NISH INTERACTIVE DISABILITY AWARENESS SEMINAR

TITLE: കാഴ്ചക്കുറവുള്ള കുട്ടികളുടെ പരിപാലനം

Vocational Paper Serial No: 27 Vol: 2018/1

കാഴ്ചശക്തിയെ ആസ്പദമാക്കി കാഴ്ച സംബന്ധമായ പ്രശ്നങ്ങളെ പ്രധാനമായും രണ്ടായി തരം തിരിച്ചിരിക്കുന്നു.

1) അന്ധത – ഒട്ടും കാണാൻ കഴിയാത്ത അവസ്ഥ
2) കാഴ്ചക്കുറവ് – ശസ്ത്രക്രിയ, മരുന്ന്, കോൺടാക്ട് ലെൻസുകൾ, ഗ്ലാസ്, ഇവയുടെ ഉപയോഗശേഷവും കാഴ്ച്ച ശക്തിയുടെ പരിധിയിൽ വൈകല്യം ഉണ്ടാകുന്നതിനെയാണ് കാഴ്ച കുറവ് എന്ന് പറയുന്നത്.

വൈദ്യശാസ്ത്രപ്രകാരം പറയുമ്പോൾ കാഴ്ചക്കുറവ് എന്നാൽ ഇവയിൽ ഏതെങ്കിലും ഒരു അവസ്ഥയാണ്.

- താരതമ്യേന കാഴ്ച കൂടുതലുള്ള കണ്ണിനെ BETTER EYE എന്ന് പറയുന്നു. ആ കണ്ണിനെ അപേക്ഷിച്ചു മറ്റു കണ്ണിന്റെ വിഷ്വൽ അക്വിറ്റി 6/ 18 ഉം 3/ 60 നും ഇടയിൽ ഉള്ള അവസ്ഥ.
- കാഴ്ചപരിധി 10നു മുകളിലും 40 ഡിഗ്രി കോണളവിൽ പരിമിതപ്പെടുന്ന അവസ്ഥ

Category	Corrected VA-better eye	WHO Definition Standard*	Working#	Indian Definition
1	6/6-6/18	Normal	Normal	Normal
2	<6/18-6/60	Visual Impairment	Low Vision	Low Vision
3	<6/60-3/60	Severe Visual Impairment	Low Vision	Blind
4	<3/60-1/60	Blind	Low Vision	Blind
5	<1/60-PL (Perception of light)	Blind	Low Vision	Blind
6	NPL (No Perception of light)	Blind	Total Blindness	Total Blindness

കാഴ്ചക്കുറവുള്ള ഒരാൾക്ക് താഴെ പറയുന്നവയിൽ ഒന്നോ അതിൽ കൂടുതലോ കാര്യങ്ങളിൽ പ്രശ്നങ്ങൾ ഉണ്ടാകും: വ്യക്തത, മധ്യഭാഗത്തെ കാഴ്ച, ബാഹ്യഭാഗങ്ങളിലെ കാഴ്ച, ആഴം മനസ്സിലാക്കൽ, കോൺട്രാസ്റ്റ് സംവേദനം, അല്ലെങ്കിൽ കണ്ണുകൾ കാണുന്നത് മനസ്സിലാക്കാനുള്ള കഴിവില്ലാതിരിക്കുന്ന അവസ്ഥ.

കാഴ്ചക്കുറവിന്റെ കാരണങ്ങൾ

കുട്ടികൾക്കും മുതിർന്നവർക്കും ഏത് നേത്രരോഗങ്ങൾകാരണവും പാരമ്പര്യമായും മാനസികാഘാതം കാരണം കാഴ്ചക്കുറവ് ഉണ്ടാകാം. തങ്ങളുടെ പ്രാഥമിക കാര്യങ്ങൾ നിർവഹിക്കാൻ കഴിയാത്ത രീതിയിൽ അവരുടെ കാഴ്ചശക്തി കുറയുകയും തത്ഫലമായി അവുരടെ ജീവിതനിലവാരത്തെ (ജോലി, സ്വയം പര്യാപ്തത, അനുഭവങ്ങൾ, വിദ്യാഭ്യാസം) പ്രതികൂലമായി ബാധിക്കുന്നു. ഇതിനു കാരണങ്ങൾ പലതാണ്. ഓരോന്നും പല രീതിയിലാണ് കണ്ണുകളെ ബാധിക്കുന്നത്.

എങ്കിലും പ്രധാനമായി കാണപ്പെടുന്ന കാരണങ്ങൾ താഴെ പറയുന്നു.

