

Кийинүү

Башка балдардай эле, ден соолугунун мүмкүнчүлүктөрү чектелүү балдарды кичинекейинен өз алдынча кийинүүгө үйрөтүү зарыл. Бирок өнүгүү деңгээли үчүн али оор ык-жөндөмдөрдү үйрөнүүсүнө баланы мажбурлап, аны шаштыруу туура эмес.

ӨЗ АЛДЫНЧА КИЙИНГЕНДИ ДЕНИ СОО БАЛДАР ҮЙРӨНГӨН ОРТО КУРАК

1 жашка чейин

Бала аны кийинтүүгө эч жардам бербейт.



1 жашта

Баланы кийинтип жатканда, ал жардам берет.



2 жашта

Эркин отурган кийимин чечет.



3 жашта

Эркин отурган кийимин кийет.



4 жашта

Чоң топчуларды топчулайт.



5 жашта

Өз алдынча кийинет (өзгөчө татаал кийимдерди эсепке албаганда).



6 жашта

Бут кийиминин боосун байлайт, жайкы жеңил бут кийимин тууралап кийет.



Өз алдынча кийингенди жергиликтүү каада-салттарга жана ата-энелер буга кандай маани берүүсүнө жараша балдардын ар бири түрдүү куракта үйрөнүшү мүмкүн. Айылыңыздагы башка үй-бүлөлөрдөгү балдар түрдүү куракта эмнеге жөндөмдүү болоруна байкоо жүргүзүңүз. Балдар эки жашка чыга электе эле кийимин чечкенди үйрөнүп алышы мүмкүн, бирок кийиминин бардыгын туура кийгенди демейде 5 же 6 жашка чыкканда гана үйрөнүшөт. 6 жаштагы дени соо бала деле көйгөнүн тескери же бут кийиминин ордуларын алмаштырып кийип алышы мүмкүн.

Өнүгүүсүндө артта калган же денесинин кыймылдоо функциясында бузулуусу бар балдар кийинүү ык-жөндөмүн жай үйрөнүшү ыктымал. Бала аны кийинтүүгө жардам берет деп күтүп отурбай, энеси же эжеси көп учурда аны өздөрү эле кийинтип салышат. Бирок бул баланын өнүгүүсүн ого бетер жайлатат.

Кийинүү процессин баланы бир убакта көп багыттарда (өзү жана айлана-чөйрөсү жөнүндө кабардар болуу, денесинин тең салмактыгын сактоо, кыймылдоо ык-жөндөмүн өздөштүрүү жана атүгүл сүйлөө) өнүктүрүү мүмкүнчүлүгү катары пайдаланган маанилүү.

Баланы кийинтип жатып, ал менен сүйлөшүңүз. Денеси кайсы бөлүктөрдөн турарын, кийимдеринин аталыштарын жана алардын бир бири менен байланышын (мисалы, “кол жеңге кирет”, “буттар шымдагы эки тешикке кирет” ж.б.у.с.) бала үйрөнүүсүнө жардам бериңиз. Мындай ыкманын жардамы менен бала тил үйрөнө баштайт, денесинин мүчөлөрүн кыймыл аракеттери жана айланасындагы нерселер менен байланыштырганды өздөштүрөт.

Балага өз алдынча кийинүүнү үйрөтүү убакытты жана сабырдуулукту талап кылат. Бала мүмкүн болушунча көбүрөөк нерселерди өзү аткарып көнсүн. Бала бир нерсени аткара албай баратканда гана ага жардам берүүгө даяр болуңуз, бирок зарыл болгон көлөмдө гана. Бир нерсени аткара албоосу кайрадан аракет кылуусуна ындынын өчүрбөөсүн камсыз кылыңыз. Бала аткара турган “тапшырма” анын колунан келгендей болушу, анын өнүгүү деңгээлине туура келиши керек.



