

Предупреждение физических недостатков

ГЛАВА 3

Поскольку эта книга посвящена **реабилитации**, то в основном она о детях, которые уже имеют физические недостатки. Однако большое значение имеет **предупреждение** физических недостатков. По этой причине в большинство глав, рассказывающих о различных физических недостатках, мы включили рекомендации по их предупреждению.

Информация о способах предупреждения физических недостатков приводится в конце глав. Это сделано потому, что люди обычно не задумываются о физических недостатках до тех пор, пока несчастье не случится с кем-нибудь из близких. Тогда они прежде всего стараются помочь любимому человеку. После того, как попавшему в беду ребенку будет оказана помощь, можно обратить внимание родителей на то, как предупредить появление физических недостатков у других членов семьи и близких.

Специалисты в области здравоохранения, занимающиеся разработкой региональных программ, прежде всего уделяют внимание предупреждению физических недостатков и наталкиваются на полное равнодушие населения. Однако, когда родители обращаются за помощью для своего больного ребенка и их насущные потребности бывают удовлетворены, они энергично включаются в работу по предупреждению физических недостатков среди родных и окружающих.

Для успешного выполнения программы, ориентированной на общину, начните с того, что кажется людям наиболее важным, и работайте в этом направлении.

Чтобы предупредить физические недостатки, необходимо понять причины их возникновения. В большинстве районов земного шара многие физические недостатки связаны с бедностью. Например:

- Если будущие матери плохо питаются во время беременности, их дети часто рождаются слабыми или недоношенными. У этих детей гораздо чаще наблюдается ДЦП – причина наиболее распространенных тяжелых физических недостатков. Кроме того, неполноценное питание в первые месяцы беременности вызывает некоторые врожденные дефекты.
- Если новорожденные и маленькие дети не получают качественного питания, они гораздо чаще заболевают инфекционными заболеваниями и переносят их тяжелее. Понос у упитанного ребенка обычно не оказывает серьезного влияния на его здоровье. А у очень худого, плохо питающегося ребенка понос часто вызывает сильное обезвоживание организма, высокую температуру и иногда поражения мозга, результатом которых могут стать припадки или ДЦП.
- В результате плохих санитарных условий и перенаселенности вполне обычным заболеванием становятся туберкулез и вызываемые им серьезные физические недостатки.
- Отсутствие служб здравоохранения и реабилитации в бедных поселках делает физические недостатки распространенным и серьезным явлением. При этом нередки вторичные физические недостатки, которые можно было бы предотвратить, оказав необходимую медицинскую помощь на ранней стадии заболевания.

Чтобы предупредить физические недостатки, являющиеся прямым результатом бедности, необходимы серьезные изменения в социальном устройстве общества.

Поскольку наиболее полное предупреждение физических недостатков, связанных с бедностью, зависит от социального переустройства общества, то это дело будущего. Однако неотложные меры, предпринимаемые в семье, общине и в масштабе всей страны, могут способствовать предупреждению некоторых физических недостатков.

- С полиомиелитом в определенных условиях можно бороться путем вакцинации. Но эффективность **вакцинации** зависит не только от качества вакцины. →

Там, где вакцинация не проводится или проводится недостаточно эффективно, семьи и общины могут способствовать уменьшению случаев возникновения **паралича** вследствие полиомиелита другими способами:

- как можно более продолжительным вскармливанием ребенка грудным молоком (см. с. 74),
- не позволяя делать детям ненужных инъекций (см. с. 18–21).

Почему, несмотря на наличие качественной вакцины, дети во многих странах все еще болеют полиомиелитом?

ЭФФЕКТИВНОСТЬ ВАКЦИНАЦИИ ЗАВИСИТ ОТ МНОГИХ АСПЕКТОВ:

Технический
Производство и доставка безопасной и эффективной вакцины, правильное ее хранение.



Просветительный
Население должно понять значение вакцинации и активно участвовать в этой кампании. Работники здравоохранения должны знать, насколько важно хранить вакцину в **охлажденном виде**: в результате неправильного хранения примерно треть вакцины становится непригодной к употреблению до того, как попадает к детям.

