

Спорт и кохлеарные импланты: возможности, ограничения и правила



Мысль о занятиях спортом рано или поздно приходит на ум, как имплантированным взрослым, так и родителям имплантированных детей. Отсюда появляется множество вопросов и мифов о том, каким спортом можно комфортно, а главное безопасно заниматься после получения кохлеарного импланта.

Начнем с главного: **наличие кохлеарного импланта само по себе никак не влияет на возможности человека в занятии большинством видов спорта (но не всех!).**

Важно следовать определенным рекомендациям и выполнять некоторые правила.

Неконтактные виды спорта

Пациенты после кохлеарной имплантации могут заниматься большинством неконтактных видов спорта без каких-либо особых ограничений. Так, например, для того, чтобы приступить к катанию на велосипеде или игре в гольф, Вам достаточно просто надеть свой аудиопроцессор и получать удовольствие от занятия спортом.

Вы также можете использовать аудиопроцессор и при участии в активных неконтактных видах спорта, таких как футбол или бег. Для обеспечения большей сохранности речевого процессора рекомендуется использовать специальные головные повязки, такие как Sports Headband. Такие головные повязки подходят при использовании, как одного, так и двух аудиопроцессоров. Особенно важно использование повязок для моноблочных аудиопроцессоров RONDO, чтобы бережно удерживать процессоры на месте во время занятия данными видами спорта.

Когда рекомендуется носить шлем?

Внутренняя часть системы кохлеарной имплантации MED-EL, благодаря их титановой конструкции устанавливается с максимальным уровнем надежности. Но несмотря на это, в тех случаях, когда спорт сам по себе подразумевает ношение шлема, стоит подумать о дополнительной безопасности! Если в данном виде спорта шлем рекомендуется людям и без кохлеарного импланта, то вполне логично, что данные рекомендации особенно актуальны и для людей с кохлеарным имплантом.

Качественный шлем будет сидеть хорошо и не создаст давления на Ваш имплант. Порой шлемы различных производителей сидят по-разному, поэтому целесообразным будет попробовать несколько различных шлемов, чтобы найти наилучший вариант именно для Вас.

Не стоит самостоятельно изменять шлем для того, чтобы получить возможность носить аудиопроцессор внутри него (например, удалять ремни или обивку). Одев шлем, убедитесь, что все регулировки, такие как натяжение ремней и расположение на голове установлены правильно.

Плавание

Появления на свет чехла WaterWear для RONDO сделало возможным и доступным для пользователей кохлеарного импланта такой вид спорта как плавание. Чехол WaterWear является полностью водонепроницаемым аксессуаром для RONDO, который позволяет заниматься плаванием без беспокойства о сохранности речевого процессора.

Но занятия плаванием, в отличие от большинства других видов спорта, все-же подразумевают некоторую подготовку. Прежде всего, вы не должны забывать об имплантируемой части системы, ведь плавание (особенно подводное) подразумевает под собой увеличение давления на внутреннюю часть импланта. Поэтому вам стоит переговорить с вашим врачом, чтобы узнать, есть ли какие-либо ограничения в вашем случае, которые вы должны учесть перед занятием плаванием, нырянием или дайвингом.



Переговорите с Вашим доктором

Порой, врачи советуют пациентам с кохлеарным имплантом отказаться от некоторых видов спорта по разным причинам: связанным с состоянием определенного пациента или с видом спорта. Например, никому не порекомендуют интенсивные контактные виды спорта, в которых удары в голову являются обычным делом: бокс, хоккей или регби. Если Вы все же планируете заниматься этими видами спорта, Вам особенно важно проконсультироваться с Вашим врачом и обсудить возможности безопасных занятий спортом для Вас и Вашего импланта.



Каким бы спортом вы не занимались примите во внимание следующие советы

- предохраняйте свою систему имплантации;
- защищайте голову;
- предохраняйте от повреждения влагой (защищайте от пота, ежедневно кладите процессор в сушилку);
- руководствуйтесь инструкциями и рекомендациями Neurelec;
- стремитесь к комфорту и практичности;

• не забывайте о мерах предосторожности по защите процессора от воды, песка, пыли, а также избегайте непосредственных ударов по имплантату!

В вашем центре имплантации дадут более детальную информацию. Первые несколько недель после имплантации, мы рекомендуем быть особенно осторожными.

Рекомендации для занятий спортом для детей после кохлеарной имплантации

➤ **Бесконтактные виды спорта**

(Теннис, гольф, бадминтон.)

Следует прочно закрепить процессор (рекомендуется пользоваться фиксирующей прищепкой) и защищать его от физических повреждений, таких как удары, падений, воды, песка и т.п.



➤ **Активные виды спорта**

(Футбол, баскетбол, гимнастика.)

Рекомендуется снимать внешнюю часть системы. При наличии риска ударов по голове следует обязательно снять процессор и рекомендуется пользоваться защитным шлемом. Занятия гимнастикой требуют соблюдения мер предосторожности. Использование шлема позволит обеспечить определенную степень защиты. При этом следует также снять внешнюю часть системы имплантата.



Контактные виды спорта

(Бокс, регби, дзюдо, каратэ)

Пользователям кохлеарных имплантов не следует участвовать в спортивных состязаниях, во время которых возможны или неизбежны телесные повреждения, давление и удары по голове.



➤ **Виды спорта, предусматривающие ношение шлема**

(Велосипедный спорт, конный спорт, парусный спорт, лыжный спорт.)

Занятие этими видами спорта является приемлемым. Шлем поможет защитить имплантат от возможных ударов. Настоятельно рекомендуем выбирать качественный шлем. Перед приобретением шлема следует померить несколько вариантов различных моделей, и выбрать наиболее комфортный и легко регулируемый. Особенно важно, чтобы шлем не оказывал никакого давления непосредственно на корпус импланта или на рубец.



Водные виды спорта

(Плавание, мелководное погружение - на глубину менее 5м, парусный спорт.)

Большинство водных видов спорта не представляет никаких проблем, если снята

внешняя часть системы (процессор). При использовании очков для плавания или маски для подводного плавания нужно следить за тем, чтобы эластичный ремешок не оказывал чрезмерного давления на место расположения импланта. Не рекомендуется нырять на глубину более 5м, так как повышенное давление может негативно отразиться на импланте. Во время занятий лодочным спортом (парусный спорт, гребля и т. д.), рекомендуется надевать защитный шлем.



Верьте в себя и своего ребенка! И у вас обязательно все получится!!!

*Статья подготовлена Кузнецовой Аллой Игоревной,
учителем-дефектологом Алтайского краевого центра ППМС-помощи*