Туура кылдың – колдоруңду менин ийиндериме кой. Эми оң бутуңду бул эки тешиктин оң жагындагысына сал. Оп баракелде, кызым!

БАЛАНЫ КИЙИНТҮҮ ҮЧҮН ЫҢГАЙЛУУ АБАЛДАР

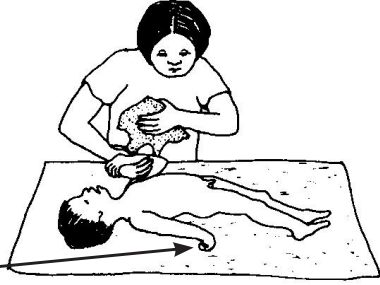
Баланы кийинтүү үчүн, денесин түрдүү абалдарга келтирип, ыңгайлуусун табыңыз.

Спастикалык церебралдык шалдыгы бар бала үчүн денесинин абалы айрыкча маанилүү. Аны аркасына жаткырып алып кийинтенде, денеси көп учурда артын көздөй ийилип чыңалып калат.

Ыңгайуу эмес абал:

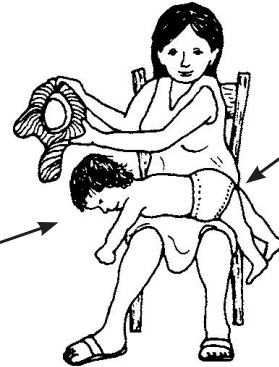
(Денеси артын көздөй ийилип чыңалып калды.)

Алакан-манжалары бүгүлүү, булчуңдары чыңалуу.



Ыңгайлуу абал:

Бала энесинин тизесине бетин ылдый каратып жаткырылган.

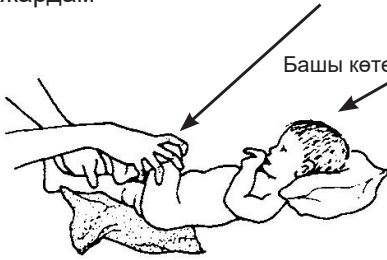


Буттары жамбаш сөөк - кашка жилик муундарында бүгүлүп турат.

Эгер баланы кийинтүү үчүн аны **аркасына** жаткыруу талап кылынса, башынын астына бекем жаздык коюп, буттарын жамбаш сөөк - кашка жилик муундарынан жана тизелеринен бүгүп кармаңыз. Мындай абал бала денесин бош кармоосуна жардам берет.

Тизелери бүгүлүү.

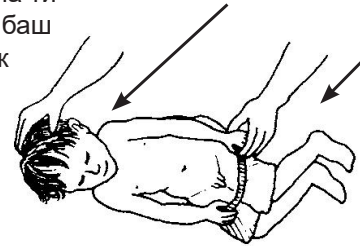
Башы көтөрүлгөн.



Жаңыдан өз алдынча кийине баштаган, булчуңдарында спастикасы бар бала үчүн **капталына жатып алып кийинүү** көп учурда ыңгайлуураак болот. Кийимин денесине тартуу үчүн, бир капталынан экинчи капталына которолууга балким ал аргасыз болот, бирок денеси чыңалып, артын көздөй ийилип калбашы үчүн, бала тизелери менен жамбаш сөөк - кашка жилик муундарын бүгүлгөн, башын алдыга эңкейткен абалында кармоосу керек болот.

Башы алдыга эңкейип турат.

Тизелери жана жамбаш сөөк - кашка жилик муундары бүгүлүп турат.

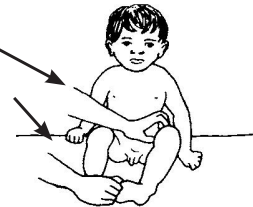
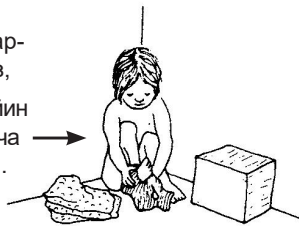
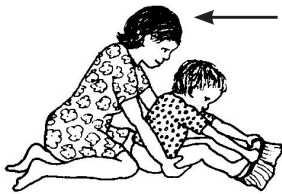


Балага **отурган абалында кийинүүсүнө** жардам берүү үчүн, ал туруктуу отура аларына ынаныңыз. Буттарын бүгүп, тулкусун алдыга эңкейтип отуруусуна ага жардам бериңиз.