Экономический
(стоимость вакцины и вакцинации)
Руководители слаборазвитых стран должны осознать, что предупреждение полиомиелита оправдывает затраты.



Политический
Программы вакцинации наиболее успешно выполняются в тех странах, где правительства действительно заботятся о своих гражданах и принимают активное участие в широкомасштабных кампаниях по вакцинации населения.

Организационный
Определение потребностей, планирование, доставка и распределение вакцины.

Этический (честность и добросовестность)
Врачи, работники здравоохранения и граждане должны быть уверены в том, что вакцину получили все дети. (В некоторых странах врачи выбрасывают вакцину и составляют ложные отчеты при попустительстве инспекторов службы здравоохранения.)

- Поражения мозга и припадки могут стать менее частыми явлениями, если матери и акушерки будут принимать дополнительные меры предосторожности во время беременности и родов и если детям сделать прививку против кори (см. с. 107).
- Некоторые врожденные дефекты и умственную отсталость можно предупредить, если беременные женщины воздержатся от приема лекарств, а сэкономленные на их покупке деньги направят на полноценное питание.
- Травмы спинного мозга можно значительно сократить, если отцы сократят потребление спиртных напитков и будут уделять больше времени самообразованию, семье, воспитанию детей.
- С проказой можно бороться в том случае, если люди перестанут бояться и отвергать людей, страдающих проказой. Оказывая поддержку семьям и поощряя лечение проказы на начальной стадии, можно предотвратить ее распространение, поскольку люди, получающие лечение, не становятся разносчиками инфекции (см. с. 215).
- Слепота у маленьких детей в некоторых странах часто связана с отсутствием в пище **витамина А**. Восполнить недостаток этого витамина можно, давая детям плоды растений с темно-зелеными листьями, фрукты желтого цвета и даже некоторые дикорастущие растения и фрукты.
- Некоторые виды глухоты и умственной отсталости можно предупредить, если принимать йодированную соль во время беременности (см. с. 276 и 282).

- **Физические недостатки, вызванные отравлением ядовитыми веществами, содержащимися в пище, воде, воздухе или на рабочем месте.** Широко применявшиеся в сельском хозяйстве в недавнем прошлом для уничтожения вредителей и сорняков химические вещества нанесли большой вред здоровью людей. Сельские жители часто используют пестициды, не имея представления о создаваемой ими опасности и необходимых мерах предосторожности. В результате многие люди оказались парализованными, слепыми или получили другие физические недостатки.

Для предупреждения подобных отравлений необходимо, чтобы люди знали об опасности, которая грозит не только им и их детям, но и животным, птицам, земле, т.е. равновесию, существующему в природе. Также нужны законы, запрещающие применение наиболее опасных химикатов и предусматривающие соответствующие меры наказания.

ДЛЯ ЗАЩИТЫ ОТ ОТРАВЛЕНИЯ ПЕСТИЦИДАМИ

- Стойте так, чтобы ветер относил распыляемую струю в сторону от вас.
- Одевайте защитную одежду, закрывающую все тело.



- Помойтесь и смените одежду сразу же после окончания опрыскивания.
- Постирайте одежду после опрыскивания.
- Не выливайте воду после стирки в источник питьевой воды.
- Не используйте контейнеры из-под химикатов для хранения пищевых продуктов и воды.
- Не разрешайте детям играть с контейнерами из-под химикатов.

ВНИМАНИЕ! Следите, чтобы дети, беременные женщины и кормящие матери не имели дела с пестицидами.

- **Физические недостатки, основной причиной возникновения которых являются ядовитые пищевые продукты.** В некоторых районах, например в Индии, среди беднейших слоев населения распространен паралич в результате **«отравления чинной»**. Решение этой проблемы напрямую связано с экономическим положением населения экономически слаборазвитых стран.

- **Костные деформации** (деформации коленного сустава) вследствие **фтороза** (отравление фтористыми соединениями) можно предотвратить, если службы общественного здравоохранения будут следить за качеством питьевой воды*.

