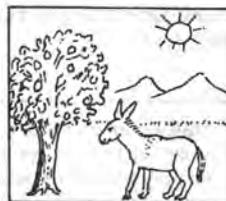


Недостаток зрения может быть незначительным, умеренным или серьезным. Когда человек ничего или почти ничего не видит, мы говорим, что он слепой. Некоторые дети **полностью слепы**, они ничего не видят. Однако **большинство слепых детей немножко видят**. Одни различают свет и тьму, день и ночь, но не различают очертаний предметов. Другие видят очертания больших предметов, но не различают мелкие предметы.



Так видит ребенок с нормальным зрением

Многих детей нельзя отнести к слепым, но они видят **недостаточно отчетливо**. Например, они достаточно хорошо видят для большинства повседневных занятий, но им трудно разглядеть мелкие детали. Родители могут и не догадываться, что ребенок плохо видит, пока не заметят, что он с трудом вдевает нитку в иголку или читает буквы на школьной доске. Таких детям часто помогают очки или увеличительное стекло (лупа).



Так видит ребенок со слабым зрением (очертания крупных предметов, но не мелкие детали)

Одни дети слепы от рождения, другие слепнут в раннем детстве или позже.

ВНИМАНИЕ! По глазам не всегда можно догадаться, что ребенок слеп. Глаза могут быть ясными и на вид вполне нормальными. Причина может крыться глубже – в повреждении головного мозга. Внимательно следите, нет ли других признаков, показывающих, что ребенок плохо видит.

ПРИЗНАКИ, КОТОРЫЕ ОЗНАЧАЮТ, ЧТО У РЕБЕНКА ПРОБЛЕМЫ СО ЗРЕНИЕМ

- Глаза или веки красные, гноятся или постоянно слезятся.
- Глаза тусклые, мутные, воспалены или имеют другие очевидные признаки отклонения от нормы.
- Один зрачок (или оба) кажется серым или белым.
- К 3 месяцам ребенок еще не следит глазами за предметом или источником света, который перед ним перемещают.
- К 3 месяцам ребенок не тянется к находящимся перед ним предметам, если только эти предметы не издадут звуков или не прикасаются к ребенку.
- Глаза “косят”, т. е. один глаз смотрит внутрь или наружу либо двигается не так, как другой (до 6 месяцев небольшое сходящееся косоглазие нормально).
- Ребенок щурится или запрокидывает голову, разглядывая предметы.
- Ребенок позже, чем сверстники, начинает брать предметы руками, ползать или ходить, часто натывается на окружающие предметы, кажется неуклюжим и неловким.
- Почти не проявляет интереса к ярким предметам, картинкам, книжкам или же подносит их очень близко к лицу.
- Плохо видит после захода солнца (“куриная слепота”).
- В школе ребенок не может читать буквы на доске. Он не может читать книги с мелким шрифтом, чтение утомляет его, у него часто болит голова.



Так видит ребенок, который различает только направление, откуда падает яркий свет

Если вы заметите у ребенка какие-либо из этих признаков, проверьте его зрение и, если возможно, обратитесь к медицинскому работнику или к офтальмологу (врачу – специалисту по глазным болезням). Иногда зрение можно сохранить, приняв профилактические меры или своевременно начав лечение (см. с. 245).



Так видит абсолютно слепой ребенок

Как проверить, видит ли грудной младенец, и как определить остроту зрения у детей, читайте на с. 452–453.

Слепота и другие физические или умственные недостатки

Некоторые дети, страдающие церебральным параличом или другими *физическими* или *умственными недостатками*, к тому же оказываются частично или полностью слепыми. Родители могут об этом не догадываться, полагая, что замедленное развитие ребенка или его безучастность к окружающему объясняются его психическими и физическими недостатками. На самом деле это может быть в значительной мере обусловлено слепотой.

Даже если у ребенка нет других физических или психических недостатков, **слепота может замедлить и затруднить развитие первичных навыков. Если ребенок не смотрит на окружающие предметы, не тянется за ними, не проявляет к ним интереса, проверьте у него зрение (и слух).**

Примечание. Некоторые дети с очень тяжелыми нарушениями функций мозга или умственной отсталостью могут казаться слепыми. Они могут смотреть на предметы и не видеть их, потому что развитие мозга у них на уровне новорожденного младенца. Если ребенка усиленно развивать, то постепенно некоторые из детей начинают лучше осознавать окружающие предметы, следить за ними взглядом и, наконец, тянуться за ними.

Причины слепоты

Жители некоторых регионов полагают, что ребенок рождается слепым в наказание за грехи родителей. В некоторых уголках Латинской Америки жители считают, что в глаза младенцу попала моча летучей мыши или у его личика пролетела бабочка-совка. Все это не имеет никакого отношения к действительным причинам слепоты, и по мере того как люди получают новую информацию, многие из них освобождаются от суеверий.

Причиной слепоты у детей обычно является плохое питание или инфекционная болезнь. В большинстве случаев слепоту у детей можно предотвратить.

ЧАСТЫЕ ПРИЧИНЫ СЛЕПОТЫ У ДЕТЕЙ:

1. "Сухость глаз" (*ксерофтальмия, или слепота, обусловленная неполноценным питанием, выражается в сухости поверхности конъюнктивы и роговицы глаза*) — наиболее частая причина слепоты у детей, особенно в некоторых районах Африки и Азии. Эта болезнь возникает из-за недостатка витамина А, который в естественном виде содержится во многих фруктах и овощах (а также в молоке, мясе и яйцах). "Сухость глаз" развивается у детей, которые не получают регулярно такой пищи. Она часто появляется или быстро усиливается у таких детей при **поносе, кори, коклюше или туберкулезе**. Эта болезнь намного чаще встречается у детей, которых не кормят грудью.

