

## Hipoterapia a jej význam vo fyzioterapii

### *Hippotherapy and its importance in physiotherapy*

Miroslav ČERNICKÝ, Petra ORAVCOVÁ, Jiří KLEIN

Fakulta zdravotníctva, Trenčianska univerzita Alexandra Dubčeka v Trenčíne, Trenčín

PRÍSPEVOK Z VEDECKEJ KONFERENCIE

13. Trenčiansky ošetrovateľský deň (8. novembra 2023 Trenčín)

#### ABSTRAKT

*Východiská: Hipoterapia je liečebno-diagnostická metóda, ktorá komplexne ovplyvňuje pacienta. Jej holistické liečebné pôsobenie má vplyv súčasne na telesnú, mentálnu a sociálnu oblasť človeka a umožňuje, že indikácie pre hipoterapiu sú veľmi široké. Rôznorodé a bohaté spektrum pôsobiacich faktorov umožňuje neliečiť iba ochorenie ale celého človeka.*

*Cieľ: Cieľom našej práce bolo zistiť, či a do akej miery je verejnosť dostatočne informovaná o hipoterapii.*

*Metodika: Metódou prieskumu bol kvantitatívny prieskum prostredníctvom anonymného dotazníka vlastnej konštrukcie. Dotazník bol tvorený z 15 uzavretých, dichotomických a polytomických otázok. Výsledky boli spracované v percentuálnych hodnotách a zaznamenané v tabuľkách.*

*Vzorka: Našu vzorku prieskumu tvorilo 60 respondentov vo veku 18- 50 rokov (38 žien, 22 mužov), ktorých sme rozdelili na skupinu širokej verejnosti a študentov Strednej zdravotníckej školy (SZŠ). Účast' všetkých respondentov bola dobrovoľná a údaje boli dôverne spracované.*

*Výsledky: Na základe údajov sme zistili, že 70% opýtaných respondentov vie, čo znamená pojem hipoterapia. 30% respondentov odpovedalo, že nie sú dostatočne informovaní o tom, ako pôsobí liečba pomocou koňa. Zistili sme, že viac ako 58% opýtaných získava informácie v škole, 18% opýtaných uviedlo zdroj informácií o hipoterapii cez internet, 15% respondentov pozná hipoterapiu od kamarátov a 8% ľudí sú o hipoterapii informovaní na základe toho, že ju poznajú zo skúseností z rodiny.*

*Záver: V našom prieskume sme zistili, že pojem hipoterapie je vo verejnosti známy ale pomerne malé percento ovláda túto problematiku. A preto je potrebné propagovať túto metodiku nielen u odborníkov ale aj u laickej verejnosti.*

**Kľúčové slová:** Hipoterapia. Kôň. Proprioceptívna neuromuskulárna facilitácia.

#### ABSTRACT

*Background: Hippotherapy is a treatment-diagnostic method that comprehensively affects the patient. Its holistic therapeutic action has an effect on the physical, mental and social spheres of a person at the same time and allows the indications for hippotherapy to be very wide. A diverse and rich spectrum of acting factors makes it possible to treat not only the disease but the whole person.*

*Aim: The aim of our work was to find out whether and to what extent the public is sufficiently informed about hippotherapy.*

*Methodology: The survey method was a quantitative survey through an anonymous self-constructed questionnaire. The questionnaire consisted of 15 closed, dichotomic and polytonic questions. The results were processed in percentage values and recorded in tables.*

*Sample group: Our survey sample consisted of 60 respondents aged 18-50 (38 women, 22 men), whom we divided into the general public and students of the Secondary Medical School (SZŠ). The participation of all respondents was voluntary and the data were treated confidentially.*

*Results: Based on the data, we found that 70% of the respondents know what the term hippotherapy means. 30% of respondents answered that they are not sufficiently informed about how treatment with the help of a horse works. We found that more than 58% of the respondents get information at school, 18% of the respondents indicated the source of information about hippotherapy via the Internet, 15% of respondents know about hippotherapy from their friends and 8% of people are informed about hippotherapy based on the fact that they know it from experience from families.*

