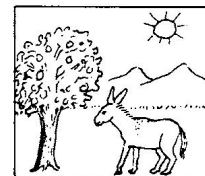


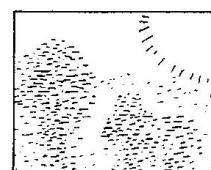
Слепота и слабое зрение

Проблемы со зрением могут быть незначительными, умеренными или серьезными. 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 видят, но очень слабо**. Одни различают только 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 с нарушениями зрения нельзя отнести к слепым, но они **видят недостаточно отчетливо**. Например, они могут достаточно хорошо видеть для выполнения большинства повседневных занятий, но им трудно разглядеть 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. Таким детям часто помогают очки или увеличительное стекло (лупа). (Абсолютно слепые дети неспособны видеть ничего, даже с очками.)



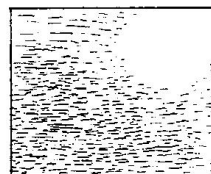
Так может видеть ребенок с частичной слепотой (очертания крупных предметов, но не детали).

Ребенок может быть слепым от рождения, может ослепнуть в раннем детстве или позднее.

ОСТОРОЖНО! По глазам не всегда можно догадаться, что ребенок слеп. Глаза могут быть ясными и на вид вполне нормальными. Причина может крыться глубже – в повреждении нервов позади глазного яблока или участка головного мозга. Внимательно наблюдайте, нет ли других признаков, указывающих на то, что ребенок плохо видит.

ПРИЗНАКИ, КОТОРЫЕ МОГУТ ОЗНАЧАТЬ, ЧТО У РЕБЕНКА ПРОБЛЕМЫ СО ЗРЕНИЕМ

- Глаза или веки красные, гноятся или постоянно слезятся.
- Глаза тусклые, мутные, поверхность глаза не гладкая, на ней видны изъязвления или другие очевидные изменения.
- Один зрачок или оба (черный кружок в центре глаза) кажется серым или белым.
- К 3 месяцам ребенок еще не следит за предметом или источником света, который движется у него перед глазами.
- К 3 месяцам ребенок еще 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.
- Не проявляет интереса к ярко раскрашенным 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. Либо он не может читать книги с мелким шрифтом, или чтение утомляет его, или от чтения у него часто болит голова.



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



Так видит абсолютно слепой ребенок.

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

О том, как **проверить, видит ли младенец**, и как **определить остроту зрения у детей**, читайте в главе «Программа «РЕБЕНОК ребенку» на с. 452 и 453, и в книге *Helping Children Who Are Blind* (Как помочь слепым детям). Дополнительную информацию об этой книге можно узнать на с. 639.

Слепота в сочетании с другими расстройствами, ограничивающими возможности здоровья

Некоторые дети с ДЦП или другими **инвалидизирующими расстройствами** страдают также частичной или полной слепотой. Родители могут об этом не догадываться, полагая, что замедленное развитие ребенка или его безучастность к окружающему объясняется его умственными и физическими недостатками. На самом деле, это может быть в значительной мере обусловлено слепотой.

Даже если у ребенка нет других расстройств, **слепота может замедлить и затруднить развитие первичных навыков. Если ребенок не смотрит на окружающие предметы, не тянется за ними, не проявляет к ним интерес, проверьте, хорошо ли он видит (и слышит).**

Примечание. Некоторые дети с тяжелым поражением головного мозга или умственными нарушениями могут казаться слепыми. Они могут смотреть на предметы и в то же время не видеть их, потому что развитие головного мозга у них на уровне новорожденного младенца. Если ребенка усиленно развивать, то постепенно некоторые из этих детей начинают лучше осознавать окружающие предметы, следить за ними взглядом и, наконец, тянуться за ними.

Причины слепоты

У разных народов есть разные поверья относительно причин слепоты. В некоторых уголках Земли полагают, что ребенок рождается слепым в наказание за грехи родителей. В некоторых частях Латинской Америки жители верят, что в глаза младенцу попала моча летучей мыши или у его личика пролетел мотылек, прозванный «Черной колдуньей». 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.

