

Галина Петровна Шалаева
Азбука детского здоровья

ВСЕ САМОЕ ГЛАВНОЕ О ДЕТСКОМ ЗДОРОВЬЕ

АЗБУКА

Г.П. Шалаева

ДЕТСКОГО ЗДОРОВЬЯ



Шалаева Г. Азбука детского здоровья
М.: Слово, АСТ, 2010. – 110 с.

Аннотация

Самочувствие ребенка – одна из самых актуальных тем для родителей, особенно для молодых мам, которые воспитывают первенца. Эта книга посвящена различным аспектам детского здоровья. Здесь вы найдете все, что вам нужно знать о развитии организма ребенка и детских заболеваниях. Статьи расположены в алфавитном порядке, что значительно облегчает поиск нужной информации.

Г. П. Шалаева

Азбука детского здоровья

А

Авитаминоз

Отсутствие в диете целого ряда веществ: витаминов, протеинов, аминокислот и некоторых минералов – может привести к возникновению опасных болезней. Например, недостаток витамина D вызывает рахит; недостаток витамина С – цингу, а недостаток йода провоцирует болезнь щитовидной железы.

Сейчас достигнуты большие успехи в исследовании проблем правильного питания, поэтому родители могут получить квалифицированную рекомендацию диетолога или ознакомиться с соответствующей литературой.

Аллергия

Аллергия – это необычная реакция организма на пищу, окружающую среду, на что-то попавшее на кожу или внутрь организма, например, с инъекцией. Аллергические проявления: сыпь, экзема или желудочное расстройство – могут вызываться такими продуктами, как яйца, пшеница, шоколад и клубника, цитрусовые и др. Хронический насморк, сенная лихорадка, астма и хроническая головная боль могут быть вызваны некоторыми видами косметики, цветочной пылью, пухом растений, тканями, шерстью животных. Некоторые подвержены аллергии на отдельные лекарства, на перепады температуры.

Хотя у многих детей аллергические явления с годами проходят, желательно как можно раньше показаться врачу. Если изменения в диете и одежде не принесут желаемого облегчения, доктор может назначить иное лечение.

Медики считают, что эмоциональные стрессы способствуют аллергическим проявлениям, особенно возникновению аллергической астмы. Другими словами, ребенок находит выход своим чувствам через аллергию. Лечащий врач найдет взаимосвязь между эмоциональным и физическим состоянием ребенка и при соответствующем подходе сможет оказать действенную помощь.

Анемия

При уменьшении красного пигмента (гемоглобина) в красных клетках крови возникает анемия. Причины ее могут быть различными, поэтому доктор назначает особое лечение в каждом конкретном случае. Обыкновенная анемия не передается от родителей к детям.

В процессе образования гемоглобина основная роль принадлежит железу. До полугодовалого возраста организм ребенка использует естественный запас железа. Иногда к трем-четырем месяцам ребенок вдруг становится бледным, чаще всего это результат недостатка железа в организме. Однако окончательно поставить диагноз может только врач; лечение нельзя начинать раньше, чем через два-три месяца, когда можно будет давать ребенку железосодержащие продукты и лекарства. Анемия у детей случается наиболее часто в возрасте от полугода до двух лет, когда поступление железа в организм обеспечивается лишь из внешних источников.

Не всегда бледность кожи является показателем анемии. При анемии ребенок быстро устает, тяжело дышит, у него учащенное сердцебиение и плохой аппетит.

При анемии доктора прописывают диету, богатую протеином, витаминами и железом. Также рекомендуется принимать поливитамины и железистые препараты в капсулах.

Аномалия прикуса

Аномалией прикуса называется неправильное соединение зубов друг с другом. Это может повлиять на форму лица ребенка, эффективность жевательного процесса, состояние его зубов и десен. Поэтому необходимо как можно быстрее обратиться к специалисту. С помощью слепков рта, рентгеновских снимков и фотографий лица стоматолог в состоянии диагностировать возможную аномалию прикуса и рекомендовать профилактическое или корректирующее лечение для исправления деформации зубов.

Аппендицит

Аппендикс – небольшой червеобразный отросток слепой кишки, расположенный в правой нижней части брюшной полости. Считается, что он не выполняет никакой полезной функции в организме, а является лишь атавизмом.

Аппендицит – воспаление аппендикса, вызываемое инфекцией или закупоркой кишечника, препятствующей кровоснабжению аппендикса. Однако, по мнению специалистов, инородные предметы, попадающие в кишечник, такие, как косточки фруктов или жевательная резинка, не приводят к аппендициту.

Инфекция может попасть в аппендикс с кровью или лимфатической жидкостью из больных зубов или воспаленных миндалин. В продолговатом аппендиксе бактерии могут накапливаться, потому что в нем нет проточного движения фекальных масс и в него затруднено поступление пищеварительных ферментов. Бактерии размножаются и скапливаются на стенках аппендикса, что может привести к перитониту – воспалению брюшины. В самом аппендиксе может развиваться гангрена или произойти прободение.

Известно два типа аппендицита: острый – симптомы его развиваются в течение нескольких часов, и хронический – при нем небольшие приступы, случающиеся несколько раз в году, быстро проходят. Аппендицит не наследуется и не передается от одного члена семьи к другому.

Аппендицит может начинаться с ощущения скопления газов или с ощущения переполненности нижней части кишечника. Обычно эти симптомы исчезают после опорожнения прямой кишки. Если они остаются, следует обратиться к врачу. В случае воспаления аппендикса в крови окажется большое количество лейкоцитов. Внезапное облегчение после резкой боли может оказаться опасным, потому что это может означать, что произошло прободение или началась гангрена.

Признаки аппендицита: острая нарастающая боль в правом боку живота, головокружение, тошнота, нарушение работы кишечника, повышение температуры и учащенное сердцебиение. При наличии этих симптомов следует немедленно обращаться к врачу.

Как правило, аппендицит не бывает у детей до трех лет. Чаще всего он бывает в возрасте от 10 до 30 лет.

Ребенка до прихода врача следует уложить в постель и измерить температуру. Нельзя давать ему есть, пить, слабительное, ставить клизму. Нельзя также класть на живот грелку или пузырь со льдом. Если врач поставит диагноз «аппендицит», он, вероятно, предложит операцию. Бояться операции не следует: она безопасна и сравнительно проста.

Если нет осложнений, выздоровление займет не более недели, при осложнениях, например перитоните, выздоровление может растянуться на несколько месяцев.

В послеоперационный период следует воздержаться от физических нагрузок. Диета не нужна, так как кишечник быстро восстанавливает свои функции. После удаления аппендикса болезнь не повторяется.

Аппетит

Желание есть и пить называется аппетитом. Он зависит от возраста, настроения, физического состояния ребенка.

Это отнюдь не значит, что все дети знают, что и сколько им надо есть. Опыты показывают: если ребенку предлагать на выбор ряд продуктов, то один ребенок, возможно, захочет есть только рыбу и пить апельсиновый сок, а другой вдруг будет отказываться от чего-то, что раньше ему нравилось. При этом увеличение роста и веса будет нормальным, несмотря на различия в количестве и ассортименте съеденного.

В настоящее время совсем не трудно найти те продукты, которые нравятся ребенку. Очень важно учитывать естественную любовь ребенка к тому или иному продукту, не стараться обманом накормить дитя, сделав пищу вкусной, например, добавив лишнюю ложку сахара.

Как и у взрослых, аппетит ребенка зависит не только от физического состояния организма, но и от настроения. Если ребенок слишком устал и не хочет есть, нет смысла уговаривать его. Обеспокоенные чем-либо дети также будут есть меньше, а уговоры забыть о своих переживаниях вряд ли помогут, лучше ненавязчиво подбодрить малышей. Бывает наоборот – у подростков увеличивается аппетит в трудных ситуациях.

Слишком большой аппетит у подростков тоже беспокоит родителей. Но это нормально, так как организм растет и ребенок проявляет больше активности.

Если ребенок ест слишком много или слишком мало, родители могут проконсультироваться с врачом. Детям, любящим сладкое, надо напоминать, что чрезмерное его употребление может привести к кариесу.

Астигматизм

Астигматизм – это дефект роговой оболочки глаза, в результате которого нарушается четкость зрения. У каждого человека есть астигматизм в той или иной степени. В отдельных случаях при астигматизме прописывают очки.

Астма

Астма – это болезнь бронхов, выражающаяся периодически наступающими приступами удушья. Обычно она вызывается аллергией и связана с некоторыми умственными расстройствами. Астма бывает затяжной, плохо поддающейся лечению. Иногда болезнь проходит с годами.

Симптомы астмы схожи с симптомами других болезней, поэтому поставить точный диагноз может только врач. Лечение предполагает также выявление аллергена и устранение его.

Б

Близорукость

При близорукости лучи света, попадающие в глаз, фокусируются перед сетчаткой, а не на сетчатке, как это бывает в случае с нормальным зрением. Этот оптический дефект устраняется с помощью очков с вогнутыми линзами.

Современные исследования говорят о том, что обычно причиной близорукости является удлиненное глазное яблоко, которое развивается в детстве и прогрессирует до тех пор, пока не перестанет расти, возможно уже в подростковом возрасте. Обычно близорукость обнаруживают в первые школьные годы при чтении с доски. Родители могут

обратить внимание на то, что ребенок держит книгу слишком близко к лицу, учитель может заметить, что один из его учеников не видит ясно слова, написанные на доске, и предложить в этом случае проверить зрение.

Болевые ощущения, связанные с ростом

Многие родители затрудняются в понимании термина «боль, связанная с ростом». Когда ребенок жалуется на боль в руках или ногах, они могут отмахнуться от нее или, впав в другую крайность, немедленно решить, что у ребенка ревматизм. В действительности нет болевых ощущений, которые можно приписать просто быстрому росту. Боль в любой части тела обычно является признаком какого-то расстройства в организме, серьезного или поверхностного, чисто физического или отчасти эмоционального.

Так как научно доказано, что боль от ревматизма может быть сравнительно легкой, врачи сейчас проводят тщательное исследование, если ребенок жалуется даже на слабую боль в коленях, лодыжках, плечах или запястьях. Однако в большинстве случаев причинами такой боли в суставах или конечностях могут быть утомление в мышцах, плоскостопие, плохо подобранная обувь, искривленные лодыжки и др.

Для установления правильного диагноза, если ребенок жалуется на боль в руках или ногах, лучше всего проконсультироваться с врачом, который установит причину и назначит лечение. Важно помнить, что у детей, также как и у взрослых, различная чувствительность к боли. Это означает, что один ребенок может намного сильнее другого ощущать болевые ощущения в мышцах после слишком активно проведенного дня.

Болезнь Дауна

Так называется синдром Дауна – серьезный дефект от рождения, сопровождающийся достаточно характерными внешними признаками, особенно лица и головы. Самое печальное последствие этого заболевания – тяжелая форма отставания в умственном развитии. Хотя некоторые дети с этим синдромом поддаются какому-то обучению, однако крайне редко они в состоянии самостоятельно включиться в реальную жизнь.

Имеются и другие характерные признаки заболевания: небольшой рост, коренастая фигура, искривленные пальцы, толстый язык, маленький нос и кожные складки у внутренних углов глаз, что создает впечатление раскосых глаз. Болезнь реже встречается в азиатских странах, нежели среди народов Кавказа.

Дети с болезнью Дауна жизнерадостны и привязчивы и часто, говорят, бывают наделены удивительной способностью к подражанию и прекрасной музыкальной памятью. Перед родителями может встать серьезная проблема: отдать ребенка в соответствующее лечебное учреждение или воспитывать его дома. При этом надо учитывать многие факторы, в частности реакцию других детей в семье.

Болезнь Дауна связана с нарушением числа хромосом – крошечных частиц, содержащих наследственную информацию, имеющуюся во всех клетках. Большая часть детей с болезнью Дауна имеет 47 хромосом вместо обычных 46. По-видимому, лишняя хромосома прежде всего повинна в нарушении умственного и физического развития ребенка. У очень небольшого процента детей с этим заболеванием болезнь наследуется от одного из родителей, которые, несмотря на свой нормальный физический вид, также имеют необычный набор хромосом. Но большей частью это происходит случайно при делении хромосом, когда у матери формируется яйцо, из которого развивается будущий ребенок (или иногда, когда создавалась сперма у отца). Подобные явления чаще происходят у женщин более старшего возраста, чем у молодых. Это обстоятельство свидетельствует о том, что риск родить ребенка с болезнью Дауна увеличивается с возрастом матери и достигает пика в возрасте старше сорока лет.

Когда решается вопрос, могут ли родители иметь здорового второго ребенка, если первый родился с болезнью Дауна, то для этого требуется изучить хромосомы в клетках родителей. В наше время удастся определить, было ли вызвано заболевание у предыдущего ребенка просто «случайностью» при делении хромосом (которое навряд ли повторится) или вследствие унаследованной хромосомной аномалии у одного из родителей. Наследственная передача заболевания очень редка, она встречается не более чем у 1 – 2 % случаев.

Боль

Когда ребенка знакомят с биологической функцией боли, ему может стать морально легче.

Малышу надо объяснить, что способность человека чувствовать боль является защитной функцией организма. Боль сигнализирует: что-то в нашем организме не в порядке, какой-то орган может быть перенапряжен и нуждается в отдыхе.

Боль, осязание, жара и холод – это четыре основных ощущения. В коже имеются особые крошечные точки, или нервные окончания, которые улавливают каждое из них. После того как любая часть тела теряет чувствительность, ощущение боли можно восстановить в первую очередь. В теле существует больше мест, где человек может чувствовать боль, нежели мест, где можно почувствовать тепло и холод.

Болевой уровень, при котором чувствуется боль, у разных людей неодинаков. Люди с так называемым низким болевым порогом более чувствительны к боли.

Есть несколько разновидностей боли: поверхностная, костей, сосудов и внутренних органов. Боль прежде всего ощущается в нервных окончаниях, которые затем передают это ощущение в позвоночник и выше в мозг. Оттуда ощущение посылается обратно в то место, где оно возникло, в результате чего человек чувствует боль в пальце, ноге или каком-либо другом месте.

Боль не всегда чувствуется в том месте тела, которое ее вызывает. Желудочные недомогания, например, могут ощущаться в спине, а какие-либо нарушения в тазобедренном суставе могут ощущаться в задней части колена.

Современные знания о боли дают возможность менее болезненного проведения операций путем блокирования нервов, разрезания их и использования болеутоляющих средств. Было выявлено, что морфий поднимает болевой порог в два раза выше обычного уровня, кодеин – на 50 % и аспирин – на 33 %.

Выше определенной дозы дополнительные количества болеутоляющих лекарств уже не дают необходимого эффекта.

Боль в животе

Термином «боль в животе» с рождения и до старости обычно обозначают любую боль или беспокойство в брюшной полости. Боли могут быть сильные или слабые, острые или хронические.

Родители должны быть внимательны к любым жалобам на боли в брюшной полости ребенка, и если она длится дольше одного часа, вызовите врача. До прихода врача измерьте ребенку температуру и уложите его в постель, независимо от того, есть ли повышение температуры. Эти предосторожности важны на тот случай, если боль в животе является симптомом аппендицита.

Боли в животе могут быть вызваны целым рядом заболеваний. Среди них:

1. Синдром неполного усвоения пищи, вызываемый недостатком сахаропонижающих ферментов или ферментов, способствующих расщеплению клейковины зерен ржи и риса.
2. Аллергия желудка или кишечника, вызываемая коровьим молоком или каким-то другим продуктом.
3. Нарушение функции поджелудочной железы.

4. Расстройства по неизвестной причине.

Каждая из названных болезней сопровождается общими симптомами: тягучий, с неприятным запахом кал, плохой аппетит, вздутый живот.

Для определения диагноза доктор может порекомендовать:

1. Пробную или контрольную диету.

2. Биопсию путем заглатывания трубки.

3. Анализ потовых отделений (при подозрении на болезнь поджелудочной железы).

4. Анализ кала.

К счастью, в большинстве случаев боли в животе несерьезны и временны и возникают в результате переедания или употребления незрелых плодов. Причиной болей в животе может быть также пищевое отравление, вызванное зараженной бактериями пищей. В этом случае они часто сопровождаются потерей аппетита, тошнотой, рвотой, температурой, поносом.

Родители должны помнить, что даже если физические причины болей в животе неясны, их нельзя оставлять без внимания. Если у ребенка бывают расстройства желудка, наберитесь терпения. Все болезни поддаются лечению (кроме болезни поджелудочной железы), и ребенка старше двух-трех лет можно вылечить. При отсутствии в организме необходимых ферментов следует подобрать соответствующую диету и придерживаться ее в течение некоторого времени.

Бородавки

Многие современные исследователи считают, что бородавки вызываются вирусом. Однако этот специфический вирус еще не выделен. Бородавки, по-видимому, в какой-то степени заразны и при расчесывании могут распространяться.

Обычно эти твердые округлые наросты бывают одного с кожей цвета, иногда слегка коричневатые. Бородавки часто исчезают сами по себе, но если они не сходят и причиняют беспокойство, есть несколько эффективных и безболезненных методов их удаления, которые может порекомендовать врач.

Бронхит

Бронхит – это воспаление слизистой оболочки трубчатых образований, соединяющих дыхательные пути с легкими. Легкая форма бронхита может возникнуть как результат элементарной простуды, она не опасна. Ребенка следует поддерживать в тепле и покое. Если у малыша кашель и повышена температура, следует обратиться к врачу.

Часто бронхит сопровождает ОРЗ, корь или коклюш, или он возникает как осложнение после этих болезней. Сухой кашель скоро становится затяжным. Скопление слизи приводит к тому, что ребенок задыхается. Могут появиться боли в груди. При правильном и своевременном лечении бронхит проходит через неделю. При рецидивах бронхита следует искать причину, возможно, это аллергия или хроническая инфекция.

В

Вздрагивания у новорожденных

Родители, внимательно наблюдающие за своим новорожденным малышом, могут беспокоиться, когда он неожиданно резко откидывает голову, разбрасывает ноги и руки, растопыривает пальцы. Длится это всего секунду. У некоторых новорожденных наблюдается дрожание, когда они возбуждены, или подергивания во сне.

Обычно новорожденные вздрагивают от громких звуков, неожиданных прикосновений.

Однако это может наблюдаться и без внешних причин. В зависимости от интенсивности и продолжительности возбудителей за вздрагиванием следует плач.

Не стоит волноваться – все это нормальные рефлексы новорожденного, которые со временем исчезают.

Витамины

Витамины, даже в незначительном количестве, крайне важны для хорошего здоровья, поэтому родители стараются давать детям правильно приготовленную, богатую витаминами пищу, чтобы обеспечить их всем необходимым для развития организма. Исключение составляют витамины С и D. Ребенка постарше достаточным количеством витамина С снабжают обычные продукты, как, например, цитрусовые, листовые овощи, картофель, томаты. Малышу же в грудном возрасте хорошо давать апельсиновый сок. Если дети не любят апельсиновый сок или потребляют его в недостаточном для суточной нормы количестве, используется концентрат витамина С. Для получения достаточного количества витамина D не следует рассчитывать только на питание и воздействие солнечных лучей. Разумно давать ребенку, пока он растет, различные синтезированные препараты этого витамина. Однако концентраты витаминов должны использоваться только по рекомендации врача, который уделяет особое внимание дозировке. Передозировка витаминов в лучшем случае не приносит пользы, а в худшем – дает отрицательный эффект.

Продукты могут терять большую часть витаминной ценности в результате хранения, рафинирования, обработки. Для того чтобы лучше сохранить витамины, важно помнить следующее.

1. Свежие овощи должны покупаться действительно свежими и долго не храниться.
2. Существует прямая связь между интенсивностью окраски зеленых овощей и содержанием в них витаминов. Наружные зеленые листья салата содержат в 20–30 раз больше витаминов, чем бледные внутренние. В сердцевине намного меньше витаминов.
3. Замороженные продукты, оттаявшие перед приготовлением, и консервированные, хранившиеся в теплом месте, теряют значительное количество витаминной ценности.
4. Окисление вызывает потерю витаминов. Пища, которая измельчается и слишком часто помешивается во время приготовления, подвергается большему воздействию воздуха и, следовательно, окислению.
5. Некоторые фрукты и овощи, например яблоки и картофель, содержат наибольшее количество витаминов непосредственно под кожурой, и их лучше есть или готовить с кожурой.
6. Фрукты и овощи надо варить в как можно меньшем количестве воды и как можно быстрее. Приготовленная в герметичной кастрюле-скороварке пища почти не теряет витаминов.

