«Рекомендации по организации домашнего быта»

Несколько правил, которые помогут пожилому человеку со слабым зрением в быту:

Хорошее освещение

Используйте настольные лампы, кухонную подсветку. Прикрывайте глянцевые поверхности. Не допускайте перепадов в освещении (яркая лампа в темной комнате, просмотр телевизора в темноте).

Устранение риска падений.

«Советы и правила «вне дома»

Пожилые люди нередко плохо ориентируются вне стен своего дома. Единственный способ помочь слабовидящему родственнику – сопровождать его лично или обратиться к сиделке.

Советы для безопасного и комфортного пребывания на улице или в общественных местах:

сообщайте своему подопечному о всех препятствиях на пути, поддерживайте его под руку;

уделите внимание моментам выхода из помещения на освещенную улицу;

в учреждениях сначала найдите нужное помещение самостоятельно;

рассказывайте о происходящем вокруг, помогите пожилому человеку испытать приятные эмоции от прогулки.

«Ухудшение зрения в пожилом возрасте»

Важно вовремя заметить изменения, которые сигнализируют об ухудшении зрения. Плохо видящий пожилой человек:

щурится, приближает или отдаляет рассматриваемый предмет;

задевает окружающие предметы;

прекращает читать или заниматься любимым делом;

не может найти нужную вещь;

спотыкается при ходьбе;

неаккуратно водит машину.

В таких случаях необходимо обратиться к врачу и соблюдать правила по уходу за слабовидящими людьми. Иногда незаменима помощь сиделки.

«Советы по уходу»

Основные направления, требующие внимания:

соблюдение рекомендаций врача по лечению;

обеспечение безопасности;

создание комфортной обстановки.