

ЖУРНАЛ ДЛЯ ЗАБОТЛИВЫХ РОДИТЕЛЕЙ И ИХ ЗАМЕЧАТЕЛЬНЫХ ДЕТЕЙ

Вместе весело шагать

ВОРОНЕЖ
2012 г.



Детская молочная смесь

МАЛЫШ

истринский

ВСТРЕЧАЙ ВЕСНУ С «МАЛЫШОМ»
В НОВОЙ УПАКОВКЕ!



с гречневой мукой



с овсяной мукой



с рисовой мукой



ОСНОВНОЕ ПИТАНИЕ*

ПОЛЕЗНО МАЛЫШУ — ДОСТУПНО МАМЕ!

ВМЕСТЕ ВЕСЕЛО ШАГАТЬ

ДОРОГАЯ МАМА!

Недавно в Вашей жизни произошло настоящее ЧУДО!
Ваш малыш появился на свет!

Теперь Вы знаете, что нет на свете ничего чище и нежнее материнской любви! Малыш обязательно почувствует вашу любовь и нежность в каждом прикосновении и поцелуе, в трогательной улыбке, в веселой игре и заботе!

Любознательность детей безгранична, мир огромен — в нем все интересно и важно. Помогите своим чадам сделать

первые шаги по ступенькам жизни, а центр «ЗДОРОВЫЙ РЕБЕНОК» постарается стать для вас надежной поддержкой.

Сегодня многие авторы пишут о детях, об их развитии, воспитании. Эта тема неисчерпаема и всегда актуальна. О детях можно говорить бесконечно...

В помощь вам, молодые мамы и папы создан этот номер журнала. В нем рассказывается о самых важных моментах первого года жизни малыша!

Желаем Вам и вашим малышам здоровья, радости и удовольствия от того, что вы есть друг у друга!!



**Назарова Олеся,
Директор центра ЗДОРОВЫЙ РЕБЕНОК**

«Вместе весело шагать». Адрес издательства: г. Воронеж, ул. Правды 30. Учредитель ООО «Здоровый ребенок».
Главный редактор — Назарова О.А. Верстка и дизайн — Салазкин Д.А.
Отпечатано в типографии «КОР-Норд». 394019, г. Воронеж, ул. Машиностроителей, 24Г.
Тираж 7000 экз. № заказа
Электронная версия издания находится по адресу: <http://zr-vrn.ru>

**Г. Воронеж,
Лизюкова, 24,
тел. 258-51-51**



Родом из родов

В своём произведении Сент- Экзюпери устами Маленького Принца произнёс знаменитую фразу о том, что «все мы родом из детства». Он, наверное и не подозревал насколько был прав, касаясь не только психологической, но и физиологической стороны вопроса. Дело в том, что все мы родом не просто из детства, а из родов. Да, да, именно, из родов.

Всем известно, что процесс рождения — самый большой стресс в жизни человека, самое травматическое событие. И от того, как протекали роды, зависят дальнейшая судьба и здоровье ребёнка.

Какие же проблемы со стороны нервной системы могут возникать в процессе родов? Прежде всего это изменения со стороны головного и спинного мозга. Чаще всего они появляются в результате кислородного голодания. Причинами этого могут быть:

- **заболевания матери** до и во время беременности (заболевания почек, органов дыхания, анемии, хронические стрессы, гипертоническая болезнь);
- **вредные привычки матери** (курение, алкоголизм, наркомании);
- **токсикозы беременности** первой и второй половин;
- **патология плаценты** (при этом развивается недостаточность кровообращения в сосудах плаценты и, как следствие, кислородное голодание плода), которое развивается либо как самостоятельное заболевание, либо на фоне внутриутробных инфекций, таких как хламидиоз, микроплазменная инфекция, сифилис, ВИЧ;
- **обвитие пуповиной.**

Даже при кратковременном недостатке кислорода в нервной системе плода и новорождённого возникают нарушения мозгового кровообращения. Длительное и неоднократно повторяющееся кислородное голодание приводит к резким нарушениям кровообращения головного и спинного мозга, и к гибели нервных клеток.

Ещё одной причиной поражения ЦНС является родовая травма, то есть местное механическое повреждение плода при прохождении по родовым путям. И это совсем не обязательно травма головного мозга, хотя иногда возможно и такое.

В процессе родов прежде всего страдает позвоночник, а особенно его шейный отдел. Даже во время нормальных родов, при прохождении головки плода по родовым путям, происходит переразгибание в шейном отделе, соскальзывание затылочной кости по отношению к первому шейному позвонку. В результате этого происходит смещение позвонков, травмируются рядом лежащие позвоночные артерии, по которым кровь поступает в мозг, питая его. Как следствие, нарушается мозговое кровообращение, и мозг ребёнка оказывается на «голодном» пайке. Это в свою очередь приводит к расстройству таких важных его функций, как речь, внимание, память, поведение, эмоции, что в дальнейшем подтверждается исследованием сосудов головного мозга и позвоночных артерий (реоэнцефалография, ультразвуковая доплерография).

При отсутствии лечения подобное состояние может сохраняться в течение всей жизни, снижая её качество и создавая благоприятную почву для развития других заболеваний. Поэтому всех новорождённых необходимо как можно раньше показывать детскому неврологу для более раннего выявления проблем со стороны нервной системы и своевременной их коррекции.

Когда же нужно показывать малыша специалисту? Желательно поход не откладывать и посетить невролога на первом месяце жизни, так как чем раньше начато лечение, тем выше результат, тем меньше вероятность развития грубых последствий поражения ЦНС. Особенно в

первую очередь в осмотре нуждаются дети, рождённые путём кесарева сечения, с применением щипцов, недоношенные, дети, родившиеся с крупным весом, с обвитием пуповиной, рождённые в тазовом предлежании. И даже при нормальных родах возможно возникновение проблем со стороны нервной системы.