Некоторые важные витамины

Витамины	Основные функции	Некоторые его источники
A	Поддерживает в хорошем состоянии слизистые оболочки желудочно-кишечного, мочеполового и дыхательного трактов. В целом способствует росту, укреплению костей и зубов. Важен для зрения.	Молоко, сливочное масло, яичный желток, печень, почки, зеленые и желтые овощи, томаты, желтые фрукты, рыбий жир.
B1 (тиамин)	Способствует правильному усвоению углеводов. Важен для нормальной работы желудочно-кишечного тракта, структуры и функционирования нервной системы, нормальной работы сердца.	Печень, постная свинина, крупа и хлеб грубого помола, бобовые, орехи лесные и грецкие.
B2 (рибофлавин)	Поддерживает нормальное состояние кожи, пищеварение и зрение.	Молочные продукты, яйца, печень, почки, листовые овощи зеленого цвета, витаминизированная мука и злаки.
Ниацин	Способствует хорошей химической деятельности тканей организма.	Постное мясо, печень, почки, птица, картофель, зеленые овощи, мука грубого помола, арахис.
C (аскорбиновая кислота)	Способствует росту. Поддерживает костяк, зубы, стенки капилляров. Важен для сопротивления инфекции.	Цитрусовые, листовые овощи зеленого цвета, картофель, канталупа (мускусная дыня), томаты, ягоды.
D	Помогает усвоению кальция и фосфора. Способствует формированию здоровых зубов и костей.	Рыбий жир, печень, яйца, солнечный свет.

Водянка яичка

Нередко у новорожденных мальчиков яички в мошонке окружены лишней жидкостью, вызывающей сильное вздутие. Иногда это случается и с младенцами постарше. В подавляющем большинстве случаев это состояние проходит по мере роста малыша и не должно вызывать особого беспокойства. Мальчик постарше, у которого развилась водянка яичка, может нуждаться в лечении, возможно, операции. В любом случае рекомендуется осмотр врачом для того, чтобы поставить точный диагноз: водянка это или грыжа.

Врожденные дефекты

Ни один человек не рождается абсолютно идеальным, в каждом есть какое-то несовершенство, однако обычно говорится, что ребенок родился нормальным и здоровым. Но есть дети, имеющие серьезные физические и умственные недостатки. Теперь, когда благодаря профилактическим и лечебным средствам детские заразные болезни реже приводят к сложным последствиям, врачи видят, что проблемы в отношении здоровья возникают у тех детей, которые родились с каким-то дефектом. Поэтому задача состоит в том, чтобы не просто лечить и искоренять врожденные недостатки, но и учиться предотвращать их появление.

Термин «врожденные дефекты» используется для обозначения как истинно «врожденных» дефектов, так и родовых травм.

Врожденные дефекты бывают как явными («заячья губа», «волчья пасть» или шестипалая рука), так и скрытыми, например, неразвитость сердечной системы или нарушение химического состава крови (диабет). Скрытые дефекты могут не давать о себе знать недели, месяцы и даже годы. Но именно они приводят к потере зрения, слуха и задержкам умственного развития, и часто не сразу, а спустя некоторое время после рождения.

Родителям не следует винить себя за то, что у них родился ребенок с недостатком. За редким исключением (о котором родители знают сами), причина дефекта – в другом. Иногда это плохая наследственность, иногда – влияние среды (инфекционная болезнь, перенесенная матерью во время беременности); чаще всего – и то, и другое.

Человек не виноват в том, что у него такие гены. Родителям следует понять, что это неизбежно и что с этим надо примириться и направить все свои усилия на то, чтобы помочь своему ребенку.

Если у малыша обнаружился дефект, немедленно обращайтесь к специалисту. Состав крови можно контролировать правильной диетой. Полость рта можно прооперировать. Возможны операции даже на сердце. Поддаются лечению даже такие сложные нарушения, как жидкость в головном мозгу и дефект в позвоночнике.

Если же родителям не удалось помочь, то важно помнить, что ребенка можно подготовить к жизни, несмотря на его недостатки. Помощь возможна даже при умственной отсталости, при которой детям можно дать домашнее образование и привить необходимые жизненные навыки.

Г

Гигиена зрения

Общее хорошее самочувствие – основа правильного функционирования любого органа тела, включая глаза. Хорошо сбалансированное питание обычно обеспечивает нормального ребенка полноценной, богатой витаминами пищей, необходимой для развития здорового

зрения. Некоторые нарушения могут быть следствием нехватки в первую очередь витамина А.

В первые же минуты после рождения глазам младенца уделяется особое внимание: врач закапывает в них специальный состав для защиты от инфекции. Однако последующая гигиена зрения включает не только промывание самих глаз. Пыль и инородные предметы удаляются с поверхности вокруг глаз с помощью мягкой ткани или гигроскопической ваты. Действие слезных желез и обычное моргание является естественным способом очищения глаз. Однако глаза младенца не нуждаются в защите от прямого яркого света, солнечного или электрического. Для всех новорожденных до трех месяцев характерен «блуждающий» взгляд. Если оказывается, что глаза косят после этого срока, на это нужно обратить внимание врача.

Маленький ребенок не может знать, что плохо видит, и сказать об этом родителям. Дефекты зрения бывают столь незаметными, что сами родители могут пропустить их. Поэтому и необходимы регулярные проверки у окулиста.

Однако есть некоторые очевидные симптомы глазных заболеваний: частые ячмени на глазу, воспаление или слезоточивость, красные, опухшие или покрытые коркой веки. Достаточно большой ребенок может пожаловаться, что плохо видит. Он говорит, что не может читать с доски, что изображение, которое он видит, часто туманное или двойное, что после напряженной работы у него бывает тошнота, головокружение или головная боль.

Родители должны показать ребенка врачу и в тех случаях, когда он постоянно насупливает брови, часто трет глаза, закрывает один глаз, часто мигает, подносит близко к глазам рассматриваемые предметы, щурится, болезненно реагирует на свет.

Здоровое зрение нужно беречь, поэтому необходимо соблюдать определенные правила.

1. Шрифт в детских книжках должен быть достаточно крупным.
2. Свет для чтения не рассеянный и не мерцающий.
3. Расстояние между глазами и предметом чтения не должно быть меньше 30 см или больше 40 см.
4. Необходимо давать глазам отдых, время от времени отрываясь от книги или какой-либо работы и на несколько минут закрывая их.
5. Поза при чтении должна быть правильной. Следует пресекать желание ребенка читать лежа.
6. Исключить постоянный просмотр телевизора или многочасовое сидение у компьютера.

Глухота

Родители ребенка, лишенного слуха, испытывают массу переживаний, понимая, как много трудностей придется перенести ему, чтобы приспособиться в жизни. Следует помнить, однако, что тревоги взрослых не должны омрачать жизнь ребенка. Специалист поможет определить, врожденная ли это глухота или приобретенная и насколько вероятно, что слух частично или полностью можно восстановить. Но даже если слух восстановить невозможно, ребенок может понимать других и общаться с людьми.

С помощью особых методов он может принимать участие в процессе обучения, имитируя речь окружающих его людей. В основе этих рассчитанных на длительный период методов лежит терпение, но важнее всего – желание самого ребенка заговорить. Родителям следует сделать все возможное и невозможное, чтобы вызвать в нем желание говорить. Поэтому с таким ребенком надо начинать разговаривать задолго до того, как он начнет вас понимать.

В настоящее время родителям не советуют использовать жесты или писать слова, общаясь с лишенным слуха ребенком. Не следует также произносить звуки, особо выделяя их движением губ. Цель состоит в том, чтобы научить ребенка разговаривать как все. Поэтому во время разговора проследите, чтобы ребенок четко видел говорящего, пригнитесь,

чтобы ваше лицо было на уровне лица ребенка, и говорите просто, естественно и на довольно близком расстоянии. Если ребенок вас не понял, скажите то же другими словами, не повторяйте одно и то же несколько раз.

Если обучение навыкам разговора началось, ребенка надо подбадривать и создавать ситуации, когда без речи не обойтись. Какой бы совершенной ни была речь ребенка и как бы родителям ни хотелось скорее услышать, что ребенок скажет, они должны отнестись к первым звукам внимательно, исключив любую критику, потому что малыш должен ощутить, что то, что он говорит, понятно и люди хотят его слушать. С помощью логопеда речь ребенка с течением времени станет чище и приятней на слух.

Если у малыша, уже научившегося говорить, ухудшился слух, потребуются дополнительные усилия со стороны родителей и учителей, чтобы сохранить и продолжить развитие его разговорных навыков. Нельзя в таком случае прекращать установившееся общение и привязанности. Если по какой-то причине это невозможно, следует деликатно переключить интересы ребенка на те виды деятельности, которые ему более подходят в этой ситуации.

Родители должны предвидеть, что лишенный звукового ощущения ребенок может ограничить себя, создав свой собственный мир чувств и переживаний, и постараться не допустить этого. Ребенку надо помочь понять, что родители верят ему, любят его, что он им в радость и что они терпеливы с ним не потому, что он не такой, как все, а просто потому, что он есть. Как и здоровый ребенок, он хочет не только понимания, снисхождения, но и ощущения взросления и совершенствования. Ведь он в полную меру может принимать участие во всех семейных делах. Малыш может и должен иметь друзей, знающих его трудности.

Благодаря правильному отношению к нему со стороны окружающих его людей ребенок с дефектами слуха может занять достойное место в жизни и ощущать все ее радости.

Головная боль

Взрослый человек обычно может описать характер своей головной боли (пронзающая, давящая, тупая, такая, что голова стала тяжелой или раскалывается) и сопровождающие ее симптомы, так что врач может установить причину. Дети же просто повторяют: «У меня болит голова», хотя в одном случае это мимолетная головная боль, а в другом – признак начинающейся болезни, например кори. Боль может означать усталость глаз, эмоциональное напряжение или указывать на приближающуюся болезнь.

Головная боль, связанная с температурой, является признаком острой болезни, и здесь необходим врач. Если температуры нет, а головная боль кратковременна, она обычно не имеет серьезной причины. Ребенку, возможно, просто необходим небольшой отдых и немного аспирин. Но упорные или периодически повторяющиеся приступы головной боли, независимо от того, есть температура или нет, должны стать предметом заботы врача.

Госпитализация

Если маленький ребенок впервые в жизни должен из-за серьезной болезни, раны или ушиба быть госпитализирован, родители, хотя они, по понятной причине, встревожены и огорчены, должны помнить, что ребенок, естественно, тоже взволнован. Он хочет знать, куда его везут и что там будут делать. Родители могут рассеять его страхи, объяснив, что в больнице есть медицинские работники, специально обученные для ухода за ним, и много таких лекарств и приспособлений, которые помогут ему скорее выздороветь.

Если он никогда не видел машину «скорой помощи» и должен ехать на ней, ему надо заранее сказать, что это специальная машина для быстрой и безопасной перевозки пострадавших людей в больницу, а ее сирена дает знать другим водителям, что надо освободить путь.

Для малышей, особенно до четырех-пяти лет, самое тяжелое в этой ситуации – это расставание с родителями в момент стресса. В некоторых больницах матери разрешают оставаться с ребенком и ухаживать за ним. Это очень помогает детям преодолеть чувство одиночества и глубокого страха. Если оставаться с ребенком нельзя, родители должны подбодрить его во время посещения, принести любимые игрушки. Не волнуйтесь, если кажется, что ваше появление только расстраивает малыша. Очень часто ребенок, который до визита родителей казался абсолютно спокойным и веселым, раздражается при виде их слезами или бывает безутешен, когда они собираются уходить. Это только означает, что ему необходима эта возможность «разрядиться» сейчас, когда он снова вместе с теми, кто нужен ему больше всех.

Грипп

Многие страны за зимний сезон переживают по меньшей мере одну эпидемию гриппа. К счастью, эта болезнь сейчас не так опасна и широко распространена, как в прошлом, хотя все-таки может повлечь серьезные последствия.

Иногда даже врачи затрудняются различать грипп и простуду в первой стадии. Обе эти болезни очень заразны, обе вызываются вирусами и сопровождаются одними и теми же симптомами: жаром, ознобом, потом, насморком, головной болью, болями в спине, руках и ногах. Многие заболевшие считают, что у них грипп, хотя на самом деле это простуда.

В прошлом грипп часто осложнялся следовавшей за ним пневмонией (воспалением легких). Сегодня благодаря применению антибиотиков пневмонию можно предупредить, а если болезнь все же началась, то протекает она легче. Если у больного гриппом жар длится больше двух дней, ему необходима консультация врача. Стойкая температура может означать осложнение.

Наука еще не создала надежную противогриппозную вакцину длительного действия. Существует вакцина, обеспечивающая кратковременную защиту от некоторых видов вируса гриппа, но ее обычно рекомендуют давать только детям с определенными хроническими заболеваниями, беременным женщинам и людям старше 45 лет. Во время эпидемии лучшим оружием против этой болезни является тщательное соблюдение мер профилактики. Прежде всего особое внимание нужно уделять поддержанию хорошего самочувствия; сбалансированное питание, достаточный сон, теплая одежда помогут в этом. Практически здоровый человек может достаточно успешно противостоять вирусу.

Во время эпидемий лучше не отправлять детей в школу, если у них даже легкий кашель или насморк, стараться без особой необходимости не посещать людные места, напоминать о необходимости отворачиваться от чихающих или кашляющих людей. Детям, которые сами научились прикрывать рот платком при кашле или чихании, легче помнить об этом.

К счастью, инфекционная (заразная) стадия гриппа обычно непродолжительна, но больного ребенка нужно поддерживать преимущественно на постельном режиме еще несколько дней после того, как спала температура. Для того, чтобы больной сам не стал источником инфекции, к нему лучше допускать меньше посетителей во время болезни.

Группы крови

У каждого человека любой расы кровь принадлежит к одной из четырех групп. Эти группы никак не связаны с родословной человека, с его конституцией, внешностью или характером. Ребенок наследует группу крови отца или матери. Группа крови человека зависит от наличия в ней кровяных телец А и В, которые различаются лишь одним свойством, а именно: будучи введены в кровь человека, содержащего не те тельца, они вызывают образование сгустков – тромбов, которые закупоривают кровеносные сосуды. Группа крови имеет особое значение, если человеку предстоит переливание крови.

В настоящее время в больницах широко практикуют переливание крови. Еще со времен Второй мировой войны в больших городах создаются банки крови, в которых рассортированные по группам запасы крови хранятся при низкой температуре. В некоторых больницах имеются картотеки доноров для скорой помощи. Кроме банков крови сейчас создаются банки плазмы. Так как плазма – это то, что остается при удалении из крови телец А и В, то ее можно использовать для переливания пациенту с любой группой крови.

Еще одним показателем состава крови является резус-фактор, который бывает положительный или отрицательный. Нельзя переливать кровь с одним резус-фактором пациенту с другим. Кроме того, отрицательный резус-фактор – серьезный сигнал для женщины, желающей иметь ребенка. Ей необходима консультация врача до беременности.

Грыжа

Грыжа – это выпадение части кишечника или другого внутреннего органа из брюшной полости через естественные или искусственно образовавшиеся в стенке этой полости отверстия. При грыже не наблюдается прободения или разрыва ткани.

Определенные части мышечной стенки брюшной полости укреплены хуже, чем другие. Одно слабое место – в паху, другое – в области пупка. Грыжа может быть вызвана любой из многих возможных причин: в результате поднятия тяжести или из-за того, что ткани недостаточно зажили после хирургической операции; мышцы могут быть слабыми и от рождения.

Самая простая форма грыжи у младенцев бывает, когда пупочное кольцо не закрывается дольше обычного. Когда по какой-то причине возникает напряжение, например из-за работы кишечника или плача с надрывом, часть кишечника или другого органа брюшной полости может переместиться в это кольцо. Это состояние, известное как «пупочная грыжа», можно узнать по выступающему пупку или иногда мягкой выпуклости в этой области. В этом случае ребенка надо показать врачу.

Доктора часто рекомендуют при пупочной грыже использование эластичных бинтов в качестве подпруг. Эти бинты не сдвигаются и меньше раздражают кожу. Пупочная грыжа часто проходит, когда младенцу исполняется три-четыре месяца. Если к шести месяцам не наблюдается заметных изменений, лучше прекратить использование подпруг. Выпуклость в области пупка, может быть, и не очень красива, но нет причин для особого беспокойства: за год-два она обычно проходит. При очень большой грыже врачи рекомендуют операцию.

Проход через мышечную стенку кишечника вдоль паха называется паховым каналом. Даже во время кашлевого толчка часть кишечника может переместиться в этот проход, вызывая паховую грыжу. Это чаще случается у мальчиков, чем у девочек. Для профилактики осложнений паховой грыжи, особенно ее ущемления, врачи обычно рекомендуют оперативное вмешательство.

Паховая грыжа может перейти в ущемленную, когда часть кишечника, находящаяся в паховом канале, перекручивается и перекрывает свой собственный канал. Основными симптомами ущемления паховой грыжи являются боль, рвота, задержка испражнений и газов, а иногда и мочеиспускания. Почти всегда необходима экстренная операция.

У новорожденных довольно часто встречается диафрагмальная грыжа, когда желудок и другие органы брюшной полости перемещаются в легкие через отверстие в диафрагме. Это может быть устранено хирургическим путем.

Д

Дальнозоркость

При нормальном зрении лучи света, входящие в глаз, фокусируются в сетчатке – части глаза, которая дает визуальное изображение в мозг.

При дальнозоркости, которая очень распространена, лучи фокусируются за сетчаткой. Поэтому глаз должен приспособиться и к дальнему, и к близкому изображению. Обычно глаза могут до некоторой степени компенсировать дальнозоркость. Однако в некоторых случаях она создает глазу напряжение, особенно при длительном чтении, или может привести к косоглазию. Очки иногда необходимы не для ясного изображения, а для снятия глазного напряжения и головных болей, а также чтобы избежать косоглазия.

Дальтонизм

Дальтонизм – один из видов расстройства цветового зрения, неспособность различать некоторые цвета, в основном красный и зеленый. Различие в этих цветах определяется по интенсивности окраски.

Дальтонизм – одна из двадцати наследственных болезней, вызываемых генами X-хромосом. Наследственность проявляется через поколение; у больного мужчины рождается здоровая дочь, у которой может родиться больной мальчик.

Дальтонизм поражает главным образом мужчин. Это болезнь 1/12 части всех мужчин-европейцев и белых североамериканцев. В два раза меньше она распространена среди мужчин-негров и еще меньше – среди мужчин-индейцев.

Нарушение цветового зрения редко передается по женской линии, не передается от мужчины к сыну, если его жена имеет нормальное зрение. Если же женщина поражена этой болезнью, ее сыновья и половина ее внуков-мальчиков также будут иметь этот дефект.

Детские инфекционные заболевания

Детские инфекционные заболевания общеизвестны, и медицина разработала меры их предотвращения. Так, с некоторыми из них покончено благодаря своевременной вакцинации. Имеются также средства, смягчающие течение болезни.

Медики продолжают исследования для совершенствования методов иммунизации и лечения этих болезней. Отдельные новые лекарства оказываются весьма эффективными.

Если ребенок все же заболел, строго выполняйте предписания врача, потому что опасна не только сама болезнь, но и возможные осложнения. К тому же болезнь может поразить и других членов семьи.

Жизненный опыт показывает, что весьма полезно записывать ход течения болезни ребенка.