*Conclusion: In our survey, we found that the concept of hippotherapy is known to the public, but a relatively small percentage is familiar with this issue. And that is why it is necessary to promote this methodology not only among experts but also among the lay public.*

**Key words:** Hippotherapy. A horse. Proprioceptive neuromuscular facilitation.

## ÚVOD

Kone majú v stádach jasnú vnútornú hierarchiu, ktorá nevzniká na základe súboja ale zvyčajne na podklade uznávania vodcovských schopností (Landers, 2002). Pokiaľ budeme pracovať s koňmi či už pri hipoterapii alebo inak, musíme dbať na presné gestá, keď chceme pracovať efektívne a rýchlo. Súčasne sa nám týmto otvára otázka, ako bude kôň vnímať prítomnosť barly, vozíkov, pacientov s poruchou koordinácie alebo hyperaktívnych pacientov (Bicková, 2020). Kôň je zvierajú, ktoré s nami chce spolupracovať a chce porozumieť našim požiadavkám (Bednáříková, 2021). Prvé zmienky o využívaní koňa na liečbu sa objavili už vo filozofických úvahách Marka Aurélie z obdobia r. 171-179 (Velemínský, 2007). Najstaršími písomne zachovanými lekárskymi indikáciami k hipoterapii sú Galénové spisy (Hollý, 2005).

## Rozdelenie hipoterapie

Hipoterapia je proprioceptívna neuromuskulárna facilitačná metóda (Wagnerová, 1999). Je jedna z najrozšírenejších foriem animoterapie, ktorá je usmerňovaná lekárom (Dziaková, 2007). Využíva aktivity na koni, pomáha pacientovi zlepšiť funkciu koordinácie, mobilitu a rovnováhu (Kollárová, 2006). Hipoterapia je zameraná aj na zlepšenie neuromotorických funkcií a zručností (Scott, 2005). Zahrňuje oblasť medicíny, psychológie, pedagogiky a športu (Hollý, 2005). Pôsobenie hipoterapie na ľudský organizmus je komplexné (Mačkinová, 2010). Z hľadiska jeho praktického vykonávania ju rozdeľujeme na tri základné zložky: liečebná hipoterapia, pedagogicko-psychologické jazdenie a športové jazdenie postihnutých (Hollý, 2005).

Pedagogicko-psychologické jazdenie definujeme ako prácu s koňom, vozenie a jazdenie na koni (Hermanová 2014). Jeho účelom je dosiahnutie pozitívnych zmien v správaní detí a mládeže alebo k zmierneniu až odstráneniu príznakov duševnej alebo mentálnej poruchy. Uplatňuje sa hlavne psychologická a pedagogická metodika (Velemínský, 2007). Facilitujúce prvky v pedagogicko-psychologickom jazdení rozdeľujeme na faktory telesné, psychické a sociálne. Z telesných prvkov je to reedukácia chôdze, koordinácia pohybu, zlepšenie rovnováhy, úprava svalovej dysbalancie, narušenie patologických stereotypov a normalizácia svalového tonusu. Najväčšie pole pôsobnosti hipoterapie je v psychických faktoroch pričom každou terapiou narastá zvyšovanie sebadôvery a sebauvedomovania. Hlavnými faktormi ovplyvňujúce stav pacientov sú vzťahy (pacient – hipoterapeut - kôň), emočná a edukatívna stránka. Tento druh hipoterapie sa indikuje najmä u pacientov s poruchou psychiky, ktorí majú sklony k deštruktívnym podnetom pre seba a okolie (napr. závislosť, samovražedné pokusy). Kôň ich inštinktívne tiahne k normálnemu správaniu, reaguje na neprimerané podnety a preto osoba, ktorá je vystavená kontaktu s koňom je nútená hľadať adekvátne postupy v liečbe (Koudelka, 2001).

