

ЗДОРОВЬЕ И БОЛЕЗНИ ДЕТЕЙ

ЧТО ДЕЛАТЬ ДЛЯ ЗАЩИТЫ ЗДОРОВЬЯ ДЕТЕЙ



Главы 11 и 12 больше рассказывают о значении питательной еды, чистоты и прививок. Родители обязаны прочитать эти главы внимательно и использовать их как помощь во время ухода за своими детьми для их обучения. Главные моменты здесь кратко повторяются.

Питательная Еда

Важно, чтобы дети ели самую питательную пищу, какую могут получить, чтобы они хорошо росли и не заболели.

Самыми лучшими продуктами для детей в разном возрасте являются:

- ◆ в первые 4-6 месяцев: **грудное молоко** и ничего более.
- ◆ от 6 месяцев до года: **грудное молоко и другие питательные продукты** - такие как вареные злаки, бобовое пюре, яйца, мясо, вареные фрукты и овощи.
- ◆ в возрасте больше года: ребенок должен есть **ту же пищу, что и взрослые, но более часто**. К основным продуктам (рис, кукуруза, пшеница, картофель или маниок) добавляются “вспомогательные продукты”, о которых говорилось в Главе 11.
- ◆ Прежде всего, дети должны получать **достаточно** еды.

Все родители обязаны следить за признаками недоедания у своих детей и давать им самую лучшую пищу, какую они могут.

Чистота

Дети с большей вероятностью будут здоровы, если их деревня, их дома и они сами содержатся в чистоте. Следуйте принципам чистоты, разъясненным в 12 главе. Обучите детей следовать им - и понимать их важность. Повторим самые важные принципы:

- Чаще купайте и переодевайте детей.
- Приучите детей всегда мыть руки утром, когда они встают, после опорожнения и до еды или когда берут пищу руками.
- Делайте уборные или "домик во дворе" - и научите детей пользоваться ими.
- Если можно, не позволяйте детям ходить босиком; заставьте их одевать сандалии или башмаки.
- Обучите детей чистить зубы щеткой; и не давайте им много конфет, сладкого или газированных напитков.
- Обрезайте ногти на пальцах очень коротко.
- Не позволяйте детям, которые болеют или у которых есть язва, чесотка, вши или стригущий лишай, спать с другими детьми или пользоваться одной и той же одеждой, или полотенцем.
- Сразу лечите детей от чесотки, стригущего лишая, кишечных глистов и других инфекций, которые легко распространяются от ребенка к ребенку.
- Не позволяйте детям брать грязные вещи в рот или лизать их лица собакам или кошкам.
- Держите свиней, собак и цыплят вне дома.
- Используйте для питья только чистую, кипяченую или отфильтрованную воду. Это особенно важно для малышей.
- Не кормите малышей из бутылочек, так как трудно сохранить их чистыми, а грязь может вызвать заболевание. Кормите малышей ложкой из чашки.

Прививки

Вакцинации защищают детей от многих самых опасных болезней детства - коклюша, дифтерии, столбняка, полиомиелита, кори и туберкулеза.

Дети должны получить разные вакцинации в течение первых месяцев жизни, как показано на с. 147. Капли от полиомиелита желательно дать первыми, если возможно, то еще при рождении, но не позже двухмесячного возраста, поскольку риск развития младенческого паралича (полиомиелита) самый высокий у детей до года.

Важно: Для полной защиты, вакцины КДС (коклюш, дифтерия, столбняк) и поливакцины необходимо давать раз в месяц в интервале трех месяцев и один раз после года.

Защитить новорожденного от столбняка можно вакцинируя его мать во время беременности (см. с. 250).



Убедитесь, что ваши дети получили все необходимые прививки.

РОСТ ДЕТЕЙ – И “ПУТЬ К ЗДОРОВЬЮ”

Здоровый ребенок постоянно растет. Если он достаточно ест питательную еду и если у него нет серьезных заболеваний, то ребенок каждый месяц набирает вес.



Ребенок, который хорошо растет - здоров.

Ребенок, который набирает вес более медленно, чем другие дети, не прибавляет вес или уменьшает вес, - не здоров. Он или не ест достаточно, или у него серьезное заболевание, или то и другое.

