

fokus

MLADINSKO KLIMATSKO ZDRAVILIŠČE RAKITNA

Romana Rasperger

KO OTROCI DOBIJO PRILOŽNOST

V osrčju Slovenije, v idiličnem okolju nad ljubljanskim Barjem in sredi krimskih gozdov je Mladinsko klimatsko zdravilišče Rakitna nudilo najboljšo oskrbo pri zdravljenju, okrevanju in rehabilitaciji že številnim generacijam otrok. Ti so na Rakitno desetletja prihajali in še vedno prihajajo zaradi ugodne srednjegorske klime, ki blagodejno vpliva na kronične bolezni dihal.

ZDRAVILIŠKO ZDRAVLJENJE

Mladinsko klimatsko zdravilišče Rakitna je z zdraviliškim programom še vedno namenjeno otrokom in mladostnikom, ki imajo astmo ali druge kronične bolezni dihal (bronhopulmonalna displazija, ciliarna diskinezija, cistična fibroza ...) ali ponavljajoča se akutna obolenja spodnjih dihal, stanja po težjih posegih v prsnem košu ali rekovalescenca po zdravljenju tuberkuloze.

Osemdesetletna tradicija strokovnega delovanja na področju kroničnih bolezni dihal se danes nadaljuje z najvišjo kakovostjo storitev za otroke in mladostnike, ki so rizični za razvoj motenj hranjenja in ali čustvenih motenj. Prav tako omogočamo strokovno pomoč osebam, ki so zaključile bolnišnično ali ambulantno obravnavo motenj hranjenja in/ali motenj čustvovanja in potrebujejo dodatne spodbude pri vključevanju v vsakdanje življenje. Strokovno delo temelji na sodobnih znanstvenih odkritjih in potrebah otrok. Vse več otrok oboleva za motnjami hranjenja in čustvovanja, pri katerih je celostna in strokovna obravnava ključnega pomena za preprečevanje razvoja bolezni. Ugodna, odmaknjena lega zdravilišča sredi neokrnjene narave je kot nalašč za potrebe teh otrok.

Podatki raziskav doma in po svetu kažejo, da so motnje hranjenja in čustvovanja v zadnjih letih v porastu. Mladinsko klimatsko zdravilišče Rakitna je zaradi potreb po tovrstnih obravnava pristopilo k razvoju Programa zgodnje

obravnave otrok rizičnih za razvoj motenj hranjenja in/ali čustvenih motenj, ki smo ga za širšo javnost poimenovali Šola zdravega odraščanja in je namenjen otrokom in mladostnikom, ki še nimajo razvite klinične slike, jih pa strokovnjaki ocenjujejo kot rizične za razvoj ene ali druge motnje.

NOVA TERAPEVTSKA PROGRAMA

Program zgodnje obravnave otrok rizičnih za razvoj motenj hranjenja in/ali čustvenih motenj in Program reintegracije in rehabilitacije oseb z motnjami hranjenja in/ali čustvenimi motnjami sta novosti v slovenskem prostoru in predstavljata dopolnitev programom namenjenih osebam z motnjami hranjenja in/ali motnjami čustvovanja.

PROGRAM ZGODNJE OBRAVNAVE OTROK IN MLADOSTNIKOV RIZIČNIH ZA RAZVOJ MOTENJ HRANJENJA IN/ALI ČUSTVENIH MOTENJ

Programa zgodnje obravnave otrok rizičnih za razvoj motenj hranjenja in/ali čustvenih motenj, ki smo ga za širšo javnost poimenovali Šola zdravega odraščanja in je namenjen otrokom in mladostnikom, ki še nimajo razvite klinične slike, jih pa strokovnjaki ocenjujete kot rizične za razvoj ene ali druge motnje.

Glavni namen zgodnje obravnave otrok in mladostnikov s povišanim tveganjem za razvoj motenj hranjenja ali čustvovanja je znižati tveganje za razvoj motnje, in sicer tako, da odstranimo dejavnike, ki bi lahko botrovali nastanku motnje, in zmanjšamo dovzetnost posameznika za vpliv le-teh. Program je zato usmerjen v:

- ▶ krepitev in dvig samozavesti ter samozaupanja pri posamezniku (krepitev pozitivne samopodobe),
- ▶ krepitev občutka nadzora nad seboj,



Mladinsko klimatsko zdravilišče Rakitna

- ▶ utrjevanje zdravih vzorcev vsakodnevnega delovanja,
- ▶ nižanje neustreznih ambicij in perfekcionizma ter prepoznavanje in sprejemanje svojih dejanskih zmožnosti in potreb,
- ▶ učenje asertivnosti (namesto agresivnosti) in razvijanje občutka pripadnosti različnim socialnim skupinam (družina, vrstniki),
- ▶ spodbujanje ustrezne samostojnosti glede na razvojno obdobje.

Vzporedno **delo z družino** omogoča staršem prepoznati in spremeniti oblike nefunkcionalnih družinskih vzorcev, ki ob drugih dejavnikih pri otroku lahko povišajo tveganje za motnjo.