Известно, что **причиной слепоты у детей может стать плохое питание или инфекция, и что в большинстве случаев слепоту у детей можно предотвратить.**

ЧАСТЫЕ ПРИЧИНЫ СЛЕПОТЫ У ДЕТЕЙ:

1. «Сухость глаз» (ксерофтальмия, или слепота, обусловленная неполноценным питанием) – наиболее частая причина слепоты у детей, особенно распространена в некоторых районах Африки и Азии. Эта болезнь возникает из-за недостатка витамина А, который в природе содержится во многих фруктах и овощах (а также в молоке, мясе и яйцах). «Сухость глаз» развивается у детей, которые не получают этих продуктов регулярно. Такое поражение глаз может появиться или быстро усилиться у страдающих этим заболеванием детей **при тяжелой диарее, кори, коклюше или туберкулезе.** Это состояние намного чаще встречается у детей, которых не кормят грудью.

«Сухость глаз» можно предотвратить, если добавлять в питание детей продукты, богатые витамином А. Побуждайте жителей выращивать у себя на огороде и употреблять в пищу сладкий перец, морковь и зелень. **Позаботьтесь о том, чтобы ребенок регулярно ел эти продукты, начиная с 6 месяцев.**

Для предупреждения «сухости глаз» можно давать витамин А в капсулах или в жидком виде, но он не должен заменять полноценное питание. Давайте детям 200 000 ед. (60 мг ретинола) раз в 4–6 месяцев (или 100 000 ед. младенцам до годовалого возраста). Не давайте эту дозу чаще, чем раз в 4–6 месяцев, потому что **слишком большая доза витамина А может вызвать у ребенка отравление.** Для **лечебных целей** дайте ребенку 200 000 ед. (международных единиц, 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 маленькие серые пузырьки (пятна Бито).



Позже, темная часть глазного яблока, точнее, ее роговица тоже становится сухой и тусклой, и покрывается крошечными ямками.



Наконец, роговица может размягчиться, на ней появляются неравномерные выбухания и разрывы. Это ведет к слепоте.

ПИЩА, ПОМОГАЮЩАЯ ЭТО ПРЕДОТВРАТИТЬ

- грудное молоко
- листовые темно-зеленые овощи
- желтые, красные и оранжевые овощи
- цельное молоко
- яичные желтки
- печень 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 либо через мух. Эта болезнь чаще всего встречается в бедных районах с большой скученностью населения.



Трахому в большинстве случаев можно предупредить, следя, чтобы у ребенка глаза были чистыми, и оберегая его от мух. Чтобы трахома не привела к слепоте, немедленно начинайте лечение эритромициновой или тетрациклиновой глазной мазью (обратитесь к медицинскому работнику или к книге «Здоровье для всей семьи», с 220).

СИМПТОМЫ ТРАХОМЫ



- Начинается покраснением глаз; они 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.
- Белки глаз воспаляются и отекают.
- 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 или хламидиоз глаз у новорожденных приводит к слепоте, если немедленно не приступить к лечению. Глаза краснеют, отекают и начинают сильно гноиться. Наступление слепоты можно предупредить, закладывая эритромициновую или тетрациклиновую глазную мазь либо закапывая 1 каплю раствора повидон-йода в глаза **всем** новорожденным при родах. Мать может передать эти инфекции своему ребенку при родах, даже если у нее самой нет симптомов заболевания.



Если в течение первого месяца жизни глаза малыша краснеют, отекают и сильно гноятся, возможно, у него одна или обе эти инфекции. Если нет возможности сделать анализ и точно определить, какая инфекция привела к такому воспалению, пролечите ребенка от обеих инфекций.



Закладывайте мазь на внутреннюю поверхность нижнего века.

Для лечения гонореи 125 мг цефтриаксона однократно вводят в мышцу бедра.

Для лечения хламидиоза малышу дают выпить 30–50 мг эритромицина в форме сиропа, 3 раза в день, в течение 14 дней.

