

Рабочая сессия для коррекции фантомных болей нижних конечностей

1. Подготовка к сессии:

- **Оборудование:**
 - Специальное зеркало с подставкой, установленное вертикально.
 - Компьютер/ноутбук с фронтальной камерой.
 - Комплект аксессуаров (мячики, воздушные шарики).
- **Позиция пациента:** Пациент располагается так, чтобы ампутированная или парализованная нога находилась за зеркалом, а здоровая — перед зеркалом. Камера настроена так, чтобы отображать в экране компьютерного устройства изображение здоровой ноги, создавая иллюзию присутствия обеих ног.

2. Этап 1: Сенсорная стимуляция

- **Цель:** Подготовить пациента к восприятию иллюзии обеих ног через зрительный и тактильный каналы.
- **Процедура:**
 - Воздействие на здоровую ногу теплым и холодным воздухом (5-10 минут).
 - Попеременные покалывающие и поглаживающие движения в течение 5-10 минут.
 - Пациент смотрит в экран компьютера, видя отражение здоровой ноги, создавая зрительное представление целостности конечностей.

3. Этап 2: Двигательная стимуляция

- **Цель:** Активировать моторные зоны мозга и создать иллюзию движения фантомной ноги.
- **Процедура:**

- Первое упражнение: поднятие и опускание пальцев на здоровой ноге. Стремимся к 25-30 повторениям, интервал между ними — 2-3 секунды.
- Второе упражнение: движение "носок-пятка" — перемещение давления с носка на пятку.
- Третье упражнение: вращательные движения стопы, сначала с пяткой, прижатой к полу, затем с носком.
- Четвертое упражнение: статическое напряжение — ставим ногу на носок, напрягая мышцы ноги до ягодицы, затем повторяем с пяткой.

4. Этап 3: Активация тактильной чувствительности и предметное взаимодействие

- **Цель:** Сформировать ощущения и улучшить взаимодействие с предметами через двигательные навыки.
- **Процедура:** Игровые движения мячом или воздушным шариком. Пациент взаимодействует с предметами ногой, наблюдая за отражением в экране компьютера.

5. Завершение сессии

- После завершения всех этапов пациент обсуждает свои ощущения.
- Сеанс заканчивается заполнением опросника САН для оценки изменений в самочувствии и эмоциональном состоянии.