



Всемирная Организация Здравоохранения

---

Обучение в обществе для людей  
с умственными и физическими  
ограничениями

# 17

---

**Обучающий пакет для членов семьи  
человека, который не чувствует свои  
руки или ноги**

Информация об этом ограничении  
и о том, что в этом случае можно  
делать

**Для чего предназначен этот пакет?**

Информация, приведенная в этом пакете, поможет вам понять, какие ограничения могут быть у человека, который не чувствует свои руки или ноги. Инструкции помогут вам начать обучение такого человека.

Русская версия «Обучение в обществе для людей с умственными и физическими ограничениями» издается при поддержке Восточно-Европейского Комитета (Швеция).

Перевод — Белорусская ассоциация помощи детям-инвалидам при участии Санкт-Петербургского Института раннего вмешательства.

Издание второе, исправленное и дополненное.  
Опробовано и протестировано в условиях России.

Под редакцией Е. В. Ключковой

Корректор, редактор	Ю. В. Князькина
Верстка	И. П. Лукин

ISBN 5-8049-0050-1

---

---

## 17. Обучающий пакет для членов семьи человека, который не чувствует свои руки или ноги

### Информация об этом ограничении и о том, что в этом случае можно делать

**п** Человек, который не ощущает боль в руках или ногах, может легко их повредить. По этой причине такие люди должны оберегать руки или ноги от избыточного давления, от соприкосновения с острыми или горячими предметами или предметами с неровной поверхностью.

**п** Такой человек, возможно, потерял чувствительность в руках и ногах по одной из следующих причин:

У него имеется заболевание, которое приводит к потере чувствительности в руках и ногах. Это заболевание можно вылечить с помощью лекарств. Если такой человек получает лечение, то заболевание может быть вылечено, и он не будет больше терять чувствительность. Это означает, что ограничения, имеющиеся у этого человека, не усугубляются. Но, если человек, которого вы обучаете, болел такой болезнью длительное время, лекарства не смогут вернуть рукам и ногам чувствительность.

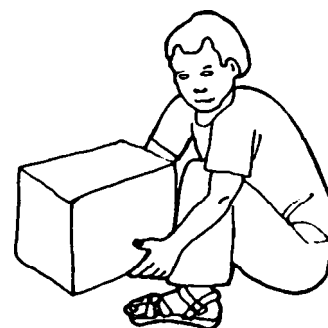
У него была травма, которая привела к нарушению чувствительности в руках и ногах. Эти нарушения не будут усугубляться, если в будущем человек не получит новые травмы.

### Как нам помогают ощущения

**п** С помощью рук и ног мы можем получать множество ощущений. Мы можем чувствовать давление на кожу. Мы можем различить на ощупь, является ли предмет неровным, острым или гладким. Мы можем чувствовать тепло и холод. Мы можем также чувствовать боль.

**п** Мы знаем, что мы поранили руку или ногу, так как в этом случае ощущаем боль. Если мы поранились, то мы защищаем поврежденный участок, потому что мы по-прежнему чувствуем боль. Так ощущение боли помогает нам защитить свои руки и ноги.

**п** Мы чувствуем боль в руках, если мы держим что-нибудь твердое или если мы подняли слишком тяжелый предмет. Боль сообщает нам, что руки могут получить повреждение из-за избыточного давления на них.



**п** Мы чувствуем боль в руках, если они поцарапаны или порезаны, когда мы работаем с грубым деревом или стеклом. Боль сообщает нам, что мы можем повредить руки неровными или острыми предметами.



**п** Мы чувствуем боль в руках, если мы прикасаемся к чему-либо слишком горячему. Боль сообщает нам, что мы можем повредить руки высокой температурой. Мы быстро отдергиваем руки от горячего предмета, чтобы не обжечься.

**п** Мы чувствуем боль в ногах, если мы слишком долго идем. Боль «говорит» нам, чтобы мы прекратили идти и на некоторое время дали отдых ногам, потому что, если мы не отдохнем, мы можем повредить уставшие ноги. Также мы чувствуем боль, если, повредив ноги, продолжаем идти. Боль сообщает нам, что мы не должны продолжать идти, если ноги повреждены, так как они могут повредиться еще сильнее.



**п** Мы чувствуем боль в ногах, если идем по горячему песку или горячим камням. Боль сообщает нам, что мы можем повредить ноги высокой температурой. Мы быстро уходим с горячего участка, чтобы не обжечь ноги.



**п** Когда мы чувствуем боль в руках или ногах, мы прекращаем делать то, что может их повредить. Так мы защищаем свои руки и ноги от повреждения.

