

Morbus Parkinson

smovey neuroVIBE

...aby wspierać i aktywować funkcje układu mięśniowo-szkieletowego i nerwowego w związku z chorobą Parkinsona.



Przez chorobę Parkinsona do smovey.

Oprócz odpowiednich leków, „ćwiczenia” zostały również uznane za kluczowy element terapii dla pacjentów z chorobą Parkinsona.

Dzięki własnym trudnościom i doświadczeniom z tą neurodegeneracyjną chorobą Johann Salzwimmer stworzył urządzenie ruchowe, które nie tylko pomogło mu maksymalnie poprawić jakość życia, ale również wsparło wiele innych osób z problemami zdrowotnymi.

Ale wróćmy do początku i do twórcy tego urządzenia oraz wzoru do naśladowania dla wielu osób:

Johann „Salzhans” Salzwimmer z Großraming w Górnej Austrii jest promieniem nadziei i wzorem do naśladowania dla wielu pacjentów z Parkinsonem. Jako odnoszący sukcesy gospodarz, instruktor tenisa i narciarstwa, był mocno związany z życiem, kiedy w 1996 roku zdiagnozowano u niego chorobę Parkinsona. Jego zdrowie pogorszyło się drastycznie, a codzienne czynności stały się prawdziwym wyzwaniem, które mógł z trudem znieść. Jednak „Salzhans”, jak nazywa go wielu, nigdy się nie poddał. Wierny swojemu mantrze „Opublikuję list, ale nigdy nie przełożę swojego życia”, nieustannie poszukiwał możliwości poprawy i stabilizacji swojej mobilności.

Między innymi zauważył, że jego stan poprawiał się, gdy grał w tenisa. Studiował technikę serwu niektórych profesjonalnych graczy tenisowych, którzy wykonywali kilka ruchów przed uderzeniem piłki nad siatkę. Wtedy „zaświeciło się” Salzhansowi: to były ruchy huśtania, które mogłyby pomóc mu utrzymać mobilność mimo Parkinsona!



Eksperymentował z raketami tenisowymi, spacerował z nimi, ale brakowało im impulsu. Następnie przymocował wąż ogrodowy z wolnymi kulkami do łuku rakiety tenisowej, aby zwiększyć impuls i tym samym efekt, ale nie był zadowolony z wyniku. Po intensywnej fazie prób i błędów, jego uwagę zwrócił wąż ssący w lokalnym sklepie budowlanym. Zabrawszy ten wąż do domu, wypełnił go kulkami i przymocował improwizowany uchwyt: tak powstał pierwszy pierścień huśtający! Dziś znane pierścienie huśtające, zwane smovey, są ręcznie produkowane przez osoby z niepełnosprawnościami w warsztacie w Weyer i pomagają ludziom na całym świecie. Pierścienie są używane w środowiskach zdrowotnych i terapeutycznych, ale są również równie popularne w smoveyWALKING i programach fitness.

Jakie efekty mają smovey?

Z jednej strony smovey'e generują impuls, a z drugiej strony wibracje. Cztery wolne kule ze stali wewnątrz falistego rurki tworzą wibrację, która jest bardzo korzystna dla ludzi. Te wibracje docierają i aktywują mięśnie głębokie oraz układ nerwowy. Strefy refleksyjne dłoni przekazują te delikatne wibracje stymulujące i aktywujące do całego organizmu. Salzhans wykorzystał ten efekt i huśtał swoje pierścienie przez kilka minut, wielokrotnie w ciągu dnia.

Rezultat: mógł poruszać się z większą swobodą, doświadczał mniej zjawiska sztywnienia, jeśli w ogóle, i mógł wykonywać większe ruchy w górę i na boki. Zauważył również poprawę w swoim chodu; huśtanie ramion pomagało mu unosić stopy.

Johann Salzwimmer zmarł dość niespodziewanie w lutym 2022 roku w wieku 76 lat. Był pełen odwagi i pewności siebie aż do końca życia i huśtał swoje ukochane smovey'e aż do niedawna. Jego wynalazek i, przede wszystkim, osoby, które poznał dzięki niemu i które cenili jego pracę życiową, były jego sensem życia i dawały mu motywację i siłę aż do końca.