Дефекты развития зубов

Ортодонтия – это раздел стоматологии, изучающий лечение аномалий развития и деформации зубов, таких, как кривизна или неправильность расположения. Родители обычно приводят ребенка к врачу-ортодонту в том случае, когда налицо какая-то деформация – например, выступающие вперед зубы. Но стоматолог может назначить лечение задолго до того, как появятся очевидные признаки. Он может прогнозировать, что наблюдаемый им рост зубов у ребенка может в дальнейшем повлиять на форму лица, или он может считать, что неправильный прикус – смыкание зубов верхней и нижней челюстей – влияет на эффективность жевания или рост зубов, или что неправильное их расположение скажется на дикции. В наше время все больше сторонников находит точка зрения, что правильный рост и

функционирование зубов помогают продлить их жизнь и сохранить нижние ткани (альвеолы и кость).

Ортодонтические методы лечения могут включать упражнения для рта, использование ортопедических скоб, а иногда даже оперативное вмешательство. В зависимости от дефекта зубов лечение может быть кратким или длиться годами.

Дефекты речи

Неясная или запинаясь речь, картавость, шепелявость и другие трудности речи часто встречаются между двумя и пятью годами, когда дети учатся говорить и выражать себя в словах. В большинстве случаев это проходит, если жизнь ребенка протекает в здоровой, счастливой и спокойной обстановке.

Однако от 5 до 7 % детей не избавляются от своего дефекта речи. И только в небольшом числе случаев это связано с физическими причинами, например плохим слухом, «волчьей пастью», последствиями церебрального паралича или других серьезных заболеваний, перенесенных в младенчестве. Многие нарушения речи возникают, когда ребенок учится говорить. И если родители и воспитатели понимают, как лучше помочь ему в этом, многих дефектов речи можно избежать.

Для того чтобы произнести единственное слово, согласованно двигается почти сотня мышц. Эта мышечная активность в основном неосознанная. Ребенок не может исправить какую-то ошибку в произношении просто по указанию. Когда его прерывают, заставляют повторить слово, наказывают, стыдят, то тем самым делают его более неуверенным и беспокойным. Ровное, терпеливое исправление ребенка помогает ему осознанно произвести действия, которые улучшат его речь.

Дети учатся говорить, имитируя окружающих. Многие вырастают с неясной речью, гнусавым голосом или придыханием в результате подражания находившимся рядом с ними взрослым, которые страдали такими же дефектами. Родители помогут своим детям выработать ясную речь и приятный голос, разговаривая с ними четко, ровно и не торопясь.

Шепелявость и картавость являются обычно языком малышей, оставшимся с младенчества. Некоторые дети дольше осваивают определенные согласные звуки и заменяют их более легкими. Ребенок может также сюсюкать по другим причинам: с ним долго обращались как с малышом, умилялись его искаженным словам, или он ревнует к новорожденному брату или сестре. Когда ребенок с такой речью пойдет в школу, другие дети могут смеяться над ним. Поэтому еще до школы необходима консультация логопеда.

Родители обычно не осознают, как часто они невнимательны к ребенку, пытающемуся что-то рассказать, как они прерывают его или заканчивают фразу за него. Малыш, который боится, что его не дослушают, раскритикуют или не одобряют то, что он собирается сказать, начинает запинаться. Ребенок может заикаться только из-за того, что не находит нужного слова или не может его произнести. В три-четыре года мысли и вопросы приходят быстрее, чем их можно выразить.

Ребенок иногда заикается, если, рассказывая что-то, боится, что будет за это наказан или огорчит мать, или его заставляют рассказать подробно о каком-то несчастном случае, сильно потрясшем его.

Иногда обнаруживается, что у заикающихся детей был несчастливый опыт, связанный с органами речи например, малыша силой кормили, наказывали за сосание пальца, шлепали по рту.

Некоторые эмоциональные ситуации, напрямую не связанные с речью или ее органами, могут также способствовать заиканию. Часто за заиканием ребенка кроется напряжение, беспокойство, слишком строгое или, наоборот, излишне опекающее отношение со стороны родителей. Беспокойство ребенка, неуверенного в отношениях между родителями, может проявиться в речевых трудностях.

Многие дети заикаются только в определенных ситуациях, например, когда их вызывают к доске, когда они говорят по телефону или с незнакомыми людьми. Ребенок может заикаться, говоря со взрослыми, или только с одним из родителей, или когда сердит. Другой, наоборот, может говорить гладко, только когда сердится.

Раннее заикание может со временем пройти, по мере того как ребенок будет свободно произносить больше слов. Родители должны стараться избегать причин, вызывающих у малыша напряженность, спешку, волнение, следить, чтобы он больше отдыхал и давал выход своей энергии. Они также могут проводить с ним больше времени, разговаривая о том, что его интересует, не подгоняя и не исправляя его речь. Ребенку необходимо чувствовать дружеское внимание родителей и знать, что у них есть время выслушать его, каким бы образом он ни высказался.

Если заикание закрепляется и становится устойчивым, разумно обратиться к специалисту. В ранней стадии заикания ребенок еще не осознает, что в его речи что-то не так, и, если это неведение продолжается, дефект, скорее всего, пройдет. Если же заикание становится хроническим, то рано или поздно другие заставят малыша осознать это, и он мимикой или другими жестами может помогать словам выходить. Эта стадия, называемая вторичным заиканием, намного сложнее поддается излечению.

Рекомендуется внимательно отнестись к выбору логопеда, при этом необходимо учитывать личность ребенка и причины его речевого недостатка.

Диабет

Диабет встречается у детей сравнительно редко. Предрасположенность к этой болезни является наследственной, и члены семьи больного диабетом должны находиться под постоянным медицинским контролем.

Основная причина диабета неизвестна. Болезнь заключается в том, что поджелудочная железа не вырабатывает в достаточном количестве гормон инсулин, необходимый для полного усвоения, или «сжигания», углеводов. Сахар накапливается в крови и выделяется с мочой, не снабдив организм энергией. Больной диабетом ребенок может быстро терять в весе. Часто при обращении к врачу именно по этой причине и обнаруживается диабет. Такими же характерными симптомами являются чрезмерная жажда и частое или обильное мочеиспускание, иногда ночное недержание мочи.

При первом подозрении на диабет желательна госпитализация, так как больному необходима и строгая диета, и контроль за дозой инсулиновых инъекций. Это также дает возможность родителям и ребенку привыкнуть к режиму, который им придется соблюдать дома в последующие годы.

Ограничения в питании сначала должны быть очень строгими, затем они несколько ослабляются. Инсулиновые инъекции останутся жизненной необходимостью. Больным диабетом нужны частые медицинские обследования, так как потребность организма в инсулине подвержена колебаниям. К примеру, когда болезнь обнаружена впервые, нужда в нем высока, затем она снижается по мере регулирования дозы и далее снова может возрасти. В подростковый период почти всегда оказывается необходимым увеличение дозы.

Соблюдение режима требует от родителей сочувствия, заботы и даже изобретательности. Это помогает ребенку, находящему такую поддержку, в конце концов понять природу своей болезни и необходимость соблюдения определенных требований.

Родителям подростков нужно контролировать получение инсулина и правильное питание вне дома. Если родители чувствуют, что не могут проконтролировать режим больного ребенка, необходимо обратиться за компетентным советом.

Безусловно, близким больно сознавать, что у их ребенка в общем неизлечимая болезнь. Однако с введением инсулиновой терапии ребенок, страдающий диабетом, может рассчитывать на такую же полноценную жизнь, как и другие дети. Конечно, какое-то время он будет нуждаться в особой заботе, режиме и уходе и должен будет развить сильную

самодисциплину, но его жизнь может быть достаточно полноценной.

Диарея (понос)

Необычное увеличение количества испражнений, особенно если они жидкие, известно как диарея, или понос. Понос, являясь скорее симптомом какого-то нарушения в организме, чем собственно болезнью, указывает в большинстве случаев на инфекцию в кишечнике. Иногда он может быть вызван аллергией или стрессом.

Сильный понос обычно сопровождается жаром и рвотой; в стуле могут появиться кровь и слизь. В этом случае ребенок нуждается в срочной медицинской помощи, а иногда – в госпитализации.

Соблюдение чистоты, употребление только кипяченой питьевой воды, правильная обработка продуктов питания, защита от инфекций – все эти меры являются гарантией от детской диареи.

Даже при легком поносе, вызванном приемом лекарства или новой пищи, нужно вызвать врача. Если ребенок принимает какие-то лекарства, разводить их нужно кипяченой водой, а из рациона должна быть исключена твердая пища. При усилении поноса ребенку следует давать только кипяченую воду или слабый подслащенный чай. Хотя понос у более старших детей не столь опасен, как у малышей, он также может причинять беспокойство. Его может вызывать как кишечная или другая инфекция, например простуда, так и недоброкачественная пища. Диарея также может быть симптомом серьезной болезни, поэтому в таких случаях лучше обращаться к врачу.

Если приступы поноса короткие и легкие, без жара, они, вероятно, вызваны волнением. Если мальчик мучается от поноса перед выпускными экзаменами или классной вечеринкой, возможно, это проявление его страха соревнования. Он боится не сдать экзамены или волнуется, что у него еще нет необходимой легкости в общении с девочками. Эти легкие поносы являются временными и не должны вызывать особой тревоги.

Е

Если ребенок подавился

Если младенец подавился кусочком пищи, косточкой или еще чем-то, его надо взять за ноги, поддержать головой вниз и резко ударить по спине. Ребенка постарше надо попросить наклониться как можно сильнее и потом тоже постучать ему по спине.

Если это не помогло и ребенок начинает синеть из-за затрудненного дыхания, нужна срочная помощь врача. Важно не упустить время.

Никогда не пытайтесь достать предмет из гортани или дыхательных путей пальцем или каким-либо инструментом.

3

Заболевания горла (фарингиты)

Заболевания горла, время от времени случающиеся в детстве, обычно не означают ничего серьезного и проходят от аспирина и хорошего ночного сна. Однако если у ребенка высокая температура и сильная боль, длящаяся больше суток, это может быть признаком инфекции, поэтому вызовите врача.

Частые заболевания горла говорят о наличии инфекции в миндалинах, и врач может порекомендовать их удаление.

Закупорка слезного канала

Иногда к моменту рождения ребенка нижняя часть слезно-носового канала остается закрытой пленкой. По этой причине слезы не стекают через слезные протоки в полость носа. Это случается не так уж редко и может затронуть только один глаз. В результате в глазу появляется инфекция, в углу глаза и по краям век скапливается слизь. Иногда от этого слипаются и покрываются корочками ресницы.

Обычно эти явления проходят к году, а до тех пор ребенок находится под наблюдением врача, который может назначить массаж области слезного мешочка для восстановления проходимости слезы. Если это не дает эффекта, ребенка направляют к окулисту для зондирования.

Занозы

Деревянные, стеклянные или металлические занозы, попавшие под кожу, можно извлечь пинцетом. Более глубоко засевшие занозы удаляются с помощью иглы или кончика ножа (дезинфицированных на огне).

На участок кожи нужно нанести антисептик и после извлечения занозы слегка надавить вокруг ранки, чтобы вышла кровь. Обширную рану нужно забинтовать стерильной повязкой, чтобы избежать инфекции. Если заноза вонзилась очень глубоко, необходимо обратиться к врачу.

Запоры

Запор – симптом серьезного нарушения в организме: недоедания, начала заболевания, физической усталости, эмоционального расстройства.

Но не следует бить тревогу понапрасну. Врачи считают, что частота очищения кишечника у разных людей неодинакова. У одного младенца желудок срабатывает несколько раз в день, у другого – раз в два дня, у третьего – в один день утром, в другой – вечером, то есть у каждого свой ритм. Следовательно, к запорам можно отнести только затруднительное опорожнение кишечника, боль, твердый кал и отсутствие стула в течение нескольких дней.

Малыш может не иметь стула несколько дней, но торопиться давать ему слабительное не следует. Поначалу надо постараться внести изменения в диету: увеличить количество сахара и давать сливовый сок или сливовое пюре. Сделайте несколько упражнений, сгибая колени малыша и осторожно распрямляя их над животиком. Никогда не пользуйтесь свечами, за исключением особых случаев.

Детишки постарше, у которых более богатая диета и которые больше двигаются, редко страдают запорами. В случае необходимости включите в рацион больше фруктов и овощей, воздушные крупы с отрубями и т. д. У ребенка может быть спастический запор, вызываемый спазмами кишечника. Если диета не помогает, обратитесь к врачу за лекарством. Спазмы могут быть также следствием постоянных волнений, испытываемых ребенком.

У малышей могут появиться запоры как реакция на слишком настойчивое желание родителей скорее приучить его к горшку. Безусловно, научить ребенка своевременно пользоваться туалетом – великое дело. Но не торопите время; если ребенок еще не готов к этому, его организм воспротивится, и результат будет обратный.

У детей бывают запоры при инфекционных болезнях или при повышенной температуре. Если стула не было несколько дней и более в животе нет, врач может порекомендовать поставить ребенку клизму из теплой воды. Помните, что давать слабительное и ставить клизмы можно только по рекомендации врача, дабы не нарушить нормальный ритм деятельности кишечника. По выздоровлении ребенок перейдет на обычную диету, и работа кишечника нормализуется.

«Заячья губа» и «волчья пасть»

Эти два врожденных дефекта могут быть порознь или вместе. Иногда у новорожденного ребенка мягкие ткани губ разъединены, и в губе образуются отверстия. Отверстие может быть прямо на губе, но может быть вытянуто в щель, до ноздри и далее. То же самое может быть и в верхнем нёбе: ткани нёба разъединены и образуют щель. Иногда эта щель проходит через нёбо и заканчивается на верхней губе. Такие дефекты носят название «заячья губа» и «волчья пасть».

«Заячья губа» очень уродует ребенка, кроме того, возникают трудности и с кормлением. Все речевые, дыхательные нарушения можно исправить с помощью операции.

Большинство специалистов сходятся во мнении, что операция необходима в первые месяцы жизни ребенка. Благодаря ей у малыша окрепнет ротовая полость, и ему будет легче учиться говорить. Операция исключит возможность воспаления внутреннего уха, которое обычно сопутствует этому дефекту.

Хотя младенчество – лучшее время для операции, обратиться к врачу никогда не поздно, потому что хирургическое вмешательство – единственный путь к избавлению от этого сложного дефекта.

Зуд

Причиной чесывания младенца или жалоб на зуд ребенка постарше может быть что угодно, начиная с обычной аллергии до вспышки сыпи, связанной с какой-нибудь более серьезной болезнью. Обычное раздражение, вызванное, например, колючим воротником свитера, слишком тугим поясом, можно успокоить холодными компрессами, примочками. Зуд, продолжающийся без видимой причины, требует внимания врача.

И

Иммунизация

В наше время благодаря строгой программе иммунизации родители имеют возможность уберечь своих детей от многих распространенных раньше заразных болезней. Когда-то от возможности подхватить такую болезнь были защищены только те люди, которые уже перенесли ее. Современная иммунизация помогает организму построить свою собственную защиту против определенных болезней. Предохранение от инфекции может быть долговременным; может требовать дополнительных поддерживающих инъекций каждые несколько лет; может действовать временно или облегчать течение болезни.

Для того, чтобы прививки, сделанные ребенку, были как можно более эффективными, нужно помнить следующее.

1. Программа прививок должна быть начата в раннем младенчестве. В «Календаре прививок» указан возраст, в котором они обычно делаются. Интервалы времени между ними, конечно, могут варьироваться в различных районах и у разных врачей, наблюдающих отдельных детей. Календарь предназначен для напоминания и ведения карточки прививок ребенка. (Карточка должна храниться дома, так как доктор или семья могут переехать.)

2. Необходима дополнительная консультация с врачом, если: а) непривитый ребенок подвергается риску заболеть; б) ребенку, получившему долговременную прививку, требуется дополнительная противостолбнячная прививка, чтобы избежать столбняка из-за глубокой раны, укуса собаки, царапины, полученной от, возможно, зараженного источника.

3. Если планируется поездка за рубеж, вы должны пройти иммунизацию.

4. «Календарь прививок» основывается на применении комбинированной вакцины, которая одновременно предохраняет от коклюша, дифтерии и столбняка. Однако в

некоторых случаях врач может отдать предпочтение отдельным прививкам от каждой болезни.

5. Иммунизация против брюшного тифа требуется, если дети будут пребывать в местах, где есть опасность заболеть или могут быть заражены пища и вода.

Иммунитет и подверженность заболеваниям

Проявление и развитие инфекционных заболеваний, например туберкулеза, кори или брюшного тифа, также, как и болезней, вызванных недостатком витаминов, например рахита или цинги, зависят от внешних условий, на которые, однако, дети могут реагировать по-разному. Известно, что некоторые из них более восприимчивы к какой-то инфекции, а другие, наоборот, имеют лучшую сопротивляемость и внутренние защитные силы, или, как принято говорить, больший иммунитет. Точно так же некоторые дети острее реагируют на недостаток пищи и воды: возможно, у них потребность в определенных веществах сильнее, чем у других.

Врачи объясняют это большей предрасположенностью некоторых людей к определенной болезни. Эта предрасположенность сама по себе является сложным состоянием, включающим, наряду с физическими и химическими, психические или эмоциональные факторы. Уровень питания организма, усталость и психическое состояние влияют на то, как человек сопротивляется инфекции, т.е. способность индивидуума встретить болезнь зависит не только от его наследственности, но и от состояния, в котором он находится в данный момент, и обычных для него путей преодоления непривычных условий.

Ингаляция

Вдыхание влажного воздуха смягчает и успокаивает сухость и воспаление слизистой оболочки носоглотки, которые сопровождают инфекции верхних дыхательных путей, таких, как сильная простуда, бронхит, круп.

Для малышей врачи обычно рекомендуют увлажнение воздуха во всей комнате (конечно, при закрытых дверях и окнах).

Вот несколько способов увлажнения комнатного воздуха:

1. Кипятите воду в комнате на маленькой плитке в открытой посуде.
2. Находясь с ребенком в ванной комнате, направьте воду из горячего душа или крана в ванну. Если ванная комната маленькая, постоянный поток горячей воды обычно обеспечивает достаточно пара.
3. Покройте батарею центрального отопления мокрым махровым полотенцем или простыней.
4. Используйте электрический увлажнитель воздуха. Он не очень подходит для маленького ребенка, так как нужно сидеть рядом с ним и вдыхать горячий пар, а малыша трудно заставить сидеть спокойно. Кроме того, нужно остерегаться ожогов.

Если закупорка носоглотки слизью очень сильна и ребенку необходима более направленная паровая ингаляция, можно соорудить что-то вроде тента для концентрации влажного воздуха.

1. Установите над головой ребенка открытый зонт и накройте его легким одеялом или простыней. Для младенца можно накрыть простыней кроватку (если это не пугает его).
2. Если невозможно или небезопасно направить струю пара или увлажнитель в отверстие в тенте, сделайте воронку из плотной бумаги; наденьте широкую ее часть на увлажнитель и направьте узкий конец в тент.

Дети постарше могут дышать паром, непосредственно находясь рядом с ним. Если необходима только легкая ингаляция, пар в течение 5 – 10 минут можно вдыхать, наклонившись над кастрюлей, в которую налит кипяток, и накрывшись полотенцем.

Облегчение в процессе ингаляции приносит сам пар, но иногда врач рекомендует добавить в воду какое-нибудь лечебное средство (травы, бальзамы и др.). Он также дает советы о длительности и частоте паровых ингаляций.

Меры предосторожности при лечении паром.

Избегайте ожогов. Пар не должен быть направлен прямо в лицо под тентом; детей постарше предупредите, что наклоняться слишком низко к источнику пара опасно.

Прибор должен быть установлен вне пределов досягаемости малышей, а детей постарше нужно предупредить, что нельзя играть рядом с ним, когда он включен.

Избегайте озноба. Во время процедуры не перегревайте ребенка слишком теплым одеялом или одеждой, чтобы защитить от сквозняков и разницы температур по окончании ее. После процедуры ребенка следует тщательно вытереть и на полчаса оставить отдыхать в той же комнате.

Инкубаторы

Инкубаторными детьми называют детей, рожденных за две и более недели до срока или с весом при рождении меньше 2,2 кг. Но бывают также и другие причины помещения новорожденных в инкубаторы.

