

Как работать с материалами ЭТОЙ КНИГИ

ГЛАВА 2

Рекомендации работникам здравоохранения и служб реабилитации

Большая часть информации, приведенной в этой книге, адресована главным образом **работникам здравоохранения и служб реабилитации**, которым приходится сталкиваться со многими детьми, имеющими различные физические недостатки. Большую пользу эта книга принесет и **родителям** детей с физическими недостатками. Однако не все родители могут позволить себе приобрести эту книгу, да и семье, в которой только один ребенок с физическими недостатками, обычно не нужна вся книга: в ней содержатся сведения о таком большом количестве различных физических недостатков, что у родителей могут возникнуть затруднения с поиском относящихся к их ребенку.

Кроме того, самостоятельное изучение книги – порой не лучший способ приобретения навыков. Овладеть многими методами, вспомогательными приспособлениями и упражнениями гораздо проще, наблюдая за действиями и тренируясь под руководством других людей. Но после того, как работник здравоохранения научит родителей выполнять определенные упражнения или покажет им образец самодельного приспособления, **отпечатанные инструктажные листы с понятными рисунками могут принести семье огромную пользу**. Иногда они помогают узнать, выполняются ли необходимые рекомендации дома или нет.

Некоторые разделы книги и отдельные ее страницы родителям полезно всегда иметь под рукой. Например, семье девочки, страдающей *артритом*, нужны постоянно некоторые "Инструктажные листы по выполнению упражнений", приведенные в конце гл. 42, и "Информационный листок о применении аспирина" (с. 134), а также страницы из гл. 16, посвященной артриту, на которых можно отметить необходимые ей упражнения и занятия.

Родителям маленького ребенка с *замедленным развитием* можно рекомендовать страницы из глав, посвященных развитию ребенка и занятиям по раннему стимулированию (гл. 34 и 35). Родителям ребенка более старшего возраста можно предложить материалы из глав, посвященных самообслуживанию (гл. 36–39).

В зависимости от интереса, проявляемого родителями, и уровня их образования можно предложить им целую главу (или главы), в которых описывается физический недостаток, имеющийся у их ребенка, например, главы о ДЦП (гл. 9) или глухоте (гл. 31). Ребенку более старшего возраста, который оказался парализованным вследствие перелома позвоночника, можно дать копию главы, посвященной травме спинного мозга. А разрешение родителям взять домой главы о предупреждении пролежней и регуляции мочевого пузыря и кишечника, даже может спасти ребенку жизнь! Родителям также могут понадобиться чертежи инвалидной коляски, которую они смогут без особых затрат изготовить сами либо с помощью столяра или кузнеца в своей деревне.

В центре по реализации проекта PROJIMO работники сельской службы реабилитации создали большую картотеку с копиями различных страниц и глав этой книги, которые, по их мнению, наиболее полезны для родителей. (Сначала для передачи родителям были приготовлены отдельные листы с упражнениями, помещенные в конце гл. 42. Позднее мы решили включить их в эту книгу.)



Рекомендация. Создайте картотеку, включающую страницы, главы и информационные листы, предназначенные для родителей.

Как отметить информацию, предназначенную для данного ребенка

На любой странице или в главе, которую вы даете родителям, какая-то часть информации или рекомендаций может в большей степени относиться к их ребенку.

Мы советуем обвести кружками занятия или рекомендации, которые наиболее полезны данному ребенку с учетом его состояния, уровня развития, и перечеркнуть крестом "X" все то, что не нужно или может быть вредно для него.

Допустим, у ребенка, начинающего сидеть, имеется спастика. Вы дадите родителям копию с. 307 книги.

Первые три упражнения, приведенные здесь, могут способствовать улучшению равновесия и развитию координации движений. Поэтому эти упражнения следует обвести кружками.

Следующие три упражнения для этого ребенка слишком трудные и могут привести к увеличению спастичности. Перечеркните их крестом "X", чтобы родители не выполняли эти упражнения.

Ксерокопирование страниц может оказаться дорогостоящим и непростым делом. Кроме того, иногда семье могут понадобиться письменные рекомендации или рисунки, копии которых не сделаны заранее.

В этом случае, может быть, вам удастся вручную скопировать рисунки из книги либо сделать это с помощью детей или молодых людей, живущих в деревне или посещающих центр с целью реабилитации либо в качестве учеников и работников. Если у них есть художественные способности, можно увеличить изображение или сделать его похожим на того ребенка, для которого оно предназначено*.

РАЗВИВАЮЩИЕ УПРАЖНЕНИЯ 307

Сохранение равновесия в положении сидя. Посадите ребенка на колени лицом к себе.



Поддерживайте ребенка так, чтобы его тело могло наклоняться.

Затем можно посадить ребенка на колени лицом от себя, так чтобы он мог видеть, что происходит вокруг.



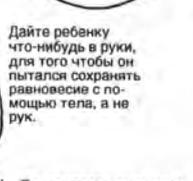
Медленно опустите одно колено, так чтобы ребенок слегка наклонился в одну сторону, затем в другую.

То же самое можно проделать, посадив ребенка на бревно.