- കാറ്ററാക്റ്റ് (തിമിരം) - ലെൻസ് മൂടി നിൽക്കുന്ന അവസ്ഥ
- ഗ്ലോക്കോമ - കണ്ണുകൾക്കുള്ളിൽ മർദ്ദം നിറയുന്ന അവസ്ഥ
- കണ്ണിന്റെ വിവിധ ഭാഗങ്ങളുടെ കൊളെബോമ - ലെൻസ്, നേത്രാന്തര പടലം, ഐറിസ് തുടങ്ങിയ ര്പധാന ഭാഗങ്ങളിൽ തുള ഉണ്ടാകുന്ന അവസ്ഥ
- റിഫ്രാക്റ്റീവ് എറർ - കോർണിയ, ലെൻസ്, തുടങ്ങിയ ഭാഗങ്ങളിൽ പ്രകാശരശ്മികൾക്ക് ദിശാവ്യതിയാനം വരാതിരിക്കുക
- സ്ട്രാബിസ്മസ് (കോങ്കണ്ണ്) - കണ്ണ് തെന്നി നിൽക്കുന്ന അവസ്ഥ
- നൈസ്റ്റാഗ്മസ് - പെണ്ടുലം പോലെ കൃഷ്ണമണികൾ ചലിച്ചു കൊണ്ടിരിക്കുന്ന അവസ്ഥ
- അകാലപ്പിറവി കാരണമുള്ള റെറ്റിനോപതി
- ആൽബിനിസം
- ഒപ്റ്റിക് നേർവ് അട്രോഫി
- മയോപിയ
- അസ്റ്റിഗ്മാറ്റിസം (കോർണിയയുടെ ആകൃതിയിലുള്ള മാറ്റം)
- കോർട്ടിക്കൽ വിഷ്വൽ ഇംപയർമെന്റ്

കണ്ണിന്റെ അഞ്ചു തരത്തിലുള്ള അവസ്ഥകൾ കണ്ണിനു ഇത്തരം പ്രശ്നങ്ങളുണ്ടാകാൻ കാരണമാകുന്നു.

1. കാഴ്ചയുടെ സൂക്ഷ്മത നഷ്ടപ്പെടുന്നു - വസ്തുക്കൾ അവ്യക്തമാകുകയും, സൂക്ഷ്മാംശങ്ങൾ നഷ്ടപ്പെയുകയും ചെയ്യുന്നു
2. വീക്ഷണപരിധി നഷ്ടമാകുന്നു - വീക്ഷണപരിധിയുടെ ഒന്നോ അതിൽ കൂടുതലോ ഭാഗങ്ങൾ അവ്യക്തമാകുകയോ പൂർണ്ണമായും കാണാതിരിക്കുകയോ ചെയ്യുന്നു
3. കോണ്ട്രാസ്റ്റ് സെൻസിറ്റിവിറ്റി നഷ്ടപ്പെടുന്നു - വസ്തുക്കളുടെയും അവയുടെ ചുറ്റുപാടിന്റെയും പ്രകാശമുള്ളതും ഇല്ലാത്തതുമായ അവസ്ഥ തമ്മിൽ വ്യത്യാസം തിരിച്ചറിയാൻ കഴിയാതെ വരിക
4. ഓക്കുലർ മോട്ടോർ കണ്ട്രോളിന്റെ നഷ്ടം - കണ്ണിന്റെ ചലനങ്ങളെ നിയന്ത്രിക്കാൻ കഴിയാതെ വരുന്ന അവസ്ഥ (ഫിക്സേറ്റിങ്, ട്രാക്കിങ് മുതലായ വിഷ്വൽ ടാസ്ക്കുകൾ ബുദ്ധിമുട്ടാകുന്നു)
5. വിഷ്വൽ പ്രൊസസിങ് നഷ്ടപ്പെടുന്നു - കണ്ണുകളിൽ നിന്ന് ലഭിക്കുന്ന വിവരം ശരിയായ രീതിയിൽ ഉപയോഗിക്കാൻ കഴിയാതെ വരുന്നു.

രക്ഷിതാക്കൾ / അദ്ധ്യാപകർ എന്ന നിലയിൽ കുഞ്ഞിന്റെ കാഴ്ചശക്തിയുടെ പ്രയോഗത്തെ കുറിച്ച് നമ്മൾ മനസ്സിലാക്കേണ്ടത് അനിവാര്യമാണ്. അത് ഫങ്ഷണൽ വിഷൻ അസസ്മെന്റ് (സൂക്ഷ്മപരിശോധന രീതി) ലൂടെ മാത്രമേ സാധിക്കൂ. അനുദിനം കുഞ്ഞ് കാഴ്ച എങ്ങനെ ഉപയോഗിക്കുന്നു എന്നതിന്റെ അവലോകനമാണ് ഈ പരിശോധന. അതു കൊണ്ട് തന്നെ അന്ധതയുള്ളവരും വെളിച്ചം മാത്രം കാണാൻ കഴിയുന്നവരുമായ കുട്ടികൾക്ക് ഈ സൂക്ഷ്മപരിശോധന നടത്താറില്ല.

