



magazín pro zdravý životní styl, www.vimcojim.cz



[O dětech](#) 2. 12. 2022 | Mgr. Martina Karasová

Vojtova metoda: Pláč rodiče trápí, ale musí vytrvat

URL článku: magazin/clanky/o-detech/Vojtova-metoda:-Plac-rodice-trapi,-ale-musi-vytrvat__s10013x20440.html

Prof. MUDr. Václav Vojta byl český dětský neurolog, který se zasloužil o rozšíření znalostí v oboru dětské neurologie a kineziologie. Právě on je autorem metody reflexní lokomoce – zvané Vojtova metoda, která se používá především k léčbě dětí s dětskou mozkovou obrnou, ale nejen tam. Prof. Vojta dokázal, že včasná diagnostika a terapie již v prvních týdnech života dítěte má rozhodující vliv na vývoj hybnosti u dětí.



Jaký je princip Vojtovy metody?

Vojtova metoda vychází především z poznatků o optimálním vývoji dítěte do jednoho roku života. V praxi se terapeut snaží nastavením dítěte do předem daných poloh a stimulací určitých bodů na těle, tzv. spouštěvých zón, vyvolat ideální pohybové vzory, které jsou u dítěte narušeny nebo zcela chybí.

Pohyb je aktivován mimovolně, proto se tato metoda označuje jako **metoda reflexní lokomoce**. Nejčastější pohybové vzory se nazývají **reflexní plazení a reflexní otáčení**. Nejedná se o to, že bychom učili dítě se plazit nebo otáčet, pouze **využíváme jednotlivé svalové souhry přítomné v těchto pohybech**. **Terapie se provádí zpravidla několikrát denně, frekvenci i dobu stimulace určí fyzioterapeut.**



spolupracovat nemohou.

Vojtova metoda **nevyžaduje vědomou spolupráci pacienta**, proto je možné ji aplikovat i u velmi malých dětí, které ještě nerozumí terapeutickým pokynům, nebo například u lidí v bezvědomí nebo pacientů po poranění míchy, kteří

Pro aplikaci Vojtovy metody není třeba nákladné vybavení nebo přístroj a je možné zaučit rodiče nebo druhou osobu, takže **terapie může probíhat v domácím prostředí**.

Pláč dítěte vás nesmí odradit

Negativem této metody je, že si ji sám klient provádět nemůže, vždy je nutná přítomnost někoho, kdo bude spoušťové body držet. Dalším častým steskem, především maminek malých pacientů, je pláč dětí při terapii. **Děti však nepláčou proto, že by je cvičení bolelo, ale proto, že terapeut stimuluje pohyby, které dítě není schopno samo provést a drží jej v poloze, kterou by samo nezaujalo.** Děti tak pláčem dávají najevo svou nelibost.

Metoda s úspěchem využitelná i u dospělých



Vojtovu metodu je možno provádět u dětí v podstatě od narození, jakmile je zjištěn nějaký problém ve vývoji. **Horní věková hranice neexistuje**, metoda se s úspěchem používá i v terapii dospělých. Platí však, že čím je dítě menší a terapie

dříve zahájena, tím dítě lépe reaguje a šance na úspěch je větší.

Z diagnóz indikovaných k terapii Vojtovou metodou se nejčastěji jedná o některé z **vývojových postižení, například dětská mozková obrna nebo poporodní paréza brachiálního plexu**. Dnes má ale metoda své místo i **ve fyzioterapii dospělých např. u neurologických, ortopedických, interních nebo pórůzových diagnóz**.

Zdroj obrázků v textu: Shutterstock.com

Zdroj informací: www.rl-corpus.cz

www.fyziobeskyd.cz

[dětská mozková obrna fyzioterapie prof. Vojta reflexní lokomoce rehabilitace](#)

[Vojtova metoda](#)

Copyright © 2023

Vím, co jím a piju, o.p.s., www.vimcojim.cz