

## ילדים והליכונים

גבע אנטופולסקי, (2010), סטודנט בחוג לפיזיותרפיה, אוניברסיטת חיפה.  
ג'יל רודריגז, פיזיותרפיסטית ומדריכת סטודנטים, מרכז דה-לו, בית איזי שפירא.

הליכון הינו מכשיר המיועד לסיוע לילדים בזמן הליכה על ידי הענקת שיווי משקל ותנועתיות. יש מגוון של גדלים וסוגים של הליכונים. השימוש בהליכונים נעשה בשל סיבות שונות, ביניהן ירידה בשיווי משקל, הגבלה ביכולת נשיאת משקל, ירידה בכוח, בעיות אורתופדיות ומוגבלויות שונות.

### **התאמת ההליכון לילד**

כאשר אנו רוצים לבחור את ההליכון הנכון ביותר לילד עלינו לקחת בחשבון מספר גורמים. ראשית, יש לזכור כי ההליכון הינו ה"רגל" של הילד ועליו לאפשר לו להתנייד ולבצע משימות יומיום פונקציונליות עבורו. עלינו לקחת בחשבון את:

- משקל ההליכון,
- החומר ממנו עשוי ההליכון,
- גודל ההליכון,
- סוג התמיכה שההליכון נותן,
- מיקום ההליכון תמיכה,
- האם ההליכון מצויד במנגנון נעילה המעניק יתר בטיחות,
- האם ההליכון מסייע לתנועה האקטיבית או רק מאפשר אותה
- האם ניתן לכוונן את גובה ההליכון על מנת לאפשר לילד לגדול עמו

לכל ילד עם מוגבלות בהליכה צרכים שונים. חלקם דורשים עזרה קלה בלבד בנשיאת משקל וחלקם זקוקים לעזרה מלאה; יש ילדים עם שליטה טובה בידיהם ויכולת נשיאת משקל על האמות או כפות הידיים ויש כאלו שלא; ישנם ילדים שמסוגלים לבצע את התנועות הנדרשות להליכה באופן עצמאי ורק זקוקים לסיוע בנשיאת משקל ויש כאלה שזקוקים גם לדחיפה בכיוון הנכון ועזרה אקטיבית בביצוע הצעדים. ילדים גם נבדלים זה מזה ברמת ההבנה ושיתוף הפעולה עם הסביבה, גם לכך משקל בבחירת ההליכון.

יש לזכור כי ברוב המקרים ההליכון ילווה את הילד בהתבגרותו ולכן ישנם גם אספקטים חברתיים וסביבתיים בבחירת ההליכון כגון: מראה, נוחות קיפול, הימנעות מהפרעה לאנשים אחרים בסביבה וכיוצא באלה.

הקו המנחה העיקרי בבחירת המכשיר המתאים ביותר עבור הילד צריך להיות מכשיר אשר מאפשר התניידות ברמת פונקציונליות ונוחה אך עם זאת לא מעניק תמיכה רבה מדי אשר תמנע מהילד לבצע את הפעולות אותן מסוגל לבצע עצמאית.

## הליכון קדמי

הליכון קדמי מהווה את האפשרות הפשוטה והבסיסית ביותר כיום מבין מגוון המכשירים הקיימים בשוק ההליכונים. הליכונים אלה, למעשה, מורכבים ממסגרת קשיחה בצורת "ח" הפתוחה מאחור, שתי ידידות החזקה בקצותיה הפתוחות וארבע רגליים. בחלק מההליכונים שתי הרגליים הקדמיות מחוברות לגלגלים ובחלקם כל הארבע.

הליכון מסוג זה מתאים לילדים הזקוקים לעזרה קלה יחסית בנשיאת משקל ויציבות. הוא מצריך יכולת שליטה טובה בגפיים העליונות שכן הילד נושא בעזרתן את המשקל על ההליכון. ההליכון אינו מסייע בצעדי ההליכה והתנועות האקטיביות הנדרשות עצמן אלא נותן תמיכת יציבות ואפשרות נשיאת משקל על הידיים. לפיכך, על הילד להיות מסוגל לבצע את תנועות ההליכה בצורה עצמאית על מנת להשתמש בו.

עם יתרונותיו של ההליכון הפשוט נמנים פשטות ההפעלה, חוסר תלות במטפל לשם כניסה ויציאה מהמתקן, מתן מינימום של עזרה המעודד את העבודה האקטיבית העצמאית של הילד וכמובן המחיר הנמוך יחסית. כמו-כן, המתקן קטן יחסית ואינו מסורבל, קל לנשיאה ומאפשר התניידות באזורים מגוונים והשתתפות בפעילויות רבות.