Если у малыша разовьется гонорея или хламидиоз глаз, оба родителя также должны пролечиться от этих инфекций. См. книгу «Здоровье для всей семьи», с. 236, 237 и 360, и книгу «Where Women Have No Doctor» (Здоровье для женщин), глава 16.

4. «Речная слепота» (онхоцеркоз) – очень частая причина слепоты в некоторых районах Африки и Латинской Америки. (См. книгу «Здоровья для всей семьи», с. 227.) Болезнь разносит разновидность черной мухи, обитающей в реках и ручьях. неизлечима.



ЧЕРНАЯ МУХА в натуральную величину →

5. Корь, при которой может произойти воспалительное поражение глаз, – частая причина слепоты, особенно в Африке, а также у детей, которые не получают полноценного питания.

6. Повреждение головного мозга, вызывающее слепоту у детей, как правило, сочетается с ДЦП или другими инвалидизирующими расстройствами. Повреждение головного мозга может возникать внутриутробно, при родах или после рождения. Среди причин: краснуха во время беременности, асфиксия в родах (когда малыш долго не может начать дышать самостоятельно), менингит. См. с. 91.

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

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

ОСТОРОЖНО!



Бегать с острым предметом ОПАСНО ДЛЯ ГЛАЗ.

ОСТОРОЖНО С ГЛАЗНЫМИ ЛЕКАРСТВАМИ!

Пользуйтесь только теми современными лекарствами или «домашними средствами», в безопасности которых для глаз вы абсолютно **уверены**.

Одним из современных лекарственных средств, которым не следует пользоваться часто и всегда очень осмотрительно, является **кортикостероидная глазная мазь**. Некоторые врачи и общинные медико-санитарные работники прописывают ее почти при любом раздражении глаз. **Это опасно!** Если раздражение вызвано вирусом (крошечным микроорганизмом), эта мазь может усугубить инфекцию и привести к повреждению глаз или слепоте!*

Некоторые из «домашних средств», применяемых для лечения глаз, безвредны и эффективны. Например, в мексиканских деревнях, если в глаз попала грязь или песок, ее вынимают, закладывая под веко влажное **семечко чиа**. Это гладкое семечко покрыто слоем липкой слизи, к которому и прилипает грязь в глазу, и затем семечко вынимают. Это – хорошее и безопасное домашнее средство.



Семечки чиа – полезное домашнее средство.

А некоторые домашние средства опасны. В некоторых деревнях «туман в глазах» пытаются лечить, обкладывая глаз человеческими фекалиями (калом). Это небезопасно, бесполезно и может привести к опасному инфекционному заболеванию. Также опасно закапывать в глаза лимонный сок, мочу, закладывать кусочки морского ушка или мазь «Вукс» (*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. гл. «Артрит» и «Проказа»). Но сначала следует сделать пробы «на флуоресценцию», чтобы убедиться, что нет вирусной инфекции. Посоветуйтесь с врачом.

Какое будущее ждет слепого ребенка?

Получая помощь и поощрение от семьи и окружающих, слепой ребенок обычно способен развить свои первичные навыки так же быстро, как и другие дети. В книге *Helping Children Who Are Blind* (Как помочь слепым детям), на с. 639, показаны способы, используя которые ребенок может научиться самостоятельно есть, мыться, одеваться, заботиться о себе, ходить по дому и по поселку без посторонней помощи. Отсутствие или недостаток зрения возмещается развитием обостренного слуха, осязания и даже обоняния. Если ребенок немного видит, ему необходимо помочь научиться как можно лучше пользоваться тем зрением, которое у него есть. Он может и должен ходить в школу. Даже если он не может читать обычный шрифт, он может развивать свою память.

Когда ребенок вырастет, он может стать фермером или ремесленником, освоить самые разные занятия. Там, где слепым предоставляют шанс, они нередко становятся активными членами своих общин и живут полноценной счастливой жизнью. Во многих странах слепые активно занимаются работой с людьми с ограниченными возможностями здоровья, стремясь к тому, чтобы они 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 оставления без присмотра до достижения ими 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 (см. с. 364). Она не говорила ни единого слова, только плакала, 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).