---

## Как руки или ноги получают повреждения

п Человек, который не чувствует рук или ног, очень легко может повредить их. Пот и жир, находящийся на нашей коже, защищают ее и сохраняют ее прочность. Кожа рук и ног, потерявшая чувствительность, не выделяет пот и жир. Поэтому такая кожа становится сухой и легче повреждается.

п Повреждения на руках и ногах — это мозоли, ожоги, царапины или порезы. Повреждения могут также возникнуть из-за того, что в кожу воткнулась заноза или колючка.

п Человек, который не ощущает руки или ноги, может повредить их и не осознать, что они повреждены.

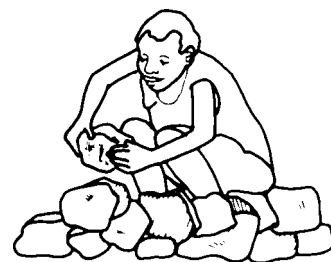
п Если он не увидит повреждение и не обработает его, то состояние раны может ухудшиться и травма станет более серьезной.

п Повреждение можно вылечить. Но даже после этого человек может вновь поранить кожу в том же самом месте. Это происходит потому, что жесткая и сухая кожа на поверхности старой раны может лопнуть, и на этом месте может возникнуть новая рана.

п Человек, который не чувствует рук, может их обжечь. Кожа, потерявшая чувствительность, более подвержена ожогам, чем сохранившая чувствительность. Поэтому такая температура, которая не причиняет вреда коже с нормальной чувствительностью, может привести к ожогу руки, потерявшей чувствительность.

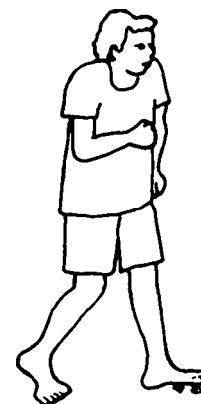


п Человек, который потерял чувствительность в руках, также может поцарапать или порезать их, когда он делает что-либо с предметом, имеющим неровную поверхность.



п Человек, который не может чувствовать ноги, может повредить их, когда он идет или стоит в течение длительного времени.

Кроме того, он может наступить на острый предмет и порезать ногу.



п Человек, которого вы обучаете, должен оберегать участки тела, на которых он повредил кожу, например, он должен перевязать рану, чтобы она зажила.

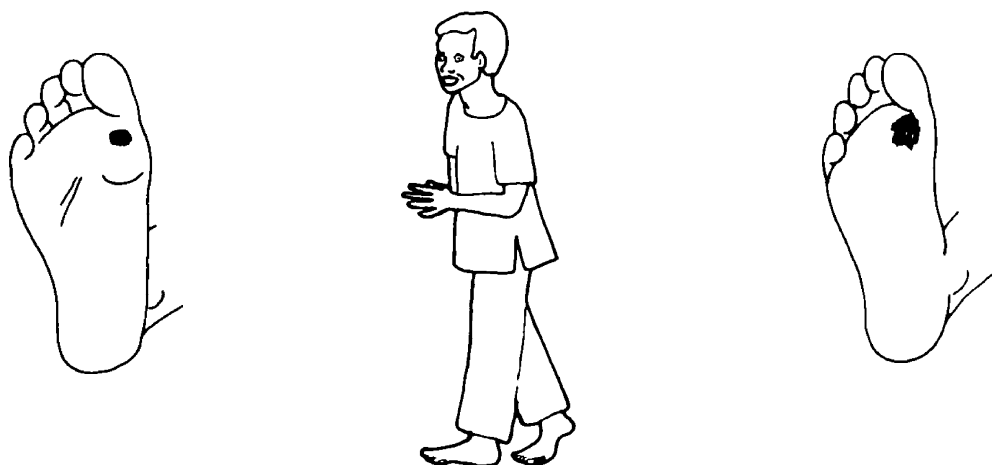


п Если человек не знает о том, что он поранился, он будет продолжать в той же мере пользоваться этой рукой или ногой. В этом случае рана не заживет. Ее состояние ухудшится.

Если человек продолжает пользоваться поврежденной рукой, давление предметов на рану сделает ее больше и глубже.



Если у человека, которого вы обучаете, повреждена нога, а он продолжает ходить, то давление на рану сделает ее больше и глубже.



## Проблемы с глазами

п У людей, которые не чувствуют рук или ног, могут также быть проблемы с глазами.