Эгер бала отурган абалында денесинин тең салмактыгын жакшы сактай албаса же денеси артын көздөй чыңалып ийилип кетсе, аны бөлмөнүн бурчуна отургузуп, кийинтип көрүңүз.

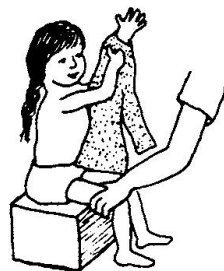
Тамандарды алдыга сунуп, тизелерди бир биринен аластатып отуруу абалы ойноо жана кийинүү үчүн ыңгайлуу. Эгер буттар чыңалып, тизелер бир бирине кептелип калса, бир убакта бут бармагын астынан басып, бир тизесин экинчи тизесинен абайлап алыстатып көрүңүз.

Адегенде жардам бериңиз, андан кийин өз алдынча кийинсин.

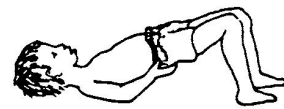


Атетоиддик церебралдык шалдыгы бар бала колдорун көтөрүүгө же сүйлөөгө аракеттенгенде, бут кетмендери жерден көтөрүлүп калышы, ал эми буттары бир биринен алыстатып жылып кетиши мүмкүн.

Тизелерин бир биринен алыстатпай кармап, ылдый басып, же бут кетмендерин ылдый басып көрүңүз.



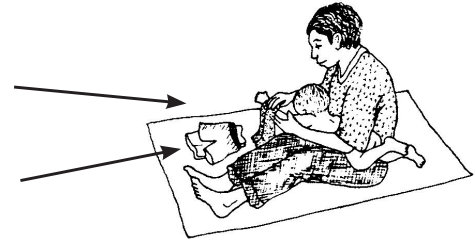
Кийинүү учурунда кыймылдарын башкаруусун жеңилдеткен дене абалын табууга балага жардам бериңиз.



КИЙИНҮҮСҮ БОЮНЧА СУНУШТАР

БЦШ

• Эгер бир колу же буту экинчисине салыштырмалуу көбүрөөк жабыркаган болсо, анда **кийимдерин адегенде жабыркаган жагына кийгизсеңиз**, оңоюраак болот.



• Аны кийинтүүгө жардам берүүсү үчүн, бала кийимдерин көргөндөй жана аларга жете алгыдай кылып жакыныраак коюңуз.

• Эгер колу чыңалып, бүгүлүп калса, адегенде аны **жай ылдамдык менен түздөөгө** аракет кылып, андан кийин ага көйнөктүн жеңин кийгизиңиз. (Эгер колун күч менен же тез түздөөгө аракет кылсаңыз, кол булчуңдарындагы спастика күчөп кетиши мүмкүн.)

Колуңузду белине коюп, буттарың бүгүлгөн абалында кармоого балага жардам берсеңиз болот.



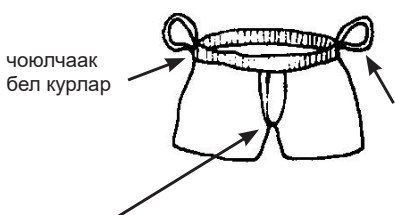
Мындай ыкма бала бут булчуңдарын бош кармоосуна жана кыймылдарын башкаруусуна жардам берет.

• Эгер буттары чыңалып, түздөлүп калса, шымын же бут кийимин кийгизүү үчүн, аларды этияттап бүгүңүз.