Более 2 миллионов человек в Индии стали калеками вследствие полиомиелита, недостатка йода, фтороза, отравления чинной. При доброй воле руководителей страны все эти наиболее распространенные причины инвалидности можно полностью устранить!

- **Ожоги, потеря зрения, травмы конечностей, позвоночника, головы и другие тяжелые физические недостатки** часто вызываются **вредными условиями работы, ядовитыми веществами в воздухе, недостаточными мерами безопасности.** Так, использование в некоторых странах асбеста при возведении зданий школ, предприятий и жилых домов – причина хронических заболеваний лёгких. Необходимы жесткие меры со стороны службы здравоохранения и информированных людей для изменения ситуации.

- **Физические недостатки, возникающие в результате употребления некоторых опасных лекарственных средств,** также можно предотвратить. В настоящее время такие средства запрещены в странах, где они изготавливаются, но они все еще продаются в других странах. Например, лекарственные средства от поноса, содержащие клиохинол, вызвали тысячи случаев слепоты и паралича в Японии. Опасные лекарственные средства, применяемые в слаборазвитых странах, хорошо описываются в книге Дианы Мелроуз (Melrose Dianna, см. с. 641).

Высокая стоимость, злоупотребление либо неправильное применение лекарственных средств приводят к ухудшению условий жизни, росту числа людей с физическими недостатками. Повышение квалификации врачей, просветительская работа среди простых людей и более эффективные международные законы – необходимые условия для контроля за производством и применением лекарственных средств.

* **Примечание.** Фтористые соединения в больших дозах вредны для здоровья, однако небольшое количество этих веществ необходимо для укрепления костей и зубов. В некоторых регионах необходимо очищать питьевую воду от этих соединений, в других их необходимо в воду добавлять.

КТО ДОЛЖЕН ЗАНИМАТЬСЯ ПРЕДУПРЕЖДЕНИЕМ ФИЗИЧЕСКИХ НЕДОСТАТКОВ

Обратите внимание: профилактика физических недостатков зависит не только от имеющих глобальный характер экономических и социальных факторов, но и от повышения сознательности, активного участия населения и нового взгляда на вещи.

Все эти изменения не произойдут сами собой. Для этого необходим длительный процесс распространения образования, организации граждан и активности тех, кто больше всего заинтересован в решении этих проблем.

Большинство здоровых людей не думают о физических недостатках и их предупреждении, до тех пор пока несчастье не сваливается, как снег на голову.

Физические недостатки больше всего беспокоят инвалидов и их семьи. Поэтому именно они должны стать лидерами в борьбе за предупреждение физических недостатков.

Они могут это делать неофициально, при личном общении. Например:



Дети с физическими недостатками и их семьи могут объединиться для проведения профилактических кампаний. В одной деревне матери поставили небольшие сценки, в которых рассказали о важности кормления детей грудью и необходимости вакцинации (см. с. 74). В центре реализации проекта PROJIMO в Мексике работники службы реабилитации, являющиеся инвалидами, помогали проводить вакцинацию детей в отдаленных горных деревнях.

В ЧАСТИ 1 этой книги, где мы описываем различные физические недостатки, также приводится необходимая информация по их предупреждению. Мы надеемся, что те из вас, кто использует эту книгу для оказания помощи детям-инвалидам, примут активное участие в работе по предупреждению физических недостатков.

ПРЕДУПРЕЖДЕНИЕ ВТОРИЧНЫХ ФИЗИЧЕСКИХ НЕДОСТАТКОВ

До сих пор мы говорили о профилактике основных, или "первичных", физических недостатков, возникших вследствие, например, полиомиелита или травмы спинного мозга. Но важное значение также имеет предупреждение "вторичных" физических недостатков, что в значительной степени является целью процесса реабилитации.

Под "вторичными" физическими недостатками мы понимаем физические недостатки или осложнения, которые возникают после или вследствие первоначального физического недостатка.



Несчастье может случиться с каждым, что обычно и происходит в жизни.

Например. Ребенок, перенесший полиомиелит или ДЦП, не может ходить. Следствие – постепенное сокращение обычной *амплитуды движений* в суставах ног. Так называемые **контрактуры** (см. гл. 8) делают невозможным выпрямление ног. Такой вторичный физический недостаток может ограничить способность ребенка двигаться или ходить даже в большей степени, чем первичный паралич.