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, постепенно 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. Я не перестала приносить воду из колодца, молоть рис, доить коз».

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

«Мы должны помочь ей научиться», – сказала бабушка. – Как я научилась все делать на слух и на осязание, так и Рани научится. Я могу помочь ей, потому что знаю, что это такое».

А еще бабушка предложила посоветоваться с общинным медико-санитарным работником, который пришел уже на следующий день. Он мало разбирался в слепоте, но знал кое-что о развитии ребенка в раннем детстве. Он подсказал родителям, что нужно давать девочке возможность побольше слушать, осязывать и обнюхивать предметы, чтобы возместить отсутствие зрения. «И побольше с ней разговаривайте», – посоветовал он.

Семья последовала советам. Рани давали в руки всевозможные предметы, и рассказывали о них. Рани давали колокольчики, пищалки, а также жестяные банки и бутылки, из которых можно извлекать звуки, ударяя по ним. 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 осязанию 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, общинный медико-санитарный работник поговорила с соседями и провела с их детьми занятия по общению со слепыми по программе «РЕБЕНОК 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 осязание. 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. Ребенку 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 малышки – это ее собственное тело. Поскольку она не видит свои ручки и ножки, помогите ей ощупать их, попробовать на вкус, понюхать и обследовать.

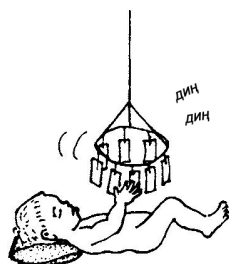


Пусть ребенок ощупывает и сравнивает свое лицо и лица других людей, чтобы научиться узнавать разных людей на ощупь и по голосу.



Занятия по ускоренному развитию у ребенка первичных навыков рассматриваются в гл. 35 на стр. с 301 по 318. Большинство из этих занятий может помочь слепому ребенку. **Если ребенок не видит, нужно больше развивать другие его органы чувств, особенно важны слух и осязание. Ребенка нужно более активно побуждать тянуться к предметам и передвигаться.** Используйте игрушки самых разнообразных форм, разные на ощупь и издающие разные звуки (см. стр. с 468 по 476 и книгу *Helping Children Who Are Blind* (Как помочь слепым детям), описанную на с. 639).

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



На каждой стадии развития ребенка привлекайте его внимание какой-нибудь шумной игрушкой. Пусть малыш тянется за ней, а затем пробует подползти к ней.



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 продолжать 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. Рассказывайте ему, откуда исходит звук, который он слышит.



Пойте ребенку и побуждайте его двигаться под музыку.

Поощряйте слепых детей сочинять собственную музыку.



О том, как смастерить самодельные музыкальные инструменты, см. на с. 469.



Почаще берите ребенка с собой: на рынок, на речку, в коровник, на деревенскую площадь. Давайте ему ощупывать разные предметы, объясняйте их и говорите, откуда берутся разные звуки.

Для слепого ребенка важно, чтобы специальная помощь и стимулирование начались как можно раньше – в первые месяцы жизни. Без этого ребенок сильно отстанет в развитии. Он может стать тихим, безучастным и будет бояться передвигаться с места на место. Домашние не будут многого ожидать от него и давать ему достаточных возможностей познавать окружающий мир. В результате ребенок отстанет 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. Так домашние будут ждать от него большего и активнее включать в свои занятия. В результате, ребенок может развиваться так же быстро, как и другие дети его возраста. И, возможно, он сможет пойти в школу вместе со сверстниками.

Как научить слепого ребенка передвигаться

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

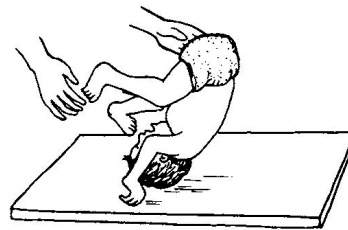
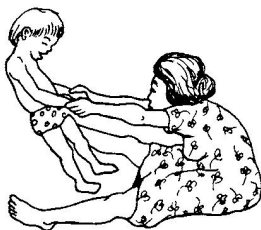
Когда ребенок начнет ползать или «ездить» на попе, оставляйте игрушки и другие интересные предметы в разных местах, где он сможет их найти. Это будет побуждать его исследовать окружающее пространство и открывать новое.