Иногда доношенный ребенок по той или иной причине нуждается в дополнительном кислороде и точно предписанных температуре и влажности. Если врач на короткий период помещает новорожденного в инкубатор, это не означает, что он серьезно болен. Инкубатор помогает младенцу преодолеть адаптацию, и его использование не должно вызывать у родителей чрезмерное беспокойство.

Если преждевременные роды произошли дома, условия должны быть по возможности приближены к условиям больничного инкубатора. Белье, колыбель и температура воздуха в комнате должны быть достаточно теплыми, чтобы поддерживать температуру тела ребенка на уровне 36 – 37 °C.

Зимой кухня, наверное, самое теплое помещение в квартире. Температура должна поддерживаться на уровне 26–27 °C днем и ночью. Чтобы поддерживать необходимую влажность воздуха, на плите нужно постоянно держать кастрюлю с кипящей водой, от которой идет пар. Колыбель должна быть обложена шерстяными одеялами, и тепло в ней должно поддерживаться грелками с часто заменяемой горячей водой, покрытыми полотенцами для предотвращения непосредственного контакта с телом ребенка. Младенца надо свободно завернуть в мягкое шерстяное одеяло и положить на покрытый пеленкой утепленный матрас. Затем на колыбель накладывается обычное шерстяное одеяло так, чтобы оно не касалось тела ребенка или его головы. Лучше всего не вынимать малыша, пока меняете постельное белье.

Домашний инкубатор является, конечно, временной мерой, так как он не может обеспечить дополнительный кислород. Новорожденного следует по возможности быстрее госпитализировать.

Инородное тело в носу

Маленькие дети иногда засовывают крошечные предметы, такие, как бусинки или комки бумаги, в нос, а затем не могут вытащить их обратно. Иногда предмет можно удалить, успокоив ребенка настолько, что удастся высморкать ему нос. (Однако для этого требуется, чтобы к этому времени он уже преодолел детскую привычку вдыхать вместо того, чтобы высморкаться.) Если такой способ не поможет, надо вызвать врача. Вытаскивать предмет опасно, так как в результате можно еще глубже его затолкнуть в нос.

Иногда родители могут даже не знать о том, что у ребенка инородное тело в носу. Если вы заметите выделения из одной ноздри в течение нескольких дней, обратитесь к врачу.

Инородные предметы в ухе

Дети иногда засовывают маленькие предметы в ухо. Если это что-то мягкое, к примеру кусок бумаги, находящийся у наружного уха, его иногда можно вытащить пинцетом. Твердый гладкий предмет вроде пуговицы, оказавшийся внутри уха, должен быть извлечен только врачом. Пытаться достать что-то из уха шпилькой или другим подобным «инструментом» очень опасно. Это может причинить серьезный вред. Если в ухо ребенка заползло насекомое, его жужжание может напугать малыша. До помощи врача насекомое можно убить, капнув в ухо оливкового масла.

Инфекции

Инфекция – это внедрение и размножение в организме болезнетворных микробов. Инфекционная болезнь передается от одного человека другому. Инфекция, ограниченная одним довольно четким участком тела, как, например, палец или зуб, называется локальной, или местной, в отличие от общей инфекции, которая охватывает в большей или меньшей мере весь организм.

Инфекция может распространяться многочисленными путями.

1. Через капельки (маленькие частички влаги, содержащие микробы), которые попадают в воздух при кашле или чихании.
2. Через зараженную микробами воду или пищу.
3. Через прямой контакт. Микробы могут вторгнуться в организм через любые отверстия-проходы, такие, как глаза, нос, рот, а также порезы, раны и царапины.

При всех инфекционных заболеваниях в теле больного человека вырабатывается микроорганизм, который способен размножаться в больших количествах, попав к другому человеку. Мельчайшие микробы, вирусы, вызывающие инфекцию, можно рассмотреть только с помощью мощных микроскопов. Если ребенку объяснить, как возникает инфекция и каким образом организм борется с ней, он будет тщательнее соблюдать предписания врача. Информация, которая приводится ниже, призвана облегчить это объяснение.

Когда орган, ткань или участок тела поражается микробом, организм немедленно отзывается, чтобы защитить себя. Способ защиты зависит от типа инфекции и ее силы. Например, фурункул является местной бактериальной инфекцией группы кожных клеток. Организм как бы окружает пораженный участок, с тем чтобы микробы не проникли в клетки крови. При общей инфекции, если бактерии или вирусы, вызывающие ее, не сдерживаются или не уничтожаются лекарствами, ею охватывается весь организм. Жар, слабость, расстройства пищеварения и другие симптомы, связанные с какой-то определенной болезнью, являются общей ответной реакцией всего организма.

Первая защитная реакция организма – преградить вход болезнетворным бактериям. Эту функцию выполняют кожа, слизистая оболочка и различные устройства, защищающие отверстия-проходы организма. Когда в защите пробита брешь, организм немедленно отвечает на это вторжение контратакой. Число белых шариков в крови быстро вырастает, и они пытаются окружить и разрушить, фактически поглотить, отдельные бактерии. Местная инфекция, например в пальце или зубе, изолирована временным защитным окружением. В плазме крови появляются особые защитные образования – антитела, вещества, которые сражаются с микроорганизмами. Токсины, или яды, вырабатываемые бактериями, стимулируют выработку организмом антител для противодействия им. Главная цель назначения врачом строгого постельного режима во время острой общей инфекции – сберечь силы организма для этих защитных мер. А если организм слишком слаб, то не сможет быстро справиться с микроорганизмами-захватчиками. В некоторых случаях инфекция может так истощить организм, что еще до преодоления первой группы микроорганизмов совершенно другие микроорганизмы могут атаковать другой участок. Такое состояние называется вторичной инфекцией.

При вакцинации в организм вводятся ослабленные или мертвые формы микроорганизмов, с тем чтобы вызвать образование антител, которые могут обезопасить организм от инфекционной атаки.

Искусственное вскармливание

При грудном или искусственном вскармливании следует придерживаться одного правила: кормление – это святое время для ребенка и матери, и ничто не должно им мешать.

Даже если ребенок находится на грудном вскармливании, иногда приходится кормить его из бутылочки. Однако в любом случае ласковое прикосновение матери дает младенцу ощущение любви, нежности и помогает ему благожелательно настраиваться на прием пищи.

Перед кормлением бутылочку с молочной смесью нагревают до температуры тела ребенка в кастрюльке с горячей водой, хотя врачи считают, что подогревать смесь не обязательно: главное, чтобы она не была холодной.

Во время кормления бутылочка должна быть приподнята, чтобы молоко свободно поступало в соску, тогда ребенок будет меньше заглатывать воздуха и меньше срыгивать.

Сколько давать ребенку еды, целиком зависит от его аппетита. Помните: нельзя заставлять малыша есть, если он отказывается. Иногда младенец требует еды в неустановленные часы. Сначала наполняйте 200-граммовую бутылочку наполовину и смотрите, сколько он съест. Контролируя количество съеденного и время, когда малыш просит есть, вы сможете правильно выдерживать время кормления.

Однако его приходится корректировать, потому что ребенок может съедать неодинаковое количество молока в каждое кормление. Младенец должен съедать содержимое бутылочки за 20–30 минут. Если ему требуется меньше времени, это значит, что в соске очень большое отверстие. Когда ребенок сосет, он развивает мышцы рта и успокаивает свою нервную систему. Поэтому с особым вниманием следует отнестись к соске: она должна быть достаточно упругой, а отверстие – не слишком большим. Эти простые правила сделают процесс кормления для ребенка и его матери желанным и приятным.

К

Кариес

Микробы воздействуют в полости рта на углеводы, образуя кислоты, которые постепенно разрушают эмаль зуба, что ведет к кариесу. Фторированная вода может снизить заболеваемость детей кариесом. Чрезмерное употребление рафинированного сахара, особенно в твердых конфетах (например, леденцах), остающихся во рту в течение долгого времени, способствует развитию кариеса. Желательно, чтобы ребенок прополоскал рот или выпил воды после употребления таких сладостей, как шоколад, печенье, мороженое и др.

Кашель

Кашель у малышей – результат простуды. Однако причина кашля может быть в другом. Поэтому при кашле, независимо от того, поднялась ли у малыша температура или нет, немедленно обращайтесь к врачу. Помните, что таблетки от кашля не помогают при бронхитах и болезнях горла, они помогают снять раздражение в горле. Ими нельзя пользоваться без рекомендации врача.

Клизма

Клизма никогда не должна применяться без консультации врача. Врач может рекомендовать клизму при запорах, болях или некоторых заболеваниях. Вода для клизмы должна быть теплой, но не горячей. Конечно, самой слабой является клизма с простой водой. Доктор может назначить мыльную клизму (кусочек мыла растворяют в воде), солевую клизму (половина чайной ложки поваренной соли на 1 стакан воды – 250 г) или содовую клизму (одна чайная ложка пищевой соды на 1 стакан воды – 250 г). Ребенку грудного возраста вводят 100–120 г воды, годовалому – 250 г, пятилетнему – 500 г.

Для грудных и маленьких детей лучше и безопаснее пользоваться клизмой с мягким резиновым наконечником. Уложив ребенка на спину, действуйте следующим образом.

1. Полностью заполните грушу водой (чтобы не вводить воздух).
2. Смажьте конец клизмы кремом, вазелином или мылом.
3. Одной рукой обхватите ножки ребенка и, подняв, прижмите его колени к животу.
4. Другой рукой вставьте наконечник на 3–5 см мягким круговым движением.
5. Медленно опорожните содержимое груши.
6. Вынув наконечник клизмы, сведите ягодицы ребенка вместе и сдавите, чтобы на несколько минут задержать воду для достаточного размягчения кала.
7. Подставьте горшок.

Более старшему ребенку можно поставить клизму с твердым наконечником. Клизму надо вешать не выше, чем на 30–60 см от заднего прохода. Если клизма висит выше, давление может причинить боль. Наилучшие результаты достигаются, когда вода течет медленно, причиняя меньше беспокойства ребенку. Если через 15–20 минут вода не вышла, клизму можно повторить. Клизмы никогда нельзя делать просто для опорожнения кишечника, их применение нужно сократить до исключительных случаев и делать только по совету врача.

Когда отнимать ребенка от груди

Конечно, прекрасно, если ребенка отнимают от груди, когда он готов к этому. Это может быть в период от шести до восемнадцати месяцев. Если ребенок упорно отворачивается, плачет, отталкивает бутылочку или чашку, он, вероятно, еще не готов.

Однако точно так же, как нежелательно слишком рано отнимать ребенка от груди, неразумно и слишком долго держать его на грудном вскармливании. Всегда лучше консультироваться с врачом, даже если процесс отлучения от груди постепенный. Если возникла экстренная необходимость отнять малыша от груди, тем более важны рекомендации врача.

Колики

Если новорожденный младенец начинает кричать ежедневно в одно и то же время или сразу после кормления, поджав ножки, если его личико краснеет, а животик надут, то скорее всего у него кишечный спазм, называемый коликами.

Причина колик неизвестна. Тот факт, что приступы бывают в одно и то же время дня и чаще всего ближе к вечеру, опровергает предположение, что причина кроется в молоке. Как бы то ни было, следует обратиться к врачу.

Колики могут быть вызваны недоеданием или перееданием, излишним количеством воздуха, заглатываемым младенцем при кормлении, переохлаждением или усталостью, беспокойной обстановкой в доме, недоразвитостью кишечника. Волнения родителей могут передаваться младенцам, усугубляя их состояние. При коликах ребенок нормально набирает в весе.

Родители могут оказать помощь малышу, страдающему коликами: не забудьте помочь ему срыгнуть после кормления; успокаивайте его ласковыми словами; покачайте его и погладьте; меняйте его положение, давайте ему возможность увидеть новое.

В отдельных случаях причину следует искать в себе. Маме необходим достаточный отдых. Для этого надо организовать очередность в уходе за младенцем ночью, не надо стремиться делать все самой, доверяйте ребенка надежному помощнику. К четырем-пяти месяцам колики обычно проходят. Спокойная обстановка – это лучшая помощь, которую можно оказать своему ребенку.

Конъюнктивит

Конъюнктивит – воспаление слизистой оболочки век и глазного яблока – вызывается микробами или аллергией. Его симптомы: сильное или слабое покраснение глаза, жжение, опухание или воспаление век, боль, появление гноя, светобоязнь. Известно несколько типов конъюнктивита, лечение которых возможно только под наблюдением врачей.

По назначению врача делают дезинфицирующие промывания. При конъюнктивите в легкой форме можно проводить промывание глаз и теплой кипяченой водой.

Некоторые конъюнктивиты очень заразны. Проследите за тем, чтобы были соблюдены все правила личной гигиены: индивидуальное полотенце, одноразовые тампоны для промывания глаз; посуду, используемую для промывания, необходимо кипятить. Следите за тем, чтобы руки ребенка были чистыми и чтобы он не тер ими глаза во избежание раздражения.

Корь

Это одно из самых распространенных детских заболеваний, которое долгое время считалось неопасным, поэтому и отношение к нему было легкомысленным. Теперь известно, что корь является инфекционным заболеванием, которое даже может иметь трагические последствия. Из 4 млн. детей, ежегодно болеющих корью, один из шести получает серьезное осложнение, в первую очередь дыхательных путей. Каждый год около 500 детей умирает от коревой пневмонии или коревого энцефалита, воспаления мозга. И из 4000 детей, которых поражает энцефалит и которые остаются в живых, 1600 становятся умственно отсталыми.

К счастью, в наше время корь так же легко предотвратить, как и полиомиелит, благодаря успешному созданию в 1963 году вакцины. Существует два типа вакцины: ослабленная живая вирусная вакцина и убитая вакцина. Врач определяет, какую из них использовать. Хотя вакцина от кори к 1966 году имела уже в течение трех лет, однако только половина детей была вакцинирована. Родителям настоятельно рекомендуется сделать своему ребенку прививку от кори, если он еще не перенес это заболевание. (См. также статью «Детские инфекционные заболевания».)

Косоглазие

Причин, по которым у ребенка может развиваться косоглазие, может быть несколько: наследственность, близорукость, дальнозоркость или какая-либо глазная болезнь. В настоящее время косоглазие любого характера излечимо, если лечение начато своевременно.

До трехмесячного возраста глаза младенца окончательно не фиксированы. Иногда даже в более старшем возрасте, когда переносица еще не сформировалась, может создаться впечатление, что глаза косят. Но если ребенок заводит глаза постоянно в первые три месяца или если они не зафиксировались к трем месяцам, есть повод обратиться к врачу. Если ребенок постарше необычно наклоняет голову, потирает один глаз или закрывает его, то это также может свидетельствовать о необходимости медицинской помощи.

В раннем возрасте у ребенка, страдающего косоглазием, наблюдается дальнозоркость. Ношение очков, корректирующих зрение, часто приводит к ее устранению.

Косоглазый ребенок иногда получает настолько несхожие изображения действительности, что старается смотреть только одним глазом. И тогда глаз, который он закрывает, теряет остроту зрения или даже слепнет вообще. Окулист предписывает ребенку носить наклейку на стекло очков того глаза, которым он обычно смотрит, чтобы стимулировать работу более слабого глаза. Исправить косоглазие можно с помощью упражнений, ношения очков, хирургического вмешательства, а иногда путем сочетания нескольких способов одновременно.

Ребенку приходится вынести две или три небезопасные операции. На это может уйти год и даже больше, но в результате исправляется зрение и устраняются возможные неблагоприятные социальные и эмоциональные трудности.

Косолапость

Из-за неправильного положения в утробе матери некоторые младенцы рождаются с дефектом ступни, называемым косолапостью.

Косолапость – это отклонение ступни на несколько градусов от нормального положения. Чаще всего этот дефект самоустраняется, но не всегда. Как известно, новорожденный стремится занять в колыбельке такое же положение, как в утробе матери. Следует соблюдать осторожность, не пеленать туго ножку ребенка, не стеснять его движений, иначе положение ступни может измениться. Иногда ребенку надевают пинетки, а между ног укрепляют распорку, способствующую выпрямлению ступни.

У маленьких детей можно часто наблюдать походку, при которой они ставят ногу мыском вовнутрь. В какой-то степени это можно считать даже полезным, поскольку нагрузка на стопу при такой походке помогает избежать плоскостопия. Если признаки косолапости слишком заметны, мешают ходьбе или не поддаются улучшению, нужна консультация ортопеда. Такие случаи не проходят сами собой и требуют специального лечения.

Другой тип косолапости – т. н. истинная косолапость – вызывается нарушениями в строении костной и мышечной ткани и сама собой не проходит. Предполагают, что это происходит из-за нарушений в развитии оплодотворенной яйцеклетки. Лечение следует начинать как можно раньше. Оно включает ношение специальной обуви, корректирующих скоб, упражнения.

Если вовремя не пройти курс лечения, то время будет упущено и придется прибегнуть к операции, но даже и она помогает не всегда.

Родители ребенка, страдающего косолапостью, часто спрашивают, смогут ли они родить второго малыша здоровым. Практика показывает, что элемент наследственности присутствует, но возможность появления ребенка с таким же дефектом у тех же родителей крайне мала.

Крапивница

Почти у каждого человека когда-то был случай крапивницы, или сыпи. За редким исключением, крапивница обычно появляется на коже в виде розовых следов-бляшек с белыми выступающими серединами, которые вызывают сильный зуд.

Причиной сыпи может быть чувствительность к некоторым продуктам или лекарствам, а иногда – определенные виды инфекции. Некоторые врачи полагают, что эмоциональное состояние также играет важную роль в предрасположенности к крапивнице.

Многие вспышки крапивницы проходят через три-четыре дня. Ребенка по возможности необходимо удерживать от расчесывания бляшек. Иногда зуд облегчают холодные компрессы. Одежда должна быть свободной и легкой, чтобы меньше раздражать кожу и не вызывать пот.

Постоянное чесание изнуряет ребенка, влияет на его характер и расположение духа. Поэтому, если крапивница повторяется, малыша следует показать врачу. Обнаружив и устранив причину, можно уменьшить частоту и продолжительность этого вида аллергии, а в некоторых случаях полностью избавиться от болезни.

Краснуха

Эта легкая вирусная инфекция обычно не более чем незначительная неприятность для ребенка, иногда вызывающая сыпь, которая пропадает через 2–3 дня. Краснуха часто протекает так легко, что не проявляется никаких симптомов, и никто не предполагает, что ребенок (или взрослый) переболел ею. Однако есть особая причина остерегаться этой болезни. Если беременная женщина заразится краснухой, особенно в первые три месяца беременности, есть риск, что вирус повлияет на плод и его развитие, а это приведет к серьезным врожденным дефектам у ребенка. Поэтому беременная женщина, не болевшая раньше краснухой, должна не общаться с больными ею. Ученые работают над вакциной против краснухи, и когда она будет создана, все девушки и женщины детородного возраста должны будут проходить вакцинацию.

Кровотечение

При сильном кровотечении ребенка следует немедленно показать врачу, оказав ему посильную доврачебную помощь. Прежде всего надо уметь остановить кровотечение. Для этого положите прямо на рану несколько слоев стерильного бинта или салфеток (в экстренных случаях можно использовать чистое полотенце и т. п.). Старайтесь остановить кровотечение, нажимая рукой на рану. Если салфетка быстро намокнет, положите на рану еще одну и продолжайте действовать, пока не придет врач.

Раненую руку или ногу надо приподнять, положить под нее подушку или свернутое одеяло. Если кровотечение приостановилось, положите сверху еще несколько слоев стерильного бинта и слегка забинтуйте пораженное место.

Если кровотечение не останавливается, то следует на время блокировать поступление крови из артерии. Для этого рукой нажмите на одну из двух точек:

1. Если поранена рука, нажмите на внутренней стороне руки посередине между плечом и локтем.

2. Если поранена нога, нажмите пальцем на артерию, находящуюся посередине паха.

При использовании жгута надо обязательно помнить, что длительная перетяжка (более 1 часа) может привести к атрофии конечности. Жгут лучше накладывать в исключительных случаях и только специалистом.