У этого ребенка после полиомиелита постепенно появились контрактуры в



Именно контрактуры (а не первоначальный паралич) не позволяют ребенку стоять или ходить.



Если предупредить появление контрактур – с помощью упражнений на увеличение амплитуды движений, начатых на ранней стадии заболевания и постоянно выполняемых, ребенок сможет стоять и ходить.



Большинство контрактур можно скорректировать, но процесс этот – длительный и дорогостоящий; иногда приходится прибегать к хирургической операции.

Поэтому необходимо **ПРЕДУПРЕДИТЬ ОБРАЗОВАНИЕ КОНТРАКТУР.**

Поскольку контрактуры – наиболее распространенное осложнение, мы посвящаем их рассмотрению отдельную главу (гл. 8). Упражнения на увеличение амплитуды движений описываются в гл. 42. О применении гипсовых повязок для коррекции контрактур вы узнаете из гл. 59.

Если не принять необходимых профилактических мер, могут возникнуть и **многие другие вторичные физические недостатки**, например: **пролежни** у детей с травмой спинного мозга (см. гл. 24), **искривление позвоночника** у детей со слабыми мышцами спины и укороченной ногой (см. гл. 20), **травмы головы** вследствие припадков (см. с. 235). Профилактические меры в отношении многих других вторичных физических недостатков описываются в главах, посвященных определенным физическим недостаткам.

В книге мы рассматриваем и **негативные последствия медикаментозного лечения, а также применения ортопедических средств.** Например:

- **лекарственный препарат против припадков**, фенитоин, вызывает у некоторых детей значительное опухание десен. Это явление частично можно предотвратить, если регулярно чистить зубы (см. с. 238);
- **костыли**, которые сильно давят в подмышечную ямку, могут повредить нервы, что постепенно приведет к параличу рук. В таких случаях рекомендуются более короткие костыли или костыли с упором на локти, как показаны выше (см. так же с. 393);
- **хирургическая операция** с целью коррекции контрактур иногда вызывает серьезные проблемы, поскольку устраненные контрактуры **на самом деле помогли** ребенку лучше двигаться или ходить. Поэтому, прежде чем решиться на хирургическую операцию, нужно серьезно обдумать все возможные **положительные и отрицательные последствия** подобного шага (см. с. 530);
- некоторые **фиксирующие устройства и приспособления**, которые вначале помогают ребенку, впоследствии могут тормозить улучшение его физического состояния (см. с. 526–529).

Чтобы избежать подобных ошибок, необходимо тщательно изучить потребности ребенка и периодически повторять свои оценки. Нужно стремиться предупредить возникновение новых физических недостатков, прежде всего вызываемых неудачно выбранным лечением.

**Первая заповедь
работника службы реабилитации и родителей, равно как врача:
НЕ НАВРЕДИ!**

Помимо вторичных недостатков, имеющих физическую природу, часто возникают осложнения **психологического и социального характера**, т.е. влияющие на умственные способности ребенка, его поведение, общение с окружающими.

У некоторых детей с физическими недостатками возникают серьезные **проблемы, связанные с поведением**. Это происходит потому, что иногда плохое поведение привлекает больше внимания к такому ребенку и чаще "вознаграждается", чем хорошее поведение. В гл. 40 описываются способы, с помощью которых родители могут предотвратить истерики и плохое поведение у детей с физическими недостатками.

Самый тяжелый вторичный недостаток – психологического и социального характера – у многих детей-инвалидов (и взрослых) обычно возникает из-за непонимания и неприятия другими людьми. В ЧАСТИ 2 этой книги рассказывается о том, что нужно сделать, чтобы окружающие заняли более активную позицию в отношении инвалидов и помогли им справиться с трудностями, и о том, что могут сделать сами инвалиды и их семьи, чтобы найти понимание со стороны окружающих и не усугублять физические недостатки психологическими и социальными факторами.