Когда ребенок начнет 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 занятиям, которые естественны для здорового 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 передвигаться на ощупь по стенке и вдоль заборов.

Ребенок может научиться нащупывать край тропинки ступнями, а растения и другие объекты – руками.



Если ребенок не начинает ходить без посторонней помощи, помогите ему начать ходить, толкая перед собой простой ходунок, 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 уверенно ходить.



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

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

Чтобы приучить ребенка ходить самостоятельно, сначала поводите его по тому месту, где ему нужно будет ходить. Позвольте ему почувствовать все встречающиеся на пути ориентиры (столбы, деревья, кусты, дома).

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.

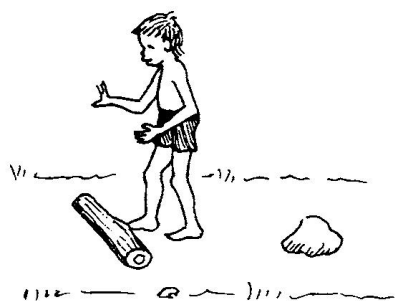
Когда ребенок перестанет испытывать неудобство от того, что вы идете впереди него, пойдите сзади. Спрашивайте его, какие ориентиры встречаются по дороге.



Шаг за шагом добивайтесь того, чтобы ребенок все меньше нуждался в вашем присутствии. Говорите все меньше и дальше отпускайте его от себя.

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

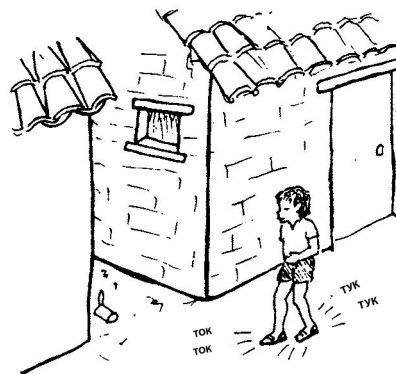
Сделав успехи, ребенок будет испытывать радость от осознания того, что с некоторыми проблемами он может справиться сам. Он будет готов познавать новое, преодолевать трудности и исследовать новые территории.



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 меняется 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, с ее помощью он сможет ходить быстрее, его шаги станут шире и увереннее. И все благодаря тому, что палка позволяет ему нащупывать впереди себя дорогу на достаточно большом расстоянии. Начинать учить ребенка пользоваться палкой лучше всего в 6–7 лет.

Палка должна быть тонкой, легкой, в длину 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 она 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, и посмотрите, удастся ли ему обнаруживать препятствия на дороге.



Спустя некоторое время ребенок научится лучше пользоваться палкой:

Пусть ребенок поводит палкой из стороны в сторону, слегка касаясь земли.

Ширина размаха должна быть чуть больше ширины плеч.

Когда палка касается земли с одной стороны, пусть он делает шаг ногой вперед с другой стороны.



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

Либо ребенок может держаться за ваш локоть или запястье.



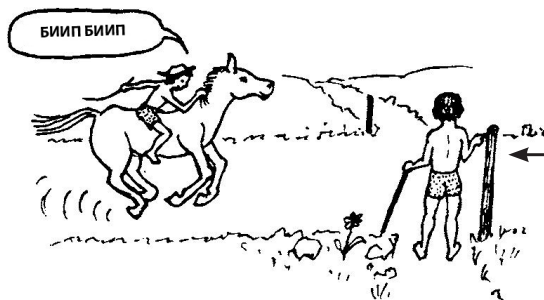
Ребенок может научиться определять высоту ступенек и край тротуара, а затем взбираться на них.



При подъеме по лестнице, лучше держать палку вот так, чтобы нащупать положение каждой ступени.



