arme auf die nachfolgende Stützfunktion
- Augenbewegung seitwärts
- Einsetzen der Schluckbewegung
- Vertiefung der Atmung
- koordinierte, differenzierte Aktivierung der Bauchmuskulatur

2. Phase

Die zweite Phase des Reflexumdrehens setzt in der Seitenlage ein. Sie enthält Bewegungsabläufe, die auch beim spontanen Umdrehen, Krabbeln und Seitwärtsgehen vorhanden sind. Der unten liegende Oberarm und das unten liegende Bein stützen den Körper. Sie bewegen ihn gegen die Schwerkraft nach oben und nach vorn. Dabei schreitet die muskuläre Aktivierung im unten liegenden Arm von der Schulter zum Ellenbogen und schließlich zur Hand. Die Bewegung endet, wenn der Umdrehvorgang im Krabbelgang abgeschlossen ist.

Wesentliche Reaktionen:

- gegenläufige Beuge- und Streckbewegungen von oben- und untenliegenden Armen und Beinen mit Zunahme der Stützfunktion auf die untenliegende Schulter fortlaufend zur Hand und auf das untenliegende Becken fortlaufend zum Bein
- Streckung der Wirbelsäule während des gesamten Umdrehvorganges
- Halten des Kopfes in Seitenlage gegen die Schwerkraft



Wirkung

Auch nach der Behandlung bleibt das Programm der Bewegungsmuster im Gehirn des Patienten noch unterschiedlich lang aktiv. So hält die spontane Zugriffsmöglichkeit des Patienten auf die aktivierten Muster bei täglich mehreren Behandlungsintervallen oftmals den ganzen Tag an und es wird beim Patienten eine dauerhaft verbesserte Haltung, Bewegung und Wahrnehmung erreicht.

Damit die Vojta-Therapie erfolgreich ist, muss sie in der Regel mehrmals täglich durchgeführt werden. Eine Therapieeinheit dauert zwischen fünf und zwanzig Minuten.

Die Reflexfortbewegung ist äußerst wirksam, allerdings für Säuglinge und Kleinkinder anstrengend.

Dies kann sich bei Säuglingen durch Schreien äußern.

In der Regel ist nach einer kurzen Eingewöhnungszeit das Schreien nicht mehr so intensiv. Sobald die Kinder andere Mitteilungsmöglichkeiten haben, nutzen sie diese und das Schreien während der Behandlung hört auf.

Die Wirkung der Vojta-Therapie erfasst folgende Bereiche:

- Skelettmuskulatur
- Gesichts- und Mundbereich
- Atemfunktion
- vegetatives Nervensystem
- Wahrnehmung
- Psyche





HUFELAND KLINIKUM

Standort Mühlhausen:

Abteilung für Physiotherapie

Langensalzaer Landstraße 1, 99974 Mühlhausen

Telefon: 03601 41-1660

Fax: 03601 41-2100

E-Mail: s.bellstedt@hufeland.de

www.hufeland.de