"Сухость глаз" можно **предотвратить**, давая детям пищу, богатую витамином А. Побуждайте жителей выращивать на огородах и употреблять в пищу папайю, тыкву, морковь и зелень. **Позаботьтесь, чтобы ребенок регулярно ел эти продукты, начиная с 4–6 месяцев.**

Для предупреждения "сухости глаз" можно давать витамин А в капсулах, но он не должен заменять полноценное питание. Давайте детям 200,000 ед. (60 мг ретинола) раз в 6 месяцев (или 100,000 ед. младенцам до годовалого возраста). Не давайте эту дозу чаще, чем раз в 6 месяцев, потому что **слишком большая доза витамина А может вызвать у ребенка отравление**. Для **лечебных целей** дайте ребенку 200,000 ед. (международные единицы, м.е.) витамина А сразу, 200,000 м.е. на следующий день и 200,000 м.е. спустя 2 недели. Детям в возрасте до 1 года давайте половину этой дозы. Посоветуйтесь с медицинским работником.

СИМПТОМЫ КСЕРОФТАЛЬМИИ

Первым симптомом может быть "куриная" (ночная) слепота. Ребенок в темноте видит хуже, чем другие.

Затем глаза становятся "сухими" на вид. Белок глаза утрачивает естественный блеск, начинает сморщиваться, на нем местами образуются серые пузырьки (пятна Бито).

Позже темная часть (роговица) тоже становится сухой и тусклой и покрывается крошечными ямками.

Наконец, роговица может размякнуться, вспучиться или разорваться, приведя к слепоте.



ПИЩА, ПОМОГАЮЩАЯ ЕЕ ПРЕДОТВРАТИТЬ

- грудное молоко
- овощи и зелень
- желтые, красные и оранжевые овощи
- цельное молоко
- яичные желтки
- печенька и почки
- рыба



2. **Трахома** – самая распространенная в мире причина слепоты, которую можно предотвратить. Часто она начинается у детей и может длиться месяцами или годами. Если не начать лечение на ранней стадии, она может привести к слепоте. Заражение происходит при непосредственном контакте, через полотенца, платки и т. п. Один из источников заразы – мухи. Эта болезнь чаще всего встречается в бедных районах с большой скученностью населения.



Трахому можно избежать, следя, чтобы у ребенка были чистые глаза, и оберегая его от мух. Чтобы трахома не привела к слепоте, немедленно начинайте лечение тетрациклиновой глазной мазью (обратитесь к медицинскому работнику или прочтите *Where There Is No Doctor* ("Там, где нет врача", с. 220).

СИМПТОМЫ ТРАХОМЫ

- Начинается, как "болезнь красных глаз" (конъюнктивит), глаза краснеют, слезятся и воспаляются. У детей может развиваться в течение месяцев, почти или совсем без ранних симптомов.
- Спустя месяц или больше на внутренней стороне верхних век образуются маленькие бугорки.
- Белок глаза воспаляется или распухает.
- Верхний край роговицы может помутнеть.
- Через несколько лет бугорки на внутренней поверхности век исчезают, оставляя беловатые рубцы.
- Рубцы могут втягивать ресницы в глаз, царапая роговицу и приводя к слепоте.

3. **Гонорея** глаз у новорожденных приводит к слепоте, если немедленно не приступить к лечению. Ребенок заражается от матери при родах. Глаза краснеют, опухают и начинают сильно гноиться. Заболевание можно предупредить, закладывая тетрациклиновую глазную мазь или закапывая 1%-ный раствор нитрата серебра в глаза всем новорожденным при родах. Гонорея – очень распространенное венерическое заболевание, иногда оно лечится пенициллином (см. *Where There Is No Doctor* ("Там, где нет врача"), с. 221 и 236).



4. **Хламидия** – быстро распространяющаяся по всему миру венерическая болезнь, вызываемая тем же вирусом, что и трахома. Ее проявления сходны с гонореей (как в половых органах, так и в глазах). Закладывание тетрациклиновой мази в глаза новорожденному 3 раза в день в течение 3 дней обычно предохраняет глаза как при гонорее, так и при хламидии.



Закладывайте мазь на внутреннюю поверхность нижнего века.

5. **"Речная слепота"** (онхоцеркоз) – частая причина слепоты в некоторых районах Африки и Латинской Америки. (См. *Where There Is No Doctor* ("Там, где нет врача"), с. 227.) Болезнь разносят черные мухи, обитающие в реках и ручьях. Неизлечима.



6. **Корь**, которая может повредить поверхность глаза, – частая причина слепоты, особенно в Африке, а также у детей, которые не получают полноценного питания.

ОСТОРОЖНО!

7. **Повреждение мозга** вызывает слепоту у многих детей, обычно в сочетании с церебральным параличом или другими физическими и психическими недостатками. Повреждение мозга может возникать внутриутробно, при родах или после рождения. Среди причин: коревая краснуха во время беременности, запоздалый первый вдох при родах, менингит (см. с. 91).



Бегать с острым предметом ОПАСНО ДЛЯ ГЛАЗ.