Как же родителям самостоятельно заметить это неблагополучие, чтобы раньше обратиться за помощью? С первого дня жизни нужно тщательно наблюдать за ребёнком во время сна, бодрствования, кормления, вести родительский дневник, где по часам записывать возникающие изменения в состоянии ребёнка. Особенно следует обращать внимание на такие моменты:

- ✓ ребёнок беспокойный, крикливый, засыпает с трудом, спит поверхностно, иногда запрокидывая головку, часто плачет во сне или, наоборот, ребёнок заторможенный, малоактивный, в основном всё время спит; у него снижена двигательная активность;
- ✓ новорождённый плохо сосёт грудь, поперхивается, молоко вытекает через нос;
- ✓ ребёнок «закатывается» при плаче, часто срыгивает, плохо прибавляет в весе; у него отмечается дрожание подбородка, ручек, ножек;



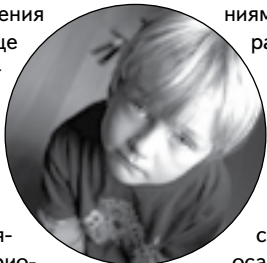
- ✓ головка наклонена или повернута в сторону; на шейке много поперечных глубоких складочек; неправильная установка ног ребёнка (косолапость), ограничение или избыточное движение в суставах;
- ✓ у малыша отмечается косоглазие, асимметрия лица, глазных щелей, углов рта, ребёнок «выпучивает» глазки;

- ✓ чрезмерное напряжение мышц туловища и конечностей («тугой» ребёнок) или, наоборот, очень низкий мышечный тонус («вялый» ребёнок);
- ✓ ребёнок позже или раньше начинает держать головку, поворачиваться на бок, на живот, на спину; сидеть, стоять, ходить.

Если вы увидели у своего ребёнка хотя бы один из указанных признаков, необходимо незамедлительно обратиться к неврологу. Ведь чем раньше начато лечение, тем больше вероятность полного восстановления здоровья вашего ребёнка.

Дети с неврологическими проблемами должны наблюдаться с рождения до полугода ежемесячно, до 1 года — раз в 2 месяца, до 3 лет — ежеквартально, в последующем — не менее 2 раз в год до 10, а иногда и до 15 лет.

Даже если на первом году жизни ребёнка всё было хорошо, но кислородное голодание в родах имело место, то возможны поздние отсроченные поражения нервной системы, которые чаще всего проявляются в виде минимальной мозговой дисфункции. В основе этого состояния чаще всего лежат сосуды, питающие головной мозг.



Минимальная мозговая дисфункция по-разному проявляется в разные возрастные периоды. Так в дошкольном возрасте дети, имеющие подобные проблемы часто бывают очень возбудимы, неусидчивы. У них может отмечаться двигательная расторможенность или, наоборот, медлительность, повышенная отвлекаемость, рассеянное внимание, моторная неловкость, непоседливость, повышенная утомляемость. Часто у дошкольников с минимальной мозговой дисфункцией наблюдаются дефекты речи, такие как заикание, нарушенное звукопроизношение, задержки речевого развития. Дети с такими проблемами неправильно строят фразы, плохо запоминают стихи

наизусть, не любят слушать книжки. Также наличие недержания мочи после двух лет требует обследования у невролога.

У школьников на первом месте оказываются проблемы в учёбе, нарушения поведения, несобранность, невнимательность, раздражительность, снижение памяти, повышенная утомляемость. Они часто страдают головными болями, головокружениями, склонностью к обморокам, ранней близорукостью, тошнотой во время поездок в транспорте, кровотечениями из носа.

У детей школьного возраста, перенесших кислородное голодание или родовую травму, наиболее часто встречаются различные виды нарушений осанки, сколиозы, плоскостопие, косолапость.

При наличии любого из указанных симптомов родители должны немедленно вести ребёнка на приём к неврологу, даже если он ещё особенно не жалуется на здоровье. Обязательно помните, что все эти проблемы заложены в пороках рождения.

Уважаемые родители, бабушки и дедушки, прежде чем наказывать своё чадо за неуспеваемость, нанять репетитора, отвести ребёнка в спортивную секцию и даже выбрать ясли, детский садик или школу — посетите опытного невролога.

Невролог Борейша Елена Анатольевна

«Личный» педиатр для малыша — мечта или реальность?

Российская поликлиническая служба — уникальная система, позволяющая на первом этапе выявить патологию и направить ребенка в необходимое учреждение больных детей



К сожалению, только в 2005 году в Воронеже появилось первое учреждение, в котором на договорной основе осуществляется полное наблюдение за здоровьем малышей. Система патронажа разработана для детей любого возраста на основе медицинских стандартов министерства здравоохранения и соц развития России.

Данная система включает в себя программы: «Кроха» — для детей от рождения до 1 года, «Малыш» — для детей от 1 до 3 лет, «Карпуз» — для деток 3 — 6 лет, программа «Школьник» и «Трудный возраст» разработаны специально для детей школьного и старшего школьного воз-

раста соответственно.

Чтобы более подробно узнать о системе патронажа, мы побеседовали с главным врачом центра, врачом высшей категории Дроновой Инессой Всеволодовной.

Редактор: «Инесса Всеволодовна, расскажите пожалуйста подробнее о том, как осуществляется наблюдение за маленькими пациентами»

Инесса Всеволодовна: «Наиболее насыщенная программа для грудных детей и включает: ежемесячное наблюдение у педиатра на дому и возможность в любое время суток вызвать доктора. Очень хорошо, когда Вашего ребенка врач знает с рожде-

ния — каждый месяц — каждую болезнь — «каждый новый зубик». Параллельно ребенок наблюдается у невролога, ортопеда в 6 месяцев ребенка так же на дому консультирует офтальмолог, контрольные анализы крови и мочи, при необходимости — изучение микропейзажа кишечника. В 12 месяцев ребенка посещают все необходимые специалисты. Также, в программу включен массаж, закаливание, консультации по питанию. Если ребенок рожден с определенной патологией, включается программа «Кроха-специаль». В данном случае наряду с плановым патронажем включается ежемесячное наблюдение у узкого специалиста. Например: ребенок рожден с тяжелой энцефалопатией — ежемесячно ребенка будут наблюдать педиатр и невролог, в 2 месяца — осмотр офтальмолога. Программы для более старших деток разработаны согласно развитию детей и составляются индивидуально.