Johann Salzhans Salzwimmer był wzorem do naśladowania dla wielu osób dzięki swojej postawie i mantrze „nie poddawaj się”. Zielone pierścienie zawsze pomagały mu utrzymać, a nawet poprawić jakość życia: mają efekt wykraczający poza jego życie i wspierają ludzi na całym świecie w aktywnym kształtowaniu swojej mobilności i zdrowia z radością i pewnością siebie.

Choroba Parkinsona i ruch z smovey

Według badania, choroba Parkinsona jest jednym z najszybciej rozwijających się rodzajów chorób neurodegeneracyjnych. W 1990 roku około 2,5 miliona osób było dotkniętych tą chorobą; w 2016 roku liczba ta wzrosła do 6,1 miliona na całym świecie (Springer Medizin InFo Neurologie, 2019).

Przyczyny choroby Parkinsona wciąż są w dużej mierze nieznanne; jako czynniki ryzyka wymienia się procesy starzenia, czynniki genetyczne oraz stres oksydacyjny (Gerlach et al., 2007). Stwierdzono, że grupa komórek nerwowych produkujących dopaminę stopniowo ulega degeneracji, co prowadzi do nierównowagi między neurotransmiterami i powoduje znane zaburzenia ruchowe (Ludwig et al., 2007).

Do powszechnych objawów należą zmiany motoryczne, takie jak spowolnienie ruchów, drżenie, sztywność mięśni oraz zjawisko zamrożenia (trudności w rozpoczęciu ruchu), tendencja do upadków itp. (Przuntek et al., 2002). Ponadto mogą wystąpić różne problemy, takie jak zaburzenia równowagi, trudności z połykaniem, nietrzymanie moczu i osłabienie pęcherza, problemy trawienne, zaburzenia pamięci itp. Zazwyczaj prowadzi to do spirali spadkowej, która może prowadzić do poważnych problemów psychicznych, a nawet depresji z powodu rosnącego poczucia niepewności, izolacji społecznej, wątpliwości co do siebie, wstydu itp. (Ludwig et al., 2007).

smovey i wibracje w chorobie Parkinsona

Mimo terapii farmakologicznych i stymulacji mózgu, podstawowe funkcje, takie jak chodzenie, równowaga, mówienie, połykanie, czy zdolności poznawcze, nie mogą być poprawione w długim okresie u wielu pacjentów z chorobą Parkinsona. Nowe podejścia aktywacyjne, takie jak taniec, Tai Chi, czy trening siłowy, wykazują obiecujące wyniki w długoterminowej opiece nad pacjentami z Parkinsonem (Bauermann et al., 2018).

Ćwiczenia są zatem istotnym elementem terapii długoterminowej w chorobie Parkinsona, ale gdzie tkwi siła smovey'a?

Stosując smovey u pacjentów z Parkinsonem, zaobserwowano imponujące zmiany w zakresie postawy, wzorców chodu (rozmiar kroku i prędkość marszu) oraz stabilności, które można było zmierzyć przy krótkotrwałym używaniu.

Smovey to nie tylko wibracja

Wibracje są generowane podczas huśtania smovey'em do przodu i do tyłu, co odróżnia je od wibracji wywołanych przez silnik, generowanych przez źródło zewnętrzne i przekazywanych do konkretnych grup mięśniowych w stałej częstotliwości. Częstotliwość smovey'a nie jest statyczna, lecz zmienia się w zależności od prędkości huśtania, promienia, modelu uchwytu itd. Spektrum częstotliwości smovey'a nie jest więc stałe, lecz podlega ciągłym zmianom i obejmuje zakres od 0 do około 460 Hz. Oznacza to, że system nerwowy jest nieustannie konfrontowany z nowymi impulsami i bodźcami, które są przetwarzane i wykrywane przez system sensoryczny.

Aktywny ruch smovey'a również stymuluje korę przedczołową, przednią część mózgu odpowiedzialną za funkcje wykonawcze mózgu (planowanie, kontrola impulsów, kontrola poznawcza itp.).

