

## Рабочая сессия для коррекции фантомных болей верхних конечностей

### 1. Подготовка к сессии:

- **Оборудование:**
  - Зеркало меньшего размера на подставке.
  - Компьютер/ноутбук с фронтальной камерой.
  - Комплект аксессуаров (различные тактильные предметы).
- **Позиция пациента:** Пациент располагается так, чтобы ампутированная или парализованная рука находилась за зеркалом, а здоровая рука — перед ним. Камера настроена так, чтобы в экране отображалась здоровая рука и ее отражение, создавая иллюзию двух здоровых рук.

### 2. Этап 1: Сенсорная стимуляция

- **Цель:** Стимулировать сенсорные зоны через зрительные и тактильные каналы.
- **Процедура:**
  - Воздействие на здоровую руку теплыми и холодными объектами (5-10 минут).
  - Покалывающие и поглаживающие движения по коже здоровой руки, которые пациент воспринимает как воздействие на фантомную руку.

### 3. Этап 2: Двигательная стимуляция

- **Цель:** Активировать моторные зоны мозга, создавая иллюзию движения фантомной руки.
- **Процедура:**
  - Первое упражнение: "кулак-ребро-ладонь" — сжимаем руку в кулак, ставим ребром на плоскость стола, затем распрямляем ладонь. Упражнение повторяется 21 раз, с интервалами 2-3 минуты между повторениями.

- Второе упражнение: "кулак-виктори-кольцо" — сжатие ладони в кулак, далее распрямление 2 и 3 пальцев (виктори), затем соединение 1 и 2 пальцев ("кольцо").
- Третье упражнение: "пистолет-коза" — различные комбинации разгибания и сгибания пальцев, стимулирующие проработку движений.

#### 4. Этап 3: Активация тактильной чувствительности

- **Цель:** Восстановить тактильную чувствительность через предметное взаимодействие.
- **Процедура:** Пациенту с закрытыми глазами предлагают идентифицировать прикосновения различными предметами (холодными, теплыми, острыми, тупыми). Восприятие через прикосновения активирует сенсорные зоны мозга и способствует коррекции фантомной боли.

#### 5. Завершение сессии

- После окончания упражнений обсуждается субъективное состояние пациента и изменения в ощущениях.
- Опросник САН заполняется для объективизации динамики в самочувствии и эмоциональном состоянии.