Редактор: Чем же отличаются программы патронажа от поликлиник?

Инесса Всеволодовна: «Основа всех программ — высококвалифицированные специалисты, которые работают в стационарах города. Отбор врачей происходил в течение 1 года и все доктора знают возложенную на них ответственность и готовы работать. Забор анализов на дому и мед манипуляции также способствуют быстрой и качественной диагностике и лечению. Кроме того — удобство и высокая степень надежности, что в любое время суток Ваш малыш получит квалифицированную помощь дома»

Редактор: Но бывают случаи, когда справиться дома сложно?

Инесса Всеволодовна: Да, конечно. В таких, пусть даже немногочисленных ситуациях, мы госпитализируем детей в стационары Воронежа, предварительно оговорив

ситуацию с заведующими отделений.

Помимо программ прикрепления в нашем центре осуществляются индивидуальные консультации врачей высшей категории. Значительных результатов мы добились в лечении дисбактериоза. Всероссийская программа для часто-болеющих детей, реализующаяся в нашем центре за 5 лет работы способствовала, что 87% детей «покинули» данную группу. Необходимо добавить, что при недостаточном эффекте терапии врачи центра консультируются и обращаются за помощью к профессорскому составу Мед. Академии, Научный центр здоровья детей РАМН(Москва).

Таким образом здесь Вам помогут решить все проблемы со здоровьем детишек.

«Очень хорошо, когда вашего ребенка врач знает с рождения — каждый месяц — каждую болезнь — «каждый новый зубик»



Дронова Инесса Всеволодовна — главный врач центра Здоровый ребенок

Нервно-психическое развитие ребенка раннего возраста

Различают 4 этапа формирования психики ребенка

Первый этап — моторный, характеризуется обретением постоянного индивидуального характера. овладением основными моторными навыками на протяжении первого года жизни ребенка.

Второй этап — сенсорный, продолжается от 1 года до 3 лет. Движения приобретают психомоторный характер, т. е. становятся осознанными. Сенсомоторное развитие является базой для формирования всех психических функций, в том числе восприятия, внимания, целенаправленной деятельности, мышления и сознания.

Третий этап — аффективный, длится от 3 до 12 лет. Деятельность детей при-

Четвертый этап — идеаторный (12 — 14 лет). Формируются усложненные понятия, суждения, умозаключения. Дети начинают строить предварительный план поступков в уме. Мышление становится абстрактным. Начинает формироваться личность.



В отдельные периоды жизни повышен риск возникновения у детей психических нарушений и болезней. Эти периоды называются кризисными.

10 — 20 дней	Удерживает в поле зрения предмет (ступенчатое слежение)
1 месяц	Фиксирует взгляд на неподвижном предмете. Начинает плавно следить за движущимся предметом. Прислушивается к звукам, голосу взрослого. Начинает улыбаться. Лежа на животе, пытается поднять и удерживать голову.
2 месяца	Длительно фиксирует взгляд на лице взрослого или неподвижном предмете. Появляется навык длительного слежения за движущейся игрушкой или взрослым (до одного метра). Совершает ищущие повороты головы на звук. Приподнимается и непродолжительно удерживает голову, лёжа на животе. Начинает произносить отдельные звуки.
3 месяца	Находясь в вертикальном положении, способен длительно удерживать взгляд на лице взрослого или игрушке. Оживлённо реагирует на попытки общения с ним. Способен несколько минут лежать на животе, опираясь на предплечья и высоко подняв голову. При поддержке за подмышки крепко упирается ногами с максимальной нагрузкой на тазобедренные суставы. Удерживает голову в вертикальном положении (на руках у взрослого).
4 месяца	Начинает узнавать близких родственников, отвечая позитивными эмоциями. Ищет глазами невидимый источник звука. Позитивные эмоции выражает смехом. Способен захватывать висящую игрушку и длительно её рассматривать. Начинает «гулить». Придерживает руками грудь матери или бутылочку во время кормления.
5 месяцев	По-разному реагирует на попытки контакта близких и незнакомых людей. Способен узнавать голос матери, различать строгие и ласковые интонации при обращении к нему. Быстро берёт игрушку из рук взрослого и удерживает её. Начинает подолгу лежать на животе, опираясь на ладони выпрямленных рук; переворачивается со спины на живот; ровно и устойчиво стоит на ногах при поддержке за подмышки. Способен есть с ложки густую пищу.
6 месяцев	Способен различать своё и чужое имя; берёт игрушку из разных положений и подолгу ею занимается, переключается из одной руки в другую; может переворачиваться с живота на спину и передвигаться, переставляя руки и немного ползая. Начинает произносить отдельные слоги (начало лепета). Хорошо ест с ложки, снимая пищу губами.
7 месяцев	Активно занимается с игрушкой (стучит, размахивает, бросает); хорошо ползает. В ответ на вопрос «Где?» способен находить взглядом предмет, постоянно находящийся на одном месте. Пьёт из чашки.

