



Каждый день мы ходим на работу, по магазинам, занимаемся домашними делами, в общем, живем обычной жизнью. Отточенные за годы действия доведены до автоматизма, и нам уже начинает казаться, что мы с легкостью справились бы со всем этим даже с закрытыми глазами... На самом деле это мнение ошибочно, и только люди, однажды потерявшие зрение, могут точно сказать, сколько усилий им приходится прикладывать, чтобы хоть как-то адаптироваться к новым, непривычным для них условиям.

Проверить это под силу любому из нас. Достаточно провести над собой своего рода эксперимент – прожить всего один день с закрытыми глазами. Надев повязку, чтобы не подсматривать, я начала свой обычный выходной с приготовления завтрака. Конечно, за много лет я научилась прекрасно ориентироваться в своей маленькой квартире, поэтому с передвижением по ней справлялась неплохо. Чего нельзя сказать о самой готовке. Чтобы сделать пару бутербродов и чай, пришлось потратить уйму времени, не говоря уже о качестве блюд и небольших травмах. После эксперимента также потребовалась легкая уборка на кухне. Намного сложнее оказалось совершить прогулку по известному маршруту. Откуда ни возьмись на пути возникали прохожие, ехали автомобили, приближение которых я чаще всего даже не слышала, ноги попадали в ямки, в лужи, а ведь дорога могла быть вообще перекопана, или на ней мог быть открытый колодец. Надо сказать, путешествие оказалось не только очень трудным, но и по-настоящему опасным. От дома удалось отойти практически на два десятка метров, после чего я решила завершить эксперимент, убедившись в том, что потеря зрения – серьезное испытание для человека, которое он должен преодолеть, научившись жить уже совсем по-другому.

Наверное, не ошибусь, если скажу, что зрение – самый важный орган чувств. Благодаря ему мы получаем первое представление об окружающем мире. Мы наслаждаемся жизнью, различая все ее цвета и разглядывая интересные детали. Это делает нас уверенными в себе, собранными и внимательными. Утратив возможность видеть, человек как будто теряет связь с пространством, лишается своеобразной опоры. Еще в ходе своего эксперимента я заметила, стоит только закрыть глаза, и привычные дела становятся трудновыполнимым заданием, при этом чувствуешь себя совершенно беспомощным. В такой ситуации важно не опускать руки, а прислушаться к себе, к своему организму и попытаться раскрыть весь потенциал остальных органов чувств, благодаря которым незрячий сможет адаптироваться к изменившимся условиям. А помочь ему в этом смогут близкие люди.

Это – проблема не одного человека, и, к сожалению, в мире число людей с нарушениями зрения растет с каждым годом. *По данным Всемирной организации здравоохранения, во всем мире насчитывается около 37 миллионов слепых людей и 124 миллиона человек с плохим зрением. По расчетам ВОЗ, если не будут приняты срочные меры, к 2020 году число слепых удвоится и достигнет 75 миллионов. Уже сейчас каждые пять секунд в мире слепнет один взрослый человек, а каждую минуту – ребенок. В России, по данным независимых источников, количество учтенных слепых и слабовидящих составляет 218 тысяч человек, из них абсолютно слепых – 103 тысячи. При этом каждый второй житель нашей страны имеет какое-либо нарушение зрения. В контингенте инвалидов по зрению 22 процента составляет молодежь. А за последние 10 лет в России существенно увеличилось число детей, имеющих глазные патологии.*

Ситуация, действительно, серьезная, учитывая, что любые статистические данные не являются точными, вернее полными. По словам сотрудников обществ слепых, незрячих людей на самом деле гораздо больше. Просто далеко не все обращаются в подобные учреждения. Кого-то пугает статус инвалида, а кто-то и вовсе не знает о существовании таких обществ.

Не исключение и Угличская местная организация «Всероссийское общество слепых». По ее данным *в настоящее время в нашем районе насчитывается 130 инвалидов по зрению. Из них к Первой группе (самая тяжелая, остаточное зрение или полная его потеря) относятся 52 человека, ко Второй (слабое зрение, сохраняется небольшой его процент) – 62 человека, к Третьей (наиболее легкая форма) – 15 человек, а также на учете состоит 1 ребенок девяти лет, который не мог видеть уже с рождения. Основная доля потерявших зрение приходится на угличан старше 60 лет (98 человек), от 18 до 30 лет – 4 человека, от 31 до 40 лет – 9 человек, от 41 до 50 лет – 10 человек, от 51 до 60 лет – 9 человек.*

Люди должны понять, что постановка на учет в обществе слепых – это не только закрепление за определенной группой инвалидности, главное – это помощь в адаптации незрячего или слабовидящего к окружающим условиям. Здесь помогают с приобретением специальных средств для облегчения жизни человека, имеющего нарушения зрения, а также организуют кружки по интересам, где люди общаются, сплочаются и чувствуют себя полноценными. Например, члены Угличской местной организации занимаются спортивной деятельностью (шашки, домино, гиревой спорт, отвод гантелей от груди, дартс, кольцоброс, настольный теннис), громким чтением, посещают кружки «Садовод» и «Домоводство», ездят на экскурсии в музеи, участвуют в летне-оздоровительных мероприятиях.

Конечно, чтобы люди с ограниченными возможностями реабилитировались в обществе, для них необходимо сломать некоторые барьеры. Возьмем, например, окружающую среду, которая должна стать для них доступной. Сейчас во многих городах, в том числе и в Угличе, можно увидеть пандусы у некоторых учреждений, контрастную окраску ступеней лестниц для слабовидящих, светофоры оснащаются звуковыми сигналами. И так должно быть во всех аспектах нашей жизни. Но все-таки самым главным остается человеческий фактор – рука помощи, протянутая в нужный момент незрячему, именно это позволяет ему преодолевать многие трудности.

**Наталья ОВЧИННИКОВА**

«Угличанин» №44 (397) от 12.11.2014 года

{loadposition yandex-knopka}{jcomments on}