**Предупреждение вторичных физических недостатков –
основная часть работы по реабилитации.**

НЕОБХОДИМОСТЬ БОЛЕЕ РАЗУМНОГО И ОГРАНИЧЕННОГО ПРИМЕНЕНИЯ ИНЪЕКЦИЙ



Злоупотребление лекарственными препаратами и их неправильное применение, наблюдающееся в настоящее время во всем мире, – одна из главных причин возникновения заболеваний и физических недостатков. Частично это происходит из-за неправильного предписания или приема лекарств (например, некоторые лекарства, принимаемые во время беременности, могут вызвать врожденные дефекты, см. с. 119), частично из-за того, что слишком много денег расходуется (и в семьях, и на правительственном уровне) на дорогостоящие, ненужные, опасные лекарственные препараты. Полезнее направить эти средства на то, что способствует сохранению здоровья: качественные продукты питания и воду, вакцинацию, надлежащее образование. Некоторые лекарства при правильном применении, разумеется, имеют важное значение для здоровья. Но о большинстве лекарств этого сказать нельзя. Из 30 тысяч лекарственных препаратов, продаваемых в большинстве стран, **Всемирная организация здравоохранения признала нужными всего 250.**



В большинстве стран врачи, работники здравоохранения и население придают слишком большое значение инъекциям как составной части медицинской помощи.

Во многих странах инъекции воспринимаются как незаменимое, "магическое" средство. Люди требуют инъекций, потому что врачи часто их назначают, а врачи и работники здравоохранения слишком часто прибегают к инъекциям, потому что люди их требуют.



ИНЪЕКЦИИ КАК ПРИЧИНА ФИЗИЧЕСКИХ НЕДОСТАТКОВ



Этому ребенку был сделан укол нестерильной (грязной) иглой. В результате образовался инфицированный абсцесс (гнойный карман), который временами воспаляется и прорывается. Причем инъекция была сделана против простуды!

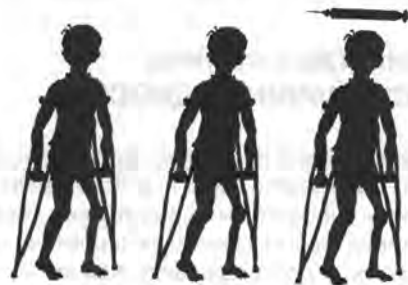
Инъекции грязной иглой или шприцем – распространенная причина инфекции. Иногда эти инфекции могут привести к **параличу, поражению спинного мозга** (см. с. 192) или смерти.

Кроме того, вредными могут быть сами лекарственные препараты, вводимые в виде инъекций. **Опасные аллергические реакции, отравления, глухота** иногда вызываются введением определенных лекарственных препаратов – часто тогда, когда они не нужны.

Злоупотребление **гормонами, вводимыми в виде инъекций** врачами и акушерками для ускорения родов и усиления потуг у роженицы, часто оказывается основной причиной рождения детей с **поражениями мозга, ДЦП и парадками**.

Физический недостаток, наиболее часто возникающий в результате инъекций, – **паралич при заболевании полиомиелитом**. Некоторые специалисты считают, что **ежегодно около 2 миллионов детей** оказываются парализованными при заболевании полиомиелитом из-за инъекций. Почти все эти инъекции делают без какой-либо необходимости в них.

По нашему мнению, природа этого явления такова. У детей, инфицированных вирусом полиомиелита, обычно наблюдаются признаки сильной простуды или гриппа. Большинство из них выздоравливает через несколько дней, при этом паралич у них не развивается. Но вероятность возникновения паралича увеличивается, если мышцы ребенка повреждены или раздражены. Инъекции любых лекарственных препаратов раздражают мышцы. Сигналы от раздраженных мышц поступают по нервам в спинной мозг и провоцируют изменения, вследствие которых вирус полиомиелита вызывает паралич.



1 из каждых 3 случаев паралича при полиомиелите вызван инъекциями.