Как растёт малыш



8 месяцев	Подолгу занимается с игрушками, подражая действиям взрослого (катает, стучит, вынимает и т.д.). Самостоятельно садится и ложится, встаёт и переступает, держась за барьер. На вопрос «Где?» находит несколько предметов на своих местах, по команде взрослого выполняет выученные ранее действия (например: «ладушки», «дай ручку» и пр.).
9 месяцев	Способен совершать плясовые движения под звучащую музыку. Осуществляет разнообразные манипуляции с предметами в зависимости от их свойств и качеств (катает, гремит, открывает и т.д.). Переходит от предмета к предмету, слегка придерживаясь за них руками. На вопрос «Где?» находит несколько предметов, независимо от их местоположения. Знает своё имя. Подражает взрослому, повторяет за ним слоги.
10 месяцев	По просьбе взрослого выполняет различные действия: открывает, закрывает, вынимает и пр. Совершает первые самостоятельные попытки подняться по лестнице. По просьбе «Дай» находит и даёт знакомые предметы.
11 месяцев	Овладевает новыми движениями и начинает выполнять их по слову взрослого: накладывает, снимает, одевает кольцо и т.д. Способен самостоятельно стоять, делать первые самостоятельные шаги. Первые попытки обобщения в понимаемой речи. Произносит первые слова, обозначения («дай», «ав-ав», «на», «па»).
12 месяцев	Способен узнавать на фотографии знакомых, выполнять самостоятельно разученные действия с игрушками (катает, кормит, водит); переносит разученные действия с одного предмета на другой. Самостоятельно сидит без опоры. Понимает (без показа) названия предметов, действий, имена взрослых, выполняет поручения (принеси, отдай, найди и т.д.); Различает значения слов «можно» и «нельзя». Легко подражает новым слогам, произносит до 10 слов.
1 год 3 мес.	Самостоятельно ходит, приседает, наклоняется. Умеет воспроизводить в игре команды взрослых (кормить куклу, собрать пирамидку). Начинает употреблять «облегчённые» слова (машина: «би-би», собака: «ав-ав» и пр.).
1 год 6 мес.	Способен из предметов разной формы по предлагаемому образцу или слову подбирать предметы аналогичного вида. Движения более координированные, перешагивает через препятствия шагом (через палку). Способен воспроизводить часто наблюдаемые действия. В момент сильной заинтересованности или удивления называет предметы; произносит 30 — 40 слов. По команде выбирает среди нескольких внешне сходных предметов два одинаковых по значению, но разных по цвету и величине.
1 год 9 мес.	Способен различать 3 разных по величине предмета. Начинает собирать примитивные конструкции (строит ворота, скамейки, домики). Для общения пользуется простыми предложениями; отвечает на вопросы при рассматривании сюжетных картинок. Предпринимает самостоятельные попытки одеваться или раздеваться.
2 года	Способен перешагивать через препятствия, чередуя шаг; воспроизводит ряд логически связанных игровых действий (кушает и вытирает куклу). Словарный запас — 300 — 400 слов. Понимает короткие рассказы о событиях, знакомых ребёнку по опыту (показатель проверяется в семье).
2 года 6 мес.	Способен подбирать по образцу разнообразные предметы 4-х цветов (красный, синий, жёлтый, зелёный). «Приставным шагом» перешагивает через несколько препятствий, лежащих на полу. Осуществляет взаимосвязанные или последовательные 2 — 5 этапные игровые действия (кормит куклу, укладывает спать, идёт гулять). Самостоятельно одевается, но ещё не умеет застёгивать пуговицы, завязывать шнурки. Активно использует вопросы «Кто?» и «Где?»
3 года	Способен выполнять определённую роль в игре, например, играя с куклой, действует от имени матери или доктора. Употребляет сложные предложения, вопросы «Когда?», «Почему?». Словарный запас — 1200 — 1500 слов. Одевается самостоятельно, без или с небольшой помощью взрослого, застёгивает пуговицы, завязывает шнурки.

Возраст	Девочки		Мальчики	
	Масса, кг	Рост, см	Масса, кг	Рост, см
Новорожденные	3,330±0,440	49,5±1,63	3,530±0,450	50,43±1,89
1 месяц	4,150±0,544	53,51±2,13	4,320±0,640	54,53±2,32
2 месяца	5,010±0,560	56,95±2,18	5,290±0,760	57,71±2,48
3 месяца	6,075±0,580	60,25±2,09	6,265±0,725	61,30±2,41
4 месяца	6,550±0,795	62,15±2,49	6,875±0,745	63,79±2,68
5 месяцев	7,385±0,960	63,98±2,49	7,825±0,800	66,92±1,99
6 месяцев	7,975±0,925	66,60±2,44	8,770±0,780	67,95±2,21
7 месяцев	8,250±0,950	67,44±2,64	8,920±1,110	69,56±2,61
8 месяцев	8,350±1,100	69,84±2,07	9,460±0,980	71,17±2,24
9 месяцев	9,280±1,010	70,69±2,21	9,890±1,185	72,84±2,71
10 месяцев	9,525±1,350	72,11±2,86	10,355±1,125	73,91±2,65
11 месяцев	9,805±0,800	73,60±2,73	10,470±0,985	74,90±2,55
12 месяцев	10,045±1,165	74,78±2,54	10,665±1,215	75,78±2,79
1 год 3 месяца	10,520±1,275	76,97±3,00	11,405±1,300	79,45±3,56
1 год 6 месяцев	11,400±1,120	80,80±2,98	11,805±1,185	81,73±3,34
1 год 9 месяцев	12,270±1,375	83,75±3,57	12,670±1,410	84,51±2,85
2 года	12,635±1,765	86,13±3,87	13,040±1,235	88,27±3,70
2 года 6 месяцев	13,930±1,605	91,20±4,28	13,960±1,275	81,85±3,78
3 года	14,850±1,535	97,27±3,78	14,955±1,685	95,72±3,68
4 года	16,02±2,3	100,56±5,76	17,14±2,18	102,44±4,74
5 лет	18,48±2,44	109,00±4,72	19,7±3,02	110,40±5,14
6 лет	21,34±3,14	115,70±4,32	21,9±3,20	115,98±5,51
7 лет	24,66±4,08	123,60±5,50	24,92±4,44	123,88±5,40
8 лет	27,48±4,92	129,00±5,48	27,86±4,72	129,74±5,70
9 лет	31,02±5,92	136,96±6,10	30,60±5,86	134,64±6,12
10 лет	34,32±6,40	140,30±6,30	33,76±5,26	140,33±5,60
11 лет	37,40±7,06	144,58±7,08	35,44±6,64	143,38±5,72
12 лет	44,05±7,48	152,81±7,01	41,25±7,40	150,05±6,40

Схема комплексной оценки здоровья ребёнка Пигалов А. П., Кулакова Г. А., Соловьёва Н. А., Волгина С. Я., Казань, 1994, стр. 36 — 40.