Кровотечение из носа

Причинами кровотечения из носа, помимо ранения или ушиба, обычно служат простудные заболевания, болезни носа и ковыряние в носу. Часто они быстро прекращаются, и лечение не требуется. Если же кровотечение продолжается, надо сделать следующее:

1. Удобно усадить ребенка, при этом голова его должна быть слегка наклонена вперед, с тем чтобы он не заглатывал кровь.

2. Следить, чтобы ребенок не высмаркивался и не зажимал нос носовым платком или тем, чем он пользуется для вытирания крови.

3. Приложить над носом холодный компресс или неплотный пузырь со льдом.

4. Если кровотечение продолжается и при этом из одной ноздри, осторожно, но твердо зажать ноздрю, подержать ее в таком состоянии от 5 до 10 минут и медленно отпустить.

Если же эти меры не помогают и продолжается сильное кровотечение, требуется медицинская помощь. И если у ребенка периодически происходят кровотечения из носа,

надо обязательно сообщить об этом врачу при очередном медицинском осмотре.

М

Менингит

С эпидемическим менингитом – воспалением оболочек головного и спинного мозга, – который время от времени возникает в перенаселенных районах, можно бороться с помощью современных лекарств и путем изоляции заболевших от возбудителя инфекции. Благодаря современным лекарствам практически исчез вторичный менингит – форма болезни, возникающая в качестве осложнения пневмонии, синуситы – воспалительные заболевания придаточных пазух носа и ушные заболевания.

При менингите появляются все или часть следующих симптомов: лихорадка, головная боль, рвота, головокружение, ригидность затылочных мышц, боль в горле. Встречаются и такие симптомы, как сыпь на теле и конвульсии.

Пока еще не созданы вакцинные предохранительные препараты для профилактики этого заболевания. В случае эпидемии надо стараться сделать все, чтобы дети как можно реже бывали в людных местах и не соприкасались, по возможности, с людьми, которые кашляют или чихают. Иногда в подобной ситуации закрывают школы и театры. В случае разразившейся эпидемии при любом, даже самом легком на вид заболевании надо обратиться к врачу.

Молочница

Если у малыша воспаляется рот и кормление доставляет ему беспокойство, возможно, у него грибковая инфекция, известная как молочница. Симптомами молочницы являются белые пленки, напоминающие молочные, прилипшие к слизистой оболочке рта. Если эту пленку снять, на ее месте остается краснота или кровоточащий участок. Считается, что молочница попадает в рот при плохом уходе за сосками, однако она может возникнуть и при самых идеальных условиях кормления.

При подозрении на молочницу необходимо показать ребенка врачу. Современное лечение болезни очень эффективно. До посещения врача можно давать малышу после кормления немного теплой кипяченой воды. Это смывает молоко с пораженных участков и лишит грибок молочницы питательной среды.

Молочные зубы

Первые молочные зубы вырастают у младенца в промежутке между пятью и восемью месяцами. К двум с половиной – трем годам полностью прорезаются все двадцать молочных зубов, хотя могут быть отступления в ту или иную сторону от этих сроков. Механизм формирования зубов младенца закладывается в утробе матери и зависит от диеты беременной женщины, где должно быть достаточное количество витаминов С и D. К детским зубам следует относиться с особым вниманием, потому что от них во многом зависит, какими будут коренные зубы. Вот почему в случае надобности врачи прописывают младенцам соки цитрусовых и рыбий жир.

Морская болезнь

Это неприятное состояние может возникнуть у детей, когда они находятся на движущейся лодке, в автомобиле, автобусе, лифте или даже на качелях. Характерные признаки – головокружение, головная боль и рвота. Что именно вызывает морскую болезнь,

точно неизвестно, но полагают, что к этому причастны полукружные каналы во внутреннем ухе, связанные с равновесием. Возможно, чувства зрения, обоняния, запаха и слуха также имеют к этому отношение.

Некоторые условия способствуют ухудшению этого состояния, например душное, невентилируемое помещение, неприятные запахи, раздражающие или громкие шумы. Большая часть детей испытывает это недомогание днем, а не ночью, в поездках это происходит чаще по дороге обратно. Состояние это может также появиться при чтении или другом процессе, когда приходится смотреть на очень близком расстоянии. Дети с хроническими заболеваниями пазух носа и ушей обычно страдают больше, чем другие.

В наше время существуют эффективные препараты, помогающие предотвратить или вылечить морскую болезнь. Почти все лекарства могут вызвать некоторую сонливость. В случаях сильной рвоты врач может прописать комбинацию лекарств.

Для того чтобы избежать проявления морской болезни у детей, можно принять ряд практических мер. В любом транспортном средстве пассажир подвергается меньшему воздействию езды, когда он сидит низко вблизи от центра тяжести. Лучшее положение для ребенка, предрасположенного к морской болезни, при езде в автомобиле – сидеть на полу между передним и задним сиденьями. В самолете следует избегать мест у окна слева, поскольку большинство поворотов делается в левую сторону.

Если симптомы морской болезни проявляются при полете в самолете, надо спустить ребенка как можно ближе к полу, но так, чтобы голова и шея у него при этом поддерживались сиденьем. Перед отправлением в поездку не следует есть обильную, тяжелую и дающую газы пищу. Лучше всего ограничиться легкой едой и не перегружать желудок.

Хороший сон до поездки, а может быть, и во время нее также поможет справиться с морской болезнью.

Н

Наследственные заболевания и дефекты

За редким исключением, отдельные наследственные заболевания встречаются нечасто и не должны беспокоить большинство родителей. Однако в совокупности все наследственные болезни и дефекты представляют значительную проблему. Медицинской наукой достигнут большой прогресс в понимании и эффективной борьбе с так называемыми генетическими нарушениями.

Элементарные частицы, определяющие наследственность, называются генами. Они во многом определяют физические характеристики человека, а также функции организма. Но иногда гены не выполняют свою работу должным образом и поэтому являются виновниками физических недостатков или функциональных аномалий. О таком неправильно работающем гене говорят как о «плохом», или «испорченном». Так же как и у нормальных генов, существует три типа «плохих» генов. Один ген, связанный с полом, дает о себе знать преимущественно у лиц мужского пола. Известным примером является гемофилия. Другой тип гена – доминантный, или сильный, ген. Одиночный доминантный ген может передаваться одним родителем, часто с 50-процентным риском для ребенка появления того дефекта, за который он ответствен.

Большую проблему для медицинской науки представляют болезни, вызванные присутствием так называемых «отступающих», или удаляющихся, генов. «Отступающий» ген сравнительно слаб, и человек – носитель одиночного «плохого» гена такого типа обычно кажется вполне нормальным. Проблема возникает, когда оба родителя являются носителями одного и того же «плохого» гена, так как два таких гена могут принести беду. Над каждым ребенком, рожденным этой семейной парой, висит грозная опасность (в одном случае из

четырёх), что эти два гена встретятся и передадутся малышу, вызвав у него болезнь в тяжелой форме. Чаще всего ни один из родителей не знает, что он (или она) является носителем «плохого» гена, пока у них не родится хотя бы один больной ребенок.

Важной категорией функциональных болезней, в которой исследователями достигнут значительный прогресс, являются врожденные ошибки обмена веществ. Это относится к таким нарушениям, при которых дефектный ген приводит к заболеваниям, связанным с химической дисфункцией организма: диабету, мышечной дистрофии, подагре.

Врожденные дефекты могут также проявиться в семье как результат аномалии, развившейся в хромосомах, в которых заключена наследственная информация организма – гены. Иногда во время формирования клеток материнского или отцовского организма изменяется число или конфигурация хромосом. Никто до сих пор не знает причину этого. Результатом могут явиться довольно распространенные аномалии в здоровье ребенка. Наиболее известным примером является болезнь Дауна (монголизм), когда в клетках младенца появляется лишняя хромосома: 47 вместо нормальных 46, и у него развивается ряд физических и умственных недостатков.

Возможны случаи, когда родитель выглядит вполне нормальным, но, несмотря на это, является носителем хромосомного дефекта, который может перейти к ребенку и быть причиной болезни. Фактически именно таким образом наследуется одна из редких форм монголизма. Но большая часть аномалий, связанных с дефектными хромосомами, происходит все-таки от неправильного деления клетки. Ученые предполагают, что такие вещи происходят не случайно, а скорее в результате специфических воздействий окружающей среды, влияющих на наследственный жизненный материал. Это вселяет надежду, что когда-нибудь наука установит потенциально пагубные факторы, и важная причина человеческих аномалий будет ликвидирована.

Недоношенный ребенок

Ребенок, который рождается более чем на две недели ранее обычного срока, считается недоношенным. Поскольку он еще не достиг того уровня развития, которого обычно достигают доношенные дети, ему требуется внимание специалистов и уход в больнице или специально оборудованном центре для недоношенных детей до тех пор, пока он не достигнет веса по крайней мере в 2,2 кг и не станет нормально развиваться. Доношенный ребенок, который весит менее 2,2 кг, также нуждается в больничном уходе, но его содержание отличается от содержания истинно недоношенного ребенка.

Недоношенные дети не в состоянии поддерживать соответствующее тепло в теле, и поэтому их помещают в кувезы, где можно регулировать температуру и влажность и подавать дополнительный кислород. В больших городах недоношенных детей часто перевозят на машинах скорой помощи с кувезом из маленькой больницы в крупный центр для недоношенных детей. Портативный кувез или специальная машина скорой помощи могут быть предоставлены родителям, которые перевозят недоношенного ребенка из дома в больницу или центр для недоношенных детей. Если такой возможности нет, лучше всего доставить ребенка в больницу в его согретой плетеной колыбели с верхом, будучи уверенным, что машина будет хорошо прогрета заранее.

Некоторые специалисты считают, что для недоношенных детей больше всего подходит грудное молоко. Оно сцеживается из груди матери (поскольку у недоношенного ребенка нет сил сосать), а затем дается ему из бутылочки или с помощью капельницы. Однако очень многие недоношенные дети прекрасно растут, получая специальные искусственные смеси.

Недоношенного ребенка держат в изолированном помещении, и только родителям иногда разрешается взглянуть на него со всеми мерами предосторожности. Это очень важно, так как ребенок должен быть всячески защищен от любых инфекций. Другим родственникам можно посещать таких детей только после того, как ребенок проведет дома несколько недель и явно начнет поправляться.

По заявлениям матерей недоношенных детей, самое трудное для них – оставить ребенка в больнице. Однако, вероятнее всего, они добавляют, что радость воссоединения с малышом, который стал более окрепшим, прибавившим в весе и способным есть нормально, компенсирует все их переживания при расставании.

Уход за недоношенным ребенком дома в целом такой же, как уход за обычным ребенком, разница состоит, видимо, в том, что надо чаще посещать врача для консультаций.

Недоношенные дети иногда позже садятся, позже начинают ходить, говорить, самостоятельно есть, медленнее обучаются пользованию туалетом. Им требуется дополнительное время, чтобы догнать доношенных детей. Родители недоношенного ребенка, с одной стороны, не должны проявлять нетерпение или беспокойство, если он развивается медленно, а с другой – не проявлять чрезмерную заботу о нем, когда он вырастет.

О

Обрезание

Удаление складки кожи с головки мужского полового члена называется обрезанием. Проводится оно как иудейский религиозный ритуал, а также как средство гигиены для предотвращения скопления заразных бактерий. Условия жизни в наше время позволяют каждому человеку регулярно следить за чистотой тела. Вот почему, а также из сознания того, что любое операционное вмешательство нежелательно, обряд обрезания соблюдается не очень строго. В случае возникновения такой проблемы обращайтесь к врачу.

Обрезание может быть необходимо, если крайняя плоть слишком длинна и в ней скапливаются капельки мочи, что вызывает зуд и воспаление. Оптимальное время обрезания – первые десять месяцев жизни малыша, иначе придется делать ребенку анестезию. Поскольку обрезание в более позднем возрасте связано с обязательной госпитализацией, то разумнее отложить ее до достижения ребенком восьми-девяти лет, чтобы не причинять ему психических травм. Мальчику надлежит знать, что ему сделают операцию, но ему не укоротят пенис, а лишь удалят лишнюю кожу.

После операции следует тщательно выполнять рекомендации врача, а в случае непрекращающегося кровотечения обратитесь за помощью.

Ожоги

Едва ли найдется человек, который никогда не обжигался. Ожоги первой степени, в результате которых краснеет кожа, получали все. Доступ воздуха облегчает боль. Хорошо помогают холодные компрессы, можно смазать обожженное место растительным маслом и наложить повязку.

При ожоге второй степени, когда вскакивает волдырь, хорошо снимает боль холодный компресс. Не следует протыкать волдырь: можно занести инфекцию. Маленькие волдырики проходят, а большие – могут прорваться. Тогда осторожно уберите из ранки кусочки кожи (используйте продезинфицированные ножницы), наложите стерильный масляный компресс и забинтуйте.

Обращайтесь к врачу при обширных ожогах первой и второй степени.

При ожоге третьей степени кожа обугливается. Немедленно обратитесь к врачу. До его прихода (или если врачебная помощь невозможна) сделайте следующее:

1. Снимите одежду с пораженной части тела. Обрежьте ее, если ткань прилипла к ране. Ни в коем случае не касайтесь места ожога.

2. Вымойте руки и прикройте обожженное место сложенной в несколько слоев стерильной салфеткой или чистой тканью. (Ткань предварительно тщательно прогланьте или прокипятите в воде в течение нескольких минут и просушите.) Не используйте никаких

мазей, не накладывайте влажных компрессов.

3. Согрейте ребенка, укрыв его легким одеялом.

4. Примите противошоковые меры.

Окончание грудного вскармливания

Окончание грудного вскармливания – важный этап в развитии младенца. Нет определенного времени, когда физические и эмоциональные преимущества грудного вскармливания или удовлетворение от сосания бутылки вдруг исчезают для всех детей. Но специалисты считают, что у малышей потребность в сосании обычно уменьшается где-то между шестым и десятым месяцами.

В любом случае, маленькому ребенку нелегко моментально отказаться от того, что составляет основу его жизни. Поэтому не рекомендуется отнимать его от груди в период любого физического или эмоционального стресса (например, при прорезывании зубов, в очень жаркую погоду или при переезде на новое место жительства).

Операции (хирургические)

В наше время врачи иногда откладывают несрочные операции, такие, как удаление миндалин или иссечение крайней плоти, до тех пор, пока ребенку не исполнится три года или даже больше. Чем старше ребенок, тем больше возможностей подготовить его к операции и тем легче ему мобилизовать свои внутренние силы для преодоления стресса. Врачи могут откладывать операции и для детей более старшего возраста, если в семье возникают проблемы эмоционального порядка – развод родителей или чья-то серьезная болезнь. Естественно, что откладывать операцию не всегда возможно.

Детей, которым предстоит операция, надо готовить к предстоящему испытанию. Когда ребенок знает заранее, что произойдет с ним, ему будет легче перенести разлуку с родителями, освоиться с непривычной обстановкой и перенести боль после того, как закончится действие анестезии. Конечно, если малышу 2 года, то нет смысла готовить его заранее, это вряд ли поможет. Что же касается детей постарше, то родители должны сами решать, как им поступать в каждом конкретном случае. Это зависит от индивидуальности ребенка, его возраста, личности и отношений между ним и родителями. Из-за чрезмерного любопытства и интереса к экспериментированию некоторым детям операция представляется интересным событием. Если операция срочная, родители должны как можно быстрее подготовить ребенка, выразить ему сочувствие, но не показывать своего беспокойства.

Когда между родителями существуют отношения доверия и откровенности, необходимая подготовительная работа к операции проводится автоматически в ходе ответов на естественные детские вопросы о медицине.

Если ребенок не очень маленький, его стоит достаточно подробно ознакомить с тем, что может его ожидать в больнице: запах антисептических средств, больничный персонал, анализ крови из пальца. Ему надо объяснить, что, возможно, он будет чувствовать слабость и боль после операции. Если операция предстоит под наркозом, ребенка надо предупредить, что, когда он проснется, операция уже будет закончена, а родители будут рядом с ним (если это действительно будет так). Надо объяснить, что анестезия снимает боль. В наше время все больше врачей склоняются к тому, чтобы делать ребенку общий наркоз до того, как он будет доставлен в операционную.

К сожалению, из-за перегрузок медсестры не могут уделить каждому малышу столько внимания, сколько ему требуется, а присутствие матери в больницах редко разрешается.

От детей не следует требовать, чтобы они были смельчаками. Они должны знать, что имеют полное право жаловаться на боль и неудобства. Когда ребенок находится в больнице, хорошо бы поддержать его настроение подарками и поговорить о чем-либо приятном, что ждет его после выписки из больницы.

К сожалению, переполненные больницы не дают родителям и детям возможности общаться в той мере, в какой это необходимо. Поэтому некоторые врачи считают, что дети лучше себя чувствуют в коллективе сверстников в тесной палате. Иногда врачи и сестры сетуют на то, что визиты родителей расстраивают детей и нарушают распорядок больницы. Но эти встречи необходимы для ребенка, он должен слышать от своих родителей, что он поправляется и что они очень хотят как можно быстрее забрать его домой. Ребенок, который знает, что без него очень скучают, легче перенесет больничную обстановку.

Острица

Основным внешним признаком того, что у ребенка появился кишечный паразит, обычно называемый острицей, является ощущение щекотки или зуда в области заднего прохода. Иногда маленьких тонких белых червей (гельминтов) можно увидеть у ребенка утром, когда он просыпается, осмотрев его задний проход с помощью ручного электрического фонарика. Однако эти глисты заметны далеко не всегда, и часто о них могут говорить другие симптомы, такие, как нарушение сна, вызванное теплом от пребывания в постели, которое увеличивает зуд, инфекция, возникающая от расчесывания заднего прохода, потеря аппетита или веса – все это требует консультации врача.

Первичное заражение этим паразитом происходит через попадание в человеческий организм его яиц, контакта с носителем или в результате приема зараженной пищи. Поэтому лечить в таком случае лучше всю семью. Часто лечение бывает очень простым: врач может использовать обычную целлофановую ленту для сбора яиц, отложенных гельминтами. Помимо специального лечения все члены семьи должны соблюдать простые гигиенические правила. Например, часто мыть руки, коротко стричь и содержать в чистоте ногти, часто менять постельное и нательное белье и т.д. При строгом соблюдении инструкций врача за две-три недели можно избавиться от этого паразита.

Отравление

Если ребенок проглотил какое-то ядовитое вещество, надо немедленно вызвать врача, а не вести ребенка в поликлинику, даже если она рядом, так как очень важно незамедлительно принять меры по удалению яда. До прихода врача надо убедить ребенка принять большое количество жидкости, чтобы замедлить действие яда и способствовать рвоте. Однако в некоторых случаях этого делать нельзя.

Если доподлинно известно, что яд, принятый ребенком, – сильная щелочь, подобно щелочному раствору, или сильная кислота, подобно серной (используемой в некоторых очищающих жидкостях), то вызывать рвоту нельзя, т. к. она может вызвать перфорацию желудка. То же самое относится к случаям отравления керосином, газOLIном, бензином, аммиаком. В этих случаях задача – нейтрализовать яд. Если нельзя сразу получить медицинскую консультацию при отравлении щелочью, надо давать ребенку лимонный сок, сок грейпфрута или уксус, затем молоко. При отравлении кислотой надо давать окись магния, лимонную воду или раствор кипяченой воды, затем оливковое масло, молоко или яичный белок. Во всех случаях ребенка надо держать в тепле.

При других видах отравления рекомендуется принять следующие меры:

1. Давать ребенку как можно больше жидкости, сколько он в состоянии выпить, чтобы растворить яд. Хорошо помогают растворы обычной воды с солью или мыльной водой.

2. Вызывать рвоту (если известно, что яд не является сильным щелочным средством или кислотой). Этого легче добиться, когда желудок полон жидкости. Рвоту можно вызвать, засунув палец в горло ребенка и проводя им вдоль задней стенки горла. До прихода врача основное внимание надо уделять промыванию желудка. Для быстрого вызывания рвоты можно использовать сироп рвотного корня, если он имеется в домашней аптечке.