Dzięki sile odśrodkowej i impulsowi generowanemu podczas smoveyTRAINING, możliwe jest wykonywanie dużych i ekspansywnych ruchów z dużą amplitudą (trening BIG). Jest to istotna część ćwiczeń terapeutycznych dla pacjentów z chorobą Parkinsona, u których ruchy mają tendencję do stawania się mniejsze i wolniejsze (Grust, 2015).

Kulki toczące się do przodu i do tyłu wewnątrz rurki dostarczają rytmicznych bodźców słuchowych, które bezpośrednio poprawiają jakość chodu, podobnie jak terapia metronomem dla pacjentów z Parkinsonem (Enzensberger et al., 1997).

Dodatkowo, bodźce wzrokowe powstające podczas huśtania kolorowymi pierścieniami na boki dostarczają „ograniczenia” wzrokowego obszaru, w którym pacjent się porusza, i tworzą punkt odniesienia przestrzennego. Zjawisko sygnalizacji słuchowej i wzrokowej jest szczegółowo badane w pracy Ginis et al., 2013.

Informacje haptyczne i dotykowe są przekazywane do kory sensorycznej w mózgu przez szlaki aferentne i poprawiają przetwarzanie informacji aferentnych.

Podczas treningów z smovey'em szczególną uwagę zwracamy na aspekty psychospołeczne. Trening w grupie zwiększa motywację i wytrzymałość uczestników. Radość i pozytywne doświadczenia prowadzą do lepszej samooceny. Pozytywne doświadczenia w grupie są szczególnie istotne dla zdrowia psychicznego pacjentów z chorobą Parkinsona i mogą w znaczący sposób przyczynić się do utrzymania dobrej jakości życia przez jak najdłuższy czas.

smovey dla Parkinsona – balansowanie, poruszanie się i uśmiech



Ruch równoległy

Przenieś oba ramiona z smovey neuroVIBE do przodu na wysokości ramion, a następnie huśtaj je jednocześnie do tyłu i do przodu.



Ruch natural

Jedną ręką jest z przodu, druga z tyłu. Balansuj rękami naprzemiennie, jak podczas chodzenia, wzdłuż przekątnej do przodu i do tyłu.



Ruch boczny równoległy

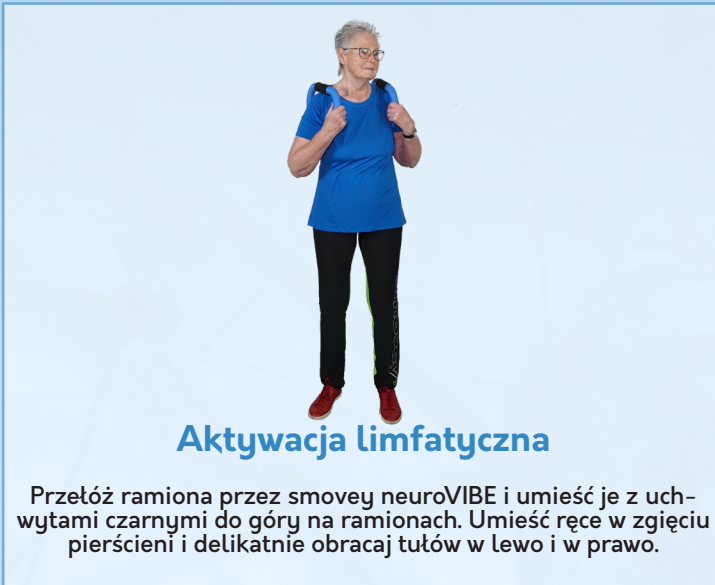
Wyciągnij oba ramiona z dłońmi skierowanymi ku górze na boki i balansuj smovey neuroVIBE z boku na bok przed tułowiem.



Ruch krzyżowy

Skrzyżuj oba ramiona z smovey neuroVIBE przed klatką piersiową i balansuj na zewnątrz, a następnie do wewnątrz.





