

*Консультация для родителей детей
с нарушением зрения.
«Кто такой учитель-дефектолог»
Младшая группа.*

Учитель-дефектолог:

Мозговая Ю.Ю.

г. Гатчина
2019 г.



Кто такой учитель-дефектолог?

Специалисты-дефектологи занимаются развитием, воспитанием и обучением детей с практически любыми дефектами - как в физической сфере, так и в психоэмоциональной. Различные направления работы дефектологов нацелены на детей с врожденными и приобретенными нарушениями слуха и зрения, патологией речевого аппарата, снижением интеллекта, психоневротическими реакциями и так далее. Основной задачей дефектологов является не столько развитие речи, сколько психологическая и социальная адаптация больного ребенка, а также развитие его интеллектуальных способностей. Так, например, учитель-дефектолог, работающий с детками, имеющими нарушение зрения, стремится, в первую очередь, помочь ребенку максимально приспособиться к жизни в обществе. При работе с умственно отсталыми детьми дефектологу необходимо, в первую очередь, привить ребенку элементарные навыки самообслуживания.

Когда следует обратиться к дефектологу?

Помощь дефектолога необходима не только деткам с нарушенным слухом и зрением либо малышам с различными нарушениями интеллекта. Даже обычному ребенку может понадобиться квалифицированная консультация.

Обязательно следует показать дефектологу ребенка с перенесенной родовой травмой центральной нервной системы.. При этом сделать это нужно не тогда, когда малыш уже пытается говорить, а уже в первые полгода жизни. Специалист может посоветовать специальные развивающие упражнения, подсказать, на что следует обратить внимание конкретно у этого ребенка. Это же утверждение справедливо по отношению к малышам, родившимся с «заячьей губой» или «волчьей пастью». Деткам более старшего возраста помощь учителя - дефектолога может понадобиться, если малыш много времени проводит в компании с телевизором или компьютером. Естественно, что в этой ситуации необходимо и максимально расширить общение с родителями и другими детьми.

Опытный дефектолог может также подсказать родителям как развить интеллектуальные способности ребенка и расширить его словарный запас, улучшить произношение и владение собственной речью. Под правильным руководством дефектолога дети учатся лучше выражать свои мысли, развивают способность к восприятию новой информации, лучше обучаются.

Как сохранить здоровье глаз, что делать, если зрение начинает ухудшаться, - эти вопросы волнуют мам особенно сильно, когда ребенок идет в школу. Что нужно делать родителям, чтобы у ребенка глаза остались здоровыми, даже когда он вырастет?

- Есть ли критические периоды, когда зрение может ухудшиться?

Зрение может упасть не только из-за повышенной нагрузки на глаза, но и после вирусных заболеваний

- Их два: когда ребенок превращается в подростка (8-14 лет). В эти годы зрительная нагрузка резко увеличивается, а если к тому же кто-то из родителей носит очки, шансы на снижение зрения заметно возрастают. И второй период - 40-45 лет. Разменяв пятый десяток, человек с нормальным зрением начинает хуже видеть вблизи. К сожалению, к офтальмологу «возрастные» пациенты обычно приходят тогда, когда расстояние для чтения книги становится длиннее руки. Лучше это делать раньше.

- Не вредны ли для зрения физические нагрузки?

- Спорт и работа на даче полезны при любых болезнях глаз, кроме прогрессирующей миопии и в послеоперационном периоде. Во-первых, благодаря объемным пространствам. Большие залы — лучшая профилактика прогрессирующей близорукости, особенно у детей. Глаз полностью расслабляется, если человек смотрит на предметы с расстояния не меньше 5 метров. В замкнутом пространстве с маленькой кубатурой аккомодационная мышца напрягается, и миопия прогрессирует. Особенно полезны для зрения занятия баскетболом, теннисом, волейболом — видами спорта, в которых есть движущиеся предметы. Наблюдение за передвижением мяча — своеобразный массаж, гимнастика для глазной мышцы.

- Можно ли поспорить с «близорукими» генами?

- Вместо спора с генами лучше изменить свое отношение к этой проблеме. Тем более, что очки или линзы могут ее полностью решить. Миопия слабой и средней степеней без осложнений — это не дефект, а... большая польза. Вся взрослая жизнь - это зрительная работа на близких расстояниях. А близорукий видит вблизи на 200%! Такова компенсаторная реакция организма. Самые искусные микрохирурги и ювелиры - это как раз обладатели невысокой степени миопии.

- От чего в первую очередь страдает зрение?