8. **Травмы глаз** часто приводят к слепоте у детей. Частыми причинами травм являются острые инструменты, фейерверки, кислота, щелочь и самодельные взрывные устройства.

9. Слепота у детей иногда вызывается другими причинами, такими, как **гидроцефалия** (с. 169), **артрит** (с. 136), **проказа** (с. 219), **опухоли мозга** и некоторыми **лекарствами** (с. 246). Примерно у половины детей старшего возраста, страдающих **болезнью Дауна**, постепенно развивается **катаракта** (помутнение хрусталика глаза).

ОСТОРОЖНО С ГЛАЗНЫМИ ЛЕКАРСТВАМИ

Пользуйтесь только такими лекарствами или “домашними средствами”, в безопасности которых для глаз вы **абсолютно уверены**.

Одно из современных лекарств, которым следует пользоваться пореже и всегда очень осмотрительно, это **кортикостероидная глазная мазь**. Некоторые врачи и медицинские работники прописывают ее почти при любом раздражении глаз. **Это опасно!** Если раздражение вызвано *вирусом*, эта мазь может усугубить инфекцию и привести к повреждению глаз или слепоте!

Некоторые “домашние средства”, применяемые для лечения глаз, безвредны и эффективны. Например, в мексиканских деревнях, если в глаз попала соринка, ее вынимают, закладывая под веко влажное **семечко чиа**. Это гладкое семечко покрыто слоем липкой слизи. Соринка прилипает, и семечко вынимают. Это – хорошее и безопасное домашнее средство.



Семечки чиа – полезное домашнее средство

Некоторые домашние средства опасны. Иногда в деревнях “туман в глазах” пытаются лечить, обкладывая глаз человеческими фекалиями (калом). Это небезопасно и бесполезно, может возникнуть опасное инфекционное заболевание. Опасно также закапывать в глаза лимонный сок, мочу, закладывая кусочки морского ушка или мазь “Викс” (Vicks).



Обкладывание глаза калом – опасное домашнее средство

***Примечание.** Кортикостероидные капли или мазь – важное лекарственное средство для предупреждения слепоты вследствие *ирита*, т. е. воспаления радужки (см. “Артрит” и “Проказа”). Но сначала следует сделать “флюоресцеиновые” пробы, чтобы убедиться, что нет вирусной инфекции. Посоветуйтесь с врачом!

Какое будущее у слепого ребенка?

Получая помощь и поощрение от семьи и окружающих, слепой ребенок обычно не отстает в развитии. Он может научиться самостоятельно есть, мыться, одеваться, ходить по дому и по поселку без посторонней помощи. Отсутствие или недостаток зрения возмещается развитием **обостренного слуха, осязания и даже обоняния**. Если ребенок хоть немножко видит, ему надо помочь наилучшим образом пользоваться тем зрением, которое у него есть. Он может и должен ходить в школу. Даже если он не может читать обычный шрифт, у него будет развиваться память.

Когда ребенок вырастет, он может стать фермером или ремесленником, освоить самые разные занятия. Там, где слепым предоставлен шанс, они нередко становятся активными членами общества и живут полноценной и счастливой жизнью. Во многих странах слепые активно занимаются организацией инвалидов, стремясь к тому, чтобы инвалиды обрели большую самостоятельность и стали полноправными членами общества.

К сожалению, слепым детям зачастую не дают возможности развивать свои способности в полной мере. В некоторых странах больше половины детей, слепых от рождения, умирают от голода или недосмотра до 5-летнего возраста. На следующей странице рассказываются две истории о слепых детях. Эти истории покажут вам, как много значат понимание и помощь окружающих.

ШАНТИ*

Шанти – слепая девочка, которая родилась в небольшой деревушке в Индии. Обнаружив, что девочка слепа, родители и бабушка с дедушкой постарались скрыть это от односельчан. Они считали, что слепота посылается семье в наказание за грехи и что люди станут их презирать. Родители тайком отвезли Шанти в приют и оставили там.

Никто в приюте не имел опыта ухода за слепым ребенком. К тому же было много других детей, которые нуждались в присмотре, и на слепую девочку просто не оставалось времени.

Шанти не давали умереть с голоду, но и только. Никто с ней не разговаривал, не брал на руки, не пытался пробудить в ней интерес к окружающему. Видя ее слепые глаза, нянечки думали, что она ничего не понимает и не воспринимает окружающее. Когда другие дети начали тянуться к игрушкам, которые видели перед глазами, а потом ползти к предметам, которые привлекали их внимание, Шанти оставалась безмолвно лежать в кровати.

Люди привыкли к слепой девочке. Когда было нужно, ее поднимали, мыли и кормили. Кормили ее из бутылочки или с ложки. Но никто не пытался научить ее есть самостоятельно, ходить, говорить.

Став старше, Шанти большую часть времени проводила, сидя на ступеньке, раскачиваясь взад и вперед и надавливая на глаза. Она не говорила ни единого слова, только кричала, когда хотела есть. Другие дети ее сторонились; их пугали ее



мертвые глаза. Все считали ее умственно отсталой и думали, что с этим ничего не поделаешь.

Со временем Шанти все же начала говорить и ходить. Но с ее лица так и не исчезло печальное, застывшее выражение. Сейчас ей 7 лет, но в некоторых отношениях она все еще как 2-летний ребенок. Остается только гадать, что ее ждет в будущем.