Čeprav je uspešnost preventivnih programov težko meriti in je zato zanje težje pridobiti finančna sredstva, je zgodnje preprečevanje motenj lahko klinično in ekonomsko učinkovitejše in uspešnejše kot zdravljenje že razvitih motenj in dlje časa trajajočih težav.

Izkušnje, ki smo jih pridobili v letu in pol od začetka izvajanja programa, nam potrjujejo, da je program že našel svoje mesto v strokovni javnosti in da vse več pediatrov, šolskih in družinskih zdravnikov, pa tudi pedopsihiatrov napotuje otroke in mladostnike v ta program.

PROGRAM REINTEGRACIJE IN REHABILITACIJE OSEB Z MOTNJAMI HRANJENJA IN/ALI ČUSTVENIMI MOTNJAMI

Ta program je namenjen tistim posameznikom, ki so že zaključili določeno obliko zdravljenja, vendar potrebujejo podporo pri okrevanju in povratku v normalno socialno življenje. Usmerjen je v **utrjevanje** že pridobljenih spoznanj in sposobnosti samostojnega, avtonomnega in odgovornega



vključevanja v družbo na podlagi lastnih odločitev in razvite pozitivne samopodobe.

Starši in svojci, ki so posredno vključeni v ta program, utrjujejo nove, **učinkovitejše oblike družinskega funkcioniranja** in s tem pripomorejo k uspešnemu okrevanju otroka (posameznika).

Otroci in mladostniki v obeh novih terapevtskih programih Mladinskega klimatskega zdravilišča Rakitna so deležni kakovostne strokovne obravnave, obogatene s ponudbo **terapevskega in pedagoškega jahanja**. Temeljni terapevtskega jahanja z nepovratnimi sredstvi podpira Kraljevina Norveška v okviru EEA GRANTS, norveškega finančnega mehanizma.

UPORABA KONJA V TERAPIJI

Terapija s konji sodi med **najsodobnejše metode obravnave otrok**. Konj ima namreč posebno mesto pri terapevtskem in pedagoškem delu s pomočjo živali, in sicer zaradi svoje velikosti, ki otroku oziroma mladostniku omogoča celosten stik, ter višje telesne temperature, ki je ob stiku za človeka zelo prijetna. Počasnejše dihanje konja pa deluje nanj pomirjujoče. Ko otroci (mladostniki) pridobijo potrebno **osnovno znanje o konjih**, se jih vzpodbudi k navezovanju lastnega odnosa z živaljo. Učijo se skrbeti za konja, ga negovati, hraniti in jahati brez sedla. Spretnost jahanja je postavljena v ozadje, pomembno je, da si otroci (mladostniki) krepijo samozavest in pridobivajo pozitivne izkušnje v sproščenem okolju. Pridobljene veščine odzivanja na konja, skrbi zanj in odgovornega soočanja z nalogami se postopoma **prenašajo v otrokovo (mladostnikovo) vsakdanje življenje**.

Ležanje na konjskem hrbtu lahko vzpodbudi psihološki proces "regresije", če ga človek poveže z varnim občutkom ležanja na materinem trebuhu v zgodnjem otroštvu. Konji so plašne in senzibilne živali, ki odlično reagirajo na telesno govorico človeka, zato so lahko zrcalo njegovega notranjega



doživljanja.

V Mladinskem klimatskem zdravilišču Rakitna dajemo poudarek celostni obravnavi otrok in mladostnikov zato poleg terapevtskih dejavnosti program vključuje še športne dejavnosti in kreativne delavnice. Veliko skrb posvečamo tudi kontinuiranemu šolskemu delu in v okviru bolnišnične šole otrokom nudimo kvaliteten pouk.

Pestra ponudba športnih objektov omogoča otrokom razvoj spretnosti v različnih aktivnostih: tenisu, odbojki, košarki, rokometu, nogometu, lokostrelstvu, smučanju in plezanju po plezalnih stenah.

Najmlajšim pa je omogočena tudi zabava na igralih otroškega igrišča.



Predanost osebja, sledenje novim strokovnim spoznanjem in potrebam v javnem zdravju omogoča Mladinskemu klimatskemu zdravilišču Rakitna, da lahko ponudi kakovostno pomoč otrokom in mladostnikom na poti k odraščanju in oblikovanju osebnosti tako, da utrjuje pozitivne življenjske vzorce in navade ter krepi njihovo pozitivno samopodobo. Ob tem daje strokovno podporo tudi njihovim družinam. Dosedanje strokovne izkušnje nam potrjujejo, da smo na pravi poti. Tudi otroški nasmehi in zadovoljstvo staršev so nam vzpodbuda za nadaljnje delo in trud.

Zdravilišče nudi dodatne kapacitete tudi za šole v naravi, zimovanje in letovanje predšolskih in šolskih otrok, športne dneve in pravljичne izlete.