Ergoterapia má v liečbe nezastupiteľné miesto, pričom jej hlavným princípom je jej využitie pri prácach v stajni, čistení koňa a príprava koňa na jazdu (Mlyneková, 2015). Nezanedbateľným faktorom je aj faktor súťaživosti. Jedná sa hlavne o pacientov, ktorí sú pohybovo obmedzení. Takíto pacienti sa počas hipoterapie môžu pohybovať rovnako ako zdraví ľudia, sú schopní zúčastniť sa na jazdeckej vychádzke, viesť skupinu zdravých ľudí a byť na ich čele. Pokiaľ sa pacientovi počas liečby stane kôň záľubou, má po ukončení liečby podstatne väčšiu šancu vrátiť sa do normálneho života (Velemínský, 2007). Využíva sa to hlavne u dlhodobo liečených pacientov a pri ochranných protialkoholických a protitoxikomanických liečbach (Gúth, 2004).

## Výber vhodného koňa pre hipoterapiu

Nedá sa povedať, ktoré plemeno je na vykonávanie hipoterapie najlepšie. Vo všeobecnosti ale platí pravidlo, že najvhodnejší kôň je ten, ktorému dôveruje hipológ a ku ktorému má dôveru pacient. Nerozhoduje ani tak plemeno koňa ako dobre naplánovaný spôsob terapie. Je zásadný rozdiel či

vyberáme koňa na hipoterapiu, parašport alebo liečebno-pedagogické jazdenie. Je vhodné začať na hipoterapiu pripravovať už mladé a zdravé kone vo veku približne 5 rokov, ktoré by mali byť odchované v stáde. Nemali by sme na vykonávanie hipoterapie používať staré a choré kone. Kôň, ktorého budeme používať na vykonávanie hipoterapie musí byť špeciálne pripravený a vycvičený (Velemínský, 2007).

## CIEĽ

Cieľom práce bolo zistiť, či a do akej miery je verejnosť dostatočne informovaná o hipoterapii.

## METODICKÝ POSTUP

Zber dát prebiehal od januára 2019 do apríla 2019. Návratnosť dotazníkov bola 100%. Na získanie údajov sme použili neštandardizovaný dotazník, ktorý obsahoval 15 uzavretých, dichotomických a polytomických otázok. Úvod dotazníka bol zameraný na zber základných dát o respondentoch (vek, pohlavie, zamestnanie). Druhá časť otázok bola cielene zameraná na zistenie miery informovanosti o spôsobe liečby prostredníctvom hipoterapie a povedomie o hipocentrách.

## Charakteristika súboru

Náš prieskum sme realizovali u 60 náhodne vybraných respondentov vo veku od 18- 50 rokov (38 žien, 22 mužov). Dotazník bol adresovaný študentom štvrtého ročníka SZŠ a laickej verejnosti.

## VÝSLEDKY

Z našich výsledkov sme zistili, že väčšina respondentov sa už stretla s pojmom hipoterapia (tab.1). Zistili sme, že najviac respondentov sa o hipoterapii dozvedelo v škole (tab.2). Ďalej sme zistili, že viac ako polovica respondentov sa o hipoterapiu nikdy nezaujímal a nemajú dostatok informácií o uvedenej metodike (tab. 3 - 4).