* Рассказ взят из книги *How To Raise a Blind Child* ("Как вырастить слепого ребенка"), см. с. 639.

РАНИ

Рани – тоже слепая девочка, родившаяся в другой деревушке в Индии. Узнав, что девочка слепа, ее родители, как и родители Шанти, забеспокоились, что скажут односельчане. Но бабушка ребенка, ослепшая 5 лет назад, сказала: "Мы должны сделать для малышки все, что можно. Я теперь тоже слепая, но у меня остались те же чувства и потребности, что и у зрячей. И делать я могу почти все то же самое, что и прежде".

"Но ты уже умела это делать до того, как ослепла, – возразил отец. – А как научиться слепому ребенку?"

"Как я научилась все делать на слух и на ощупь, так и Рани научится. Я могу помочь ей, потому что знаю, как это бывает. Но можно посоветоваться с фельдшером".

Сельская фельдшерица мало разбиралась в слепоте, но знала кое-что о развитии ребенка в раннем детстве. Она подсказала родителям, что нужно давать девочке возможность побольше слушать, ощупывать и обнюхивать предметы, чтобы возместить отсутствие зрения. "И побольше с ней разговаривайте", – посоветовала она.

Семья последовала советам. Рани давали в руки разные предметы, из которых можно было извлекать звуки, и называли их. Особенно старалась бабушка: она повсюду брала Рани с собой, давала ей все щупать и слушать, играла с малышкой, пела ей песни. Когда девочке было два года, бабушка научила ее ощупью двигаться по стенкам и вдоль забора, как делала это сама. К 3 годам Рани самостоятельно находила дорогу в уборную и к колодцу. Когда ей исполнилось 4 года, фельдшер поговорила с соседями и провела с их детьми занятия по общению со слепыми по программе "РЕ-БЕНОК – ребенку". После этого несколько ребятшек пришли к Рани, подружилось с ней и стали вместе играть. Иногда они все завязывали себе глаза и пытались найти какой-нибудь предмет или различить разные предметы на ощупь. В этих играх обычно побеждала Рани.

Когда Рани исполнилось 6 лет, она пошла в школу. Соседские ребята каждый день заходили за ней. И когда они все вместе шли по дороге, жителям поселка даже трудно было угадать, кто из детей слепой.



Раннее стимулирование

Бабушка Рани прекрасно понимала, что слепому ребенку необходимо все то же, что и другим детям. Ему нужна любовь, а не жалость. Ему нужно узнавать членов семьи и разные предметы на ощупь, по звуку, запаху и вкусу. Все домочадцы могут помочь ребенку лучше узнать свой дом и понять происходящее вокруг.

Первая игрушка для ребенка – это его собственное тело. Поскольку он не видит свои ручки и ножки, помогите ему ощупать их, попробовать на вкус, понюхать и обследовать.



Пусть ребенок ошупывает и сравнивает свое лицо и лица других людей, чтобы научиться узнавать разных людей на ощупь и по голосу.



Занятия по развитию у ребенка первичных навыков рассматриваются в гл. 35, с. 301–318. Большинство этих занятий может помочь слепому ребенку. Но так как ребенок не видит, его нужно больше развивать в других областях, особенно в области слуха и осязания, и более активно побуждать его тянуться к предметам и передвигаться. Используйте игрушки самых разнообразных форм, разные на ощупь и издающие разные звуки (с. 468–476).

Сначала придется вложить игрушку ребенку в ручку или подвести его ручку к игрушке. Можно повесить рядом с малышом разные предметы, чтобы он касался их, когда будет двигать руками.



Привлекайте внимание ребенка какой-нибудь шумной игрушкой. Пусть малыш тянется за ней, а затем пробует подползти.



Найди-ка свою погремушку!

Молодец!

Похвалите малыша, когда ему это удастся или даже если он просто попытается.

Помимо специальных занятий, позаботьтесь, чтобы ребенок ежедневно проводил большую часть времени в обстановке, где он может постоянно узнавать что-то новое о людях и предметах. Чем бы вы ни занимались, разговаривайте с ребенком, называйте ему предметы, объясняйте, что вы и он делаете. Сначала малыш не будет вас понимать, но по вашему голосу будет знать, что вы рядом. Слушая слова и названия предметов, он легче освоит речевые навыки.

Занимаясь домашними делами, разговаривайте с ребенком. Скажите ему, откуда исходит звук, который он слышит.



Пойте ребенку, побуждайте его двигаться под музыку. Поощряйте слепых детей сочинять собственную музыку.



Как смастерить самодельные музыкальные инструменты см. на с. 469.



Почаще берите ребенка с собой: на рынок, на речку, в коровник, на деревенскую площадь. Все ему показывайте, объясняйте, говорите, откуда берутся разные звуки.

Для слепого ребенка важно, чтобы специальная помощь и развитие начались как можно раньше – в первые месяцы жизни. Без этого ребенок отстанет в развитии. Он может стать тихим, безучастным, будет бояться передвигаться с места на место. Поэтому домашние перестают что-либо ждать от него и не дают ему достаточных возможностей познавать окружающий мир. В результате ребенок отстает еще больше.

Однако, если слепого ребенка стимулировать, поощрять и помогать ему с раннего возраста, он будет развиваться и осваивать многие навыки так же или почти так же быстро, как и зрячий. Домашние ждут от него большего и активнее включают в свои занятия. В результате, ребенок и в школу сможет пойти вместе со сверстниками.