п Человек, которого вы обучаете, может потерять чувствительность глаз. В этом случае, он не будет ощущать, когда в глаз попадет пыль, песок или мелкий предмет. Поэтому он не будет и моргать.

Глаза такого человека становятся сухими. Они могут также покраснеть. В этом случае человек может легко повредить глаза.

п При повреждении глаз они могут начать слезиться и покраснеть еще больше.

Если у человека, которого вы обучаете, глаза повреждаются часто, то у него может быть нарушение зрения.

п Одно или оба века на глазах такого человека могут стать слабыми. Тогда глаз не будет полностью закрываться. Кроме этого, глаза станут сухими и покраснеют.



---

## Как такой человек может ухаживать за глазами

п Чтобы не допустить высыхания и покраснения глаз, человек, которого вы обучаете, должен как можно чаще моргать.



Когда в воздухе есть пыль или песок, он должен моргать много раз и закрывать глаза как можно более плотно. Это защитит его глаза.



**п** Такой человек всегда должен поддерживать глаза в чистоте.

Очень важно следить, чтобы в глаза не попадали разные насекомые.



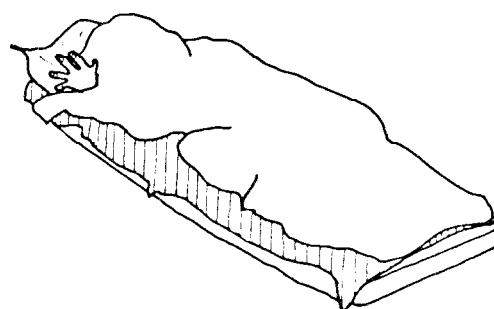
**п** Глаза не нужно трогать руками. Если глаза покраснели или возникло ощущение сухости глаз, то человеку нужно попытаться их закрыть. Он может пальцами потянуть кожу у наружного угла глаза по направлению к уху. Это поможет глазу закрыться.



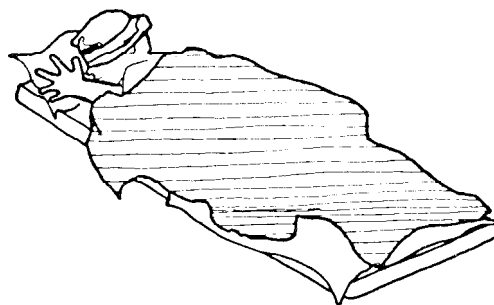
**п** Глаза человека, которого вы обучаете, должны быть защищены от попадания пыли, песка и мелких предметов. Попросите его носить шляпу или очки для защиты глаз.



**п** Чтобы защитить глаза ночью, человек может спать, укрывшись с головой. Также, если человек, которого вы обучаете, плохо переносит свет, то он может лежать, укрывшись с головой, и во время дневного отдыха.



**п** Также, чтобы дать глазам отдохнуть, человек может на короткое время положить на глаза чуть влажную полоску чистой ткани и закрепить ее на голове повязкой из чистой сухой ткани.





## Лекарства для человека, которого вы обучаете

**п** Возможно, человеку, который не чувствует рук или ног, необходимо принимать лекарства. Лекарства могут помочь вылечить то заболевание, которое привело к потере чувствительности. Позаботьтесь о том, чтобы такой человек проконсультировался с врачом или другим медицинским работником и выяснил, нужно ли ему принимать какие-нибудь лекарства.

**п** Если человеку, которого вы обучаете, нужно принимать лекарства, позаботьтесь о том, чтобы он знал, как именно их нужно принимать. Лекарства нужно принимать в определенное время дня столько месяцев или лет, на сколько их прописал врач.

**п** Следите за тем, чтобы человек продолжал принимать лекарства до тех пор, пока врач не скажет прекратить их прием.

**п** Прежде чем очередная порция лекарства закончится, следует приобрести новую порцию. В этом случае вы будете уверены, что у человека, которого вы обучаете, всегда есть лекарство.



**п** Если состояние человека изменилось, сообщите об этом врачу или другому медицинскому работнику. Например, врачу обязательно следует сообщить, если человек, которого вы обучаете, еще сильнее теряет чувствительность в руках или ногах, или если он получил новое повреждение, или если у него на коже появилась сыпь.

## Виды деятельности, которые необходимо выполнять человеку

**п** Человеку, который не может чувствовать руки или ноги, может быть трудно ими шевелить. У него могут быть нарушены движения рук или ног. Однако ему по-прежнему будет необходимо выполнять некоторые виды повседневной деятельности.