Tabuľka 1 Informovanosť respondentov o hipoterapii

Informovanosť	Počet	%
Áno	42	70
Nie	18	30
Spolu	60	100

Tabuľka 2 Získavanie informácií o hipoterapii

Informovanosť	Počet	%
V škole	35	59
Na internete	11	18
V rodine	5	8
Od kamarátov	9	15
V práci	0	0
Spolu	60	100

Tabuľka 3 Záujem respondentov o hipoterapiu

Záujem	Počet	%
Áno	13	22
Nie	47	78
Spolu	60	100

Tabuľka 4 Prehľad o dostatku informácií o hipoterapii

Informovanosť	Počet	%
Áno	6	10
Nie	54	90
Spolu	60	100

Najviac respondentov si myslí, že hipoterapia je určená všetkým ľuďom bez ohľadu na diagnózu (tab. 5), a že ovplyvňuje predovšetkým ich psychickú stránku (tab. 6). V neposlednom rade sme zistili,

že takmer väčšina respondentov nevie, kde sa hipoterapia vykonáva (tab.7) a uvítali by viac informácií o danej forme terapie (tab. 8).

Tabuľka 5 Prehľad informovanosti o zacielenej skupine ľudí

Skupina ľudí	Počet	%
Pre deti	0	0
Pre seniorov	2	3
Telesne postihnutým osobám	15	25
Mentálne postihnutým osobám	14	23
Osobám starším ako 18 rokov	0	0
Všetkým	29	49
Spolu	60	100

Tabuľka 6 Ovpľyňovanie pacienta hipoterapiou

Cielená oblasť	Počet	%
Psychickú stránku	34	57
Fyzickú stránku	23	38
Sociálnu stránku	3	5
Spolu	60	100

Tabuľka 7 Informovanosť respondentov a hipocentrách

Informovanosť	Počet	%
Áno	7	12
Nie	53	88
Spolu	60	100

Tabuľka 8 Informovanosť respondentov o efekte hipoterapie

Informovanosť	Počet	%
Áno	59	98
Nie	1	2
Spolu	60	100

## DISKUSIA

Hipoterapia ovplyvňuje psychickú aj fyzickú stránku pacientov. Touto metodikou sme schopní okrem iného eliminovať napr. bolesti chrbta už po 14 hipoterapeutických jednotkách, pričom dôjde k zlepšeniu subjektívnych pocitov pacienta (Hornáček et al., 2008).

Cieľom nášho prieskumu bolo zistiť, do akej miery je verejnosť informovaná o hipoterapii. Z výsledkov môžeme vidieť, že väčšina opýtaných respondentov vie, čo znamená pojem hipoterapia. McDaniel Peters (2017) skúmal túto otázku, pričom ju vo svojej štúdií položil pacientom s autizmom. Pacienti a ich rodinní príslušníci odpovedali, že metodiku poznajú najmä z pohľadu pedagogicko-psychologického jazdenia. S týmto tvrdením sa stotožňuje vo svojich štúdiách aj autor Włodzisław Kulińsk (2023), kde respondenti najviac preferovali liečebné jazdenie.

Po tom ako sme zistili, že z prieskumnej vzorky opýtaných respondentov je viac ako polovica ľudí informovaná o hipoterapii, nás zaujímalo, kde získali dostatočné množstvo informácií. Zistili sme, že viac ako 58% opýtaných respondentov získava informácie v škole. Na základe týchto výsledkov si myslíme, že to, prečo najviac respondentov uviedlo túto odpoveď je vďaka tomu, že dotazníky boli rozdávané aj medzi študentov SZŠ. Tiež si myslíme, že študenti majú o hipoterapii základné informácie vďaka tomu, že je zaradená do štandardných liečebných postupov, ktoré sú zaradené v ich učebných plánoch v podobe indikácie pri rôznych ochoreniach (napr. svalové dysbalancie, detské mozgové obrny či chronické bolesti chrbta). Preto by mala byť pri výučbe implementovaná aj praktická ukážka s odborným výkladom hlavných liečebných techník a vedľajších aktivít, ktoré sa pri koňoch zvyčajne využívajú, napr. česanie koňa, vyhadzovanie sedla a pod. (Higginsová, 2013). V povedomí rodičov detí s detskou mozgovou obrnou (DMO) je táto metodika braná ako doplnková. Informovanosť rodičov a rodinných príslušníkov by mala byť zameraná na elimináciu symptómov, ktoré sú sprevádzané danou diagnózou (napr. spasticita, hypotónia, kontraktúry, nesprávny sed či dýchanie). Swift (2015) vo svojich

štúdiách tvrdí, že správne dýchanie na koni je mimoriadne dôležité nielen počas hipoterapie u pacienta s DMO ale aj pre každého rekreačného či športového jazdca.