Как научить слепого ребенка передвигаться

Слепому ребенку часто трудно научиться передвигаться с места на место. Ему требуются дополнительные помощь и поощрение. Некоторые занятия, описанные в гл. 35, помогут вам научить ребенка ползать, двигаться на четвереньках, стоять и ходить. А вот еще некоторые советы.

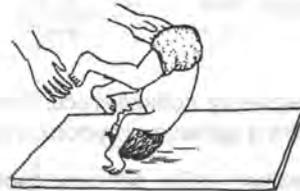
Когда ребенок начинает ползать или "ездить" на попе, оставляйте игрушки и другие интересные предметы в разных местах, где он сможет их найти. Это будет побуждать его исследовать окружающее пространство и открывать новое.



Когда ребенок начинает ходить, постарайтесь, чтобы все лежало на своих местах, чтобы он неожиданно не наткнулся на препятствия и начал двигаться увереннее. Если вы что-то переставили в другое место, покажите ребенку, где оно находится.



Играйте с ребенком и делайте упражнения, которые помогут ему увереннее двигаться и владеть своим телом.



Поощряйте ребенка к приключениям, исследованиям, ко всем тем занятиям, которые естественны для нормального ребенка. Оберегайте его от ушибов и травм, но не опекайте сверх меры. Помните: все дети, которые учатся ходить, иногда падают. Слепой ребенок – не исключение.



Научите ребенка двигаться на ошупь по стенке и вдоль заборов.

Ребенок может научиться нащупывать край тропинки ногами и нащупывать руками растения или другие предметы.



Если ребенок не начинает ходить без посторонней помощи, помогите ему начать ходить, толкая перед собой простую каталку, ходунки, стул или тележку.

Не заставляйте слепого ребенка ходить самостоятельно, пока он к этому не готов. В один прекрасный день он пойдет сам – сначала сделает всего несколько шагов, но в конце концов начнет ходить уверенно.



Как помочь слепому ребенку находить дорогу, ни за что не держась

На улице слепой ребенок часто позволяет водить себя за руку, но боится даже шаг ступить самостоятельно.

Чтобы приучить ребенка ходить самостоятельно, сначала поведите его по тому месту, где ему нужно будет ходить. Покажите ему все встречающиеся на пути ориентиры (столбы, деревья, кусты, дома), дайте их пощупать.

Хороший способ – дать ребенку держаться за один палец и вести его так, чтобы он шел на шаг позади вас.

Теперь пройдите по той же тропинке, но на этот раз идите, пятась впереди ребенка, и разговаривайте с ним.

Когда ребенок перестанет испытывать неудобство от того, что вы идете впереди него, пойдите сзади. Спрашивайте его, какие приметы встречаются по дороге.



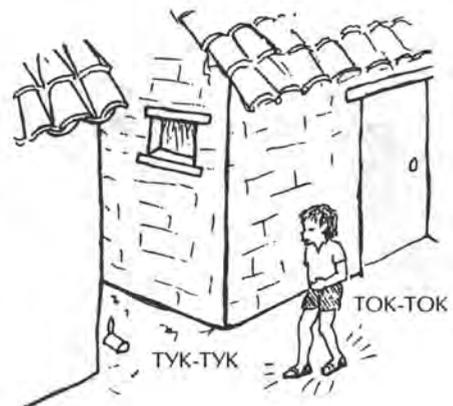
Понемногу добивайтесь, чтобы ребенок все меньше нуждался в вашем присутствии. Меньше говорите и дальше отпускайте его от себя.

Наконец дайте ребенку пройти весь путь самостоятельно. Начните с небольших расстояний. Затем постепенно идите дальше так, чтобы дорога делала больше поворотов и надо было запоминать другие приметы.

Сделав успехи, ребенок будет испытывать радость от сознания того, что с некоторыми проблемами он может справиться сам. Он будет готов познавать новое, преодолевать трудности, исследовать новые территории.



Иногда ребенок будет падать. Пусть он потренируется, падая на мягкую землю. Научите его выставлять вперед руки и сгибать колени при падении. Так меньше вероятность, что он ушибется.



Ребенку нужно научиться "видеть" ногами и быть готовым к тому, что на дороге встретятся неожиданные предметы. Поиграйте с ним. Скажите ему, что положили на дороге кое-какие предметы. Посмотрите, сможет ли он обойти или перешагнуть их, не поскользнувшись и не упав.



Научите ребенка распознавать, как изменяется звук его шагов (или стук палки), когда он приближается к дому или стене и когда он находится на открытом месте. Потренировавшись, ребенок научится определять расстояние до предметов по звуку.

Как научиться пользоваться палкой

Длинная палка поможет ребенку находить дорогу и придаст ему уверенности, особенно при ходьбе по незнакомым местам. Попрактиковавшись, он сможет ходить быстрее, большим и уверенным шагом. И все благодаря тому, что палка позволяет ему нащупывать впереди себя дорогу на большем расстоянии, чем ноги. Начинать учить ребенка пользоваться палкой лучше всего в 6–7 лет.

Палка должна быть тонкой, легкой и достаточно длинной, она должна доходить примерно до груди ребенка. Верхняя часть трости может быть изогнутой или прямой.