Хорошим способом проверки, здоров ли ребенок и получает ли он достаточно питательную пищу, является его ежемесячный вес, по которому видно, что он набирает вес нормально. Если ежемесячно записывать вес ребенка в Медицинскую карту ребенка, то при беглом осмотре легко увидеть, набирает ли вес ребенок нормально.

При умелом пользовании такие карточки расскажут матерям и работникам здравоохранения, что ребенок не растет нормально, и можно рано предпринять некоторые меры воздействия. Они могут убедиться, что ребенок получает много еды, и могут контролировать и лечить заболевание, которое может быть есть у ребенка.

На следующей странице дана стандартная Медицинская Карта Ребенка, на которой показан “коридор здоровья”. Эту карту можно вырезать и скопировать. Или более того готовые карточки можно получить (в Англии, Франции, Испании, Португалии или ОАЭ) через Службы Обучения по Низкой Цене (TALC адрес смотрите на с. 429). Подобные карточки на местном языке делают Отделы Здоровья во многих странах.

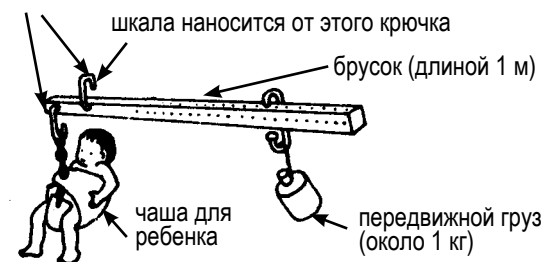
Хорошей целью для каждой матери является сохранение Карты Здоровья каждого из ее детей до 5 лет. Если есть по близости центр здоровья или десткая клиника, мать должна ежемесячно приводить туда своего ребенка с его карточкой для взвешивания и проверки. Медицинский работник поможет понять карточку и разъяснит как ей пользоваться.

Для сохранности Карты Здоровья Ребенка держите ее в пластиковом конверте.

ДОМАШНИЕ РЫЧАЖНЫЕ ВЕСЫ

Вы можете сделать домашние весы из сухого дерева. В качестве подвижного груза используйте мешок, бутылку или оловянную банку с песком.

два крючка через 5 см

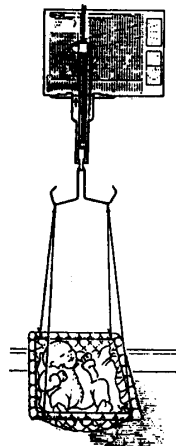


Вес правилен, когда брус стоит горизонтально.

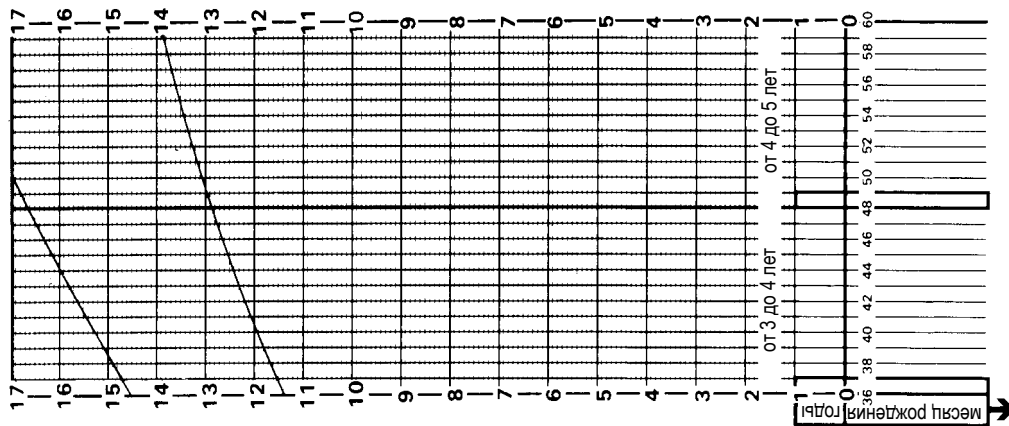
РЕГИСТРИРУЮЩИЕ ВЕСЫ

изготовленные в TALC (см. с. 429)

Карточка роста скользит позади измерителя, так что вы можете записать вес ребенка сразу на карточку.