## הליכון אחורי

ההליכון האחורי מבוסס על אותו עיקרון של תמיכה קלה עליו מבוסס ההליכון הקדמי. גם הליכון זה בנוי ממסגרת קשיחה בצורת "ח" עם ידידות וארבע רגליים עם 2 או 4 גלגלים. ההבדל היחיד בין סוג זה של הליכון לקודם הוא בכך שהפתח של ה-"ח" נמצא דווקא מלפנים ולא מאחור וכך הילד למעשה נשען על הליכון הנמצא מאחוריו. יתרון הדבר נעוץ בעובדה כי בעת שימוש בהליכון קדמי, ישנה נטייה של ילדים להישען לפנים וללכת בתבנית לא נכונה. מחקרים מראים שהליכון מסוג זה מעודד הליכה זקופה ויציבה יותר, הוצאת פחות אנרגיה ופחות מאמץ בניידות, פחות עייפות, וכפועל יוצא, אפשרות להתנייד למרחקים גדולים יותר. עד היום קיימים חילוקי דעות באשר לאיזה הליכון יותר יעיל ומתאים, כאשר נהוג להתייחס להעדפת הילד כגורם סופי מכריע, בהעדר סיבות ברורות לשימוש בסוג אחד או משנהו.



לקבוצת הליכונים אילו מצטרף הליכון ה **Hoggi Flux** הנותן אפשרות להוספת תמיכת אגן דינמית, התורמת ליציבות הילד ללא פגיעה בתנועתיות, ועל ידי כך מעודד תפקוד.

הליכון מסוג פייסר מתאים לילדים הזקוקים ליותר תמיכה. במצבו הבסיסי הליכון זה דומה להליכונים הפשוטים – מסגרת אלומיניום קשיחה בצורת "ח" עם פתח אחורי המחוברת ל-4 גלגלים. אל המסגרת הקרובה לרצפה מחוברת מסגרת נוספת המותאמת לגובה הילד ובה הוא נאחז. ישנם 3 גדלים של הליכון הניתנים לבחירה כאשר ניתן לכוון את הגובה של כל אחד מהם בטווחים שונים.

הליכון הפייסר מאפשר תמיכה רבה יותר במישורים רבים בעזרת החלקים הנוספים הניתנים להרכבה על המסגרת הנ"ל אביזרים אלה כוללים:

- **משענת אמה וידיית אחיזה לכף היד** – אביזר המאפשר הישענות על האמה תוך אחיזת הידיית שבקצה. מעניק תמיכה מוגברת ויציבות רבה יותר ומתאים גם לילדים עם קושי בשליטת גפיים עליונות. קיימת אפשרות של קשירת האמה למתן בעזרת רצועות לתוספת יציבות ומניעת בריחת הידיים. ניתן להתאים את גובה האביזר והזווית להתאמה לגוף הילד וצרכיו.
- **מתקן לתמיכת חזה** – מתקן רך במנה טבעתי המקיף את חזהו של הילד ומחובר במרכז ההליכון בעזרת ידיית קשיחות המתחברות למסגרתו. האביזר מעניק יציבות לגוף הילד. מונע כיפוף מוגזם לפנים, לצדדים או לאחור של הגו, שומר על בטיחות הילד ומונע נפילות. כמו כן התוסף מאפשר שליטה בהליכון גם ללא תמיכת ידיים. ניתן לכוון את גובה וזווית המתקן בהתאם לצרכי הילד.
- **ממקם ירכיים** – מתקן זה הינו מעין כיסא בצורת מושב אופניים, המוגבה מעט בחלקו האחורי ותפקידו לעודד כיפוף לפנים אשר מעודד הליכה. המתקן מתחבר למסגרת בעזרת שתי ידיית מהן הוא נתלה על רצועות חזקות. המתקן מעניק תמיכה נוספת בנשיאת המשקל ומעודד הליכה ע"י דחיפת הילד למצב של הישענות לפנים. ניתן לכוון את גובה המתקן והזווית בהתאם לצורך.
- **מחזיקי ירכיים וקרוסוליים** – טבעות אחיזה רכות לירכי הילד וקרוסוליו, אשר מחזיקות את רגליו במרחק מסוים זה מזו, בהתאם לצרכיו. המתקן מאפשר תנועה במישור הרצוי בלבד – לפנים ולאחור.
- בעזרת תוסף זה ניתן לשלוט ברוב בסיס התמיכה של הילד ולמנוע תנועות "מספריים" של הרגליים בעת ההליכה. המתקן מעודד, אם כן, דפוס הליכה תקין ומעניק תוספת יציבות ובטחון.

