

- Пространство, в котором мы живем.  
Про адаптационные и вспомогательные средства

Для того чтобы обучаться чему-то новому и тренироваться, желательно оборудованное помещение, отрегулированный уровень света, специальные приспособления. Но часто мы забываем, что все эти условия нужны не только для занятий, но и в остальное время нашей жизни.

Многим из нас знакомы ощущения дискомфорта, которые можем испытывать, поспав на неудобном диване в гостях у подруги, либо после продолжительной поездки в автобусе с неудобными креслами и прочее.

Когда человек встречается с такого рода неудобствами впервые или очень редко, дискомфорт он чувствует отчетливо. Практически всегда в таких случаях можно легко найти причину появившейся боли или неприятных ощущений – скорее всего она будет связана с изменением в среде, в том, что происходило недавно не так, как обычно. Кроме прочего точно определяется локализация в теле – «ломит» спину, затекла шея, не чувствую ног.

Другое дело – условия, негативно влияющие на уровень здоровья, в которых приходится жить изо дня в день, например, неподходящая мебель в квартире, тусклое освещение, слишком низко расположенная раковина. В большинстве случаев, человек привыкает и по-своему приспосабливается. В конце концов, неудобные и неадаптированные элементы жизни перестают восприниматься таковыми, и человек подстраивается под условия. Как следствие – дискомфорт переходит в статус постоянной и хронической боли, к которой человек со временем тоже привыкает. Прогнозы при таком варианте развития событий, увы, грустны.

Для выявления элементов, оказывающих негативное влияние на уровень здоровья, существует специально обученный специалист – эрготерапевт. Кроме прочего, эрготерапевт может предложить и варианты адаптации домашней среды. Но найти его пока является непростой задачей.

«Мне и так удобно» не подходит в этом случае. Во-первых неудобно, и для признания этого факта нужно некоторое мужество родителя. Во-вторых негативно влияет на двигательное развитие ребенка и создает ему неудобные условия.

Специализированные адаптационные средства не ограничиваются каталогом колясок или вертикализаторов. На данный момент разработано и

выпущено большое количество разнообразных придумок, для детей и взрослых, имеющих особенности двигательные сложности. Для того чтобы облегчить жизнь всей семьи, имеющего ребенка с двигательными особенностями, иногда достаточно приобрести или изготовить всего лишь подушку правильной формы, скользящую простынь, скользящий рукав или что-то иное, подходящее для данной уникальной ситуации.

Есть большое количество интернет-ресурсов, предлагающих свои услуги в этом направлении, достаточно всего лишь знать про их существование.

Использование подобранных средств непосредственно влияет на всю семейную систему. Ребенок оказывается в удобном для него положении – поддерживающее средство снимает с него задачу контролировать положение тела, либо удерживание головы, либо вопрос о контроле распределения веса тела. За счет этого, освобождается место для другой физической активности, для игры, для того, чтобы постараться что-то сделать самому.

Родитель при этом так же находится в физиологически правильном, удобном не разрушающем положении, т.к. поддерживающие функции, которые он раньше брал на себя, теперь выполняет специализированное средство. Сидя или стоя правильно, любой человек способен на большее, поэтому спортсмены отрабатывают изначально правильную стойку, учатся управлять своим телом, начиная из исходного отработанного положения.

Учитывая правила позиционирования ребенка и находясь рядом с ним или с ним на руках, оба способны на большее.

Верно подобранные и используемые в жизни средства для перемещения людей с двигательными особенностями так же позитивно влияют на качество жизни всех членов семьи.

- *Многое может быть улучшено в короткие сроки и быть устроено с помощью подручных средств.  
Про использование подручных средств*

*ФОТО*