



Peegelterapia

Heili Piilberg
TT liidu suvepäevad
20.08.2015

Taust

- Põhineb peegelneuronitel, vaatlus-ettekujutus-õppeprotsessil
- Esmakordselt tutvustas Ramachandran 1996.a. amputatsioonijärgselt fantoomvalu vähendamiseks.

Ramachandran VS, Roger-Ramachandran D. Synesthesia in phantom limbs induced with mirrors. Proc R Soc Lond B Biol Sci 1996;263:377-86. 35. Altschuler EL, Wisdom SB, Stone L. Rehabilitation of hemiparesis after stroke with a mirror. Lancet 1999;353:2035-6.

Kasutamine

- Näidustused:
 - Amputatsioonijärgne fantomvalu
 - Insuldijärgne hemiparees
 - Kompleksne regionaalne valusündroom tüüp I
 - Perifeerne närvikahjustus
 - Brachial-plexus avulsioon
 - Unilateraalne ruumiline neglekt*

... kasutamine

- Vastunäidustus – kognitiivne düsfunksioon
(N: MiniMental > 23)

... kasutamine

- Insuldi korral on paranenud :
 - ülajäseme liikuvus
 - ADL sooritus
 - Temperatuuri tundlikkus
- Kasutatakse nii akuutsete kui ka krooniliste insuldipatsientidega

... kasutamine

- Peegel asetatakse kliendi ette sagitaval-tasapinnale jäsemete vahelle nii, et klient näeb oma terve käe liikumist.



... kasutamine

- Harjutused:
 - Nii unilateraalsed kui bilateraalsed liigutused
 - AROM liigutused
 - Funktsionaalsed liigutused/tegevused
 - Sensoorse stimulatsiooni harjutused
 - Jämemotoorika harjutused
 - Peenmotoorika harjutused
 - Koos neuromuskulaarse el.stimulatsiooniga (NMES)

... kasutamine

- Enamik uuringuid tehtud meditsiiniasutustes
- Üks uuring kodus (iseseisev harjutuskava)

Näited harjutustest



... näited harjutustest



... näited harjutustest



... näiteid harjutustest



Ostmise võimalus netist



Peegli kasutamine Põhja-Eesti Taastusravikeskuses



Kasutatud kirjandus

- Kojima, K., et al (2014) Feasibility study of a combined treatment of electromyography-triggered neuromuscular stimulation and mirror therapy in stroke patients: a randomized crossover trial. Neurorehabilitation [NeuroRehabilitation] 2014; Vol. 34 (2), pp. 235-44.
- Ezendam D. et al (2009). Systematic review of the effectiveness of mirror therapy in upper extremity function. Disability And Rehabilitation [Disabil Rehabil] 2009; Vol. 31 (26), pp. 2135-49.
- Stoykov, M.E. et al (2009) A review of bilateral training for upper extremity hemiparesis. Occupational Therapy International [Occup Ther Int] 2009; Vol. 16 (3-4), pp. 190-203.
- Nilsen, D.M., Geller, G.G. et al (2015) Effectiveness of Interventions to Improve Occupational Performance of People with Motor Impairments After Stroke: an Evidence-Based Review. The American Journal of Occupational Therapy; Vol 69, Nr.1, pp.6091180030p1-6901180030p9.
- Gillen, G., Nilsen, D. et al (2015) Effectiveness of Interventions to Improve Occupational Performance of People with Cognitive Impairments After Stroke: an Evidence-Based Review. The American Journal of Occupational Therapy; Vol 69, Nr.1; pp6901180040p1-6901180040p9.

... kasutatud kirjandus

- Sciuscio, A. et al (2008) Mirror therapy in the motor recovery of upper extremities. *Europa Medicophysica*; Vol 44; Suppl 1 to nr.3.
- Nilsen, D.M., DiRusso, T. (2014). Using Mirror Therapy in the Home Environment: a Case Report. *American Journal of Occupational Therapy*; Vol 68, No 3, pp e84-89.

Pildid:

- Soovitatavad harjutused: http://www.scanmirror.com/ny_side_2.htm
- Mirror box therapy helps stroke patients get better faster. Beumont Health System.
<http://www.beaumont.edu/mirror-box-therapy-helps-stroke-patients-get-better-faster/>

Aitäh kuulamast!