Сначала просто дайте ребенку палку и пусть он слегка касается ею земли перед собой при ходьбе. Его рука должна быть выпрямлена. Пусть он нащупывает дорогу, превратите это в игру. Не торопите его. Прекращайте игру прежде, чем ему надоест. Для начала достаточно 5–10 минут. После того как ребенок привыкнет к палке, идите рядом с ним и учите его шагать плавно и ровно. Пусть ребенок попробует водить палкой из стороны в сторону, посмотрите, удастся ли ему обнаруживать препятствия на дороге.



Спустя некоторое время ребенок научится лучше пользоваться палкой:

Води палкой из стороны в сторону, слегка касаясь земли.

Ширина размаха должна быть чуть больше ширины плеч.

Когда палка касается земли с одной стороны, делай шаг ногой вперед – с другой стороны.



На узкой тропинке и по неровной земле кто-нибудь может вести ребенка за палку.

Ребенок может держаться за ваш локоть или запястье.



Ребенок может научиться определять палкой высоту ступенек и край тротуара, а затем взбираться на них.



Лучше держать палку вот так, чтобы нащупать положение каждой ступеньки.



Не надо держать палку вот так. Она может внезапно наткнуться на препятствие и ударить ребенка в живот.



Установка столбиков или других ориентиров в местах пересечения дорог или тропинок поможет ребенку находить дорогу или подскажет, где свернуть.

Научите ребенка внимательно прислушиваться, прежде чем переходить тропинку или дорогу с транспортом.

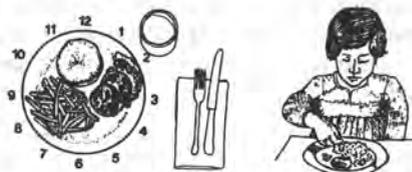
Везде, где можно, научите его находить дорогу по уже имеющимся приметам.



Иногда ребенку можно помочь находить дорогу, натянув направляющую веревку или проложив направляющий поручень.

Как научить слепого ребенка пользоваться руками и освоить необходимые навыки

Помогите ребенку, который плохо видит, научиться делать руками все необходимое, в том числе самостоятельно есть, одеваться, мыться, отправлять естественные нужды. Как освоить эти навыки, рассказано в гл. 36–39.



Сначала вам, возможно, придется помочь ребенку нащупывать предметы, направляя его руки.

Чтобы ребенок знал, где искать разные виды пищи на своей тарелке, старайтесь всегда класть каждое блюдо на одно и то же место. Когда ребенок подрастет и научится определять время, посоветуйте ему представить тарелку, как циферблат. Скажите ему, против какого часа лежит каждый вид пищи на тарелке. стакан с водой стоит напротив 2 часов, всегда ставьте его на 2 часа.

Научите ребенка ставить стаканы, чашки, бутылки и другие предметы, которые легко разбить или опрокинуть, на одно и то же место. Научите его запоминать, куда он ставит вещи, и искать их на ощупь, не опрокидывая. **Риск что-нибудь пролить будет меньше, если протягивая руку, держать кисть тыльной стороной вперед.** Не обойдется без разбитых чашек и пролитой жидкости, но только на практике ребенок научится. Не подавайте ему все в руки и не делайте все за него только ради того, чтобы избежать беспорядка. Без этого не научишься.



Помогите ребенку научиться распознавать на ощупь разные формы, размеры и "фактуру" предметов. Пусть он играет с игрушками и головоломками, учится складывать разные элементы в определенный узор или в определенном порядке. Как использовать игрушки и головоломки, рассказано на с. 468–476.

Объясните ребенку, с какими предметами он должен обращаться очень осторожно или вообще держаться от них подальше, чтобы не покалечиться: огонь, горячие сковородки, кастрюли и посуда; острые ножи; животные, которые могут укусить или толкнуть; глубокие ямы, колодцы, утесы, глубокие пруды и речки. Не говорите ему просто: "Нет!" Помогите ему осознать опасность.



ВНИМАНИЕ! По мере возможности, держите опасные предметы вне пределов досягаемости ребенка, обнесите их оградой и принимайте другие меры предосторожности, чтобы уберечь ребенка, — до тех пор, пока он не станет достаточно большим, чтобы соблюдать осторожность.

Дайте ребенку возможность помогать по дому. Это позволит ему совершенствовать свои навыки и придаст ощущение причастности к жизни и делам семьи.



Абдул помогает укачивать братишку.



Мама учит Рани стряпать, направляя ее руку и объясняя каждый шаг.

После того как ребенок научится управляться с большими предметами, помогите ему освоиться с более мелкими. Например:

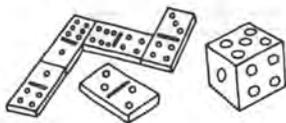
Она может помогать сестре выбирать из риса мелкие камешки и комочки грязи.



Не пожалейте времени, чтобы научить ребенка делать домашние дела и мастерить. Многие слепые дети прекрасно плетут циновки, коврики, одежду, корзинки.



Постарайтесь найти игры и игрушки, которые помогают ребенку развивать способность узнавать пальцами на ощупь мелкие детали и формы.



Можно, например, сделать из дерева домино и кубики для игры в кости. Вместо точек забейте в дерево гвозди с круглой шляпкой, чтобы ребенок мог чувствовать их на ощупь. Или просверлите дырки.

Ребенок может чувствовать эти точки кончиками пальцев. Одновременно он будет учиться считать.

Вначале можно дать ребенку большие косточки домино и игральные кубики, а когда его пальцы научатся ловко распознавать их на ощупь, замените их маленькими. Это будет хорошей подготовкой ко многим видам мелкой работы и, может быть, к обучению чтению по Брайлю.