Naše výsledky prieskumu ďalej preukázali povedomie o hipoterapii u respondentov z internetových zdrojov. Podľa Koca (2016) by sa mala rozvíjať kreativita a samostatnosť vo vzdelávaní v podobe získavania internetových zdrojov, ktorá je medzi mladšou populáciou obľúbená. Takto správne edukovaná verejnosť môžu ďalej posúvať kvalitné informácie, ktoré môžu byť prospešné pre ľudí, ktorým by hipoterapia mohla pomôcť v zlepšení ich zdravotného stavu.

Celkový počet respondentov z nášho prieskumu odpovedalo, že v ich okolí nemajú dostatočné množstvo informácií o hipoterapii, čo vo svojej štúdii potvrdzuje aj Higgisová (2009). Jej výsledky ukazujú nedostatočnú informovanosť ľudí o dôležitosti fyzioterapie pre pacientov a taktiež pre kone. Na základe nášho výsledku si myslíme, že znížená odborná informovanosť respondentov môže byť spôsobená nedostatočnou propagáciou hipoterapie po odbornej stránke.

## ZÁVER

Pre rodinných príslušníkov, ktorí majú vo svojom okolí pacientov s pohybovým alebo sociálnym deficitom je dôležité mať relevantné informácie aj o doplnkovej liečbe do ktorej môžeme zaradiť hipoterapiu. Aj keď prognózy lekárov na zlepšenie zdravotného stavu nemusia byť dobré netreba sa vzdávať, pretože v tejto dobe sa s trpezlivosťou a šetrným prístupom fyzioterapeutov dá urobiť veľmi veľa. Ak skombinujeme fyzioterapeutické postupy špecifické pri neurologickú fyzioterapiu a hipoterapiu, môžeme dosiahnuť veľmi pozitívne výsledky.

V našom prieskume sme zistili, že pojem hipoterapia je vo verejnosti známy ale pomerne malé percento ovláda túto problematiku. A preto treba aj po odbornej stránke propagovať túto metodiku v širokej škále verejnosti.