П

Педикулез (вшивость)

Педикулез в наши дни довольно редко причиняет беспокойство, так как периодические осмотры волос школьными медицинскими работниками помогают обнаружить его и взять под контроль.

Если ребенок упорно чешет голову, нужно тщательно осмотреть его волосы. Яйца вшей (гниды) – это крошечные белые частички, прилипшие к волосам, которые увидеть легче, чем самих вшей. Другой характерный признак – красные, раздраженные от постоянного чесания участки кожи, обычно появляющиеся на шее по линии волос. Есть различные способы борьбы с вшивостью. Врачи часто рекомендуют лечение порошком ДДТ или другим химическим препаратом. Обычно бывает достаточно один раз провести процедуру вечером и вымыть голову следующим утром.

Для полной безопасности надо обработать всех членов семьи. После лечения кожу головы нужно регулярно осматривать, и, если гниды появились вновь, обработку необходимо повторить.

Соблюдайте осторожность при пользовании ДДТ! Он может вызвать заболевание при случайном заглатывании, и хранить его необходимо вдали от пищевых продуктов и питья.

Переломы

При простом, или закрытом, переломе кость сломана, но не повреждена кожа. Когда сломанная кость прорывает окружающие ткани и кожу, перелом считается сложным, или открытым. При неумелом обращении простой перелом может перейти в сложный. Поэтому нельзя двигать человека, у которого возможен перелом кости.

Наиболее очевидным признаком перелома, конечно, является звук или ощущение ломающейся кости. Однако иногда ребенок может сломать кость и не сразу узнать об этом. Это может установить только врач. Способность двигать пострадавшим органом не всегда является надежным критерием. Даже треснувшая или сломанная кость, особенно у маленьких детей, может все же давать возможность двигать ею. Если после падения или другого несчастного случая ребенок не может шевелить поврежденным органом или жалуется на боль при попытке движения, его необходимо показать врачу. При сложных переломах могут потребоваться навыки остановки кровотечения и снятия шока.

Пищевое отравление

Пищевое отравление является результатом приема пищи, пришедшей в негодность или содержащей яд (например, грибы-поганки).

Некоторые продукты при неправильном приготовлении или хранении становятся богатой почвой для стафилококковых бактерий. Например, заварные и сливочные кремы и кондитерские изделия с ними, различные соусы, остатки еды очень быстро портятся. Чтобы избежать порчи, необходимо соблюдать общепринятые санитарные нормы приготовления, надежного сохранения пищи и защиты ее от насекомых. Самая надежная возможность избежать ядовитых грибов и диких ягод – это держать малышей подальше от них, а более старших детей научить распознавать их.

Общими симптомами пищевого отравления являются тошнота, рвота, боли и спазмы в брюшной полости, понос. Если у ребенка наблюдаются эти симптомы и точно известно, что он съел что-то недоброкачественное, необходимы срочные меры, чтобы вызвать рвоту. Однако, если родители не уверены в пищевом отравлении, такие симптомы требуют немедленной медицинской помощи, не только с целью правильного лечения от отравления, но и потому, что эти признаки характерны и для аппендицита.

Плоскостопие

Волнения по поводу плоскостопия у детей обычно не имеют под собой оснований. Примерно у половины людей это выражено в большей или меньшей степени.

Истинное плоскостопие встречается редко. Это состояние обычно приобретается и впервые замечается примерно в возрасте двух лет.

Беспокойство родителей может вызывать то, что дети ставят ноги носками внутрь или врозь. Постоянные замечания, вроде «ходи ровно», не дают результата и так же отравляют ребенку жизнь, как и любые другие придирки. При легкой постановке носков внутрь используются мышцы, укрепляющие свод стопы. Родители, обеспокоенные тем, что их дети ставят носки внутрь или врозь, посетив ортопеда, убеждаются, что их тревога преувеличена.

Сейчас возобладала тенденция не обращать внимание на плоскостопие, если только оно не причиняет боль, или не вызывает чрезмерную усталость, или не может привести впоследствии к нетрудоспособности. В таких случаях часто назначается корректирующая ортопедическая обувь, а помощь родителей заключается в том, чтобы научить своих детей правильно выполнять упражнения, укрепляющие мышцы.

Пневмония (воспаление легких)

Современные лекарства совершили революцию в лечении пневмонии. Были времена, когда это заболевание служило одной из основных причин смерти. В наше время, если лечение начинается на раннем этапе, то, как правило, удается добиться полного выздоровления.

Хотя пневмония может появиться сама по себе, обычно ей предшествует простуда. Иногда воспаление легких наступает вслед за корью, коклюшем и другими заразными болезнями. Обычные симптомы пневмонии: жар (лихорадка), озноб, учащенное дыхание и кашель. Высокая температура у маленьких детей в этих случаях может вызвать конвульсии. Если у ребенка, который перенес сильное простудное заболевание, внезапно появляются эти симптомы, его надо немедленно показать врачу.

Для того, чтобы избежать пневмонии, надо уменьшить возможность заболевания ребенка простудными заболеваниями, а если они все-таки происходят, отнестись к ним с должным вниманием.

Полиомиелит (детский паралич)

Полиомиелит, называемый также детским параличом, – это заболевание, вызываемое паралитическим вирусом. Любой из трех видов вируса может вызвать полиомиелит. Вирус попадает в тело через нос и рот путем непосредственного контакта с больными. Он поражает нервные клетки, либо нанося им ущерб, либо разрушая их полностью, что приводит к временному или постоянному параличу в какой-то или нескольких частях тела.

В 1955 году, однако, убивающая вирус вакцина была усовершенствована и использована впервые. Несколько лет спустя появилась вакцина «с живым вирусом». Первая вакцина вводится путем инъекции, а вторая – оральным путем. Обе дали положительный эффект в борьбе с полиомиелитом и в наше время широко используются. Теперь случаи заболевания полиомиелитом в европейских странах редки.

Но поскольку в некоторых странах проблема эта еще не решена, инфекция оттуда может передаться тем, кому не сделана прививка. Поэтому необходимо, чтобы она была сделана всем детям. Периодические повторные иммунизации рекомендуется проводить через определенные промежутки времени. (См. также статью «Детские инфекционные заболевания».)

Существует надежда, что введение массовой иммунной профилактики сведет на нет это страшное заболевание.

Порезы, ссадины, царапины

Ни один ребенок не застрахован от ссадин, царапин и небольших порезов. При незначительном кровотечении примите меры против инфекции. У здорового ребенка уже выработан иммунитет к инфекциям, однако необходимо принять обычные меры предосторожности:

1. Промойте пораженное место водой с мылом и ополосните под струей воды.
2. Наложите антисептик, лучше тот, который был рекомендован доктором. Все антисептики имеют положительные и отрицательные качества: одни слишком сильны, другие слишком слабы, третьи оставляют ожоги. Только врач может решить, какой подходит для вашего ребенка.

3. В случае необходимости наложите стерильную повязку. Вообще ссадины лучше не бинтовать, чтобы, снимая повязку, не содрать образовавшуюся корочку.

Порез или царапина могут причинять боль в течение дня. Если на следующий день боль усилится или место вокруг ранки покраснеет, надо отвести ребенка к врачу. Если малышу была сделана противостолбнячная прививка, доктор может прописать стимуляцию или антитоксин.

С порезами на лице и с глубокими порезами надо немедленно обращаться к врачу.

Потница

Покраснения кожи или маленькие прыщи в промежности, на ягодицах и животе обычно означают простую потницу, которая не должна пугать родителей. У всех младенцев различная чувствительность кожного покрова, поэтому у некоторых сыпь вообще никогда не появляется. Но многим малышам это причиняет большое беспокойство.

Раздражение могут вызвать и мокрая пеленка, натирающая кожу, и недостаточно выполосканные от мыла вещи малыша, и длительное употребление непромокаемых штанишек. Однако наиболее частая причина потницы – аммиак, который образуется в мокрой ткани под воздействием на мочу микроба из стула. Если свежая пеленка издает сильный запах аммиака, это означает, что микробы не были полностью уничтожены при стирке.

Полностью микробы можно уничтожить при кипячении пеленок, высушивании их на солнце и проглаживании горячим утюгом. Если раздражение очень сильное, то необходимо кипятить и другие вещи, на которые попала моча: простыни, пижамки и др.

Самые первые легкие проявления потницы могут пройти, если оставить младенца распеленутым, чтобы покрасневшие участки тела были доступны воздействию воздуха. Если сыпь не исчезнет или размеры покрасневших участков увеличиваются, ребенка необходимо показать врачу. Возможно, что сыпь вызвана экземой или какой-то другой болезнью, требующей лечения.

В жаркую погоду на шее и плечах ребенка могут появиться маленькие розовые папулы, а иногда и образоваться крошечные волдыри. В серьезных случаях сыпь может распространиться на голову, грудь и спину. Ребенок может чувствовать себя неуютно из-за того, что протоки его потовых желез обычно закупориваются.

Лучшая профилактика заболевания – создание прохлады для малыша в жаркую погоду. Однако важно позаботиться о том, чтобы избежать сквозняков.

Прививка оспы

Сегодня детей прививают от оспы с рождения. Капля вакцины наносится на кожу, которая затем процарапывается или прокалывается. Примерно через три-четыре дня появляется маленькая красная папула (прыщ). Она перерастает в волдырь, который постепенно увеличивается, а кожа вокруг него краснеет. Через несколько дней волдырь

высыхает, образуя корку, которая отпадает через несколько недель.

Ребенок, получивший прививку оспы, фактически переносит в легкой форме коровью оспу. Реакция на нее бывает различная: у некоторых детей не происходит никаких болезненных изменений в организме, у других малышей в разгар разрастания волдыря два-три дня держится температура, третьи становятся раздражительными и теряют аппетит. Если реакция кажется чрезмерной (к примеру, стойко держится высокая температура или воспаление вокруг волдыря слишком распространяется), лучше посоветоваться с врачом.

Иногда первая прививка не воспринимается, то есть не образуется волдырь. Это может означать, что вакцина была слишком слабой или не прошла под кожу. Об этом надо сообщить врачу.

Прививка оспы не дает постоянного иммунитета. Ее обычно делают снова при поступлении ребенка в школу, а в идеале ее следует повторять каждые пять-шесть лет.

При уходе за ребенком в период после прививки полезно соблюдать следующие рекомендации.

1. Для хорошего заживления следует держать место прививки открытым. Если малыш его расчесывает, лучше надеть на него рубашку с прикрепленным к ее рукаву стерильным бинтом.

2. Разумная предосторожность против инфекции включает такие меры, как тщательное мытье рук при уходе за ребенком. Человеку, имеющему повреждение или сыпь на коже, следует избегать контакта с местом прививки ребенка.

3. Необходимо следить, чтобы место прививки после появления волдыря оставалось сухим. Если ребенок постарше забудет об этом при мытье в ванне, участок прививки нужно промокнуть, но не тереть. Лучше всего только обтирать ребенка губкой, пока корочка не отпадет.

Проглатывание инородных предметов

Маленькие дети любят пробовать на вкус различные предметы. Несмотря на предостережения, они находят все, что попадает, – монеты, булавки, пуговицы – и засовывают их в рот. Если ребенок проглотил инородный предмет, не следует давать ему слабительное: оно скорее навредит, чем поможет. Обычно гладкие предметы выходят без особых затруднений со стулом. Для того, чтобы убедиться в этом, надо проверять кал в течение нескольких дней. Когда же предмет не вышел, или ребенок жалуется на боль, или его рвет, необходима помощь врача. Если проглоченный предмет острый, например открытая булавка, гвоздь или кнопка, ребенок нуждается в срочной медицинской помощи.

Прорезывание зубов

Первые зубы, которые вырастают у ребенка, называются молочными и находятся у малыша в деснах еще до рождения. Начиная с пяти-шести месяцев они постепенно вырастают, и к двум-трем годам у ребенка прорезываются наружу все 20 зубов.

Прорезывание зубов, как правило, не причиняет малышу сильного беспокойства, хотя у некоторых детей воспаляются десны, снижается аппетит, они становятся капризными. Но не нужно объяснять прорезыванием зубов простуду, жар или понос. О любом недомогании следует поставить в известность врача и не применять никаких лекарств без его назначения.

Облегчить беспокойство при прорезывании зубов малышам помогают различные способы. Некоторые успокаиваются, когда их просто держат на руках. С другими желательно поиграть больше обычного – и они отвлекаются. Малышам надо дать возможность жевать чистые безопасные предметы, между кормлениями предложить, но не навязывать, питье или сон. Для повышения аппетита давайте ребенку пищу, которую он особенно любит, но не заставляйте его есть. Некоторым детям может принести успокоение массаж десен.

Время и порядок появления зубов у детей различаются. Обычно это происходит между шестью и восемью месяцами, у некоторых первые зубы прорезываются уже в пять-шесть месяцев. Появление зубов может задержаться из-за какой-то болезни. Слишком раннее или позднее прорезывание зубов может определяться наследственностью.

Простуда

Каждому знакома обыкновенная простуда, или воспаление верхних дыхательных путей. Ее симптомы: кашель, насморк, чихание. Простуды, длящиеся неделю, более часты у детей и, как правило, не опасны. Некоторые родители, заметив у своего ребенка кашель и насморк, дают ему таблетку аспирина и укладывают в постель. Однако простуда коварна тем, что может дать осложнение: воспаление гайморовых пазух, бронхит или отит.

У младенцев простуда протекает довольно легко: небольшой насморк, кашель и иногда повышенная температура, часто пропадает аппетит.

Особенно восприимчивы к простудам дети от двух до шести лет. У них сильно повышается температура, краснеет горло и заболевание длится от трех дней до трех недель. У детей старше семи лет простуда бывает реже и обычно не сопровождается сильным повышением температуры.

Лекарства от простуды не существует. Известные противопростудные средства облегчают течение заболевания, но никем не доказано, что они предотвращают или вылечивают простуду. Однако известны способы, как избежать осложнений, локализовать инфекцию и ускорить выздоровление.

Для того чтобы предотвратить простуды у ребенка, следует уделять больше внимания общеоздоровительным мерам: диете, сну, прогулкам на свежем воздухе и т.д. Не допускайте переохлаждения малыша, усталости, излишних переживаний, не забывайте почаще проветривать его комнату. Необходимо исключить контакты ребенка с больными людьми. Когда человек чихает, кашляет и даже энергично говорит, он передает массу микробов. Если заболели сами родители, они должны чаще мыть руки, касаясь ребенка и его вещей; надевать марлевую повязку, приготавливая пищу для младенца; меньше общаться с ребенком.

Сейчас все чаще простуда связывается с эмоциональным состоянием малыша. Хотя это заболевание вызывается вирусом, оно провоцируется тревожным состоянием ребенка в такой же мере, как физическая усталость и недостаток витаминов. У малыша может подняться температура от боязни и нежелания идти в школу. Он, может быть, чувствует себя в безопасности только в компании родителей. Возможно, у него нет в школе друзей или он отстает от других. Однако простудное заболевание вовсе не значит, что у ребенка не все благополучно: болеют и самые здоровые и самые удачливые дети.

Известны следующие способы лечения простудного заболевания.

Отдых. Не обязательно держать ребенка в постели, если у него нет температуры. При повышенной температуре многое зависит от тяжести заболевания и возраста ребенка. Некоторые дети испытывают полный покой в процессе чтения. Иногда им можно позволить ненадолго выйти на свежий воздух. Поспать днем очень полезно; важно также сделать все, чтобы у ребенка был хороший сон ночью.

Лечение носа и горла. Если заложен нос и болит горло, сделайте так, чтобы воздух в комнате ребенка был теплым и влажным. Детям, особенно совсем маленьким, нельзя закапывать капли в нос. Делайте это только по рекомендации врача. Лекарства от кашля не убивают микроб, а лишь успокаивают горло и носовые пазухи. Пользуйтесь ими тоже только по совету врача. Измените положение малыша – это также облегчит ему дыхание и успокоит его. Вытирайте ему нос мягкими промокающими салфетками. Детей постарше следует научить отсмаркиваться, делать это надо осторожно, чтобы инфекция не попала в носовые пазухи и среднее ухо. Кожу у краев ноздрей следует смазать смягчающим кремом.

Равномерное успокаивающее тепло. Температура воздуха в комнате должна быть 22 °С. Когда ребенок здоров, он должен спать в прохладной комнате, но, когда он болен,

окна должны быть закрыты, и малыша следует унести, пока помещение проветривается. Охлаждение ребенка в результате перепада температуры или сквозняка вызывает простуду. Лежит ли ребенок в постели, или он ходит, его ноги обязательно должны быть в тепле. Излишняя одежда или слишком теплые одеяла перегревают малыша, и он чаще болеет.

Диета, учитывающая вкусы ребенка. При простуде у детей плохой аппетит, поэтому надо готовить им что-нибудь по их вкусу и привлекательное на вид. Врач может посоветовать давать ребенку больше жидкости. Простуда не лечится витаминами, но их употребление во время болезни необходимо.

Медицинская помощь. Родителям иногда кажется, что в простуде нет ничего серьезного, и они не обращаются к врачу. Однако только врач может сказать, насколько серьезно болен ребенок и можно ли ожидать осложнений, обыкновенная ли это простуда, или это симптомы более серьезного заболевания; стоит ли уложить ребенка в постель; когда он может считаться абсолютно здоровым.

Спокойный и правильный уход. Дети много капризничают, когда они больны, а родители склонны преувеличивать опасность. Родителям надлежит знать, что простудные заболевания проходят, что все дети болеют ими, что после них не бывает осложнений и что малыш со временем будет болеть все реже и реже. И, помня это, надо обеспечить заболевшему ребенку спокойный правильный уход.

Пупок

Когда пуповина новорожденного высыхает и отпадает, остается ранка, для заживления которой требуется несколько дней. Для того чтобы образовалась корка и место зажило, надо следить за тем, чтобы пупок оставался сухим и чистым. В настоящее время существует тенденция давать ему высохнуть естественным путем, без повязок или бандажа-набрюшника. Большинство врачей считают, что, пока не произойдет полное заживление, ребенка лучше не купать, а только протирать губкой. Подгузники надо класть как можно ниже пупка, чтобы его не замочить. Если из пупка появляются выделения или если вокруг него возникает краснота, значит, возможно, туда попала какая-то инфекция, и в таком случае надо обратиться к врачу.

Отверстие в брюшной стенке, через которое пуповина входит в живот ребенка, когда он находится во чреве матери, у большинства младенцев закрывается через несколько дней после рождения. У других бывает так, что, несмотря на то, что внешние слои кожи уже зажили, для полного закрытия пупочного кольца может потребоваться несколько месяцев. Иногда это выглядит как выпячивание пупка ребенка, особенно когда у него болит живот. Однако из-за этого не стоит впадать в панику. Если это продолжается несколько недель после рождения, то врач может порекомендовать брюшной бандаж или фиксацию повязки с помощью лейкопластыря.

Р

Расстройства желудка

Под расстройством желудка подразумевается что угодно, начиная с временного переполнения желудка у младенцев и кончая неустойчивым стулом в связи с каким-то волнением. На функцию желудка влияют нарушение пищеварения (несварение), какая-либо болезнь, пищевое отравление, волнение. В некоторых случаях облегчение может принести простая рвота: нужно уговорить ребенка избавиться от того, что беспокоит его желудок. Но если расстройство продолжается, является сильным или сопровождается также другими симптомами, необходимо вызвать врача. Не следует давать ребенку слабительное.

Расстройства мочеиспускания

Недержание мочи, частое или затрудненное мочеиспускание и другие расстройства, связанные с ним, требуют внимания родителей. Иногда мать замечает, что ее ребенок мочится намного чаще обычного. Это может быть вызвано несколькими причинами, и иногда оно просто означает, что он пьет слишком много жидкости. У некоторых детей мочевого пузыря не в состоянии удержать такое количество мочи, какое удерживает пузырь большинства малышей. Частое мочеиспускание может происходить из-за инфекции мочевого тракта, иногда – вследствие временного напряжения, связанного с той или иной причиной.