К сожалению, при появлении у ребенка признаков простуды или "гриппа" родители, не подозревая, что эти явления могут быть вызваны вирусом полиомиелита, часто обращаются к врачу или работнику здравоохранения с просьбой сделать укол. Во многих случаях результатом является паралич, причем более сильный с той стороны, где была сделана инъекция. Распространено мнение, что паралич ноги вызван тем, что инъекционная игла "задела нерв". Теперь мы знаем, что в большинстве случаев паралич – следствие так называемого "спровоцированного полиомиелита" (вызван, т.е. "спровоцирован", инъекцией).

Очень важно, чтобы матери и врачи помнили о том, что **детям нельзя делать инъекции при появлении у них признаков простуды с повышением температуры или гриппа. У ребенка может быть полиомиелит, и инъекция вызовет паралич.**

Если инъекции делать только детям, которые действительно в этом нуждаются, в миллионах случаев полиомиелита паралич перестанет быть неизбежным.

Повальное увлечение инъекциями вызывает заболевания, убивает или делает инвалидами ежегодно миллионы людей, главным образом детей. Необходимо проведение международной кампании с целью изменения взгляда на эту проблему врачей, работников здравоохранения, традиционных целителей (многие из которых также злоупотребляют инъекциями) и населения.

Борьба с неправильным применением и злоупотреблением лекарственными препаратами – такая же важная профилактическая мера, как вакцинация, очистка воды или обустройство туалетов. Прежде чем прибегнуть к инъекциям, **взвесьте степень риска и пользу!**

Обратитесь к книге *“Helping Health Workers Learn”* (Учебное пособие по медико-санитарной помощи, гл. 18, 19, 27) – вы поймете, какую угрозу представляют ненужные инъекции, и получите полезные рекомендации.

Примечание. При правильном применении определенные лекарственные препараты, вводимые в виде инъекций, имеют важное значение для здоровья. Вакцинации, включая те, что проводятся путем инъекций, необходимы для защиты здоровья ребенка и предупреждения физических недостатков. Однако **во избежание возникновения паралича вследствие полиомиелита лучше не проводить вакцинацию (иммунизацию) и не делать других уколов, если у ребенка повышена температура или наблюдаются признаки простуды: он может быть болен легкой формой полиомиелита, а инъекция способна вызвать паралич.**



**ИЗБЕГАЙТЕ НЕНУЖНЫХ
ИНЪЕКЦИЙ**

ВОЙНА КАК ПРИЧИНА ДЕТСКОЙ ИНВАЛИДНОСТИ

Вооруженное насилие в мире приобретает все больший размах. Начиная с 1980 г. в 45 странах велось 40 войн с участием более четырех миллионов солдат. Жертвами современных войн становится огромное число гражданских лиц (80–90% пострадавших), причем большинство составляют женщины и дети.

В настоящее время насчитывается 25–30 миллионов беженцев, многие из которых живут в условиях ужасающей бедности и антисанитарии. Треть детей в мире не получают необходимого питания и квалифицированной медицинской помощи. Миллионы являются бездомными. В 1985 г. на ведение войн и вооружение затрачено 1000 миллиардов долларов США – в 2 раза больше, чем в 1981 г.

Войны, терроризм, пытки стали мощным средством экономического, политического и социального давления. Когда граждане слаборазвитых стран осмеливаются избавиться от своих диктаторов и создать народные правительства, которые ставят своей целью более справедливое распределение народного достояния, экономически развитые, могущественные страны часто стремятся уничтожить правительства, созданные народом. Они оплачивают терроризм, длительные войны, разрушение школ, больниц и промышленных предприятий. Это приводит к нищете, болезням, делает миллионы людей калеками.

Мы – инвалиды всего мира – должны объединиться с несчастными и обездоленными в борьбе за новое, более человеческое устройство общества.



Никарагуанский ребенок, которого сделала инвалидом бомба. (Фото Марка Кризака, “Links”)

Орудием борьбы с терроризмом часто становится терроризм. Так, во время воздушного налета, совершенного Соединенными Штатами на Ливию в апреле 1986 г., бомбы попали в школу для детей-инвалидов. Такие акции не останавливают террористов; они просто убивают и калечат невинных людей.

“Жизнь по принципу “око за око, зуб за зуб” сделает весь мир слепым”

Махатма Ганди.