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



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

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

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

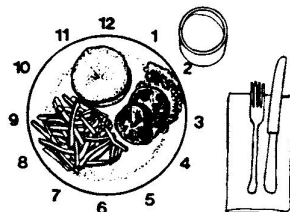


Иногда ребенку можно помочь находить дорогу, натянув направляющую веревку или проложив направляющий поручень.

Как научить слепого ребенка пользоваться руками и освоить необходимые навыки

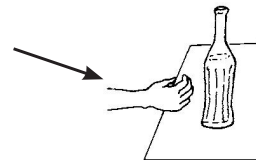
Помогите ребенку, который плохо видит, научиться делать руками все необходимое, в том числе самостоятельно есть, одеваться, мыться и отправлять естественные нужды. О том, как освоить эти навыки, рассказано в гл. 36–39.

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



Чтобы ребенок знал, где искать разную еду на своей тарелке, старайтесь всегда класть каждый продукт на одно и то же место. Когда ребенок подрастет и научится узнавать время по часам, посоветуйте ему представить тарелку, как циферблат. Скажите ему, какая еда на тарелке лежит против какого часа. Например, стакан с водой стоит напротив 2 часов. И затем 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. Беспорядок – это часть процесса учебы, без этого не научишься.)



Помогите ребенку научиться распознавать на ощупь разные формы, размеры и «фактуры» предметов с помощью пальцев. Пусть он играет с игрушками и пазлами, учится складывать разные элементы в определенный узор или в определенном порядке. О том, как использовать игрушки и пазлы, говорится на с. 468–476.

Объясните ребенку, с какими предметами он должен обращаться очень осторожно, а от каких вообще держаться подальше, чтобы не покалечиться (огонь; горячие сковородки, кастрюли и другая посуда; острые ножи; животные, которые могут укусить или лягнуть; глубокие ямы; колодцы; утесы; глубокие пруды и речки). Не говорите ему просто: «Нет!» Помогите ему понять опасность.

ОСТОРОЖНО! По возможности, держите опасные предметы вне пределов досягаемости ребенка или оградите их, и принимайте другие меры предосторожности, чтобы уберечь ребенка, особенно до тех пор, пока он не станет достаточно большим, чтобы соблюдать осторожность.



Дайте ребенку **возможность начать помогать** по дому. Это позволит ему улучшить 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 отсевать из риса мелкие камешки и комочки грязи.

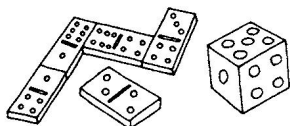


Если не жалеть времени и обучать ребенка, он может начать помогать по дому, а также может научиться мастерить что-то для нужд села. Многие слепые дети могут прекрасно овладеть плетением циновок, ковриков, одежды и корзинок, а это в свою очередь поможет им научиться искусно пользоваться своими руками.



Постарайтесь найти такие игры и игрушки, которые помогут ребенку развивать способность работать пальцами с мелкими деталями и маленькими формами.

Можно, например, сделать из дерева костяшки для игры в 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 научиться чувствовать эти точки кончиками пальцев. Одновременно он начнет учиться считать и использовать числа.

Вначале можно дать ребенку большие костяшки 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, возможно, к обучению чтению шрифта Брайля.

ШКОЛА

Слепые дети должны иметь те же возможности ходить в школу, что и другие дети. О том, как сверстники могут помочь слепому ребенку добираться до школы, как помогать ему внутри школы и как помочь с самой учебой, говорится в главе, посвященной программе «РЕБЕНОК ребенку» (см. с. 449).

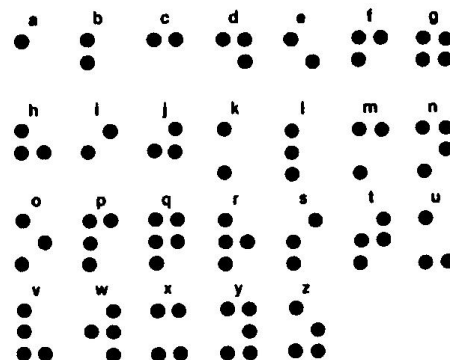
В большинстве стран существуют специальные школы, где слепых детей учат читать и писать по алфавиту Брайля. **Алфавит Брайля** представляет собой систему выпуклых точек, которые соответствуют определенным буквам и которые можно читать кончиками пальцев. Эта система была изобретена много лет назад слепым 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 **диктофон**. Семье следует постараться накопить денег на его покупку. Или может быть, одноклассники смогут провести лотерею или как-то иначе собрать деньги на покупку диктофона. Другие ребята могут помочь записывать 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 остроконечным инструментом, который называется «стило».

