

**Натисніть тут, щоб
купити книгу на сайті
або замовляйте за телефоном:
(0352) 51-97-97, (067) 350-18-70,
(066) 727-17-62**

ДОРОГІ БАТЬКИ!

Одне з ваших найбільших бажань — щоб діти завжди були здорові, веселі та щасливі. Проте вони хворіють. І досить часто.

Ця книга допоможе вам впоратися з найпоширенішими дитячими захворюваннями. Головне — не панікуйте. Завжди підтримуйте свою дитину. І все буде гаразд.

Пам'ятайте про те, що краще займатися профілактикою і прагнути не допускати захворювання, ніж лікувати його.

З цієї книги ви дізнаєтеся, як потоваришувати з дитячим лікарем, чого не можна робити до його приходу, що має бути в дитячій аптечці, навчитеся розпізнавати причину нездужання малюка за його плачем.

У ній подано рекомендації з надання першої медичної допомоги дитині, описано техніку і методику проведення основних медичних процедур.

Захворювання у дітей до однорічного віку (немовлят) і дітей у віці від одного до трьох років навмисно розглядаються окремо, оскільки і спектр, і клінічна картина хвороб, і особливості їхньої профілактики, і лікування у цих вікових категоріях суттєво відрізняються одне від одного; до того ж особливе значення для здоров'я немовляти має стан здоров'я мами-годувальниці (іноді для зцілення крихітки ліки повинна приймати саме вона).

Книга підвищує культуру батьків на предмет використання засобів народної і деяких методів нетрадиційної медицини, наприклад гомеопатії та ароматерапії (найважливіший момент — професійний медичний контроль, самолікування неприпустиме!).

Здоров'я вам і вашим дітям!



ДОМАШНЯ МЕДИЧНА ДОПОМОГА

Чому дитина хворіє

Дитина потребує постійної уваги і піклування старших. Здоров'я — це передусім внутрішня рівновага. У малюка власні системи, що забезпечують цю рівновагу, ще не сформувалися остаточно, тому вони дуже чутливі до будь-яких надмірних факторів впливу.

До шести років дитина з'єднана з матір'ю тонкими енергетичними зв'язками. У них спільне біополе. Тому і душевне неблагополуччя, і фізичне нездоров'я дитини створюються негативними емоційними переживаннями матері.

Чим більше мама втрачає впевненість в собі й віру в материнство, відчуває страх перед невідомим або їй властива поразкова позиція, тим більше ослаблюється імунітет у її дитини.

Тому передусім потрібно займатися налагодженням взаєморозуміння і співчуття серед членів сім'ї, усіх, хто безпосередньо оточує матір і дитину.

Різні страхи матері та емоційних родичів знімають захист з малюка і роблять його сприйнятливим до хвороби. Багато проблем зі здоров'ям є «притягнутими» до нього нібито їхнім передчуттям близькими людьми.

В оточенні малюка має бути позитивний настрій. Якомога більше часу приділяйте спокійному і радісному спілкуванню з дитиною, щоб вона могла нормально розвиватися і психічно, і духовно. Організм маленької людини, з одного боку, ще не має сформованої до кінця досконалої системи



0,5 л кисломолочних продуктів). Їжа повинна містити в достатній кількості вітаміни і мікроелементи. Крім того, можна порекомендувати спеціальні молочні напої, призначені для жінок під час лактації (фемілак, думіл мама плюс та ін.) або полівітамінні препарати вітрум, мультитабс та ін.

⇒ При штучному вигодовуванні необхідно підібрати адаптовану молочну суміш, яка максимально наближена до жіночого молока, містить холекальциферол (вітамін D₃) і збалансоване співвідношення кальцію та фосфору.

⇒ Невелика кількість вітаміну D₃ міститься у вершковому маслі, яєчному жовтку, більше — в риб'ячому жирі. Включайте ці продукти в меню дитини.

⇒ Гуляйте з дитиною на свіжому повітрі в денний час не менше 2–3 годин щодня. Якщо є можливість, влітку укладайте малюка спати на свіжому повітрі. Приміщення, де перебуває дитина, необхідно регулярно провітрювати.

⇒ Важливо займатися з дитиною лікувальною фізкультурою, забезпечити їй гігієнічні ванни, обтирання, обливання, масаж.

⇒ Якщо немає протипоказань, починаючи з півтора місяця давайте малюкові 2–3 рази на день по 1–2 краплі риб'ячого жиру, щодня додаючи по одній краплі.

! Велику роль у профілактиці рахіту відіграють також своєчасне виявлення і лікування хвороб печінки і нирок як у мами, так і в малюка. Саме у цих органах утворюються активні форми вітаміну D в організмі.



