



INFORMACE O DÍTĚTI S MYOKLONICKOU DYSTONIÍ

pro pedagogy a pomáhající profese



MÁM MYOKLONICKOU DYSTONII, JAK SE CÍTÍM?

uvědomuji si svou jinakost a trápím se s ní,
jsem inteligentní a nemám rád/a neúspěchy

www.dystonia.cz

JAKÉ MOHU MÍT PROBLÉMY?

(výčet problémů je individuální dle míry postižení, rodiče mohou zaškrtnout)

- s jemnou motorikou**, např. při psaní a manipulaci s korálky na počítadle a dalšími školními pomůckami
- s dolními/horními končetinami nebo krkem** – stáčení nebo nepřirozený postoj
- trpím záškuby různé intenzity** (ty drobné se projevují jako třes), omezené na různé části těla o záškuby nemohu vůlí ovládat, přesto se záškubům spontánně bráním, ale tím na máhám jiné svalové skupiny, a proto mě může bolet např. trup, záda nebo břicho, (např. u nácviky psaní)
- s vytrvalostním cvičením a během**
- posilování svalů, stres fyzický i psychický** – může zhoršit projevy MyD
- se sociální úzkostí** příp. panickou atakou

JAK MI MŮŽETE POMOCI?

- pochopením a častější pochvalou**
- nezakazovat pohybové školní aktivity**, ale vhodně je pro mě upravit (též na základě doporučení z pedagogicko-psychologického poradenství)
- vysvětlit spolužákům viditelné projevy MyD**, aby se mi nesmáli a naučili se pomáhat, pokud budu pomoc potřebovat
- při panické atace potřebuji **blízkost dospělé osoby**, uklidnění a pochopení, že můj strach je pro mě opravdový a nemohu se mu ubránit (pokud je přítomen tento příznak)
- častější **odpočinek a uvolnění** po činnostech, které jsou pro mě namáhavé

Děkujeme partnerům za podporu projektu