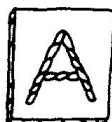
ВАЖНО! Чтобы не отстать в учебе, слепому ребенку понадобится помощь. В школе кто-нибудь из ребят может читать ему книги вслух. Ребенку может потребоваться дополнительная помощь и после школы. Старший брат, сестра или кто-нибудь из его одноклассников может позаниматься с ним дома.

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

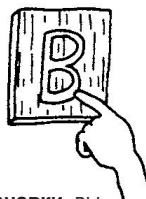
Если ребенок хоть чуть-чуть видит, то, чтобы помочь ему выучить буквы, пишите их очень **БОЛЬШИМИ**. Используйте белую бумагу и черные чернила.



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



веревка, приклеенная или приколотая к деревянной доске или картонке



канавки, вырезанные на деревянной доске



буква, вырезанная из картона и наклеенная на толстую бумагу



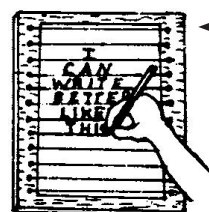
буква, выдавленная на гипсе или глине



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**.

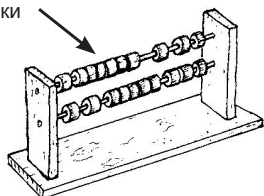


доска с натянутыми веревками, продетыми через отверстия

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

Чтобы помочь ребенку научиться считать, сделайте ему простейшую **«рамку для счета»**. Передвигая туда-сюда бусины или колечки, он будет учиться считать, прибавлять и вычитать.

деревянные бусины или бамбуковые колечки

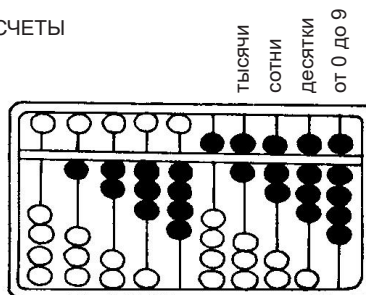


Вот такая дощечка с колышками поможет ребенку освоить числа на ощупь, а заодно научиться распознавать мелкие различия между предметами.



Когда ребенок освоится с числами, он может научиться пользоваться **«счётами»**, которые представляют собой раму со спицами, на которые нанизаны костяшки. Костяшки можно передвигать из стороны в сторону (на рисунке – вверх и вниз), образуя числа. Поупражнявшись, слепой ребенок научится складывать и вычитать на счетах так же быстро, как другие дети могут делать это на бумаге, а то и быстрее.

СЧЕТЫ



0 1 2 3 4 5 6 7 8 9
Костяшки в показанных положениях дают эти числа.

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

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

Работа

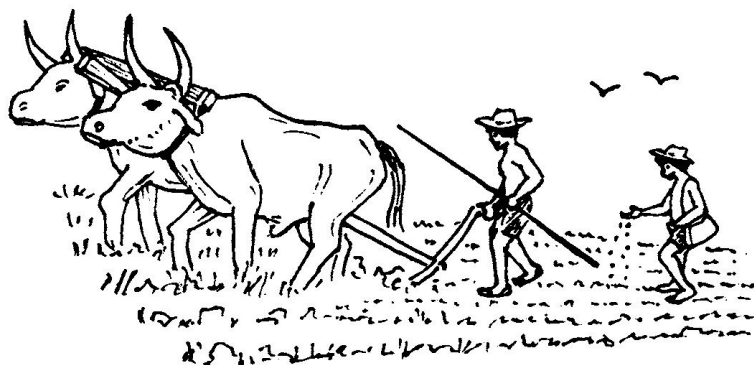
Подрастая, слепой ребенок может научиться выполнять многие виды работ. На с. 509 в гл. 54 перечислено много разных видов работ, которые могут выполнять люди с ограниченными возможностями здоровья. Работа, помеченная знаком *, нередко выполняется незрячими или слабовидящими людьми.