ЗАХВОРЮВАННЯ ДІТЕЙ ВІД ОДНОГО ДО ТРЬОХ РОКІВ



Хвороби вуха, горла, носа

Гострий тонзиліт (ангіна)

Гострий тонзиліт (ангіна) — це гостре інфекційне (заразне) захворювання. Трапляється досить часто. Безпосередня причина ангіни — потрапляння мікроба (стрептокока, золотистого стафілокока, аденовірусів) у піднебінні мигдалики. Другорядна роль належить іншим видам мікробів: вірусам, грибкам; істотну роль у виникненні ангіни у дітей можуть відігравати глистяні інвазії, а також утруднене носове дихання, обумовлене поліпами порожнини носа, аденоїдами, викривленням носової перегородки та іншими причинами. Також у виникненні ангін надають значення алергічним чинникам.

Провідну роль у формуванні ангіни відіграє зниження захисних сил організму. Крім того, має значення і переохолодження організму, оскільки воно може активізувати мікроби, які перебувають у носоглотці. Окрім мигдаликів, у запальний процес зазвичай залучаються і сусідні лімфатичні вузли. Таким чином, у розвитку і перебігу ангіни відіграють роль багато факторів: стан організму дитини, її нервової системи, різні загальні захворювання (рахіт, ексудативний діатез, дитячі інфекційні захворювання та ін.). Іноді прояви ангіни спостерігаються при скарлатині, дифтерії та інших захворюваннях.

Оскільки ангіна — інфекційне захворювання, то потрапляння збудника в мигдалики може відбуватися повітряно-крапельним та харчовим шляхами. Часто захворювання обумовлене вірусами, які мешкають у глотці. Існує і спадкова схильність дитини до ангін.



Сядемо разом на носок, а потім — на п'ятку

Почніть з присідань. Прагніть робити їх одночасно, узявшись за руки. Потім уявіть себе танцюристами: присідаючи, виставляйте ногу вперед з упором на п'яту. Це не так вже і легко! Натомість і у вас, і у дитини поліпшиться координація рухів і постава, зміцняться м'язи черевного преса.

Справжній акробат

Сидячи на м'якій підстилці, малюк згинає ноги й обхоплює їх руками. Потім перекочується на спину і повертається у вихідне положення. Так дитина вчиться групуватися і м'яко приземлятися. Страхуйте малюка, тримаючи його за потилицю.

Авіапарад

Запускайте разом паперові літачки. Виконуючи ці нехитрі рухи, дитина розробляє плечовий пояс і поліпшує координацію рухів. Ваше завдання при цьому — стежити, щоб малюк правильно робив замахи, а не кидав літачок перед собою.

Політаємо

Так чудово гойдатися, стоячи на маминій чи батьковій нозі й ітримаючись за руки. Тим самим малюк поліпшує свою поставу, виробляє відчуття рівноваги, зміцнює м'язи спини і ніг. Щоб уникнути травм при випадковому падінні, постеліть на підлогу килимок.

Пограємо разом у м'яч

Сядьте одне навпроти одного, широко розставивши ноги, й котіть м'яч. Освоївши цей варіант, можете перейти до складнішого: у кожного — по м'ячу, і ви котите їх одне одному, стараючись, щоб м'ячі не стикалися. Стежте за тим, щоб малюк тримав ніжки прямими. Поглинений грою, він і не замислюється, що виконує вправу на розтягування.



Малюки мають дивовижну якість: вони підсвідомо запам'ятовують слова і вчинки дорослих, навіть копіюють вираз обличчя. Це можна з успіхом використовувати для розвитку в дитини любові до фізичної культури.



Пропоновані вправи не становлять для дорослої людини особливої складності. Якщо ваші рухи спочатку будуть не дуже витонченими, не комплексуйте, і, повірте, у вас все вийде! А дитина, щодня бачачи перед собою енергійних маму і тата, вчиться вірити у себе.

Увімкніть приємну музику, яка задасть ритм вашим рухам і створить чудовий настрій.

Важливо, щоб кожен рух малюк виконував із задоволенням і без зайвого напруження.

Частіше хваліть свого маленького спортсмена за успіхи.



Зміст

| | |
|--|----|
| ДОМАШНЯ МЕДИЧНА ДОПОМОГА | 4 |
| Чому дитина хворіє | 4 |
| Небезпека лікування без медичного контролю | 5 |
| Дитячий лікар — ваш партнер | 6 |
| Допоможіть дитині подолати страх перед відвідуванням лікаря | 7 |
| Випадки екстреного виклику лікаря | 8 |
| Чого не можна робити до приходу лікаря | 10 |
| Ліки, які не можна давати дитині до приходу лікаря | 10 |
| Основні медичні процедури | 11 |
| Вимірюємо малюкові температуру | 11 |
| Даємо ліки немовляті | 12 |
| Даємо ліки дитині, якій виповнився рік | 13 |
| Капаємо дитині в очі | 13 |
| Капаємо малюкові в ніс | 14 |
| Збираємо аналізи у немовляти | 14 |
| Ставимо дитині клізму | 14 |
| Теплові процедури | 16 |
| Інгаляції | 16 |
| Лікувальні ванни і ванночки | 17 |
| Грілка | 19 |
| Гірчичники | 19 |
| Компреси | 20 |
| Реанімація дитини | 21 |
| Штучне дихання | 21 |
| Зовнішній масаж серця | 22 |
| Вчимося розпізнавати причину нездужань дитини за її плачем | 23 |
| Спеціальний догляд за немовлям під час хвороби | 24 |
| Особливості захворюваності у немовлят | 24 |
| Поведінка батьків під час хвороби дитини | 26 |