национальный КАЛЕНДАРЬ ПРИВИВОК

Возраст	Наименование прививки
Новорождённые (в первые 12 часов жизни)	Первая вакцинация против вирусного гепатита В
Новорождённые (3—7 дней)	Вакцинация против туберкулёза
1 месяц	Вторая вакцинация против вирусного гепатита В
2 месяц	Третья вакцинация против вирусного гепатита В
3 месяц	Первая вакцинация против дифтерии, коклюша, столбняка Первая вакцинация против гемофильной инфекции Первая вакцинация против полиомиелита
4,5 месяца	Вторая вакцинация против дифтерии, коклюша, столбняка Вторая вакцинация против гемофильной инфекции Вторая вакцинация против полиомиелита
6 месяцев	Третья вакцинация против дифтерии, коклюша, столбняка Третья вакцинация против вирусного гепатита В Третья вакцинация против гемофильной инфекции Третья вакцинация против полиомиелита
12 месяцев	Вакцинация против кори, краснухи, эпидемического паротита Четвёртая вакцинация против вирусного гепатита В
18 месяцев	Первая ревакцинация против дифтерии, коклюша, столбняка, полиомиелита Ревакцинация против гемофильной инфекции
20 месяцев	Вторая ревакцинация против полиомиелита
6 лет	Ревакцинация против кори, краснухи, эпидемического паротита



Возраст	Наименование прививки
7 лет	Ревакцинация против туберкулёза Вторая ревакцинация против дифтерии, столбняка
13 лет	Вакцинация против краснухи (девочки) Вакцинация против вирусного гепатита В (ранее не привитые)
14 лет	Третья ревакцинация против дифтерии, столбняка Ревакцинация против туберкулёза Третья ревакцинация против полиомиелита
Взрослые	Ревакцинация против дифтерии, столбняка — каждые 10 лет от момента последней ревакцинации



ПРИМЕЧАНИЕ:

1. Иммунизация в рамках национального календаря профилактических прививок проводится вакцинами отечественного и зарубежного производства зарегистрированными и разрешенными к применению в установленном порядке в соответствии с инструкциями по их применению.
2. Детям, родившимся от матерей, носителей вируса гепатита В или больных вирусным гепатитом В в третьем триместре беременности вакцинация против вирусного гепатита В проводится по схеме 0-1-2-12 месяцев.
3. Вакцинация против гепатита В в 13 лет проводится ранее не привитым по схеме 0-1-6 месяцев.
4. Вакцинация против краснухи проводится девочкам в 13 лет ранее не привитым или получившим только одну прививку.
5. Ревакцинация против туберкулеза проводится не инфицированным микобактериями туберкулеза туберкулинотрицательным детям.
6. Ревакцинация против туберкулеза в 14 лет проводится не инфицированным микобактериями туберкулеза туберкулинотрицательным детям, не получившим прививку в 7 лет.
7. Применяемые в рамках национального календаря профилактических прививок вакцины (кроме БЦЖ) можно вводить одновременно разными шприцами в разные участки тела или с интервалом в 1 месяц.

Памятка родителям от ребенка

1. Не бойтесь быть твердыми со мной. Я предпочитаю именно такой подход. Это позволяет мне определить свое место.
2. Не заставляйте меня чувствовать себя младше, чем я есть на самом деле. Я отыграюсь на вас за это, став «плаксой» и «нытиком».
3. Не делайте для меня и за меня то, что я в состоянии сделать для себя сам. Я могу продолжать использовать вас в качестве прислуги.
4. Не требуйте от меня немедленных объяснений, зачем я сделал то или иное. Я иногда и сам не знаю, почему поступаю так, а не иначе.
5. Не подвергайте слишком большому испытанию мою честность. Будучи запуган, я легко превращаюсь в лжеца.
6. Пусть мои страхи и опасения не вызывают у вас беспокойство. Иначе я буду бояться еще больше. Покажите мне, что такое мужество.
7. Не давайте обещаний, которых вы не можете выполнить — это поколеблет мою веру в вас.
8. Не придирайтесь ко мне и не ворчите на меня. Если вы будете это делать, то я буду вынужден защищаться, притворяясь глухим.
9. Не пытайтесь читать мне наставления и нотации. Вы будете удивлены, открыв, как великолепно я знаю, что такое хорошо и что такое плохо.
10. Никогда даже не намекайте, что вы совершенны и непогрешимы. Это дает мне ощущение тщетности попыток сравняться с вами.
11. Не расстраивайтесь слишком сильно, когда я говорю: «Я вас ненавижу».

Я не имею буквально это в виду. Я просто хочу, чтобы вы пожалели о том, что сделали мне.

12. Если вы мне говорите, что любите меня, а потом просите что-то сделать для вас, я думаю, что захожусь на рынке. Но тогда я с вами буду торговаться и, поверьте — я окажусь с прибылью.

13. Не заставляйте меня чувствовать, что мои проступки — смертный грех. Я имею право делать ошибки, исправлять их и извлекать из них уроки.

14. Но если вы будете меня убеждать, что я ни на что не годен, то в будущем я, вообще, буду бояться, что-то делать, даже зная, что это правильно.

15. Не защищайте меня от последствий собственных ошибок. Я, как и вы, учусь на собственном опыте.