מנגנונים נוספים הנמצאים בשימוש במתקן כוללים:

- אפשרות לנעילת הגלגלים למצב "חניה" לשם העמדת הילד בהליכון ללא הליכה.
- אפשרות לנעילת הגלגלים לכיוון אחד בלבד לשם הליכה קדימה ללא סטייה מהמסלול – מעניק יציבות לילדים אשר מתקשים לשלוט בכיוון ההליכה.
- אפשרות להוספת התנגדות לסיבוב הגלגלים והאטת קצב ההליכה – מתאים לילדים אשר לא שולטים במהירות ההתקדמות וכתוצאה מכך באיכות ההליכה.
- אפשרות לנעילת הגלגול לאחור על מנת למנוע התדרדרות לחור בעת הליכה במעלה וכן דחיפת הליכון לאחור בשל תנועות לא נשלטות.

בעזרת שימוש בהתקנים הנוספים ניתן לתת תמיכה ברמות שונות ולעודד הליכה תקינה. כמו כן ניתן להיעזר בתמיכה אותה הוא מעניק על מנת ללמד את תנועות ההליכה הנכונות בעזרת מטפל ע"י עבודה מנאלית והוראות. ההליכון מתאים גם לילדים על לקויות

קוגניטיביות שכן במצבו המשוכלל מאפשר עמידה פסיבית לחלוטין, לא מאפשר נפילה ואינו דורש מיומנויות מורכבות מהמשתמש.

החיסרון הבולט בהליכון זה הינו הסרבול בהרכבתו, התאמתו והשימוש בו, יחסית להליכונים הפשוטים. יש צורך במטפל על מנת להיכנס אליו ולצאת ממנו ברוב המקרים. חסרונות נוספים כוללים סרבול אסתטי – המתקן גדול ומגושם, נוחות הנשיאה בעייתית על אף שניתן לפרק את המתן ולקפלו ותג המחיר שלו הגבוה יחסית.



### מיניוולק (MINIWALK)

הליכון זה מתאים לילדים בעלי צרכים מורכבים יותר עם חוסר יכולת לנשיאת משקל בעזרת הידיים וליקויי יציבות קשים יותר. גם ילדים בעייתיים קוגניטיבית, עם בעיות בתפישה או הבנת הוראות עשויים ליהנות מהשימוש בהליכון מסוג זה שכן הוא מחזיק אותם ולא מאפשר נפילה, כמו כן אינו מצריך מיומנות מורכבת להפעלתו, ופשוט מעניק תמיכה נידת. גם בצורתו ללא המושב הוא מעניק תמיכה רבה יותר מההליכונים הפשוטים ע"י החזקת הגוון. גם להליכון זה ניתן להתאים מגוון אביזרים לתמיכה בלקויות הליכה מגוונות, בין אלה טבעות לרגליים ומפרידי ירכיים הדומים לאלה שנידונו בהליכון מסוג פייסר. כמו כן מנגנוני הבטיחות קיימים גם במכשיר זה – נעילת הגלגול לאחור ומתקנים למניעת התהפכות (גלגלי עזר).



### הרטווקר (HARTWALKER)

מכשיר זה נראה ומתפקד בצורה שונה משאר ההליכונים ושימושו המרכזי הוא בלימוד תבנית הליכה נכונה.

ההתקדמות בעזרת ההליכון אינה מצריכה שימוש בגפיים העליונות וכך אלה נשארות חופשיות למשימות אחרות כגון משחק או יצירה. בזכות אלמנט זה מתאפשר השימוש במכשיר גם לילדים עם ליקויים או חולשה בגפיים העליונות.

השימוש העיקרי במכשיר הוא טיפולי שיקומי וכולל הנחייה ומעקב מטפל ואימון מחזור מתוכנן ומוקפד. תכנית האימון מעודדת תלות הולכת ופוחתת במכשיר ע"י מעבר הדרגתי מתמיכת 4 גלגלים וקיבועים לכל גובה הגוף, דרך מעבר לזוג גלגלים (פחות יציבות), קיבועים באגן, ברגליים או בקרוס בלבד ועד שימוש בקיבועים ההכרחיים ללא הגלגלים כאשר מושגת שליטה טובה ויציבות מספקת. הליכון זה, אם כן, מיועד ללימוד ועידוד הליכה בתבנית נכונה, יותר מאשר לשימוש יומיומי ארוך טווח, ועם זאת מצטיין גם ככלי כזה במקרים הקשים יותר, בהם לא מושגת התקדמות מספקת בטיפול המאפשרת הפרדות ממנו.



התאמת המכשיר וכיוונונו הינן משימות מורכבות הדורשות התערבות של איש מקצוע מוסמך לטיפול במכשיר. בנוסף, התרגול וההדרכה במכשיר נעשים ע"י פיזיותרפיסטים ומדריכים מוסמכים שעברו הכשרה ספציפית לאימון במכשיר זה. בהתאם לכך השימוש במכשיר עשוי להיות מסובך ומלווה בתלות בגורמים מקצועיים ופיקוח מתמיד.