ШКОЛА

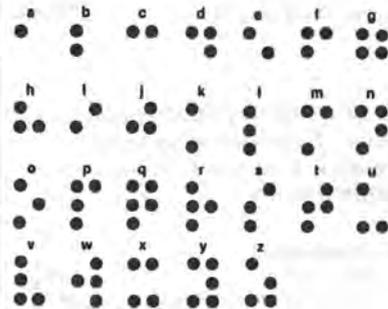
Слепые дети должны иметь те же возможности ходить в школу, что и другие дети. Как сверстники могут помочь слепому ребенку по дороге в школу, в классе и в процессе учебы, рассказано в главе, посвященной программе "РЕБЕНОК – ребенку" (с. 449).

В большинстве стран существуют специальные школы, где слепых детей учат читать и писать по системе **Брайля**. Шрифт Брайля представляет собой систему выпуклых точек, которые соответствуют определенным буквам и которые можно читать кончиками пальцев. Эта система была изобретена много лет назад слепым мальчиком из Франции по имени Луи Брайль.

Большинство сельских детей не учат алфавит Брайля в школе. Однако существует **много других способов** обучения. Для слепого ребенка одним из лучших вспомогательных средств для записи объяснений учителя и повторения уроков является маленький **магнитофон**. Семье следует постараться накопить денег на его покупку. Может быть, одноклассники проведут лотерею или соберут деньги на покупку магнитофона. Другие ребята могут помочь записать уроки из школьных учебников, рассказы и познавательные тексты из других книг.



АЛФАВИТ БРАЙЛЯ



Луи Брайль изобрел этот точечный алфавит в возрасте 14 лет. Точки выдавливаются на толстой бумаге с противоположной стороны острым инструментом, который называется "стило".

ВАЖНО! Чтобы не отстать в учебе, слепому ребенку требуется помощь. В школе кто-нибудь из ребят может читать ему книги вслух. Ребенку может потребоваться помощь и после школы. Старший брат, сестра или кто-нибудь из школьников позанимается с ним дома.

Помните, большинство “слепых” детей немножко видят. Побуждайте ребенка пользоваться тем зрением, которое у него есть. Если он видит на доске большие буквы, пишите крупно и разборчиво, а ребенка посадите за первую парту. Позаботьтесь о хорошем освещении и о том, чтобы темные буквы и предметы четко выделялись на светлом фоне.

Если ребенок хоть чуть-чуть видит, то, чтобы помочь ему выучить буквы, нарисуйте их очень БОЛЬШИМИ. Рисуйте темными чернилами или тушью на белой бумаге.



Чтобы ребенка научить распознавать буквы на ощупь, можно изготовить буквы одним из следующих способов:



веревка, приклеенная или приколотая к деревяшке или картонке



канавки, вырезанные в деревяшке



буква, вырезанная из картона и наклеенная на толстую бумагу



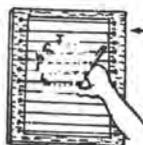
буква в гипсе или глине



В школьном классе полезно держать **противень с мягкой глиной** для обучения письму и чтению на ощупь.



Во дворе дети могут тренироваться писать на песке, земле или глине.

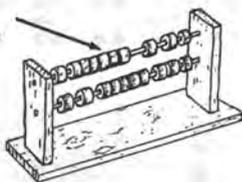


Доска с натянутыми веревками, продетыми через отверстия.

Когда ребенок начинает писать, можно натянуть веревочки поперек бумаги, чтобы ему легче было писать ровные строчки. Или начертите дополнительные темные линии.

Сделайте ребенку простейшие “счеты”. Передвигая туда-сюда бусинки или колечки, он будет учиться считать.

деревянные бусины или бамбуковые колечки

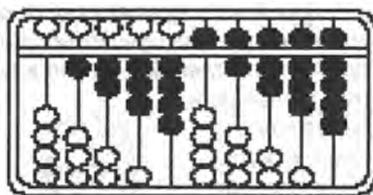


Вот такая дощечка с колышками поможет ребенку освоить числа на ощупь, а заодно научиться распознавать мелкие различия между предметами.



Когда ребенок освоится с числами, он может научиться пользоваться специальными **счетами**, которые представляют собой рамку с проволочками, на которые нанизаны костяшки. Костяшки можно передвигать вверх и вниз, образуя числа. Поупражнявшись, слепой ребенок научится складывать и вычитать на счетах так же быстро, как другие дети делают это на бумаге, а то и быстрее.

СЧЕТЫ



0 1 2 3 4 5 6 7 8 9

тысячи
сотни
десятки
от 0 до 9

В действительности все костяшки одинаковы по цвету. Здесь мы изобразили некоторые черным цветом, чтобы было понятнее, как на них считать.

Костяшки в показанных положениях дают эти числа.

Сейчас на этих 4 проволочках представлено число 6789. Обратите внимание, что каждая костяшка, находящаяся выше средней планки, означает число, в 5 раз большее, чем костяшка, расположенная непосредственно под ней.

Работа

Подрастая, слепой ребенок может научиться выполнять многие виды работ. На с. 509 в гл. 54 перечислены работы, которые могут выполнять инвалиды. Те работы, которые помечены *, нередко выполняют слепые.