Оценка уровня психо-моторного развития ребенка первого года жизни

Возраст	Зрительные ориентировочные реакции	Слуховые ориентировочные реакции	Эмоции и социальное поведение / Движение руки, действия пред-метами	Движения общие / Понимаемая речь	Активная речь / Навыки и умения в про-цессах
10 дней	Удерживает в поле зрения движущийся предмет (ступенчатое слежение)	Вздрагивает и мигает при резком звуке	Первая улыбка в ответ на разговор взрослого	Лежа на животе, пытается подни- мать и удерживать голову	Издает отдельные звуки в ответ на разгово- ре ним
18 — 20 дней	Удерживает в поле зрения неподвижный предмет (лицо взрослого)	Успокаивает- ся при силь- ном звуке	Быстро отвечает улыбкой на разго- вор с ним взрос- лого. Длительное зрительное со- средоточение на другом ребенке.	Лежа на животе, продолжает удерживать голову (не менее 5 сек.)	Пронзосит отдельные звуки
1 месяц	Сосредоточи- вает взгляд на неподвижном предмете, на лице говорящего с ним взрослого. По- является плавное прослеживание движущегося предмета.	Прислушива- ется к звуку, к голосу взрослого	Быстро отвечает улыбкой на разго- вор с ним взрос- лого. Длительное зрительное со- средоточение на другом ребенке.	Лежа на животе, продолжает удерживать голову (не менее 5 сек.)	Пронзосит отдельные звуки
2 месяца	Длительное зрительное со- средоточение на лице взрослого или неподвиж- ном предмете. Длительно следует за движущейся игрушкой или взрослым (до 1 м)	Ищущие повороты головы при длительном звуке (прислу- шивание)	Быстро отвечает улыбкой на разго- вор с ним взрос- лого. Длительное зрительное со- средоточение на другом ребенке.	Лежа на животе, продолжает удерживать голову (не менее 5 сек.)	Пронзосит отдельные звуки

Возраст	Зрительные ориентировочные реакции	Слуховые ориентировочные реакции	Эмоции и социальное поведение / Движение руки, действия пред-метами	Движения общие / Понимаемая речь	Активная речь / Навыки и умения в про-цессах
3 меся-ца	Зрительное сосредоточение в вертикальном положении (на руках у взрос-лого) на лице говорящего с ним взрослого, на игрушке	Случайно накли-вается руками на игрушки, низко висящую над гру-дою на высоте до 10 — 15 см	«Комплекс оживления»: в ответ на общение с ним (проявляет радость улыбкой, оживленными движениями рук, ног, звуками). Ищет глазами ре-бенка, издающего звуки	Лежит на животе несколько минут, опираясь на пред-плечья и высоко подержке под мышками крепко ули-рается ногами, со-гнутыми в тазобе-дренном суставе. Удерживает голову в вертикальном положении.	См.: «Комплекс оживления»
4 меся-ца	Узнает мать (радуется)	Находит глазами ис-точник звука. Адекватно реагирует на спокойную и плясую мелодию	Громко смеется в ответ на об-ращение. *Ищет взглядом другого ребенка, тянется к нему. Легко и часто возникает «комплекс ожив-ления»	То же, что и в 3 месяца, но более ярко выражено	Длительно гулит
5 меся-цев	Отличает близких от чужих	Узнает голос матери или близкого человека. Различает строгую и ласковую интонацию обращенного к нему голоса	*Радуется ребен-ку, берет у него из рук игрушку, гулит	Долго лежит на животе, опираясь на ладони рук. Переворачивается со спины на живот, устойчиво стоит при поддержке под мышками	Подолгу певуче гулит
6 меся-цев		По-разному реагирует на свой и чужое имя	Берет игрушки, находясь в лю-бом положении, и подолгу ими занимается	Переворачивается с живота на спину. Передвигается, переставляя руки или ползая	Произносит отдельные слоги (нача-ло лепета)
					Хорошо ест с ложки, снимая пищу губами. Пьет из блюд-ца или чашки

Возраст	Зрительные ориентировочные реакции	Слуховые ориентировочные реакции	Эмоции и социальное поведение / Движение руки, действия пред-метами	Движения общие / Понимаемая речь	Активная речь / Навыки и умения в про-цессах
7 меся-цев			Игрушкой сту-чит, размахива-ет, перекладыва-ет её и пр.	Хорошо ползает (много, быстро, в разных направле-ниях)	Подолгу лепечет, повторно произносит одни и те же слоги. (2-3)
8 меся-цев			*Смотрит на действия другого ребенка, смеется или лепечет	Сам садится, сидит и ложится. Держась руками за барьер, сам встает, стоит и опускается. Переступает, дер-жась за барьер	Громко, четко и повторно произносит различные слоги
9 меся-цев	Плясовые движения под плясовую мелодию (если дома полет ребенку и пляшут с ним)		*Догоняет ребен-ка, ползет ему навстречу. Под-ражает действиям другого ребенка (толкает, стучит гремит и пр.)	Переходит от пред-мета к предмету, слегка придер-живаясь за них руками	Подражает взрослому, повторяет за ним слоги, которые уже есть в его лепете
				На вопрос «где?» нахо-дит взглядом предмет, находящийся постоянно в определенном месте (напри-мер, часы, куклу)	Пьет из чашки, которую дер-жит взрослый
				На вопрос «где?» нахо-дит несколько предметов (2-3) на состо-янных местах. По просьбе взрослого выполняет ранее изучен-ные простые действия, например, «ладушки», «дай ручку»	Ест короч-ку хлеба, которую сам держит в руках. Пьет из чашки, кото-рую держит взрослый
				На вопрос «где?» нахо-дит несколько значимых предметов, независимо от их местополо-жения. Знает свое имя, оборачивается на зов	Хорошо пьет из чашки, сле-гка придерживая ее руками. Спокойно относится к высаживанию на горшок