Боль («жжение») при мочеиспускании также может иметь несколько причин. У девочки это может быть инфекция влагалища, которая распространяется и на мочеиспускательный канал. У мальчика иногда вокруг головки полового члена появляется воспаление и небольшая припухлость, которые затрудняют выход мочи. Это воспаление – опрелость, связанная с бактериями из мочи, остающейся в пеленках и на одежде.

Во многих случаях трудности с мочеиспусканием проходят сами по себе. Но поскольку расстройства мочеиспускания могут иметь так много разных причин и быть симптомом инфекции почек или мочевого пузыря или наличия врожденного дефекта, необходимо показать ребенка специалисту.

Растяжение связок

Почти у всех детей в результате лазания, падений и бега время от времени происходит растяжение связок. При неловком движении связки, окружающие сустав, частично или полностью разрываются. Симптомами растяжения являются сильная боль, припухлость и изменение цвета кожи.

Первая помощь при растяжении связок:

1. Ослабить давление на растянутый участок. При повреждении запястья облегчение приносит перевязка руки; при растяжении лодыжки надо лечь, подложив подушку под ногу.

2. Прикладывать холод в первые часы после растяжения; потом помогает тепло.

Если опухоль и боль держатся долго, необходимо обратиться к врачу. Хотя многие растяжения в детстве незначительны, всегда надежнее показать ребенка врачу, так как иногда может оказаться перелом или трещина. Если это вовремя не установлено, кость может неправильно срастись, ребенок будет чувствовать долго не проходящую боль, и в конечном итоге ему может грозить ограничение движений.

Часто на заживление связок уходят недели, и все это время малыш может жаловаться на боль. Его расстраивают такие длительные неудобства, поэтому он нуждается в дополнительном внимании и сочувствии родителей.

Рвота

Срыгивание и рвота – частые явления у новорожденных; если младенца рвет после каждого кормления, ему необходимо наблюдение врача, который порекомендует какие-то изменения в питании, чтобы малыш легче его усваивал. Ребенка нужно немедленно показать врачу, если его рвет натужно и он подтягивает вверх ножки из-за спазмов живота.

Детей может рвать после еды, когда они раздражены, устали или чрезмерно взволнованы. Если приступы рвоты повторяются за короткий промежуток времени, это может означать начало заболевания. В случае стойкой, неукротимой рвоты или рвоты, сопровождающейся жаром, нужно вызвать врача. После остановки рвоты ребенку надо давать легкоусваиваемую пищу: сначала небольшие глоточки воды или некрепкого подслащенного чая, потом фруктовые соки; затем немного молока; позже сухое печенье. Когда он сможет усваивать все это, можно постепенно переходить на обычное питание.

Ревматизм

Ревматизм – это незаразное заболевание, наиболее часто встречающееся у детей от 5 до 15 лет. Он может поразить любую часть тела, но чаще атакует суставы, сердце, кровеносные сосуды, кожу и нервную систему. В последнем случае болезнь называется хореей. Результатом ревматизма может стать ревмокардит – воспаление и рубцы сердечной мышцы и клапанов.

Причина ревматизма точно неизвестна, но было установлено, что обычно он является следствием случившейся двумя-тремя неделями ранее носовой или горловой стрептококковой инфекции. (Это, конечно, не означает, что все стрептококковые инфекции приводят к ревматизму.) Немедленное лечение такой инфекции современными лекарствами может предотвратить ревматизм. Очевидно, подверженность этой болезни в большой степени зависит от наследственного фактора. Если в семье был случай ревматизма, родителям стоит более внимательно относиться к лечению простуд и других респираторных инфекций, в особенности заболеваний горла.

Начало ревматизма может быть постепенным, малозаметным, или внезапным. Некоторыми обычными симптомами являются плохой аппетит, бледность, неспособность набрать вес, раздражительность, боли в суставах или мышцах. Температура может быть низкой, высокой или нестабильной. Важно не пропустить ранние признаки болезни, которые можно принять просто за боли, связанные с ростом. Если у ребенка любой из перечисленных симптомов, необходима консультация врача. Поскольку ревматизм – главная причина сердечных заболеваний у детей, ранняя диагностика и контроль помогут свести поражение сердца к минимуму.

При ревматизме необходимы постельный режим под наблюдением врача, тщательный уход и правильное питание. Длительные периоды постельного режима, традиционные спутники ревматизма, сегодня могут в некоторых случаях значительно сокращаться. При лечении болезни эффективно используются аспирин и другие салицилаты. В более серьезных случаях, особенно когда поражено сердце, могут применяться стероидные препараты, такие, как кортизон и гидрокортизон. Для профилактики рецидивов болезни может использоваться пенициллин.

Ребенок в острой стадии ревматизма, как и при любой другой болезни, может в некотором смысле опять стать малышом. Большинство родителей понимают это и разрешают ему, к примеру, вновь вернуться к сосанию пальца. Часто более трудным оказывается удержать ребенка в постели в период выздоровления. И здесь опять понадобятся в первую очередь родительские терпение и изобретательность.

Резус-фактор

Резус-фактор – это химическое вещество, содержащееся в красных кровяных тельцах (эритроцитах) большинства людей. Его назвали по имени обезьян резус, в крови которых оно впервые было обнаружено. Если кровь человека содержит резус-фактор, он называется резус-положительным; в противном случае человек – резус-отрицательный.

С момента открытия резус-фактора в 1940 году так много было написано о случаях, когда не совпадает резус-фактор жены и мужа, что многие будущие матери проявляют по этому поводу излишнее волнение. Однако осложнения из-за резус-фактора редки (примерно 1 случай на каждые 200 беременностей). Даже возникая, они не всегда носят тяжелый характер. Сегодня известны методы противодействия им, и наука успешно ищет пути их полного предотвращения.

Когда у обоих родителей резус-фактор отрицательный, нет никаких проблем. Если отец резус-положительный, а мать – резус-отрицательная, то у резус-положительного младенца возможен редкий тип анемии, известный как «гемолитическая болезнь новорожденного». Другими возможными последствиями могут быть желтуха и увеличение селезенки и печени.

младенца при рождении или вскоре после него. Мать эти болезни не поражают.

Вкратце суть резус-конфликта заключается в следующем Примерно в половине случаев у женщины с отрицательным и мужчины с положительным резус-фактором рождается ребенок с отрицательным резусом, как у его матери, и тогда проблем не возникает. Однако если будущий ребенок резус-положительный, часть его крови, попав в организм матери через плаценту, вызывает незамедлительную реакцию. Ее отрицательная кровь начинает вырабатывать антитела, чтобы вытеснить чужеродный резус-положительный фактор. Эти антитела, попав в кровь плода, продолжают борьбу и разрушают его резус-положительные эритроциты.

Беременная женщина проходит тест на резус-фактор. Если у нее резус-отрицательный фактор, кровь мужа также тестируется. Если муж резус-положительный, кровь будущей матери несколько раз тестируется на наличие антител. Их может не оказаться, или они начинают появляться к концу беременности. Даже их наличие не обязательно означает, что ребенок будет болен, но это сигнал для врача, что нужно быть готовым к осложнениям.

Раньше считалось, что пары, собирающиеся вступить в брак, должны пройти тест крови, чтобы избежать брака с партнером «несоответствующего типа». Однако дальнейшие исследования показали, что среди изучаемых 13 % женатых пар с такой комбинацией резус-факторов вероятность резус-конфликта есть только у 1 из 26. Кроме того, большинство резус-отрицательных женщин, чьи мужья резус-положительны, могут иметь одного или больше абсолютно здоровых резус-положительных детей.

Если у ребенка при рождении появляются признаки гемолитической болезни, ему обычно делают заменное переливание резус-отрицательной крови. Эта кровь не поражается антителами, вырабатываемыми матерью против резус-положительного фактора ребенка. Таким образом, благодаря этой перелитой резус-отрицательной крови у ребенка корректируется анемия, и его органы и ткани снабжаются кислородом, в котором нуждаются. Одного-двух таких переливаний может быть достаточно.

В результате заменного переливания почти вся собственная кровь младенца заменяется кровью с красными тельцами, способными выжить и выполнять свои функции в системе кровообращения новорожденного.

У женщин, ранее сенсibilизированных, то есть вырабатывающих антитела (как из-за рождения резус-положительного ребенка, так и из-за переливания резус-положительной крови), вероятность резус-конфликта увеличивается с каждой беременностью. У женщин, которым была когда-то перелита кровь не соответствующего типа, уже первый ребенок может родиться с симптомами болезни. Вот почему нужно крайне осторожно подходить к переливаниям крови резус-отрицательным новорожденным, девочкам или молодым женщинам.

Розеола младенческая

Это вирусное заболевание встречается у малышей в возрасте до двух лет, реже у детей постарше. Оно начинается с внезапного повышения температуры, которая держится три-четыре дня. Затем на теле ребенка появляется красная сыпь, не сходящая от нескольких часов до трех дней. При очень высокой температуре могут быть судороги.

Лечение при розеоле такое же, как и при высокой температуре. Болезнь не является заразной и не очень серьезна.

С

Свечи

Иногда при сильном запоре или для облегчения длительного недомогания, связанного с работой кишечника, врач прописывает ректальные (прямокишечные) лечебные свечи. Они различаются по размерам (для младенцев, детей постарше и взрослых) и растворяются при температуре тела. Свечи следует применять только в особых случаях и по рекомендации врача.

Свинка (эпидемический паротит)

Это очень заразное детское заболевание, хотя и в меньшей степени, чем корь или ветряная оспа. Эпидемический паротит обычно бывает у детей от пяти до пятнадцати лет. Чаще всего он встречается в возрасте от семи до девяти лет. Младенцы до 10 месяцев практически не болеют этой болезнью, поскольку имеют против нее стойкий иммунитет, а дети до двух лет подвержены этому заболеванию только в малой форме.

Эпидемический паротит вызывается вирусом, находящимся в слюне и выделениях носа. Болезнь передается в результате контакта с больным или через зараженный предмет. Характерный симптом – припухлость слюнных желез, расположенных под ушами и ниже угла челюсти. Поражаются главным образом околоушные железы, как раз под и перед ушами.

Причиной того, что заболевание может пройти незамеченным и быть подхвачено многими детьми, является то, что вирус может присутствовать в выделениях носа и горла вплоть до семи дней до появления припухлости или других первых симптомов. Вирус эпидемического паротита может также сохраняться в течение нескольких недель после того, как характерная припухлость спадет.

Первые симптомы появляются в среднем через 18 дней после заражения, но возможно – от 14 до 28 дней: озноб, лихорадка, головная боль, возможно, ушная боль. Кажется, что ребенок слегка нездоров. Припухлость появляется вначале с одной стороны лица, а после интервала до 12 дней – также и с другой. Иногда припухлость возникает только с одной стороны и, как правило, достигает своего апогея на третий день, затем уменьшается и исчезает в течение недели или 10 дней.

Дети, у которых эпидемический паротит был только в одной околоушной железе (с одной стороны лица), могут повторно заболеть при контакте с больным; те же, у кого были поражены обе железы, обычно приобретают иммунитет на всю жизнь. Это вовсе не означает, что таким детям можно разрешить свободный контакт с лицами, которые больны этим заболеванием. Бывают случаи, когда один и тот же человек заболевает свинкой два или даже три раза. До недавнего времени прививки от эпидемического паротита давали только временный иммунитет, и обычно они делались братьям и сестрам ребенка, который уже заболел или у которого обнаружили ранние симптомы. Новые вакцины теперь дают возможность добиться универсального иммунитета. (См. также статью «Детские инфекционные заболевания».)

Себорейный дерматит

Выделения из сальных железок на коже головы младенца могут скапливаться и образовывать корку. Чтобы ее удалить, смягчите кожу ваткой, смоченной в вазелиновом или растительном масле. Делать это надо на ночь, а утром тщательно мыть голову. Через несколько дней корочка исчезнет.

Иногда на голове младенца появляется корка от чрезмерного вымывания естественных жиров и частого купания. В любом случае следует обратиться к врачу.

Сенная лихорадка

Сенная лихорадка – это аллергия к некоторым видам пыльцы сорняков, трав или пыльцы деревьев, длящаяся весь сезон цветения. Так же, как и с другими видами аллергии, склонность к сенной лихорадке часто зависит от сильного эмоционального фактора. При стрессе приступы могут усиливаться.

Для сенной лихорадки характерны чихание, зуд, а также течь и заложенность носа. В некоторых случаях наблюдается разбухание век, слезоточивость и покраснение глаз. Болезнь может поразить бронхи – тогда появляется хронический сухой кашель, который может означать ранние стадии астмы. Большинство людей, страдающих сенной лихорадкой, теряют чувства вкуса и запаха во время особенно острых приступов.

Если любой из вышеперечисленных симптомов длится неделями в одно и то же время ежегодно, ребенку нужно специальное обследование. Врач может назначить ему курс инъекций перед наступлением сезона цветения, чтобы сделать менее восприимчивым к раздражающей пыльце, или выписать лекарство для временного облегчения. В отдельных случаях назначают регулярные инъекции в течение всего года.

У многих хронических больных сенной лихорадкой развивается астма, поэтому важно начать лечение как можно раньше.

Синуситы

Синусы – это пазухи в костях головы, соединенные с полостями носа небольшими каналами. Упорная или острая простуда может перейти в синусовую инфекцию, то есть воспаление слизистой оболочки придаточных пазух носа. Некоторые общие симптомы синуситов: головная боль, боль вокруг глаз, температура, обильные хронические выделения слизи и гноя (стекающие также по задней стенке носоглотки в горло).

Ребенок с синусовой инфекцией должен находиться под наблюдением врача. Чем раньше обнаружена инфекция, тем эффективнее лечение. Малыш должен находиться дома, тепло одетый, в комнате с ровной температурой и не слишком сухим воздухом. В принципе общий уход за больным такой же, как при сильной простуде. Для профилактики синусита лучше всего как можно быстрее лечить простудные заболевания и обеспечить медицинскую помощь ребенку, у которого они слишком часты.

Солнечный или тепловой удар

Состояния, которые могут быть результатом длительного пребывания под прямыми интенсивными лучами солнца или общей чрезмерной жары, похожи по симптомам и лечению.

Пребывание под солнцем, казалось бы одинаковое по условиям, различается тем не менее в зависимости от высоты над уровнем моря, времени дня, отражения и ветра. Сильно пигментированная кожа дает некоторую защиту от солнечного удара, но не гарантию от него.

Симптомами солнечного или теплового удара обычно являются тошнота, головокружение, головная боль, сухость во рту, горячая сухая кожа, частый пульс и очень высокая температура. Часто за ними следует обморок. До прихода врача необходимы следующие меры:

1. Положите ребенка на спину (немного приподняв голову и плечи) в самом прохладном месте в тени; снимите с него одежду.
2. Прикладывайте к его голове холодные примочки или лед.
3. Охлаждайте его тело, протирая холодными мокрыми тряпками или завернув в простыню и поливая холодной водой каждые несколько минут.
4. Если ребенок в сознании, дайте ему холодное питье.

Специалисты-медики

В последние годы в медицинской практике и связанных с ней областях существует тенденция специализации в каком-то определенном направлении. Специалист ограничивает свою область изучения и практику определенным типом лечения, определенными заболеваниями и расстройствами, в том числе заболеваниями и нарушениями отдельных органов. Этот перечень включает некоторые общие сведения о медицинских профессиях, с которыми могут столкнуться родители в поисках специальной помощи детям.

Аллерголог – специалист по диагностике и лечению аллергии, сверхчувствительности к специфическим веществам или условиям.

Акушер – специалист по уходу за женщиной в период беременности, родов и фазу после них.

Гинеколог – специалист по заболеваниям или расстройствам у женщин, особенно репродуктивных органов.

Дерматолог – врач по изучению кожи, ее функций и строения, болезней и их лечения.

Логопед – специалист, исправляющий дефекты речи.

Невролог – специалист по диагностике и лечению расстройств нервной системы.

Окулист (офтальмолог) – специалист по физиологии, анатомии и болезням или расстройствам глаз.

Оптик – человек, который изготавливает или подбирает линзы и инструменты для коррекции зрения в соответствии с предписанием офтальмолога.

Оптометрист – специалист по измерению поля зрения и других величин, характеризующих способность видеть; он не врач, но также может выписать очки.

Ортодантист – специалист по лечению и коррекции зубов с отклонениями от нормы прикуса и жевательной функции.

Ортопед – специалист по диагностике и лечению заболеваний костей.

Отоларинголог – специалист по диагностике и лечению заболеваний уха, горла и носа.

Педиатр – специалист по диагностике и лечению детских болезней.

Психиатр – специалист по диагностике и лечению психических и эмоциональных расстройств.

Психоаналитик – специалист, помогающий отдельным личностям адаптироваться к окружающему миру, вместе с ними ищущий причины их специфических жизненных трудностей и помогающий преодолевать их.

Психолог – специалист в области умственных функций, таких, как мысль, чувства, восприятие; изучает поведение человека в связи с окружающей обстановкой; некоторые психологи и психоаналитики специализируются на тестах, цель которых – разобраться в работе разума в здоровом и больном состояниях.

Хирург – специалист по болезням и нарушениям, требующим хирургического вмешательства; хирургия сама подразделяется на несколько ветвей специализации, таких, как, например, пластическая хирургия, нейрохирургия.

Эндокринолог – специалист, занимающийся гормонами, продуктами жизнедеятельности желез внутренней секреции, и их связью с функциями организма.

Срыгивание

Срыгивание происходит в результате заглатывания ребенком излишнего количества воздуха в процессе сосания. Это естественный и необходимый процесс, облегчающий работу желудка.

Обычно дети срыгивают в конце кормления или после сильного плача, а иногда – несколько раз во время кормления.

Ребенка следует взять на руки так, чтобы животик младенца находился на уровне плеча взрослого, и поглаживать по спине. Малыш быстро отрыгнет. Если желаемый эффект не

достигнут, положите младенца себе на колени личиком вниз и слегка похлопайте его по спине. Некоторые дети срыгивают быстрее, если их посадить. В любом случае не забудьте подстелить пеленку.

Вполне нормально, если ребенок не срыгивает. Это значит, что у него достаточно емкий желудок или что он наглотался меньше воздуха.

Если малыш очень часто срыгивает во время искусственного вскармливания, это может означать, что вы плохо держите бутылочку и в соску плохо поступает молоко. Измените угол наклона бутылки.

Срыгивание младенцем небольшого количества молока после кормления встречается довольно часто. Пока малыш набирает в весе и у него нет несварения, беспокоиться незачем. Но если ребенок регулярно срыгивает значительное количество молока, необходимо обратиться к врачу, который может рекомендовать изменение формулы кормления. Однако есть младенцы, без всякой причины выплевывающие после каждой еды, что бы и как бы им ни давали. Конечно, это раздражает, но мало что можно в этом случае сделать, кроме как ждать, пока это пройдет.

Столбняк

В настоящее время детей прививают против столбняка, и при его лечении применяются очень эффективные средства, поэтому число смертей от этой болезни значительно снизилось. Однако за иммунизацией, начатой в младенчестве, должна следовать вакцинация (по схеме) через определенные интервалы, а также при получении любой раны, грозящей столбнячной инфекцией.

Микроб столбняка живет в кишечнике травоядных животных и с их испражнениями попадает в почву. Большинство случаев заболевания столбняком происходят в результате небольших поверхностных царапин и порезов. Это связано с тем, что при глубоких ранах, как правило, оказывается немедленная медицинская помощь, а обычный порез иногда даже недостаточно дезинфицируется и возможность столбняка не принимается во внимание. Небольшие царапины и ранки всегда следует тщательно дезинфицировать, а если в них могла попасть земля, врач назначает противостолбнячную вакцину.

Характерным симптомом столбняка являются судороги челюстных мышц, которые могут появиться через одну-три недели после заражения. За ними иногда следуют судорожные сокращения всех мышц туловища. Конечно, при первых же подобных симптомах необходима немедленная медицинская помощь. Чем раньше ставится диагноз и начинается лечение столбняка, тем выше шансы на выздоровление.

