



Обзор сенсорных подходов к реабилитации пожилых людей, включая людей с деменцией

Доктор Лезли Коллиер

Екатеринбург
26-27 ноября 2020 год



Процесс старения

- С возрастом ухудшаются физические и когнитивные процессы.
- И пожилые люди, и общество ожидают, что с возрастом наше поведение и уровень активности должны снижаться.
- Потеря сенсорной чувствительности может привести к трудностям в обработке сенсорных сигналов, поступающих из окружающей среды.
- Однако поведение может быть результатом потери сенсорной чувствительности, а не ухудшением физических или когнитивных процессов.



Сенсорные системы и старение

Восемь сенсорных систем

Проприоцептивная

Вестибулярная

Тактильная

Зрительная

Слуховая

Обонятельная

Вкусовая

Интероцептивная





Использование проприоцептивной и вестибулярной систем для лучшего управления телом

- Ухудшение физического состояния – серьезная проблема старения; движение может восстанавливать мышцы и снижать тугоподвижность суставов.
- Плохое равновесие ведет к потере центральной точки позиционирования тела – сенсорная стимуляция может поддерживать движение и равновесие.
- Мультисенсорное окружение может использоваться для стимуляции движения и улучшения равновесия.



Поведение при старении

Люди, испытывающие сложности с проприоцептивной и вестибулярной стимуляцией, часто становятся тревожными или раздраженными. Они чувствуют себя небезопасно в окружающей их среде.





Сенсорные решения

Создание безопасного окружения – знакомого; переключение внимания на сенсорные занятия

- Постепенное знакомство с окружением
- Использование покачивания или скольжения
- Темп музыки в такт сердцебиению





Использование зрительного и слухового каналов для увеличения вовлеченности в окружение

- Зрительная система – это наиболее сложная система; способность адаптироваться к изменяющимся визуальным сигналам снижается по мере старения. Визуальная стимуляция может снизить неправильное визуальное восприятие.
- Способность определять место и звук ухудшается по мере старения – ориентация в пространстве и социальные сигналы зависят от этих систем. Сильное подчеркивание различий может улучшить социализацию.
- Мультисенсорное окружение может служить приоритетной мерой для ориентации этих систем.



Поведение при старении

Людам, испытывающим трудности с обработкой визуальных и слуховых сигналов, часто сложно принимать участие в социальных занятиях. Это может заставить их чувствовать себя изолированными от общества.

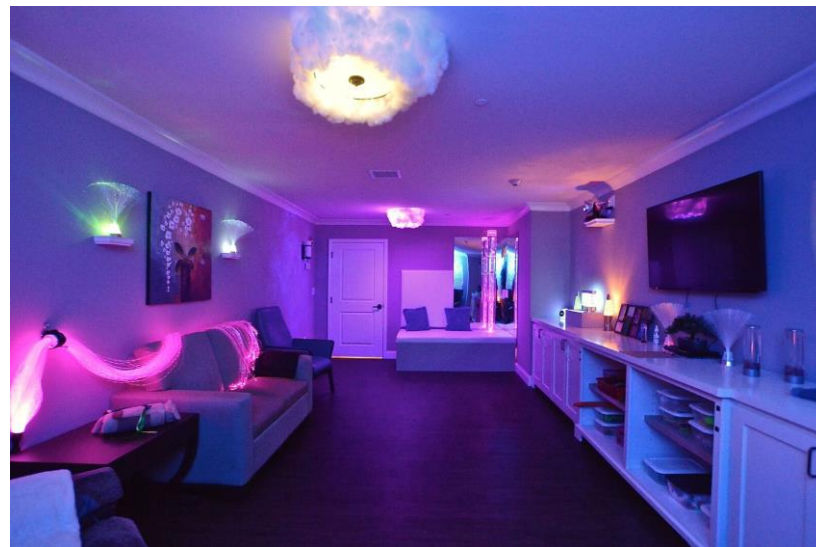




Сенсорные решения

Использование контролируемой сенсорной среды может повысить внимание и расслабить автономную нервную систему.

- Использование дифференцированного освещения
- Музыка в такт сердцебиению или быстрее
- Учитывайте влияние опоры и вибрации





Использование тактильности для увеличения вовлеченности в занятия

- Тактильная система – самая большая сенсорная система.
- Подкожные тактильные рецепторы активируются при контакте с кожей. Это происходит во время всех занятий в повседневной жизни.
- По мере старения наша способность четко определять различные прикосновения ухудшается.
- Мультисенсорное окружение предоставляет богатый тактильный опыт для исследования.



Поведение при старении

Люди, испытывающие сложности с определением, сравнением и пониманием контраста тактильного воздействия, могут испытывать сложности с осознанием положения собственного тела, а также с определением объектов на ощупь.





Сенсорные решения

Предоставление возможностей исследовать различные приятные тактильные ощущения для поддержания способности различать их по мере старения

- Использование тканей с разными текстурами для стимуляции прикосновения
- Использование занятий, требующих сенсорно-двигательной активности
- Использование тактильного сенсорного оборудования для повышения интереса и желания исследовать окружающую среду





Заключение

Сенсорные подходы способны воздействовать на нарушенное сенсорное восприятие, связанное со старением. Использование сенсорных подходов в работе с людьми старшего возраста с физическими и когнитивными расстройствами может поддерживать сенсорные функции и увеличивать вовлеченность.

Благодарю за внимание