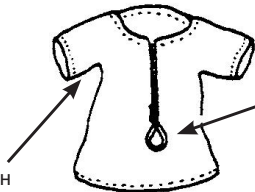
Экинчи колуңуз менен тизесин бүгүлгөн абалында кармасаңыз да болот.

• Аны кийинтүүнү сиз баштаңыз, бирок кийинип бүтүүсүн бала өзү аткаруусуна ага мүмкүнчүлүк бериңиз. Бала барган сайын улам көбүрөөгүн өзү аткарып көнсүн. Эгер ал толугу менен өз алдынча кийине алса, анда ага жетиштүү убакыт бериңиз. Эгер бала баарын өзүм кылам деп аракеттенсе, анын ордуна кыла салайын деп шашылбаңыз. Колунан келгенде же аракет кылганда, баланы мактап туруңуз.

• Оңой кийилиши үчүн, кийимдери эркин отурсун. Төмөндө бир нече сунуш келтирилген:



шымды көтөрүүнү жеңилдеткен, кездемеден тигилген илмектер

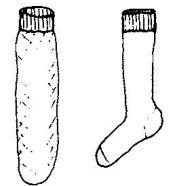


жеңи кенен

тартып чечүүнү жеңилдеткен илмеги бар сыдырма

бут кетменине оңой кийилген, согончок бөлүгү "жок" байпак

оңоюраак оорураак



согончок бөлүгү "жок"

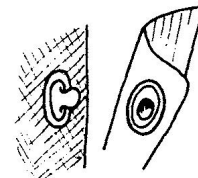
Шымындагы заара кылынчу узун тешиги топчуланып да, "липучка" илмек менен да, сыдырылып да жабылбайт, болгону сырткы бөлүгү ички бөлүгүн жаап турат.



топчулардын ордуна "липучка" илмектер

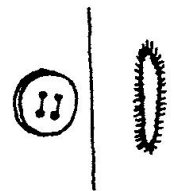


"липучка" илмек

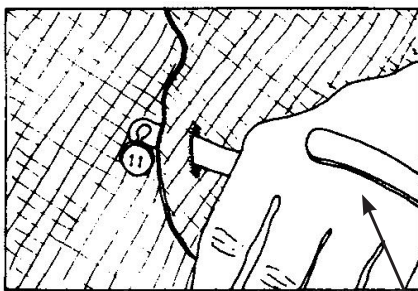


Кадимки топчуларга караганда "чык" этип кадалып бекиме топчулар оңоюраак ачылып-бекилет.

Эгер кадимки топчулар колдонулса, алардын чоң түрлөрүн колдонуңуз жана топчу кирчү тешиктерин чоңураак кылыңыз.



• Манжаларын жакшы башкара албаган балага топчулоочу жана топчудан кайра чыгаруучу жөнөкөй аспап жасап бериңиз.



Бул учу алаканына кармалышы үчүн ийилүү.



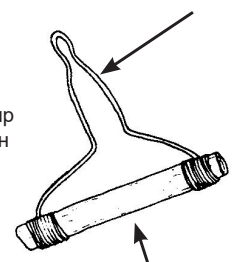
ичке, бирок бекем металлдан кесим (эски калай идиштен алынган)

Эгер алаканманжалар абдан алсыз болсо, аларга илип коюу үчүн кайыш жасалга.



жыгач сап (же эски бир шаймандын сабын колдонуңуз)

ийилбеген ичке сым

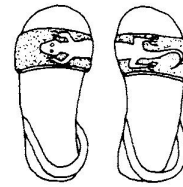


туурасынан кесилиши тегерек жыгачтан кесим

- Эгер бала көйнөгүн улам тескери кийке берсе же бут кийимдеринин ордуларын алмаштыра берсе, кийимине “эскертмелерди” тагып берип көрүңүз. Мисалы:

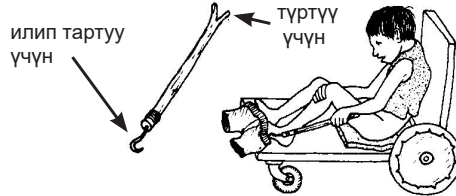


Көйнөгүнүн алдыңкы бөлүгүнө тасманы кооздоп байлап коюңуз.

