

Hevosen kävellessä siitä välittyy ratsastajaan minuutin aikana noin 100 moniulotteista, symmetristä ja rytmistä liikeimpulssia, jotka ovat hyvin samantyyppisiä kuin ihmisen kävelyssä.

Suomalaisen ratsastusterapian 20-vuotisjuhlaseminaarissa alustanut Englannin fysioterapeuttien ja ratsastusterapeuttien yhdistyksen (ACPTR) puheenjohtaja, fysioterapeutti **Lynne Munro** nimesi tämän ratsastusterapian ulottuvuuden suorastaan upeaksi. – Hevonen voi antaa rotaation, kierto liikkeen, ihmiselle, jolta se puuttuu. Tämän merkitys on valtava, sillä esimerkiksi pelkkä sänkyyn meneminen ja sieltä pois tuleminen ovat sellaisia päivittäisiä toimintoja, jotka eivät onnistu, jos rotaatio puuttuu, Lynne Munro korosti.

Fysio- ja ratsastusterapeutti **Tiina Järvinen** toteasi alustuksessaan, että ratsastusterapia mielletään usein lasten terapiaksi. – Ratsastusterapiaa on kuitenkin käytetty tuloksellisesti myös aikuisten kuntoutuksessa, mm. MS-potilailla, siitä asti, kun terapia tuli Suomeen, hän muistutti.

Ratsastusterapia kehittää monipuolisesti kaikki

amotoriikan osa-alueita. Liikuntavammaisilla niistä tärkeimpiä ovat vaikutukset tonukseen eli lihasjänteyteen, liikkuvuuteen, tasapainoon ja kävelyyn. Ratsastusistunta on hyvä alkuasento harjoittaa pään ja vartalon hallintaa sekä tasapainoa.

Samalla kun liikkuva hevonen vaatii ratsastajalta aktiivista reagoitua, sen liikkeet mobilisoivat etenkin lonkkia, lantiota ja selkärankaa.

Hevonen "avustajana" tuo Tiina Järvisen mukaan fysioterapiaan tehoa, dynamiikkaa ja liikettä, jota tehostaa hevosen lähes maaginen olemus. – Se avaa tien ainutlaatuiselle vuorovaikutukselle, jota terapeutti parhaimmillaan vain johtaa kuin kapellimestari orkesteria.

Suomalainen ratsastusterapia täyttää tänä vuonna 20 vuotta: ratsastusterapeuttien koulutus alkoi vuonna 1988. Ratsastusterapeutteja kouluttaa Suomessa Ypäjän Hevosopisto. Koulutus on kolmivuotinen, kuntoutuksen ammattilaisille suunnattu täydennyskoulutus, joka suori-

Hevosen selässä liikuntavammaisen, joka ei pysty kävelemään saa sensomotorisen kokemuksen kävelystä. Ratsastusterapian tavoitteena onkin monesti kävelyn harjoittaminen.



Kuva: Talli Hevonkeidas, Askainen

tetaan työn ohessa. Suomessa on 95 koulutettua ratsastusterapeuttia, joista 58:lla on fysioterapeutin pohjakoulutus.

Ratsastusterapia nivoutuu asiakkaan kokonaiskuntoutukseen. Terapiamuoto vaatii koulutetulta terapeutilta herkkyyttä ja ammattitaitoa havainnoida ja ohjata ihmisen ja hevosen välistä vuorovaikutusta siten, että terapia auttaa kuntoutujaa asetettujen tavoitteiden saavuttamisessa. Ratsastusterapia on aina yksilöllistä ja tavoitteellista ja se erotetaan vammaisratsastuksesta, joka on harrastustoimintaa.

Ratsastusterapian ensisijainen vaatimus on turvallisuus, jonka edellytyksenä on luottamuksellinen ja toimiva vuorovaikutus ratsastajan, hevosen ja terapeutin välillä. Terapeutin ja hevosen tulee olla tähän tehtävään koulutetut. ●

Lisätietoja: www.suomenratsastusterapeutit.net, www.hevosopisto.fi



Kuva: Talli Hevonkeidas, Askainen



Power Plate -harjoittelusta uusia mahdollisuuksia kuntoutukseen

www.powerplatehealthcare.com | www.powerplate.fi

Fysioline

Maahantuonti • Myynti • Huolto • Kokonaisratkaisut

Arvionkatu 2 • 33840 Tampere
Puh. (03) 2350 700 • Fax (03) 2350 777
info@fysioline.fi

www.fysioline.fi

Helposti liikuteltava harjoituslaite kotiin ja ammattilaisille



Tuhansia tyytyväisiä käyttäjiä!

TheraFit plus