Слепому ребенку, живущему в селе, следует предоставлять больше возможностей помогать по дому и по хозяйству. **Такого ребенка следует привлекать к самым разнообразным повседневным занятиям точно так же, как зрячего.** Играя и подражая взрослым, он в конечном счете усваивает полезные навыки.

Семья, занимающаяся обработкой земли, может 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 и попробует еду из выращенного им продукта.



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 потребуются. Постепенно сокращайте свою помощь, пока, наконец, ребенок не сможет делать всю работу самостоятельно.

Общественная жизнь

Слепой ребенок должен иметь те же возможности в своей общине, что и остальные дети. Берите его с собой, а затем посылайте в магазин, к колодцу, на речку, в школу, в храм. Знакомьте его с людьми, которых встречаете по пути. Объясните им, что ваш ребенок живой и шустрый, как и любой другой, только не видит. Попросите их первыми заговорить при встрече с ребенком (потому что он их не видит), ответить на его вопросы, помочь найти то, что он ищет. Попросите их **не** делать все за ребенка, а лучше помочь сообразить, как он может справиться сам. Понемногу люди начнут понимать, что слепой ребенок может гораздо больше, чем они себе представляют. Так они начнут уважать и ценить его. Другому слепому ребенку в этой деревне будет уже легче.

Берите ребенка на собрания, в кино, на кукольные представления, на городские празднества. 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 накормленными, чистыми и здоровыми**. Беременные женщины должны хорошо, полноценно питаться и избегать употребления лекарств, которые могут повредить ребенку. Более подробно о мерах по предупреждению слепоты см. в книге *Helping Children Who Are Blind* (Как помочь слепым детям) или свяжитесь с группами, информация о которых приведена на с. 639.

Вкратце **меры по предупреждению слепоты у детей включают следующее:**

- Во время беременности избегайте контакта с людьми, болеющими краснухой и другими инфекционными заболеваниями, не принимайте лекарства, в безопасности которых вы не уверены, и полноценно питайтесь.
- Для профилактики всем новорожденным обрабатывайте глаза эритромициновой или тетрациклиновой глазной мазью (см. с. 245).
- Делайте детям прививки (**вакцинацию**) от всех инфекционных заболеваний, от каких только возможно.
- 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 и пользуйтесь крытыми отхожими местами (уборными). Держите их и отверстия в них 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 прокипяченной воде, и обратитесь к медицинскому работнику.
- Детям, больным корью, давайте пищу, богатую витамином А (или витамин А в капсулах, см. с. 244), потому что при кори возрастает опасность возникновения «сухости глаз».
- Как можно раньше начинайте лечение людей, у которых обнаружили признаки трахомы. Для лечения от разнообразных глазных болезней обращайтесь к медицинскому работнику или найдите соответствующую информацию в книге *«Здоровье для всей семьи»*.
- Держите подальше от детей острые и заточенные предметы, пули, взрывчатые вещества, кислоты и щелочные растворы, и объясните им, 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 «хизы» – ядовитой смоковницы, растущей в Мексике, может обжечь глаза, как щелочь). При любой травме глаз необходимо как можно скорее получить квалифицированную медицинскую помощь.
- Не позволяйте детям бросаться камнями и палками, стрелять из рогаток.
- Проверяйте, нет ли у новорожденных и детей постарше ранних признаков заболеваний глаз или снижения зрения. Проверяйте зрение у детей 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. программу «РЕБЕНОК ребенку», с. 452).
- Помогите всем понять, что в **большинстве случаев слепоту у детей можно предотвратить**. Расскажите людям, что они могут сделать.
- Об особых мерах предосторожности по предохранению глаз у людей с потерей чувствительности см. в гл. 26 «Проказа», с. 223.

