



Ridning och rytmm är bra terapi efter stroke

Lina Bunketorp Käll har jobbat med en studie där man har undersökt effekten av att människor som har haft stroke får ridterapi eller rytmmterapi enligt Ronnie Gardiners metod. Två gånger i veckan har individer i sent skede av stroke fått terapi och resultatet visar att terapin är effektiv.

Studien har gjorts vid Sahlgrenska Akademin vid Göteborgs Universitet med Lina Bunketorp Käll som projektledare, som numera är verksam som docent och fysioterapeut. Efter att hon har forskat på heltid arbetar hon numera halva sin tid på en avdelning och forskar på den andra halvan.

123 svenska män och kvinnor i åldrarna 50–75 år deltog i studien. De lottades till att få rytmm- och musikbaserad terapi, ridterapi eller ingå i en kontrollgrupp (som fick terapi i ett senare skede). Gruppen rekryterades bland människor tio månader till fem år efter stroke.

Hjärnan är plastisk hela livet

Lina Bunketorp förklarar bakgrunden till sin studie. "Först och främst har man ju funderat på när det är försent att träna och förbättra sig efter en stroke. Man har trott att den förbättring som sker, den sker spontant i ett tidigt skede. Hjärnan har en förmåga att läka sig efter en blödning eller infarkt. I den subakuta fasen sker en förbättring för att sedan plana ut. Man har trott att när man har nått

den platån finns ingen ytterligare potential för förbättring. Sedan har forskningen gått mer och mer mot hypotesen att det fortfarande finns förbättringspotential i ett sent skede. Hjärnan är plastisk genom hela livet. Professor Peter Eriksson (Sahlgrenska Akademin i Göteborg) var först att visa att det faktiskt nybildas hjärnceller genom hela livet."

Ronnie Gardiner hade länge velat ha en vetenskaplig utvärdering av sin metod. Av den empiriska erfarenheten har man sett att det hjälper människor som drabbats av sjukdomar och skador i hjärnan att återhämta sina funktioner.

Ridterapi är en metod som man har använt inom strokerehabiliteringen vid Högsbo sjukhus i många år, men ingen vetenskaplig studie har tidigare genomförts.

Liknande komponenter

Både rytmmterapin och ridningen innehåller komponenter som är fysiska, sinnesstimulerande och sociala. Som koncept stärker de varandra.

”Det finns olikheter mellan terapiformerna men vi hade inte som målsättning att jämföra. Målsättningen var att se om man kan förbättra situationen för människor i sent skede efter stroke.”

Det var förstas problematiskt att mäta effekterna av terapierna då studien innefattade en blandad grupp individer med olika former av funktionsnedsättning efter stroke. Man valde att använda självuppskattad förbättring på en skala för att kunna mäta förbättringar i både motoriska funktioner och kognition.

”Det är en sak att mäta hur fort går du en viss sträcka och hur länge kan du stå på ett ben. Det är ju inte säkert att det kommer att få dig att må så väldigt mycket bättre. Det finns kvantitativa mått där man mäter balans, gång, greppstyrka och minnesfunktioner men sedan är det viktigt att mäta hur deltagarna upplever sin livssituation i olika avseenden. Där har gruppdynamiken visat sig vara viktig. Det ger en möjlighet att träffa andra som har varit i samma situation. Det finns många som blir isolerade. För deras del har det varit väldigt betydelsefullt att ha någon som bryr sig om deras liv och funktionshinder.”



Faktasamlandet höll på i tre år. Men än är inte allt som Lina Bunketorp Käll och hennes forskarkollegor fick fram redovisat.

Resurskrävande

Ridterapi är resurskrävande. Det krävs tränade hästar, anpassat stall, utbildade terapeuter och assisterande personal.

Ridningen är unik på så sätt att stallmiljön i sig innehåller så mycket. Personerna i studien fick även delta i ridningens förberedelser och efterarbete.

