

## SENZORNI SISTEM, MULTISENZORNA STIMULACIJA IN UPORABA PROSTORA SNOEZELLEN PO MOŽGANSKI KAPI

Maja Povše, viš. fiziot., univ.dipl.ped. in Antonina Šel, dr. med. spec., FMR

Osebe po možganski kapi (MK) in strokovnjaki, ki sodelujejo v procesu zdravljenja in rehabilitacije se zavedajo pomembnosti povezav in usklajenosti delovanja čutnega in gibalnega sistema t.i. senzo-motoričnih povezav.

V rehabilitaciji se v obnavljanju ali spodbujanju teh povezav posveča redna pozornost: pri načrtovanju in izvajanju terapij, po hemi tipu prizadete drže in gibalnih ter senzornih sposobnosti; pri motnjah govora in sporazumevanja; prizadetosti vidnega sistema (ko gre za izpade v vidnem polju, redke pareze bulbomotorike ali že pred MK prisotne očesne bolezni kjer je več sodelovanja oftalmologa) in ne nazadnje pri obnovitvi spremenjenih kognitivnih sposobnosti, med katerimi so najbolj pogoste spremembe pozornostnega sistema po MK.

Multisenzorni stimulacijski pristop, ki ga v specialno opremljenem prostoru in z izbrano manjšo opremo ponuja koncept **snoezelena** je manj poznan in v praksi izvajan pri osebah po MK, kar se da izboljšati. Številni dražljaji/stimulusi iz okolja delujejo na »čutnice«, receptorje naših čutil (voha, okusa, vida, sluha in ravnotežja, dotika) in izzovejo niz lokalnih dogodkov s posledično bio-električno aktivnostjo senzornih nevronov na poti v osrednje živčevje.

Človek je v svojem delovanju odvisen od dražljajev iz zunanjega in telesnega oz. notranjega okolja. Senzorni sistem nam omogoča sprejem in »obdelavo« prispelih podatkov in na osnovi teh vpliva na naše delovanje.

Pomembno vlogo v možganih ima talamus, kot osrednji komunikacijski center za čutilne informacije. V njega se stekajo senzorne informacije iz okolja kjer »komunicirajo« in se usmerjajo v določene predele možganske skorje. V svojem povezovalnem delovanju talamus sprejema kot tudi vrača signale iz višjih senzornih regij. Hipotalamus nadzira informacije iz telesa: ko smo utrujeni, lačni, žejni, ali nas zebe in uravnava tudi izločanje nekaterih hormonov.

Možganska skorja je najvišje razvito področje človeških možganov. Razdeljena je v več diskretnih arealov kot so vidno, slušno, vohalno področje in senzorična področja, ki dobivajo informacije iz kože ter različna motorična področja. Skorja sodeluje v organizaciji senzornih procesov, shranjevanju prispelih in povratnih informacij, motoričnih procesih, zavedanju, mišljenju, odločanju.

V senzornem sistemu se čutila (vid in sluh, voh in okus, vid in tip...) povezujejo v podporo boljši informaciji o svetu okoli nas in učinkovitejšem delovanju gibalnega sistema. Pri spoznavanju okolja se s tipanjem tako vzpostavlja pomembna povezava sensorike z motoričnim sistemom. Prav tako so gibi roke, prstov tesno povezani s tipom. Vid aktivira dejavnost milijonov nevronov od mrežničnih fotoreceptorjev, ki reagirajo na najmanjše delce svetlobe, področja V4 in verjetno nekaterih drugih delov možganske skorje, ki nam omogočajo zaznavo barv, do področij in celo posameznih vidnih nevronov, ki zaznavajo gibanje okoli nas in prispevajo k varnejšem gibanju v okolju.