കാഴ്ചക്കുറവുള്ള കുട്ടികൾക്ക് തങ്ങളുടെ കാഴ്ചശക്തി കൂടുതൽ കാര്യക്ഷമമായി ഉപയോഗിക്കാനുള്ള കഴിവുണ്ടെന്ന് അവരെ പരിചരിക്കുന്നവരെല്ലാം ഓർക്കേണ്ടതാണ്. രക്ഷിതാക്കളും അദ്ധ്യാപകരും കുട്ടികളുടെ കാഴ്ചശക്തി മെച്ചപ്പെടുത്താനുള്ള ഉപദേശങ്ങൾ നൽകുന്നതോടൊപ്പം കുഞ്ഞുങ്ങൾ ഇടപെഴകുന്ന ചുറ്റുപാടുകൾ അവർക്കാവശ്യമായ രീതിയിൽ മാറ്റം വരുത്തേണ്ടതാണ്. അതു വഴി കാഴ്ചശക്തി വളർത്താനും സ്വന്തം പ്രതിച്ഛായ മെച്ചപ്പെടുത്താനും സ്വയം പര്യാപ്തത

കൈവരിക്കാനും സാധിക്കുന്നു. എന്നാൽ ചുറ്റുപാടുകൾ മെച്ചപ്പെടുത്തുമ്പോൾ പ്രകാശസ്രോതസ്സ്, നിറം, വലിപ്പം, ദൂരം എന്നിവ പരിഗണിക്കേണ്ടതാണ്.

താഴെ പറയുന്നവ ചില പ്രധാന മാറ്റങ്ങളാണ്:

- പ്രകാശം - കാഴ്ചക്കുറവുള്ള ചില കുട്ടികൾ പ്രകാശത്തോട് വളരെയധികം പ്രതികരിക്കുന്നു. ഇത് കർട്ടണും മറ്റും ഉപയോഗിച്ച് നിയന്ത്രിക്കാം.
- നിറവും വൈപരീത്യവും - വൈപരീത്യം കൂടുതലുള്ള വസ്തുക്കൾ കുഞ്ഞുങ്ങൾക്ക് ഉപകാരപ്പെടും.
- കുഞ്ഞുങ്ങൾക്ക് വായിക്കുമ്പോൾ ടൈപ്പോസ്കോപ്പ് ഉപയോഗിക്കാം
- വലിപ്പവും അകലവും (പേസിങ്) - വിപുലീകരണം കുഞ്ഞുങ്ങൾക്ക് ഉപകാരപ്പെടുന്നു.
- സ്പേസ് - അശ്രദ്ധയോടെ അടുക്കും ചിട്ടയുമില്ലാതെ സാധനങ്ങൾ വലിച്ചുവാരിയിടരുത്. ഇത് കുഞ്ഞുങ്ങളുടെ കാഴ്ചക്ക് ബുദ്ധിമുട്ടുണ്ടാകുന്നു.
- പൊസിഷൻ - ശാരീരികസ്വാസ്ഥ്യം ഉണ്ടാകുന്ന രീതിയിലുള്ള നടപ്പുരീതി. ഉദാഹരണത്തിന് - റീഡിംഗ് /റൈറ്റിംഗ് സ്റ്റാന്റ്, സ്റ്റാന്റിങ് ലാമ്പ്.
- ടൈമിങ് - സമയം കൃത്യമായി ഉപയോഗിക്കാൻ അവരെ ശീലിപ്പിക്കുക

രക്ഷിതാക്കളും അദ്ധ്യാപകരും കാഴ്ചക്കുറവുള്ള കുഞ്ഞുങ്ങൾക്ക് കൂടുതൽ ശ്രദ്ധയും അവസരങ്ങളും നൽകേണ്ടതാണ്. അർത്ഥവത്തായ പ്രവർത്തനങ്ങളും ആവർത്തിച്ചുള്ള ദിനചര്യയും അവർക്ക് ഉപകാരപ്രദമായിരിക്കും.

കൂടുതൽ വിവരങ്ങൾക്ക് ബന്ധപ്പെടുക

മിസ്. ബ്രഹദ ശങ്കർ - **9846600021**

നിഡാസ് ടീം - **04713066635**

മിസ്. രജിത

സോഷ്യൽ വർക്കർ, നിഷ് - **04713066638**