Возраст	Зрительные ориентировочные реакции	Слуховые ориентировочные реакции	Эмоции и социальное поведение / Движение руки, действия пред-метами	Движения общие / Понимаемая речь	Активная речь / Навыки и умения в процессах	
10 месяцев			* Действует рядом с ребенком или одной игрушкой с ним	* Входит на высокую поверхность и сходит с нее (ступенька). Идет вперед с поддержкой за обе руки	Подражает взрослому, повторяет за ним новые слоги, коротких нет в его лепете	Закрепляются умения, приобретенные в 9 месяцев
11 месяцев			* Радуетя приходу детей. * Избирательно отношение к детям	Овладевает новыми действиями с игрушками, выполняет их по слову взрослого: снимает и одевает кольца с большими отверстиями на стержне	Стоит самостоятельно без опоры. Делает первые самостоятельные шаги	Произносит первые слова — обозначения, например: «дай», «мама»
12 месяцев	Узнаёт на фотографии знакомое лицо, например, мать. Различает две контрастные формы предметов		* Протягивает другому ребенку игрушку, сопровождает это смехом или лепетом. * Ищет игрушку, спрятанную другим ребенком	Выполняет самостоятельные действия с игрушками: катает, водит, корнит. * Переносит действия, разученные с одним предметом на другой	Ходит самостоятельно (без опоры)	Легко подражает новым словам. Произносит 5-10 облегченных слов

Примечание: показатели, проверяемые в детских учреждениях (детские ясли, сады, детские дома), а в некоторых ситуациях и в семье.
Н.М. Келованов, С.М. Кривина, Э.Л. Фрухт



Медицинский центр «ЗДОРОВЫЙ РЕБЕНОК»

Внимание!

Открылся кабинет массажа и лечебной физкультуры для детей до 1 года

«Маминны руки»



Лечебная гимнастика. Классический и точечный массаж. Инструктаж для родителей. Медицинское и методическое сопровождение. Разработка индивидуальной методики оздоровления в соответствии с этапом развития и состоянием ребенка.

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ, ТРЕБУЕТСЯ КОНСУЛЬТАЦИЯ СПЕЦИАЛИСТА

www.zr-vrn.ru

Тел.: 2 585 151, 2 964 995

Питание здорового и больного ребенка

Берегите сердце ребенка!

М.А.Красновская, кандидат мед.наук, Санкт-Петербургская академия последипломного образования

Сердце — самый большой труженик в организме. Оно не отдыхает никогда — ни днем, ни ночью, начиная трудиться еще до рождения ребенка. Остановка его означает конец жизни. Огромную роль играет эффективная работа сердца в оптимальном развитии ребенка. Дело в том, что сердце как мощный насос гонит кровь по сосудам, обеспечивая питательными веществами и кислородом все органы, ткани и каждую клетку.

За сутки сердце перекачивает огромное количество крови. Так, в семилетнем возрасте за одно сокращение сердце выталкивает около 40 мл. крови, за минуту — около 4 литров, за час — около 240 литров, а за сутки — около 5,5 тонн! Вот какую огромную работу выполняет сердечко ребенка.

Недостаток обеспечения кровью, так называемая ишемия, резко тормозит работу такого участка организма, вызывая очень серьезные нарушения здоровья. Особенно страдает от недостаточного обеспечения кровью мозг, что влияет на общее развитие и обучаемость ребенка.



К сожалению, ребенок может родиться с больным сердцем. Это так называемые пороки сердца. Значит, заботиться о сердце ребенка надо не только до его рождения, но и до его зачатия. Женщина и мужчина — будущие родители — должны санировать все очаги инфекции (носоглотка, зубы, желудочно-кишечный тракт, мочевыводящая система и др.), пройти всестороннее медицинское обследование, поинтересоваться своей наследственностью перед решением завести ребенка.

Во время беременности женщина должна хорошо питаться (полноценный белок, овощи, фрукты, растительные масла), прини-

мать специальные витаминно-минеральные комплексы, остерегаться контактов с инфекционными больными, соблюдать режим отдыха и прогулок на свежем воздухе. Все это относится к мерам профилактики патологии сердечно-сосудистой системы у ребенка.

После рождения малыша роль родителей в ранней диагностике нарушений со стороны сердца очень велика. Ведь мать находится постоянно рядом с ребенком и видит его и во время бодрствования, и во время сна. Если при кормлении ребенка или плаче у малыша синееет или бледнеет область вокруг рта, бледнеют и напрягаются крылья носа, если ребенок беспокоится или засыпает при кормлении — об этом надо сказать педиатру. Важными признаками возможной патологии также являются деформации (неровности) грудной клетки,

периодические «покашливания», плохие прибавки в весе, изменение цвета кончиков пальцев. Особую настороженность у мамы малыша должны вызвать периодические приступы рвоты, беспокойства и ощущение усиленного сердцебиения при взятии ребенка на руки или при его поглаживании. Мамы описывают это так: «Сердечко бьется, как у воробушка». В этом случае надо срочно обратиться к педиатру.

Сердце ребенка, являясь мышечным органом, нуждается в полноценном питании, поэтому состояние упитанности ребенка имеет серьезное значение. При отставании ребенка в массе дистрофируется (истощается) и миокард (мышца сердца), сердце менее эффективно справляется со своей функцией, ребенок начинает отставать в физическом, да и психомоторном развитии.

После рождения идеальной пищей для ребенка является грудное молоко. При его недостатке или отсутствии ребенок должен получать только высоко адаптированные смеси, которые обеспечивают растущий организм всеми необходимыми ингредиентами, например, смеси НАН фирмы Nestle, причем смеси должны соответствовать возрасту (до 6 мес. с цифрой 1, после 6 мес. — с цифрой 2). Такие смеси способствуют защите и укреплению иммунитета.

Дети, страдающие патологией сердца, имеют пониженные возможности для переваривания и усвоения пищи. У них снижен аппетит, чаще встречаются явления дисбактериоза. Эти дети при отсутствии естественного вскармливания нуждаются в смесях, которые легко усваиваются, например, кисло-молочный НАН, в которых легко усваивается прежде всего белок. Это снижает белковую нагрузку на почки ребенка, поддерживает здоровую кишечную микрофлору, улучшает усвоение кальция, лактозы, железа и других нутриентов.

После года дети с патологией сердечно-сосудистой системы, нуждаются, кроме обычной диеты, в дополнительном количестве полноценного белка. Его можно восполнить за счет применения таких смесей, как НАН-3, Клинурен Юниор, Пентамен вместо обычного молока.