По мере того как ребенок научится лучше сохранять равновесие, поддерживайте его так, чтобы он меньше зависел от вашей поддержки.

Дайте ребенку что-нибудь в руки, для того чтобы он попытался сохранить равновесие с помощью тела, а не рук.



Если трудности с сохранением равновесия возникают у ребенка более старшего возраста, то же самое упражнение можно выполнять на "качающейся доске".



Сначала позвольте ребенку держаться руками за доску.

То же упражнение можно выполнять на большом шаре.



Позже посмотрите, сколько времени ребенок сможет продержаться на качающейся доске, сложив руки вместе. Превратите это упражнение в игру.

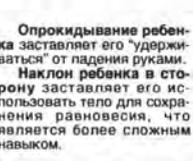
Наклоните шар с одной стороны на другую, а затем вперед и назад.



Примечание. Эти упражнения также можно выполнять, посадив ребенка на стол и осторожно подталкивая его назад, вбок и вперед. Но лучше подталкивать предмет, на котором сидит ребенок.



Опрокидывание ребенка заставляет его "удерживаться" от падения руками. Наклон ребенка в сторону заставляет его использовать тело для сохранения равновесия, что является более сложным навыком.





Минерва, девочка, больная полиомиелитом, которая работает и учится в центре PROJIMO, помогает перерисовывать рисунки из этой книги с учетом потребностей определенных детей.

* Рекомендации о срисовывании и копировании рисунков в увеличенном масштабе приводятся в Учебном пособии по медико-санитарной помощи ("Helping Health Workers Learn", см. с. 637).

Если вы располагаете набором увеличенных рисунков, то, возможно, ребенок с физическими недостатками, который придет на прием в центр реабилитации, сможет сам скопировать необходимые ему упражнения. Поручая с самого начала ребенку эту работу, вы увеличиваете вероятность того, что он будет регулярно выполнять упражнения дома.

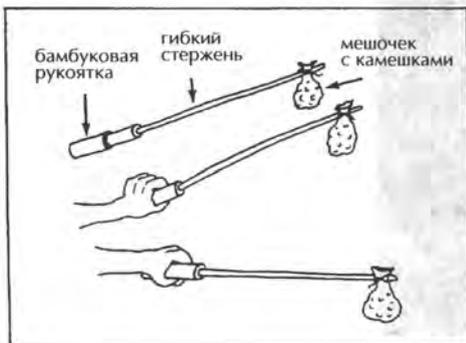
В самодельных листах можно сделать надписи на местном языке или использовать названия предметов, употребляемые деревенскими жителями, изобразить привычные для них прически и одежду.

Но какой бы путь вы ни избрали, старайтесь, чтобы язык изложения и рисунки были **простыми и понятными**. Избегайте употребления незнаковых слов.

Итак, подумайте о том, как приспособить упражнения или занятия к местным условиям.

Предположим, вы живете в рыбацкой деревне и хотите сделать копии рисунка, показывающего приспособление для укрепления запястья. Вместо того, чтобы просто скопировать упражнения, помещенные в

этой книге, включите в их число рисунок, похожий на приведенный здесь. Это натолкнет родителей на упражнения, которые помогут включить ребенка в повседневную жизнь и трудовую деятельность семьи.



Ловля рыбы вместе с отцом – хорошее упражнение для развития запястий и увлекательное занятие для ребенка.

Помните! Страницы с указаниями и рисунки могут оказать большую помощь, но они не должны **заменять обучение и показ**. Чтобы родители поняли суть и необходимость занятий и упражнений:

- 1) сначала покажите упражнение и объясните его назначение;
- 2) проследите за выполнением этого упражнения, пока родители не начнут делать его правильно и не поймут, почему нужно делать именно так;
- 3) затем дайте им инструктажный лист и объясните основные пункты.

Подробно (с примерами и рисунками) этапы обучения рассматриваются на с. 382.

Не требуйте неукоснительного соблюдения наших рекомендаций. Постарайтесь использовать книгу в качестве источника идей, которые помогут родителям найти эффективные пути приобщения детей к повседневной жизни.

ПОМНИТЕ...

Одним из лучших способов ознакомления с материалами этой книги является:

1. ПОКАЗ того, как нужно делать необходимые упражнения.

Работники службы реабилитации занимаются на открытом воздухе с родителями детей, имеющих физические недостатки. Родители учатся выполнять упражнение на растягивание тазобедренного сустава. На рисунках на школьной доске показано, какие мышцы растягиваются при выполнении этого упражнения.



2. Затем САМОСТОЯТЕЛЬНОЕ ВЫПОЛНЕНИЕ этих упражнений – под вашим руководством.

Работник здравоохранения обучает растягиванию натянутого пяточного сухожилия (см. с. 83).



3. И предоставление РИСУНКА или ИНСТРУКТАЖНОГО ЛИСТА для запоминания этого упражнения.



ВАЖНО! Постарайтесь, чтобы люди поняли не только то, что нужно делать, но и почему нужно делать именно так. Возможно, вы проводите занятия, пользуясь материалами этой книги. Старайтесь соединить практические занятия с рассмотрением основных принципов и побудительных причин.