

# Esinetunnon harjoittelu ja neurologinen sairaus

*Esinetunnolla tarkoitetaan kykyä tunnistaa esineitä kosketuksen avulla.*

Kun esinettä pidetään kädessä, kosketuksen avulla voidaan tunnistaa esineen

- koko
- muoto
- pintamateriaali
- paino
- lämpötila.

Esineen tunnistamiseen tarvitaan kykyä yhdistää iho- ja syvätuntoaistimukset.

## Esineiden tunnistamisen harjoitus

Tässä harjoituksessa on tarkoituksena tunnistaa esineitä tunnustelemalla.

Harjoitukseen tarvittavat

- pussin, josta ei näy läpi
- muutamia erilaisia esineitä, jotka mahtuvat pussiin ja joihin pystyt tarttumaan oireisella kädellä. Esineitä voi olla esimerkiksi 3–7 kappaletta.

Tunnistettavat esineet voivat olla esimerkiksi

- avain
- teelusikka
- kampa
- kolikko
- klemmari
- noppa
- mutteri
- nappi
- marmorikuula
- pumpuli
- kuulakärkikynä
- pyykkipoika
- hiuslenkki
- korkki
- pumpulipuikko
- pieni pesusieni tai meikkisieni.

Saat monipuolisemman tuntoaistiharjoituksen, jos etsit eri materiaaleista tehtyjä esineitä pussista.

**Huomioi esineitä valitessasi turvallisuus. Älä esimerkiksi käytä teräviä tai pistäviä esineitä, joilla voit vahingoittaa kättäsi.**



1. Vie pöydällä olevat esineet pussiin oireisella kädellä.
2. Valitse mielessäsi mitkä esineet pussista etsit.
3. Vie oireinen kätesi pussiin.
4. Ota yksi esine kerrallaan käteesi ja tunnustele esinettä pussissa rauhallisesti ilman näköaistia.
5. Etsi valitsemiasi esineitä yksitellen pussissa tunnustelemalla.
6. Nosta esine pois pussista ja tarkasta tunnistitko oikean esineen.
7. Laita tunnistamasi esine pöydälle.
8. Jatka esineiden tunnistamista.

Ennen harjoitusta voit tunnustella terveellä kädellä etsittäviä esineitä. Tämä voi auttaa esineiden tunnistamista.

Jos esineiden tunnistaminen oireisella kädellä ilman näköaistia on haastavaa, voit tunnustella esineitä pöydän päällä ja samalla katsoa tunnusteltavaa esinettä.