КАРТА ЗДОРОВЬЯ РЕБЕНКА



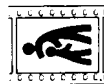
Имя ребенка	мальчик
	девочка
Дата родов	Вес ребенка
Имя матери	
Нянька, если нет матери	
Имя отца	
Где живет ребенок	
Карта выдается	
и мать заполняет ее	

Выясните у матери причины, по которым ребенок нуждается в усиленном уходе.

Прививки	Дата
БЦЖ	
Полиомелит	первая доза
	вторая доза
	третья доза
	четвертая доза
КДС	первая доза
	вторая доза
	третья доза
Корь	
	первая доза
	вторая доза
Против столбняка	первая доза
	вторая доза
	третья доза

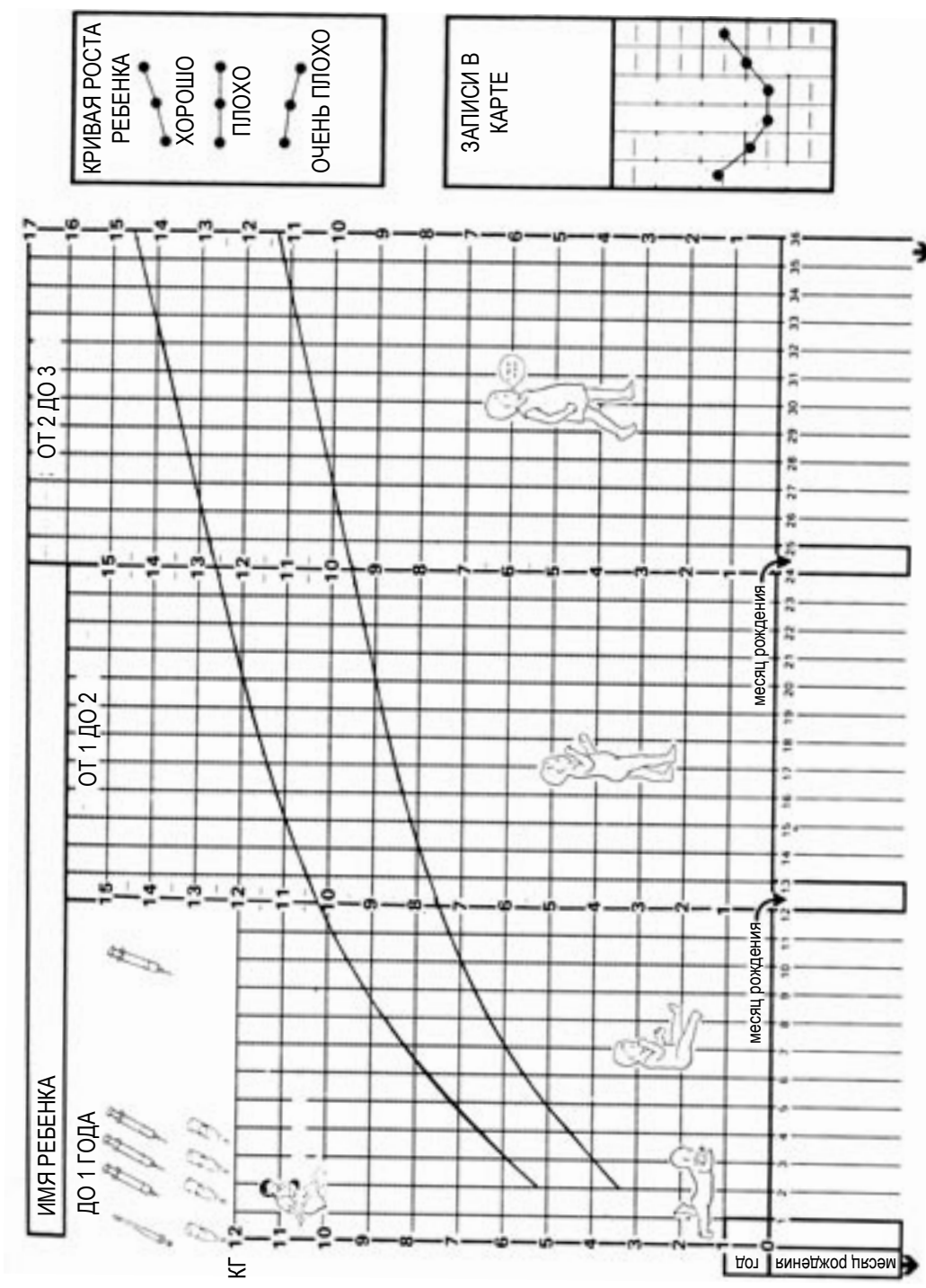
	Оральная регистрация	

TALC



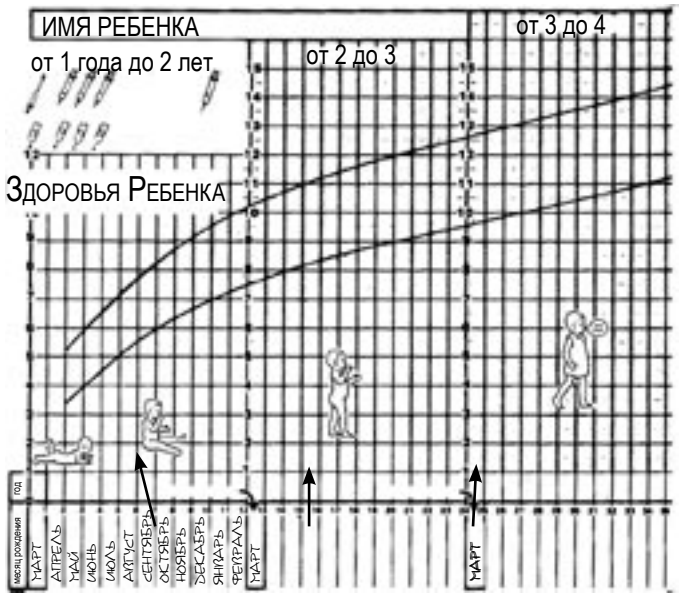
Дата визита _____

ОБОРОТНАЯ СТОРОНА



КАК ПОЛЬЗОВАТЬСЯ КАРТОЧКОЙ ЗДОРОВЬЯ РЕБЕНКА

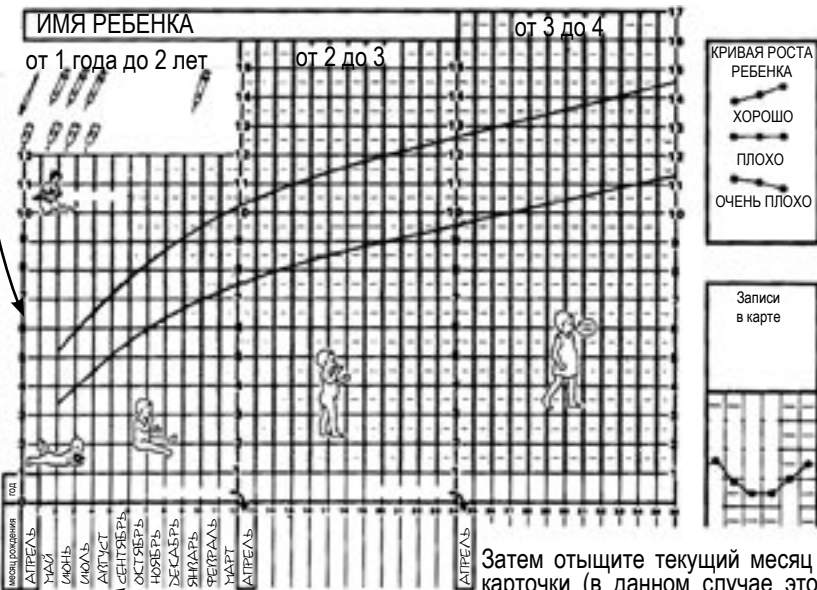
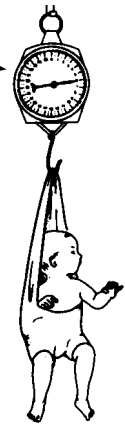
ПЕРВОЕ, впишите месяцы года в маленькие квадратики внизу карточки.



Впишите месяц рождения ребенка в первый квадратик для каждого года. На этой карточке показано, что ребенок родился в марте.