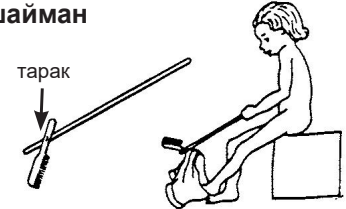


Бут кийимин туура кийгенде, бүтүн жаныбар чогулгандай кылып, бут кийиминин ар бирине жаныбардын жарымын чаптап коюңуз.

- Эгер бала үчүн колдорун бут кетмендерине жакындатуу оор болсо, **илмеги бар таяк** жардам бериши мүмкүн.



Универсалдуу шайман

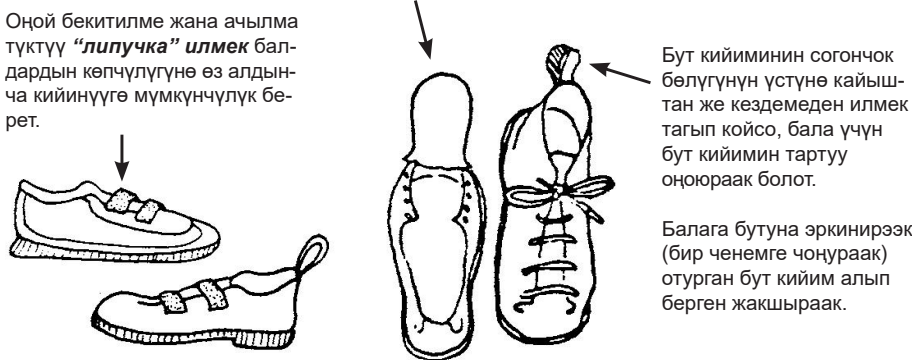


Бут кийимди баланын бутуна тууралоо

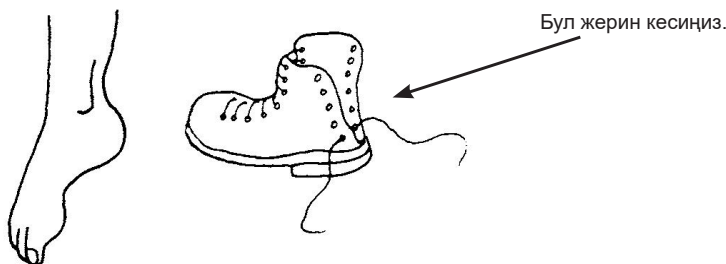
- Эгер баланын бут кетмени жырткыч жаныбардын тырмактуу манжаларына окшошуп деформацияланып кеткен болсо же манжалары бүгүлүп кармалса, бут кийиминин башын кесип салыңыз же жайкы ачык бут кийимди колдонула.



- Теннистик бут кийимди же бут манжаларына чейин ачылуучу бөлүгү бар түрүн колдонуу оңоюраак.



- Эгер бут кетмени төмөнкү сүрөттөгүдөй болуп, чыңалып түздөлүп калса, бут кийим кийгизүү оор болот. Мындай жагдайда бут кийиминин арткы бетин кесип, баланын бутун ушул жеринен бут кийимге киргизсе болот.



БИР ГАНА КОЛ МЕНЕН БУТ КИЙИМДИН БООСУН ТАГУУ

- 1.
- 2.
- 3.
- 4.
- 5.
- 6.

Сезгичтиги жоголгон буттар үчүн атайын бут кийимдин түзүлүшүн 224- жана 225-беттерден караңыз. Ортез менен чогуу колдонуу үчүн бут кийимди өзгөртүп тууралоо жөнүндө 544-беттен издеңиз.