Очень важным моментом в профилактике заболеваний сердца у детей более старшего возраста является защита от инфекций. Надо строго следить, чтобы не формировались очаги хронических инфекций в носоглотке (следует лечить насморк!), ротовой полости (нужно следить за состоянием зубов!), в желудочно-кишечном тракте. Нельзя допускать детей в детский коллектив (школу или детский сад) с недолеченным кашлем, насморком или другими простудными явлениями. Опасными для сердца могут оказаться и выдавленные прыщи у подростка, так как содержащиеся в них ми-

кробы, попадают в кровоток, оседая затем на внутренней оболочке сердца.

Переутомление, недостаточный сон, плохое питание, вредные привычки (курение, алкоголь, токсикомания и др.), избыточное и продолжительное нервное напряжение нарушают работу так называемой вегетативной нервной системы. Именно её «настрой» обуславливает частоту сердечных сокращений (пульс). Ощущения сердцебиения, замирания, боли в области сердца, колебания артериального давления нередко связаны именно с нарушениями вегетативной нервной системы.

Таким образом, только здоровый образ жизни, соответствующий возрасту ребенка, его физическое и психическое здоровье, активность помогут сохранить сердце ребенка здоровым.



ВНИМАНИЕ! Открытие уникального аква-комплекса

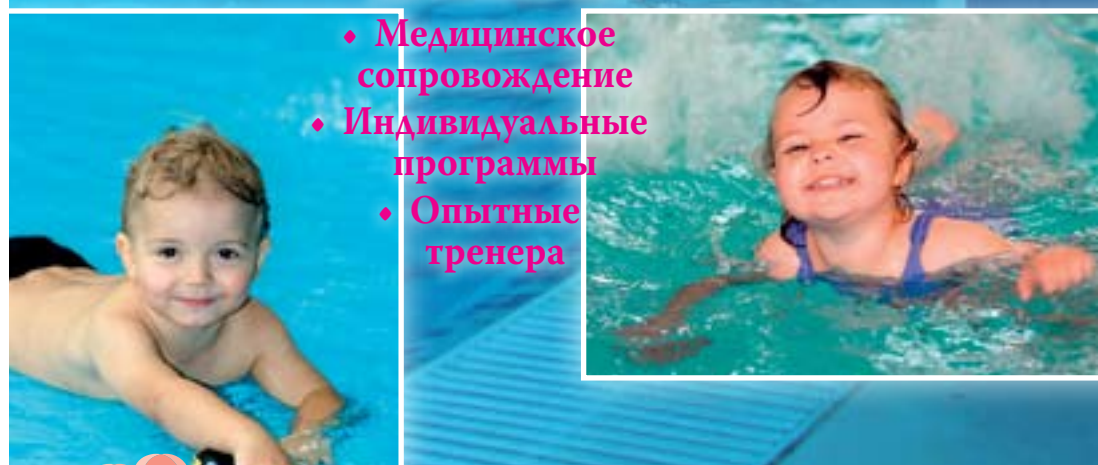
БАССЕЙН ДЛЯ ДЕТЕЙ ДО 1 ГОДА

БАССЕЙН ДЛЯ ДОШКОЛЬНИКОВ

БАССЕЙН ДЛЯ БУДУЩИХ МАМ

САУНА «МАТЬ И ДИТЯ» ДЛЯ ДЕТЕЙ С 6 МЕСЯЦЕВ

- Современный бассейнный зал
- Медицинское сопровождение
- Индивидуальные программы
- Опытные тренера



Многопрофильный центр «ЗДОРОВЫЙ РЕБЕНОК»

ZR-VRN.RU

Любознательность детей безгранична, мир огромен — в нем все интересно и важно. Помогите своим чадам сделать первые шаги по ступенькам жизни, а мы постараемся стать для вас надежной поддержкой.

ДЕТСКИЙ МЕДИЦИНСКИЙ ЦЕНТР:

- «Личный» педиатр с рождения.
- Невролог
- Центр лечения сна: ЭЭГ, ЭЭГ сна
- Лор-врач. Консультации. Эндоскопическое исследование.
- Процедуры: лазер, кукушка, тонзиллор.
- Аллерголог
- Гастроэнтеролог
- Офтальмолог — кабинет коррекции зрения
- Ортопед
- Дерматолог
- Уролог
- Детский гинеколог
- Детский хирург
- МЕДИЦИНСКИЕ ОСМОТРЫ ПЕРЕД ШКОЛОЙ И ДЕТСКИМ САДОМ

ОТДЕЛЕНИЕ ВОССТАНОВИТЕЛЬНОЙ МЕДИЦИНЫ:

- Иглорефлексотерапия
- Биопунктура, Лазеропунктура
- Гирудотерапия (лечение пиявками)
- Диагностика на начальных этапах развития заболеваний. (ГРВ-диагностика)
- МАССАЖ

ПРИВИВКИ. АНАЛИЗЫ

ЛЕЧЕБНАЯ ГИМНАСТИКА:

- ЛФК, Йога, Боди Флекс, цигун

ПСИХОЛОГИЧЕСКИЙ ЦЕНТР:

Индивидуальная психологическая помощь ребенку, который:

- Испытывает трудности в общении
- Часто бывает агрессивен, драчлив
- Излишне застенчив, замкнут
- Часто отказывается идти в детский сад
- Не хочет идти в школу и все, что связано с учебной вызывает у него негативную реакцию
- Испытывает различные страхи (темноты, одиночества и т. д.)
- Часто болеет или долго находился в больнице
- У него плохой сон, аппетит

ЛОГОПЕДИЧЕСКИЙ ЦЕНТР:

- Постановка звуков
- Лечение заикания по методу Андроновой-Аратюнян

ул. Лизюкова, 24, тел. (473) 258-51-51, 296-49-95 — медицинский центр
Московский пр-т, 112, тел. (473) 235-8-000 — ясли-сад
ул. Лизюкова, 24, тел 228-96-98 — ЦЕНТР ДЕТСКОГО ТВОРЧЕСТВА И СПОРТА