Стригущий лишай

Стригущий лишай, заразная грибковая инфекция кожи, волос, ногтей, может поразить любую часть тела. Обычно он сопровождается зудом. Некоторые люди больше других восприимчивы к этой инфекции.

Существуют разные типы стригущих лишая, возбудителями которых являются различные грибки. Например, так называемая «ступня спортсмена», проявляющаяся в виде поверхностного шелушения рук или ног или влажной белой кожи между пальцами, которая сходит, оставляя незаживающие участки кожи. Этот тип лишая, вероятно, передается преимущественно в банях, душевых, бассейнах и т.д.

Стригущий лишай на голове особенно заразен и передается как при прямом контакте, так и через расческу или головной убор. Обычно он появляется в виде маленького пятна шелушащейся, лишенной волос кожи. Если его не лечить, пятна увеличиваются в количестве и в размерах и наступает облысение.

На гладких, лишенных волос участках тела стригущий лишай обычно имеет вид нескольких круглых пятен шелушащейся кожи. Эти пятна распространяются, заживая в

центре и образуя все новые круги, которые могут воспалиться и покрыться прыщами. Ноготь, пораженный стригущим лишаем, становится тусклым, шероховатым и легко разрушается.

Неразумно пытаться лечить лишай домашними средствами. Обычно они неэффективны, и инфекция продолжает распространяться. Кроме того, симптомы стригущего лишая очень похожи на симптомы других кожных заболеваний. Единственно правильный шаг – это обращение к врачу.

Дома необходимо соблюдать меры предосторожности, чтобы уберечь ребенка от реинфицирования и передачи инфекции другим. Например, малыш с лишаем на ногах («ступней спортсмена») не должен ковырять между пальцами, а пальцы нужно держать сухими. Носки необходимо кипятить после каждого надевания. Врач может порекомендовать специальные дезинфицирующие средства для обуви. При стригущем лишае тела точно так же должно обеззараживаться нижнее белье. Если задеты руки, следует как можно меньше трогать ими другие части тела. Те, кто ухаживает за больным ребенком, должны свести непосредственные контакты с ним к минимуму и тщательно мыть руки после них. Иногда врач предлагает использовать какой-то антисептик для мытья рук.

Сыпь

Сыпь может быть слабой и временной, как, например, сыпь на лице у некоторых младенцев в первые несколько месяцев после их рождения. Другой вид сыпи – аллергическая, которая продолжает повторяться, – может быть связан с чувствительностью к определенной пище, растениям и другим веществам. Некоторые виды сыпи, возможно, связаны или происходят вследствие эмоциональных расстройств. И, кроме того, конечно, сыпь связана с некоторыми заразными заболеваниями, такими, как корь, ветряная оспа и др. Сыпь также может быть симптомом таких заразных кожных заболеваний, как импетиго, чесотка и дерматомикоз.

Очень трудно различить сыпь, которая сравнительно безвредна, и сыпь, которая может иметь серьезные последствия. Если у ребенка появляется сыпь, его обязательно надо показать врачу. Лечение будет зависеть от причины заболевания.

Т

Туберкулез

Туберкулез – инфекционное заболевание. Он вызывается бактерией (палочкой Коха), обычно переносимой по воздуху с пылью или с капельками мокроты изо рта человека, страдающего активной формой этой болезни, а также при соприкосновении с зараженными предметами. У взрослых болезнь чаще всего поражает легкие, у детей туберкулез иногда принимает другие формы. Например, у малышей, имеющих небольшую сопротивляемость организма, при заражении развиваются острые формы заболевания – например, туберкулезный менингит.

На начальных стадиях туберкулеза обычно нет очевидных симптомов, но по мере его развития появляются повышенная температура, утомляемость, человек худеет. При туберкулезе легких появляется также кашель с мокротой.

Одним из лучших способов борьбы с этой болезнью является периодическая проверка состояния здоровья, включающая туберкулиновую пробу и рентгенологическое обследование легких (флюорография). Это помогает обнаружить туберкулез на ранней стадии и своевременно начать лечение. Дети лучше всего защищены, когда вся семья регулярно проходит медицинский осмотр. Правильное питание и отдых, развитие общей сопротивляемости организма помогают детям противостоять туберкулезу. И конечно, детей

необходимо изолировать от любых контактов с больными активной формой туберкулеза. Ребенку, контактировавшему с туберкулезным больным, делают туберкулиновую пробу. Припухание и покраснение места, куда делают инъекцию туберкулина, означает, что в организм малыша попали туберкулезные бактерии. Положительная реакция требует дальнейшего рентгенологического обследования легких.

Маленькому ребенку с положительной реакцией обычно проводят лечение специальными противотуберкулезными средствами, даже если рентгенологическое исследование дало отрицательный результат. Взрослые, с которыми общается ребенок, должны пройти проверку на возможную инфекцию, и, если рентгенологическое исследование легких показывает признаки туберкулеза, проводится более интенсивное лечение.

При современном уровне медицинской науки у ребенка с активной формой туберкулеза есть все шансы на выздоровление. Даже туберкулезный менингит, который раньше часто заканчивался летальным исходом, сейчас во многих случаях поддается лечению. В некоторых случаях для выздоровления ребенка достаточно хорошего домашнего ухода под наблюдением врача. Однако дети с серьезными случаями заболевания должны находиться в больнице. По возвращении домой ребенок нуждается в полноценном отдыхе, сбалансированном питании, защите от эмоциональных и физических перегрузок.

Тугоухость

Если младенец не реагирует на звук или у ребенка постарше проявляются определенные трудности со слухом, родители должны обратиться к специалисту по ушным болезням, который может диагностировать и лечить дефекты слуха. Для проверки слуха детей школьного возраста часто используется аудиометр – аппарат, измеряющий восприятие серии звуков, различающихся по частоте и громкости. Для диагностирования малышей применяются другие тесты.

При своевременно начатом лечении развитие многих дефектов слуха можно приостановить; иногда слух можно частично или даже полностью восстановить. Однако в некоторых случаях повреждение слуха может прогрессировать.

С детьми, имеющими дефекты слуха, необходимо разговаривать, причем не так важна громкость звука, как правильная высота голоса. С тугоухим ребенком надо говорить ясно и отчетливо, но без излишних движений губ. При некоторых дефектах слуха неоценимой может быть помощь логопеда. Некоторым детям помогают инструкции по речи и чтению по губам.

Если ребенку рекомендован слуховой аппарат, желательно приобрести его. Некоторые люди не решаются пользоваться слуховым аппаратом, так как считают, что он портит внешность и что при его использовании и без того слабый слух будет только ухудшаться. Оба эти мнения ошибочны. Процесс привыкания к слуховому аппарату медленный, поскольку сначала пользователь часто слышит шум и гул. На первых порах это может мешать и утомлять ребенка.

Дети, страдающие тугоухостью, легко могут стать застенчивыми. Отец и мать должны помочь ребенку избежать этого. Если их не приводит в замешательство его физический недостаток, он не будет из-за него чувствовать свою ущербность.

Специалисты рекомендуют проверять слух всех детей школьного возраста по меньшей мере раз в три года, а в случаях выявления каких-то трудностей со слухом проводить более тщательные обследования. Регулярные проверки у врача-специалиста должны стать частью медицинских осмотров ребенка начиная с младенчества.

У

Укусы животных

Укусы животных могут вызвать заражение, называемое бешенством. Поэтому, если ребенка укусила, например, собака, надо немедленно обратиться к врачу.

Доврачебная помощь предполагает следующие действия:

1. Осторожно промойте ранку с мылом под струей воды.
2. Прижгите ранку слабым раствором йода или другим антисептиком и наложите стерильную повязку.

Следует оповестить санинспекционную службу о случившемся, разыскать собаку, укусившую ребенка, и проверить, нет ли у нее признаков бешенства. Если собаку не удалось найти или если она оказалась бешеной, ребенку следует сделать уколы против бешенства.

Укусы змей

Если ребенок находится в районе обитания ядовитых змей, то он должен принять следующие меры предосторожности: надеть высокие сапоги, перчатки, иметь при себе пакет первой помощи, быть внимательным, прикасаясь к выступам на каменистых поверхностях и т.д.

Если после укуса ядовитой змеи остались следы змеиных зубов, нужна инъекция противоядной сыворотки. До прихода врача сделайте все, чтобы помешать попаданию яда в кровь ребенка:

1. Уложите ребенка, пусть он расслабится.
2. Если рана на ноге или руке, наложите жгут (используйте все, что есть под рукой: чулок, галстук, платок, бинт) выше раны, чтобы локализовать яд. Затяните потуже, чтобы набухли вены.
3. Простерилизуйте лезвие острого ножа спиртом или йодом или подержите его над пламенем.
4. Сделайте надрез поперек следов змеиных зубов поглубже, чтобы выпустить попавший в ткани яд. Старайтесь не задеть кровеносных сосудов.
5. Немедленно начинайте отсасывать жидкость из ранки. Если нет отсасывателя, делайте это ртом.

Укус неядовитой змеи не опасен, но обработать место укуса все равно необходимо.

Укусы насекомых

Безобидные комары и мухи могут представлять большую опасность для детей. Малыш не обязательно будет жаловаться на боль, но он может расчесать укушенное место, и туда попадет инфекция. При сильном зуде на место укуса нужно положить холодный содовый компресс или компресс со сметаной.

Если малыша укусила пчела или оса, выньте жало пинцетом и наложите холодный содовый компресс.

Особенно опасен укус клеща. Если в округе водятся клещи, лучше сделать ребенку соответствующую прививку. Если малыша все-таки укусил клещ, немедленно извлеките насекомое из-под кожи. Делайте это осторожно, чтобы удалить клеща целиком. Можно также намазать место, куда присосался клещ, растительным или машинным маслом. Тогда насекомое не сможет дышать и, возможно, вылезет само. В противном случае подождите полчаса и осторожно выньте клеща пинцетом. Затем тщательно промойте пораженное место водой с мылом.

Ушные инфекции

Для детей от года до четырех лет ушные инфекции вследствие простуды – довольно обычное явление. Часто они проходят сами и не требуют лечения. Однако малыша, жалующегося на ушную боль, постоянно трущего и дергающего ухо, необходимо показать врачу. Своевременное лечение не даст легкому воспалению перейти в более серьезную форму.

Часто простуженный ребенок слишком сильно сморкается, нажимая одновременно на обе ноздри. При этом инфекция из носа и горла может попасть в ухо. Для того чтобы уменьшить опасность ушной инфекции, надо научить ребенка прочищать нос осторожно, поочередно через одну ноздрю, зажимая при этом другую. Если у малыша заболело ухо, то до осмотра врача можно приложить к уху что-нибудь теплое – это немного успокоит боль. Однако сперва убедитесь, что источником боли не является инфицированный зуб. В этом случае тепловое воздействие противопоказано. Также эффективен аспирин (примерно 1 гран на каждый год возраста, но не более 5 гран; 1 гран = 64,8 мг). Ничего не закладывайте в ухо без назначения врача. Если из уха выделяется гной, для профилактики кожной инфекции можно заложить в ухо фитилек из стерильной ваты.

Ушная инфекция обычно связана с наружным и средним ухом. Иногда инфекция в наружном ухе может возникнуть от царапины или раздражения, из-за неаккуратного извлечения серы из ушей. Ковырять в ухе – очень опасное занятие. Серные пробки из ушных раковин должен извлекать только врач.

Х

Хорея

Хорея, или пляска св. Витта, – нервная болезнь, сопровождающаяся повышением температуры тела и проявляющаяся в произвольном беспорядочном сокращении мышц тела. (Хорею следует отличать от нервного тика, симптомы обеих болезней хорошо знают врачи.) Иногда такие произвольные подергивания становятся настолько частыми, что затрудняют речь, мешают писать, есть, одеваться. Болезнь начинается приблизительно в семилетнем возрасте и продолжается до подросткового периода. Иногда у ребенка может быть всего несколько приступов. По достижении совершеннолетия болезнь исчезает.

Во время приступа ребенок становится возбужденным, беспокойным и эмоционально непредсказуемым. Отнесите к нему со вниманием. Немедленно уложите его в постель, успокойте и вызовите врача. Врач назначит соответствующее лечение. Болезнь проходит быстрее, если ребенку обеспечить покой и необходимое успокаивающее средство.

Ц

Церебральный паралич

Церебральный паралич является следствием послеродовых травм нервной системы, а иногда следствием некоторых болезней. Степень поражения нервной системы различна, различны и поражения мышечных тканей.

Церебральный паралич полностью неизлечим. Лечение предполагает не полное выздоровление, а обучение, тренировки. Больного учат владеть здоровыми мышцами и нервами, развивать иные движения взамен тех, которые ему недоступны и обычно выполняются подсознательно.

При серьезных поражениях нервной системы больному могут оказать помощь только специалисты. Труднее всего малышу будут даваться те движения, контроль которых осуществляется пораженными нервными окончаниями: самостоятельное передвижение в пространстве, одевание, пользование туалетом, принятие пищи и речь. Однако начинать тренировки нужно как можно раньше и без назойливого вмешательства здоровых людей. Нельзя превращать больного ребенка в беспомощное дитя, но ему необходимо ощущение, что мама и папа любят его таким, какой он есть.

Малыш нуждается в компании других детей. Если он сильно ограничен в движениях, можно приглашать детей к себе домой. Парализованный ребенок тяжело переживает усмешки и издевки других детей. Однако любовь, терпение и понимание домашних помогут ему перенести трудности.

Ч

Чесотка

Чесотка – это заразное кожное заболевание, которое вызывается микроскопическим паразитом (клещом), проникающим в кожу. Поскольку клещ ползает медленно, заражение обычно происходит при длительном и тесном контакте с больным чесоткой. Примерно через месяц после заражения начинается зуд.

Чесотка может поразить любую часть тела, но наиболее часто – руки, запястья, локти, ягодицы, живот, внутренние поверхности конечностей и половой член. Наиболее очевидными признаками чесотки являются крошечные нитевидные белесоватые ходы, оставленные на коже клещом. Однако дети часто расчесывают их, и в результате появляются корки, маленькие мокнущие участки, следы расчесов и рубцы.

Если ребенок общался с больным чесоткой или жалуется на зуд, особенно по ночам, обратитесь к врачу. Необходимо также проверить и других членов семьи.

Чиханье у младенцев

Чиханье новорожденного может беспокоить родителей, которые предполагают, что он простудился. На самом деле некоторые младенцы чихают по два-три раза подряд, несколько раз в день, просто потому, что им в нос попала пыль. Иногда чиханье является способом сморкаться. Малыш, с жадностью схвативший бутылочку, может вычихнуть молоко через нос после нескольких первых глотков. Если это происходит часто и мешает кормлению, можно на минутку вынуть соску изо рта малыша после первых глотков – это немного замедлит сосание.

Ш

Шок

Раздражение любого вида может вызвать шок – нарушение общей функции организма, сопровождаемое падением артериального давления, ухудшением кровообращения. Состояние шока может также наступить от глубокого эмоционального расстройства. Обычные симптомы шока:

- 1) резкая слабость, бледность, иногда головокружение, тошнота или рвота;
- 2) тусклый, устремленный вдаль взгляд, расширенные зрачки;
- 3) липкий пот на лице, руках и ногах;
- 4) частый, но слабый пульс;

5) частое поверхностное дыхание, переходящее в неровное;

6) иногда потеря сознания.

При серьезной травме или ушибе человек, осуществляющий первую помощь, должен учитывать вероятность шока. Лучше не трогать ребенка, а вызвать «скорую помощь»: неумелое транспортирование может усилить шок.

Меры первой доврачебной помощи:

1. Уложить ребенка на кровать без подушки и приподнять ему ноги.

2. Следить, чтобы ребенку было тепло, но не жарко, так как чрезмерное тепло может быть опасно при шоке.

3. Давать небольшие количества теплого питья, кроме случаев, когда ребенка рвет, он находится без сознания или имеет брюшное повреждение.

4. Постараться лишний раз не тревожить больного.

Шумы в сердце

Шум в сердце – это посторонний звук, помимо основных стуков, не обязательно означающий серьезное отклонение.

Шумы в сердце бывают органические и функциональные. Органический шум подразделяется на два вида: 1) врожденный – ребенок родился с пороком сердца, здесь часто может помочь операция; 2) приобретенный – например, осложнение после перенесенного ревматизма. Ребенок с шумами органической природы нуждается в постоянном наблюдении врача, который проводит специальную диагностику и назначает лечение. Дети с болезнью сердца не являются инвалидами, и только врач может решить, что им можно делать и что нельзя.

Функциональные шумы в сердце – в целом довольно распространенное явление, как правило не имеющее большого значения. Они обычно не связаны с сердечным заболеванием, а являются просто результатом какой-то вибрации в грудной клетке, которая производит посторонний звук в дополнение к нормальным сердечным тонам. Например, этот звук может идти от вибрации кровеносного сосуда рядом со стенкой груди. Функциональные шумы могут сопутствовать какой-нибудь болезни, вроде анемии. Когда заболевание проходит, шум в сердце исчезает.

Э

Экзема

Считается, что это неинфекционное кожное заболевание, довольно часто встречающееся у младенцев и у детей более старшего возраста, возникает в основном из-за аллергии.

Одной из форм экземы является сыпь в виде красных водяных пузырьков размером с булавочную головку, которые лопаются, мокнут, покрываются корочками и чешутся. У младенцев сыпь обычно появляется на щеках, на лбу, на ушах, груди, плечах, ножках, в паховой области. В большинстве случаев примерно к двум годам покраснения исчезают. Однако уже при первом появлении сыпи нужно обратиться к врачу.

Лечение экземы индивидуально. Врач может назначить диету, порекомендовать различные мази и примочки. Если экзема носит устойчивый характер, он проводит кожные тесты для выявления точной причины чувствительности кожи.

Энурез

Энурез означает регулярное недержание мочи, приобретающее устойчивый характер после пяти лет, или возобновление недержания у ребенка более старшего возраста. Если же малыш случайно обмочился, это еще не значит, что у него энурез. У большинства детей четырех-шести лет может случайно произойти такое, когда они чем-то возбуждены, огорчены или слишком увлечены игрой. Дети в разном возрасте начинают контролировать мочевого пузыря. Одни остаются сухими в дневное время в два года, другие – в три. Одни полностью перестают мочиться и днем, и ночью в три с половиной года, другие – в четыре или в пять.

Причиной энуреза может стать болезнь, волнение по поводу переезда на новую квартиру, трудности привыкания к яслям или детскому саду. Иногда недержание случается только ночью. Если ребенок обычно счастлив и активен, энурез, как правило, проходит, когда условия опять становятся нормальными. А успеха можно добиться, если следить, чтобы дети опорожнялись мочевого пузыря перед сном, и уменьшать количество жидкости, выпиваемой вечером. Однако более важно убедить малыша, что это случается у многих детей.

Когда ребенок любого возраста не только теряет контроль над мочевым пузырем, но и мочится намного чаще, чем обычно, необходимо обратиться к врачу, особенно если малыш жалуется на жжение вокруг гениталий.

При установлении диагноза всегда принимается во внимание состояние здоровья и общее развитие ребенка. Например, болезнь нельзя считать энурезом, если имеются нарушения в размере и форме мочевого пузыря четырех-пятилетнего малыша, что делает затруднительным удерживать большое количество мочи до утра.

Неосуждающее отношение родителей к энурезу является, возможно, наилучшим способом помочь ребенку преодолеть его.

Я

Ячмень

Бактерии, попадающие в веко, когда ребенок его трет, иногда вызывают ячмень – воспаление волосяного мешочка ресницы и сальной железы, находящейся у края века. На веке появляется гнойный мешочек, который обычно созревает и лопается сам по себе. Для того, чтобы ускорить созревание, к ячменю можно несколько раз в день по назначению врача прикладывать примочки. Врач также обычно прописывает и антисептическую мазь, предупреждающую дальнейшее распространение инфекции. Если появляется один ячмень за другим, значит, ребенок трет или трогает глаз в период созревания и разрыва ячменя, и это способствует распространению инфекции.

Если у малыша появляется подряд серия ячменей, его следует показать врачу. Частые ячмени могут означать, что у ребенка пониженная сопротивляемость инфекциям.