Слепому ребенку следует предоставить больше возможностей помогать по дому и на участке. Слепому ребенка следует привлекать к самым разнообразным повседневным занятиям точно так же, как зрячего. Играя и подражая взрослым, он в конечном счете усваивает полезные навыки.

Можно с раннего возраста привлекать слепого ребенка к работе на огороде, а затем и в поле.



Чтобы ребенок понял, как выращиваются сельскохозяйственные продукты, которые затем семья употребляет в пищу, можно начать с того, что он посадит семена, будет их поливать, ухаживать за ростками и, наконец, соберет урожай, приготовит из выращенного продукта пищу и съест ее.

Позже ребенок может ходить с отцом или матерью в поле и помогать сеять, нащупывая борозды от плуга ногами.

Старайтесь вовлекать ребенка во все домашние дела и сельскохозяйственные работы. Сначала покажите, что и как нужно делать, помогайте и направляйте столько, сколько потребуется. Постепенно сокращайте свою помощь, пока наконец ребенок не сможет делать всю работу самостоятельно.

Общественная жизнь

Слепой ребенок должен иметь те же возможности в обществе, что и остальные дети. Берите его с собой, а затем посылайте в магазин, к колодцу, на речку, в школу, в церковь. Знакомьте его с людьми, которых встречаете. Объясните им, что ваша девочка живая и шустрая, как любая другая, только не видит. Попросите их при встрече с девочкой первыми заговорить с ней (потому что она их не видит), ответить на ее вопросы, помочь найти то, что она ищет. Попросите их не делать все за нее, а лучше помочь ей сообразить, как она может справиться сама. Понемногу люди начнут понимать, что слепой ребенок может гораздо больше, чем они себе представляют. Они начнут уважать и ценить девочку. Другому слепому ребенку в этой деревне будет уже легче.

Берите ребенка на собрания, в кино, на кукольные представления, на городские гулянья. Объясняйте ему то, чего он не может видеть.

Став взрослыми, слепые могут жениться, выходить замуж, заводить детей. Они могут быть такими же хорошими родителями, как и зрячие.

ПРЕДУПРЕЖДЕНИЕ слепоты

Лучший способ предупредить слепоту – это **постараться, чтобы дети были хорошо накормленные, чистые, ухоженные и здоровые**. Матери в период беременности тоже должны хорошо, полноценно питаться, избегать употребления лекарств, которые могут повредить ребенку. Конкретные меры по предупреждению некоторых причин слепоты уже обсуждались.

Вкратце меры по предупреждению слепоты у детей включают следующее:

- Во время беременности избегайте контакта с людьми, болеющими коревой краснухой и другими инфекционными заболеваниями, не принимайте лекарства, в безопасности которых вы не уверены, полноценно питайтесь.
- Для профилактики всем новорожденным вводите в глаза тетрациклиновую глазную мазь или закапывайте 1%-ный раствор нитрата серебра (с. 245).
- Делайте детям прививки (вакцинацию) от всех инфекционных заболеваний, от каких только можно.
- Вскармливайте ребенка грудью как можно дольше.
- Матери и ребенку необходимо хорошее питание – особенно пища, богатая витамином А. После того как детей отнимают от груди, у них часто начинается понос, а затем появляется “сухость глаз” (ксерофтальмия). Поэтому, когда ребенок начинает есть другую пищу, ежедневно давайте ему пюре из продуктов, богатых витамином А.
- Содержите дом и ребенка в чистоте. Постройте крытые отхожие места (уборные) и пользуйтесь ими. Держите их закрытыми. Старайтесь предохраняться от мух. Мойте руки водой с мылом, особенно перед едой и после пользования уборной.
- Следите, чтобы глаза у ребенка были чистые. Если в глаза попала инфекция или они гноятся, почаще прочищайте их чистой тряпочкой, смоченной в кипяченой воде. Обратитесь к медицинскому работнику.
- Детям, больным корью, давайте пищу, богатую витамином А (или витамин А в капсулах, с. 244), потому что при кори возрастает опасность возникновения “сухости глаз”.
- Как можно раньше начинайте лечение людей, у которых обнаружили признаки трахомы. Обращайтесь к медицинскому работнику или найдите информацию в книге типа *Where There Is No Doctor* (“Там, где нет врача”).
- Держите подальше от детей острые и заточенные предметы, пули, взрывчатые вещества, кислоты и щелочные растворы, объясните детям, в чем их опасность. Предупредите их, что опасно бросать в огонь закрытые бутылки, жестянки или пули. Покажите им растения, которые опасны для глаз, расскажите, в чем их опасность (например, сок “исы” – ядовитой смоковницы, растущей в Мексике, может обжечь глаза, как щелочь). При любой травме глаз необходимо как можно скорее получить квалифицированную медицинскую помощь и начать правильное лечение.
- **Не позволяйте детям бросаться камнями и палками, стрелять из рогаток.**
- Внимательно следите за появлением у грудных детей симптомов глазных болезней или недостатка зрения. Проверяйте у детей зрение в 2-месячном возрасте и перед тем, как они пойдут в школу.
- Организуйте детей, чтобы они проверяли зрение у своих младших братьев и сестер (см. “РЕБЕНОК – ребенку”, с. 452).
- Помогите всем понять, что **в большинстве случаев слепоту у детей можно предотвратить**. Расскажите людям, что они могут сделать.
- Особые меры предосторожности по предохранению глаз у людей с потерей чувствительности в глазах см. в гл. 26 “Проказа”, с. 223.