Смотреть телевизор лежа можно только на высоких подушках, еще лучше смотреть сидя или стоя

- Главный фактор риска - работа с предметами на близком расстоянии. В этом случае внутриглазная мышца не справляется со зрительной нагрузкой, спазмируется, и развивается слабая степень близорукости. Иногда временную потерю зрения провоцирует стресс: ребенок нервничает и замечает, что перед глазами все потемнело. Хронический стресс приводит к дистрофии сетчатки и грозному необратимому заболеванию - кератоконусу. Но, пожалуй, один из главных врагов глаз - компьютер.

- Как правильно смотреть телевизор?

- Сидя или стоя. Если очень хочется прилечь перед экраном, то на максимально высокую подушку. Расстояние от глаз до телевизора должно составлять не меньше 4 метров. Вечером лучше всего включить боковой свет (светильник или ночник), нейтрализующий голубой свет экрана. Оптимально, если телевизор стоит напротив ребенка, а не висит где-нибудь под потолком.

- Как связаны болезни кожи и здоровье глаз?

- Слизистая оболочка глаза соединяется с кожей. Через него дерматологические болезни, например, грибковые, могут переходить на конъюнктиву (наружную оболочку глаза). Существует даже педикулез ресниц! Самая распространенная неприятность в последнее время — демодекоз. Заболевание провоцирует клещ демодекс, который перебирается с поверхности кожи в луковицу ресницы, делает веки красными и воспаленными. Демодекс живет на коже у каждого, и до тех пор, пока иммунитет человека силен, никак себя не проявляет. Но стоит промерзнуть или перенервничать - и клещ переходит в атаку. Частые спутники демодекоза - болезни желудка: гастрит, холецистит, панкреатит. Лечение обычно проходит в три этапа: сначала специальными мазями лечится кожа, потом глаза. Заключительный этап - криообдувание век холодным воздухом (-170°C).

- Какие болезни могут спровоцировать снижение зрения?

- Иногда зрение может упасть после инфекционных, вирусных, ревматических заболеваний (гриппа, кори, скарлатины). Нередко временные нарушения после болезни (особенно у детей) перерастают в постоянные из-за обычной лени - родители не показывают ребенка вовремя окулисту. Есть специальный календарь посещений офтальмолога. Первый раз он смотрит ребенка еще в роддоме сразу после рождения, второй - в 3 месяца перед прививками, третий раз - в год (в темной комнате доктор ищет у малыша нарушения аккомодации). Впервые зрение проверяют в три года: в этом возрасте в норме оно не превышает 60-70%. Плюс обязательный осмотр перед школой. Если соблюдать календарь, любые отклонения и болезни можно предупредить.

- Опасен ли для глаз ультрафиолет?

- Правило номер один - никогда не разрешайте ребенку смотреть на яркое солнце. Оптическая сила глаза фокусирует лучи, и через 6 секунд смотрения это может привести к ожогу центральной его части.

- Как снять усталость глаз?

- Хорошо снимает усталость, воспаления и аллергию простой рецепт: смесь из 1 чайной ложки череды и 1 чайной ложки ромашки заливается 200 г воды, кипятится в течение 15 минут, настаивается, процеживается. Отвар закапывают в оба глаза. Улучшить кровоснабжение глаз и...

можно еще проще: вафельное полотенце опустить в горячую воду, выкрутить и положить на закрытые глаза. Тепловой компресс нужно делать в течение месяца 10 дней подряд. И тогда усталость как рукой снимет.

Шпаргалка для мамы

Астигматизм - недостаток светопреломления глаза, связанный с нарушением кривизны роговицы или хрусталика. Спутник астигматизма - нечеткое изображение.

Близорукость (или миопия) - недостаток преломляющей способности глаза, из-за которого фокус образуется не на самой сетчатке (как положено), а впереди ее. Близорукий хорошо видит вблизи и плохо - на расстоянии.

Глаукома - глазное заболевание, связанное с повреждением зрительного нерва и с повышением внутриглазного давления.

Дальнозоркость — когда глаза обладают недостаточной преломляющей способностью, из-за которой фокус оказывается позади сетчатки. Дальнозоркий хорошо видит вдаль и плохо — вблизи.

Диоптрия — единица оптической силы.

Катаракта — помутнение хрусталика, препятствующее прохождению лучей света в глаз и снижающее остроту зрения.

Радужка — кольцевая мышечная диафрагма с пигментом, определяющим цвет глаз.

Суперзрение — способность человека видеть на 200, 300 и даже 400%.

Хрусталик — прозрачное эластичное выпуклое образование, обеспечивающее тонкое фокусирование лучей света на сетчатке. Изменения формы хрусталика дает четкость изображения вдаль и вблизи.