”En kvinna kom inte till första ridtillfället. När jag ringde för att höra om anledningen var hon helt enkelt rädd över hur det skulle gå då hon aldrig suttit på en hästrygg tidigare. En kvinna som var alltiallo i stallet mötte upp henne och kvinnan kom att älska ridningen. Under behandlingens gång skedde nån slags förändring.”

Lustfylldheten är viktig när det gäller strokerehabilitering.

”Det är ju säkert så med ett projekt som detta att det var många som hoppades hamna i en grupp. Vi var väldigt tydliga med att man fick acceptera den grupp lotten bestämde.

I det stora hela verkade deltagarna väldigt nöjda. Det kan vara en boost att man upptäcker förändringar efter en behandlingsomgång. Att man fortsätter i annan träning. Det kan ge en initial skjuts.” Arbetet med att samla in material tog tre år och det var många patientjournaler som gick igenom innan grupperna var klara. Och arbetet är inte slut bara för att det har publicerats en rapport om studien. Man har som målsättning att publicera flera artiklar. Dessutom passade man på att ta blodprov på deltagarna. Forskargruppen innehåller olika specialiteter och blodproven skulle i den bästa av världar kunna få oss att förutse vilka individer som förbättras mest av behandlingen.

Så även om den första rapporten visar att rytmterapi och ridterapi är bra så finns det mycket mer som kommer att kunna användas i strokerehabiliteringen.

Och Lina Bunketorp Käll fortsätter att arbeta halvtid på avdelning och halvtid som forskare.

Text och foto: Ronald Rosengren

Ronnie Gardiner är hedersmedlem i STROKE-Riksförbundet. Han fick ta emot beviset för det när förbundsstyrelsen hade sammanträde i september.



Ronnie Gardiners metod kom ur ett svart ögonblick

Ronnie Gardiner fick ta emot beviset för att han är hedersmedlem i STROKE-Riksförbundet i samband med förbundsstyrelsens styrelsemöte i september. Ordföranden Ove Puisto lämnade över diplommet och blommor.

Ronnie Gardiner är trummis och kommer ursprungligen från USA även om han har bott länge i Sverige. Han är fortfarande aktiv som trummis även om han idag jobbar mycket med den metod som har visat sig vara bra bland annat när det gäller rehabilitering efter stroke.

Ronnie Gardiner har ett imponerande CV inom musiken. Han har spelat med stora jazznamn som Dizzy Gillespie, Benny Carter, Gerry Mulligan och Dexter Gordon. Han har haft egna band och inte minst har han spelat mycket med Charlie Norman. Bland annat spelade han med Charlie Norman på 1980-talet på Kanarieöarna då han råkade ut för en tragisk händelse som fick honom att bestämma sig för att ta sitt liv.



STROKE-Riksförbundets ordförande Ove Puisto lämnade över diplommet som ett bevis på att Ronnie Gardiner är hedersmedlem i förbundet.

Tänkte ta sitt liv

Eftersom han inte kunde simma bestämde han sig för att gå ut i havet för att drunkna. Men på väg ner till stranden träffade han en pojke utan ben eller armar och när han pratade med honom insåg han att han som var frisk hade mycket att göra.

Det var efter det som han utvecklade sin rytmterapi som bygger på trumspelets grunder. Det vill säga armar och ben gör olika rörelser och genom att lägga till ljud också skapas en stor variation av rörelser som stimulerar hjärnan. Det är inte bara de delar som gör en rörelse som utvecklas.

Över hela världen

Alltsedan den där dagen på stranden på Kanarieöarna har Ronnie arbetat för att utveckla och sprida sin metod. Metoden har fått spridning både i Sverige och övriga världen och han reser runt för att sprida den ytterligare.

Ronnie berättar gärna om sin metod och blir engagerad och man kan märka att han har lagt ned mycket jobb på att lära sig hur hjärnan fungerar.

”Man kan ta till droger, alkohol och sex för att ge hjärnan ”lyckopiller”. Men det finns risker med det. Min metod har absolut inga biverkningar. Den är helt ofarlig.”

Text: Ronald Rosengren
Foto: Hasse Sandberg