



## Kuva-hevonen lainaa jalat

**Micke Blomqvistin**, ratsastusterapeutti **Tiina Järvisen** ja **Kuva**-hevosen yhteistyö on jatkunut jo 14 vuoden ajan ja kantanut kaunista hedelmää.– Aluksi oli paljon vaikeuksia, mutta ne voitettiin. Tänä päivänä Micke on täysin itse ratsastava ja hevonen ja mies ovat kasvaneet yhteen. Minun tehtäväni on lähinnä toppuutella kaveruksia, ettei metsiä kolutessa tapahdu vahinkoja, Tiina Järvinen sanoo. Hän käynnisti viitisentoista vuotta sitten ratsastusterapian Maskun Neurologisessa Kuntoutuskeskuksessa, jossa toimi fysioterapeuttina 15 vuoden ajan. Nyt toimintaympäristönä on Talli Hevonkeidas Askaisissa.

Ratsastuksessa hevosesta ihmisen kehoon välittyy yli sata liikeimpulssia. Siten nekin lihakset, jotka normaalisti eivät toimi, pääsevät aktiiviseen rooliin. Ratsastaessaan ihminen on samassa asennossa kuin seisossaan, siksi rytmisesti liikkuva hevonen antaa liikuntavammaiselle sensorimotorisen kokemuksen kävelystä: hevonen lainaa jalkansa kuntoutujalle.



### Micken ratsastusterapian tavoitteita ja vaikutuksia ratsastusterapeutti Tiina Järvisen listaamana:

- Hengitysfunktion ylläpito: pallean sisäinen ja ulkoinen toiminta parantunut selvästi, samoin hengitystoiminnot.
- Symmetrisyys: kehon vasen puoli heikompi ja tonus koholla vasenvoittoisesti. Symmetrisyys parantunut. Vaikutus koko toimintakykyyn.
- Vartalonhallinta: alkuvuosina "kaksinkerroin" hevosen selässä terapeutin edessä. Nyt täysin itsenäisesti ratsastava. Sähköpyörätuolista itse hevosen selkään.
- Lihakset: lihasvoima kasvanut. Liikkuva hevonen vaatii ratsastajalta aktiivista reagointia Kävely parantunut.
- Nivelet: hevosen liikkeet mobilisoivat lonkkia, lantiota ja selkärankaa.
- Liikeradat: nivelten liikkuvuus ja liikeradat selvästi paremmat ratsastuksen jälkeen.
- Tasapaino: keskiasennon ylläpitäminen parantunut kaiken aikaa.
- Istuma-asento: paranee selvästi ratsastusjakson aikana. Selän ojennus ja pään asento paranevat.
- Liikkumisen taloudellisuus: kehon "palikkatornissa" palikat mahdollisimman hyvin kohdallaan, mistä syystä liikkuminen vähemmän kuluttavaa.
- Hallinta: riippumattomuus ja hallinta palkitsevaa, motivoi liikkumaan ja tekemään asioita itse.
- Näkökulma: pyörätuolilla liikkuva pääsee katsomaan maailmaa ja kanssaihmissä välillä ylhäältä päin.