Nenazadnje so zelo pomembne tudi povezave čutil in čustev. Limbični sistem v svojem delovanju povezuje skupaj različna področja možgan odgovorna za čutila, čustva in spomin. Široke povezave limbičnega sistema s strukturami prefrontalnega korteksa omogočajo zavedanje in paletu čustvenih reakcij človeka. Senzorni sistem nam tako s sprejemanjem številnih signalov iz naravnega okolja, prepoznavanjem in povezovanjem zagotavlja notranje predstave zunanjega sveta, ki vplivajo na naša čustva in počutje, motivacijo in gibalno izražanje, vedenje in vedenjske vzorce, spomine...



profesionalni snoezelen



preprost domači snoezelen

Osebe po MK imajo pogosto motnje na področju senzornega procesiranja. Zaradi teh motenj ne prejmejo dovolj senzoričnih informacij ali se na njih nezadostno ali drugačno odzovejo, oziroma ne zmorejo osmisлити tistega, kar vidijo, čutijo, slišijo ipd. Posledično se manifestirajo motnje v načrtovanju in organiziranju gibanja, motnje sporazumevanja, motnje miselnih funkcij, procesa učenja in vedenja. Osebe s takimi primanjkljaji v procesu rehabilitacije slabše sodelujejo in potrebujejo drugačen izbor terapevtskih metod, ena od njih je **multisenzorna stimulacija**. S pomočjo tega terapevtskega pristopa nudimo osebi z možgansko okvaro različne čutne dražljaje, ki morajo biti pravilno dozirani – glede na potrebe osebe.

V standardno opremljenih terapevtskih prostorih v ustanovah ni dovolj ustreznih dražljajev ali jih je preveč, zato naj bi multisenzorno stimulacijo izvajali v posebnem prostoru, ki je načrtovan prav za ta namen, tako imenovan »**snoezelen** oz. **multisenzorna soba**«. To je prostor, kjer ni motečih zunanjih dražljajev, kjer ni motenj, ki bi odvrčale pozornost. Pri izvajanju senzorne stimulacije je namreč potrebna koncentracija osebe z okvaro možganov in umirjen pristop terapevta.

Snoezelen ponuja selektivni izbor primarnih občutkov s pomočjo svetlobe, zvoka, dotika, vonja in okusa. V njem naj se oseba z okvaro možganov počuti prijetno, svobodno in varno, ker naj bi ona dajala pobudo za izvajanje aktivnosti in ne terapevt. Pomembno je, da je prostor primerno opremljen, da se oseba in terapevt resnično dobro počutita, da lahko navežeta prijeten odnos drug z drugim, saj bo le tako terapevt lažje usmerjal aktivnosti, ki vsebujejo elemente, potrebne za izboljšanje različnih posledic po MK.

Upoštevati moramo, da se nekdo bolj odzove na določen dražljaj, npr. nekdo rad gleda nek predmet, drugi raje poslušá umirjeno glasbo, tretji rad tipa nekaj mehkega. Prednost snoezelen je ravno v tem, da dopušča kreacijo večjega števila dražljajev.

Pri delu v snoezelen prostoru moramo upoštevati nekaj osnovnih načel, kot npr. da pričnemo s postopno stimulacijo čutov, da uporabnika ne zmedemo, prestrašimo in ne povzročimo mišičnih krčev, napadov epilepsije idr. Dražljaji morajo biti prijetni, morajo si postopoma slediti in se stopnjevati po obsegu in intenzivnosti. Ob koncu terapije ne smemo na hitro prekiniti, ampak ponudbo dražljajev postopoma zmanjšujemo in uporabnika počasi pripravimo na zaključek terapije. Čas, ki ga namenimo terapiji v prostoru za multisenzorno stimulacijo, vsakič sproti prilagodimo željam in potrebam bolnika, vsekakor pa optimalni čas ni določen.

V prostoru snoezelen se lahko oseba po MK tudi sprošča, počiva ob prijetni glasbi in svetlobi, ki ji najbolj ustreza. S snoezelen sobo pa med drugim osebi z možgansko okvaro tudi popestrimo in dopolnimo dneve, ki jih preživlja v bolnišničnem okolju. S tem ji skušamo vzbuditi zanimanje za okolje in stvari v njem, skušamo vzpodbuditi motivacijo in razvijati kvalitetne odnose med posamezniki.

Snoezelen nam daje možnost širokega izbora senzoričnih izkušenj, katere povečajo kvaliteto življenja posameznika in sicer v ozračju zaupanja in ne prevelikega intelektualnega napora. Zaradi prijetnega počutja v tako posebno opremljenem in mirnem prostoru, priporočamo, da si s posameznimi elementi, kot so različna svetila, solne lučke, uporabo eteričnih olj s pomočjo različnih izparilnikov, s poslušanjem vam priljubljene glasbe ipd., pričarate snoezelen tudi v domačem okolju.