Bibliografia:

1. Springer Medizin InFo Neurologie (2019) 21: 17. <https://doi.org/10.1007/s15005-019-0049-7>
2. Manfred Gerlach, Heinz Reichmann, Peter Riederer (2007), Die Parkinson Krankheit: Grundlagen, Klinik, Therapie, Springer-Verlag, Wien (S 15-19)
3. Horst Przuntek, Thomas Müller (2002): Der multimorbide Parkinsonpatient, Springer Verlag Berlin Heidelberg
4. Evelyn Ludwig, Renate Annecke, Elke Löbring (2007): Der große TRIAS-Ratgeber Parkinson-Krankheit, Verlag Trias
5. O. Ceballos-Baumann, F. E. Schroeteler, U. M. Fietzek, K. Ziegler (2018): Aktivierende Therapien bei Parkinson, Nervenheilkunde 2018; 37(04): 264-271, DOI: 10.1055/s-0038-1641684
6. Haas, Christian T. | Turbanski, Stephan | Kessler, Kirn | Schmidtbleicher, Dietmar(2006):The effects of random whole-body-vibration on motor symptoms in Parkinson's disease, NeuroRehabilitation 21 (2006) 29-36
7. Stephan Turbanski , Christian T. Haas , Dietmar Schmidtbleicher , Antje Friedrich & Petra Duisberg(2007):Effects of random whole-body vibration on postural control in Parkinson's disease Pages 243-256 | Received 02 Jan 2005, Accepted 02 Jun 2005, Published online: 01 Feb 2007
8. G. Huber (2006): Vibrationstraining in der Sporttherapie, Bewegungstherapie und Gesundheitssport 2006, 22 (2): 46-51, Georg Thieme Verlag Stuttgart New York, DOI: 10.1055/s-2006-933386
9. W. Enzensberger, U. Oberländer, K. Stecker (1997): Metronomtherapie bei Parkinsonpatienten, K. Nervenarzt (1997) 68: 972, Springer-Verlag <https://doi.org/10.1007/s001150050225>
10. Pieter Ginis, Alice Nieuwboer, Elke Heremans (2013): Cueing und Biofeedback: Kompensationsstrategien von Patienten mit Parkinson-Syndrom, neuroreha 2013; 05(03): 134-138, DOI: 10.1055/s-0033-1355434, Georg Thieme Verlag Stuttgart KG
11. Ute Grust,(2015): BIG-Therapie bei Parkinson-Erkrankung, <http://dx.doi.org/10.17169/refubium-13328>

Dostępne modele w naszym sklepie:

To pozwala na łagodne przekazywanie wibracji. SmoveyC-LASSIC jest idealny do chodzenia.

Dostępny w kolorach:



- Zielony
- Pomarańczowy
- Czarny
- Turkusowy



SmoveyPOWER to dynamiczna ewolucja smoveyCLASSIC.

Charakteryzuje się swoją formą oraz czterema/sześcioma stalowymi kulkami. SmoveyPOWER jest odpowiedni do treningu siłowego, tańca i biegania.

Dostępny z czterema kulkami w kolorze:

- Zielony

Dostępny z sześcioma kulkami w kolorze:

- Czarny



SmoveySOLID ma bardzo odporny i trwały uchwyt. Jest bardzo higieniczny dzięki łatwemu czyszczeniu przy użyciu środka dezynfekującego. Jego ergonomiczny uchwyt zapewnia pewny chwyt, a wibracje są bardziej intensywne.

Dostępny w kolorach:

- Zielony
- Turkusowy
- Czarny



SmoveyAQUA został opracowany specjalnie do treningów wodnych. Dzięki wysokiej jakości klejowi jest odporny na wodę i odpowiedni do używania w wodzie słonej. Szybko schnie i jest łatwy do czyszczenia. System chwytu jest porównywalny z smoveySOLID.

Dostępny w kolorze:

- Zielony
- Turkusowy



smovey neuroVIBE

...w celu promocji i aktywacji funkcji układu ruchu oraz układu nerwowego.

Chcesz dowiedzieć się więcej o smovey neuroVIBE?

Aby uzyskać więcej informacji, odwiedź:
www.smovey.com/neurovibe lub uzyskaj dostęp bezpośrednio
za pomocą kodu QR.

Po prostu zeskanuj go telefonem i zacznij balansować!

Skanuj tutaj



smovey GmbH | Weinzierlstraße 2a | A-4400 Steyr | +43 7252 / 716 10
office@smovey.com | www.smovey.com