| | |
|---|-----------|
| Організація режиму дня хворої дитини | 29 |
| Дитяча аптечка | 31 |
| Лікування молитвами | 33 |
| Поради народних цілителів, прикмети, замовляння | 35 |
| Фітотерапія для дітей | 36 |
| Допомога кімнатних рослин | 38 |
| Дитячий фіточай | 39 |
| Ароматерапія для дітей | 40 |
| Основні правила ароматерапії | 40 |
| Ефірні олії, що застосовуються у педіатрії, вікові дозування | 42 |
| Основні способи застосування аромаолій | 42 |
| Основні показання до застосування аромаолій | 44 |
| Корисні аромакомпозиції | 47 |
| Гомеопатія для дітей | 48 |
| ЗАХВОРЮВАННЯ ДІТЕЙ ПЕРШОГО РОКУ ЖИТТЯ. | 50 |
| Вроджені вади розвитку | 50 |
| Шкірні хвороби | 51 |
| Екссудативно-катаральний діатез | 51 |
| Алергічний діатез | 54 |
| Пітниця | 57 |
| Шкірочка на голові | 57 |
| Попрілості, дерматити, екзема, кропив'янка | 58 |
| Молочниця (кандидоз) | 59 |
| Мастит новонароджених | 60 |
| Захворювання пупка | 60 |
| Омфаліт | 61 |
| Пупкова грижа | 65 |
| Хвороби органів дихання | 66 |
| Несправжній круп | 66 |
| Бронхіальна астма | 68 |
| Хвороби вуха, горла, носа | 69 |
| Порушення дихання через ніс | 69 |
| Гострий і хронічний риніт | 70 |
| Гострий середній отит | 74 |
| Очні хвороби | 77 |
| Косоокість | 77 |
| Запалення очей | 78 |



| | |
|---|----|
| Хвороби травної системи | 79 |
| Якщо малюк блює. | 79 |
| Проблеми із випорожненням (закреп, пронос, дисбактеріоз) | 80 |
| Хвороби порожнини рота | 85 |
| Стоматит. | 85 |
| Молочниця слизової оболонки рота | 86 |
| Інфекційні хвороби | 89 |
| Стафілококова інфекція | 89 |
| ГРВІ і грип | 90 |
| Анемія | 93 |
| Рахіт. | 95 |

ЗАХВОРЮВАННЯ ДІТЕЙ ВІД ОДНОГО

| | |
|--|-----|
| ДО ТРЬОХ РОКІВ. | 101 |
| Хвороби вуха, горла, носа. | 101 |
| Гострий тонзиліт (ангіна) | 101 |
| Хронічний тонзиліт. | 106 |
| Гострий та хронічний фарингіти | 109 |
| Ларингіт | 110 |
| Нежить | 112 |
| Гострий середній отит. | 115 |
| Кашель | 116 |
| Хвороби органів дихання | 121 |
| Трахеїт | 121 |
| Бронхіт | 121 |
| Пневмонія. | 121 |
| Очні хвороби | 122 |
| Ячмінь | 122 |
| Блефарит. | 123 |
| Хвороби травної системи | 124 |
| Профілактика кишкових інфекцій. | 124 |
| Блювання і пронос | 125 |
| Закреп. | 126 |
| Дизентерія | 127 |
| Дискінезія жовчовивідних шляхів | 128 |
| Паразитарні захворювання (гельмінтози) | 130 |
| Ентеробіоз | 130 |
| Аскаридоз | 132 |



| | |
|---|-----|
| Гіменолепідоз | 132 |
| Лямбліоз | 133 |
| Лікування народними засобами | 134 |
| Профілактика паразитарних захворювань | 135 |
| Хвороби порожнини рота | 135 |
| Гінгівіт | 135 |
| Стоматит | 137 |
| Гострий герпетичний стоматит | 137 |
| Хвороби нирок і сечовивідних шляхів | 139 |
| Цистит і нефрит | 139 |
| «Слабкий» сечовий міхур | 140 |
| «Класичні» дитячі інфекційні хвороби | 140 |
| Запобігання дитячим інфекційним захворюванням | 140 |
| ГРВІ і грип | 142 |
| Дифтерія | 147 |
| Кашлюк | 149 |
| Епідемічний паротит (свинка) | 152 |
| Кір | 154 |
| Краснуха | 156 |
| Вітряна віспа | 157 |
| Скарлатина | 159 |
| Менінгококова інфекція | 161 |
| Погодна залежність | 162 |
| Невротичні реакції | 165 |
| Нічні кошмари | 167 |
| Лунатизм | 170 |
| Дитячі страхи | 171 |
| Заїкання | 172 |
| Кусання нігтів | 174 |
| Депресія | 175 |