**п** Возможно, человек, которого вы обучаете, не ходил в школу, когда он был ребенком. Возможно также, что он не делает никакой работы по дому, не имеет постоянной работы и не участвует в семейных или каких-либо общественных мероприятиях.

**п** Если такому человеку необходимо выполнять все эти виды деятельности, поговорите об этом с вашим Координатором. Ваш Координатор даст вам обучающий пакет, который вы сможете использовать, чтобы помочь человеку, которого вы обучаете, учиться их выполнять.

**п** Так как руки или ноги человека, которого вы обучаете, потеряли чувствительность, ему следует научиться за ними ухаживать.

---

## Как ухаживать за руками и ногами, которые потеряли чувствительность

**п** Человеку, который потерял чувствительность рук и ног, нужно ухаживать за ними особым образом. Он должен:

Защищать руки от повреждений.

Защищать ноги от повреждений.

Каждый день по несколько раз внимательно осматривать руки и ноги, чтобы убедиться, что они не повреждены.

Каждый день очищать руки, тщательно мыть и смазывать их кремом.

Ухаживать за поврежденными и за неповрежденными участками поврежденной руки или ноги, пока рана не будет вылечена.

Использовать руки и ноги для какой-нибудь деятельности.

**п** Ваш Координатор даст вам другой обучающий пакет, в котором содержится информация о том, как выполнять эти виды деятельности.

## Результаты

После того как вы прочитали данный пакет, проверьте, правильно ли вы все поняли, ответив на следующие вопросы:

**п** Что является причиной потери чувствительности рук и ног?

**п** Как способность ощущать помогает людям?

**п** Когда люди ощущают боль в руках или ногах?

**п** Каким образом человек, который не может чувствовать рук и ног, повреждает их?

**п** Что следует делать человеку, если он получил травму?

**п** Как человеку, у которого глаза красные и сухие, ухаживать за ними?

**п** Как человек может узнать, следует ли ему принимать лекарства?

**п** Как человеку, который не может чувствовать своих рук и ног, ухаживать за ними?

Теперь проверьте себя по пакету, чтобы выяснить, правильно ли вы ответили. Если хотя бы один из ответов ошибочен, перечитайте пакет. Затем опять ответьте на тот же самый вопрос и проверьте ваш ответ.

Если у вас при этом возникли какие-либо проблемы, вы можете обсудить их с вашим Координатором.

# **Обучающие пакеты**

## **Для членов семьи человека с нарушением зрения**

1. Информация об этом нарушении и о том, что в этом случае можно делать.
2. Как научить такого человека самого себя обслуживать.
3. Как учить такого человека передвигаться.

## **Для членов семьи человека с нарушением слуха или речи**

4. Информация об этом нарушении и о том, что в этом случае можно делать.
5. Ребенок с нарушением слуха, который не умеет говорить, — как обучать такого ребенка общаться.
6. Человек с нарушением слуха, который может говорить, — как обучать такого человека общаться.
7. Ребенок с нарушением речи и движений, который может слышать, — как обучать такого ребенка общаться.

## **Для членов семьи человека с нарушением движений**

8. Информация об этом нарушении и о том, что в этом случае можно делать.
9. Как предотвратить возникновение деформации конечностей.
10. Как предотвратить появление пролежней на коже.
11. Как обучать человека переворачиваться и садиться.
12. Как обучать человека вставать из положения сидя.
13. Как обучать такого человека передвигаться.
14. Как обучать такого человека самого себя обслуживать.
15. Как обучать человека, страдающего болями в суставах, выполнять повседневные дела.
16. Упражнения для укрепления слабых конечностей и уменьшения боли.

## **Для членов семьи человека, который не чувствует свои руки или ноги**

17. Информация об этом нарушении и о том, что в этом случае можно делать.
18. Как предотвратить повреждение и деформацию рук и ног.

## **Для членов семьи человека со странностями в поведении**

19. Информация об этом нарушении и о том, что в этом случае можно делать.
20. Как обучать такого человека самого себя обслуживать.

## **Для членов семьи человека, у которого бывают судорожные припадки**

21. Информация об этом нарушении и о том, что в этом случае можно делать.

## **Для членов семьи человека с трудностями в обучении**

22. Информация об этом нарушении и о том, что в этом случае можно делать.
23. Как обучать ребенка самого себя обслуживать.
24. Как обучать взрослого человека самого себя обслуживать.

## **Общие**

25. Грудное вскармливание.
26. Игра.
27. Школьное обучение.
28. Социальная активность.
29. Домашние обязанности.
30. Трудоустройство.