## ZOZNAM BIBLIOGRAFICKÝCH ODKAZOV

- BEDNÁŘÍKOVÁ H., BIZOVSKÁ L., NOVÁKOVÁ L. et al. Možnosti využítí hipoterapie ve fyzioterapii a ergoterapii u dětí se spastickou formou dětské mozkové obrny. *Rehabilitácia*. 2021; 58 (2): 152 – 161. ISSN 0375-0922.
- BICKOVÁ J. *Zooterapie v kostce*. Praha: Portál. 2020. 312 s. ISBN 978-80-902222-4-3.
- DZIAKOVÁ M., MOUDRÁ A., REPISKÁ A. et al. Hipoterapia a jej význam v liečbe detskej mozgovej obrny. *Rehabilitácia*. 2007; 44 (3): 131- 134. ISSN 0375-0922.
- GÚTH A. Hipoterapia a rehabilitácia. *Rehabilitácia*. 2004; 41 (2): 66-74. ISSN 0375-0922.
- HERMANOVÁ H., MÜNICHOVÁ D., NERANDŽIČ Z. *Základy hipoterapie*. Praha: Profi Press. 2014. 153 s. ISBN 9788086726571.
- HOLLÝ K., HORNÁČEK K. *Hipoterapie léčba pomoci koňe*. Ostrava: Montanex, 2005. 293 s. ISBN 80-7225-190-2.
- HORNÁČEK K. et al. *Hippoterapia v medicíne*. Bratislava: LIEČREH. 5 vyd., 2021. 398 s. ISBN 80-88932-48-3.
- HORNÁČEK K., PÁLENÍKOVÁ A. Hippoterapia v rehabilitácii. *Rehabilitácia*. 1994; 27 (3): 156-157. ISSN 0375-0922.
- HORNÁČEK K., SYSLOVÁ Z., GREZDOVÁ I. Ošetrovateľská starostlivosť u pacientov s detskou mozgovou obrnou liečených hipoterapiou. *Ošetrovateľsky obzor*. 2009; 6 (3): 96-97. ISSN 1336-5606.
- HORNÁČEK K., GÚTH A. Marcus Aurelius, Cudovit Stur a hippoterapia. *Rehabilitácia*. 1996; 29 (3): 182-183. ISSN 0375-0922.
- HORNÁČEK K. et al. Rehabilitation of lower back pain through hippotherapy. *Lekársky Obzor*. 2008; 57 (10): 422-428. ISSN 0457-4214.
- HIGGINSOVÁ G., MARTINOVÁ S. *Pohyb a výkon koně. Anatomie. Rady pro trénig, jězdectví i péči o koně*. Praha: Merafora, 2013. 151 s. ISBN 978-80-7359-360-5.
- HIGGINSOVÁ G., MARTINOVÁ S. *Koně a jejich pohyb. Unikátní vizuální průvodce biomechanikou koňského tela*. Praha: Metafora, 2009. 154 s. ISBN 978-80-7359-217-2.
- KOCA T.T., HILMI A. What is hippotherapy? The indications and effectiveness of hippotherapy. *Northern clinics of Istanbul*. 2016; 2 (3) 247-252. ISSN: 2148-4902.

- KOLLÁROVÁ E. *Základy somatopédie*. Bratislava: Vydavateľstvo UK. 2006. 113 s. ISBN 80-223-2107-9.
- KOUDELKA M., ŽÁK R., ŠTIAVNICKÝ Z. Možnosti objektivizácie v hipporehabilitácii. *Rehabilitácia*. 2001; 34 (2): 106-110. ISSN 0375- 0922.
- LANDERS A. T. *The career guide to the horse industry*. Albany: Delmar, 2002. 288 s. ISBN 0-7668-4849-3.
- MAČKINOVÁ M., MUSILOVÁ E. Využitie hipoterapie v komplexnej rehabilitácii. *Ošetrovateľský obzor*. 2010; 44 (1-2): 28-29. ISSN 1336-5606.
- McDANIEL PETERS C., WOOD W. Autism and Equine-Assisted Interventions: A Systematic Mapping Review. *J Autism Dev Disord*. 2017; 47 (10): 3220-3242. doi: 10.1007/s10803-017-3219-9.
- MLYNEKOVÁ E., HALO M. *Hiporehabilitácia*. Nitra: Slovenská poľnohospodárska univerzita v Nitre vo Vydavateľstve SPU. 2015. 125 s. ISBN 978-80-552-1295-1.
- SCOTT N. *Special needs, special horses a guide to the benefits of the therapeutic riding*. Texas: University of North Texas press, 2005. 226 s. ISBN 1-57441- 190-X.
- SWIFT S. *Ježdění. Podle Sally Swift*. Praha: Brázda, 2015. 200 s. ISBN 9788-02-0904-126.
- VELEMÍNSKY M. *Zooterapie ve světle objektivních poznatků*. Dona za spolupráce Zdravotně sociální fakulty JU České Budějovice. 2007. 335 s. ISBN 978-80-7322-109-6.
- WAGNEROVÁ D. Hipoterapia ako súčasť liečby DMO a iných pohybových porúch. *Rehabilitácia*. 1999; 31 (3): 149-151. ISSN 0375-0922.
- KULIŃSKI W., ADAMCZYK E. Physical therapy in cerebral palsy. Clinical aspects. Case report. *Acta Balneologica*. 2023; 65 (4): 197-203. ISSN 2082-1867.