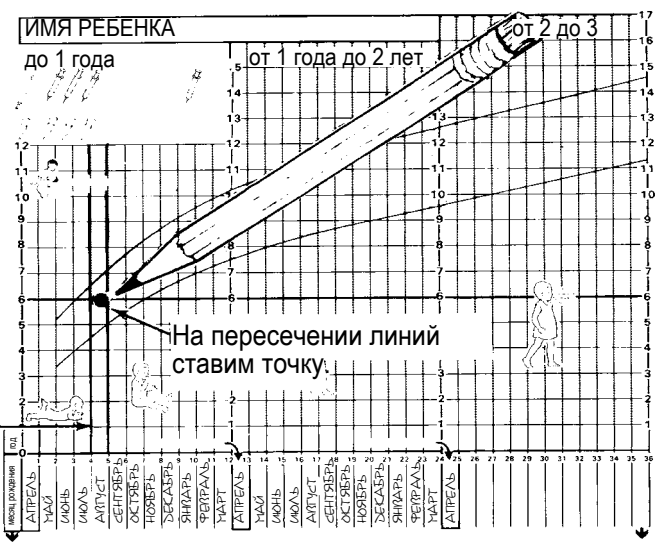
ВТОРОЕ, вес ребенка. Предположим, что ребенок родился в апреле. Сейчас август, и ребенок весит 6 кг.

ТРЕТЬЕ, посмотрите на карточку. Килограммы написаны сбоку карты. Найдите вес ребенка (в данном случае, 6).

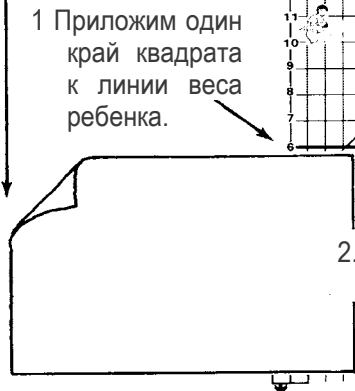


Затем отыщите текущий месяц в нижней части карточки (в данном случае это август первого года ребенка).

ЧЕТВЕРТОЕ, следуем за линией, что идет от 6
и
за линиями, что идут от августа.

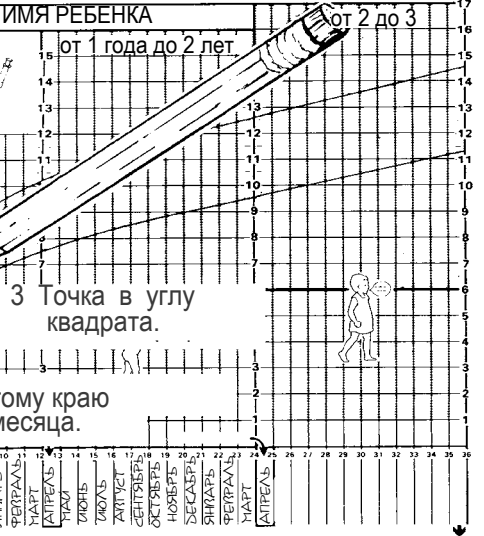


Легко определить, где ставить точку, если приложить бумажный квадрат к карточке.



1 Приложим один край квадрата к линии веса ребенка.

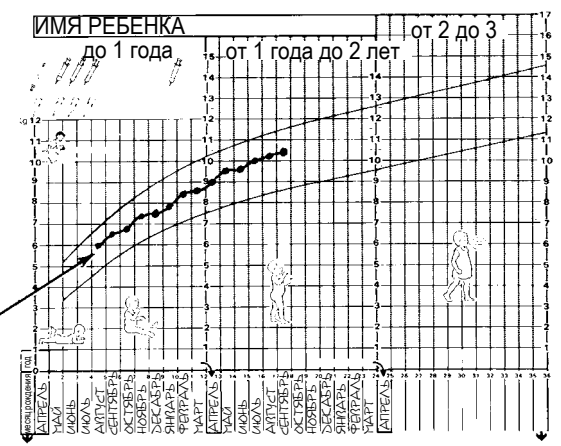
2. По другому краю линия месяца.



Каждый месяц взвешиваем ребенка и ставим другую точку на карте.

Если ребенок здоров, то каждый месяц на карте будет появляться новая точка выше, чем предыдущая.

Чтобы видеть, как хорошо растет ребенок, соедините точки линией.

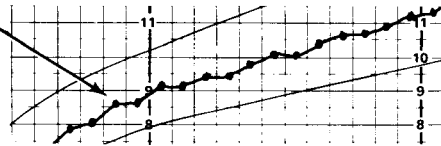
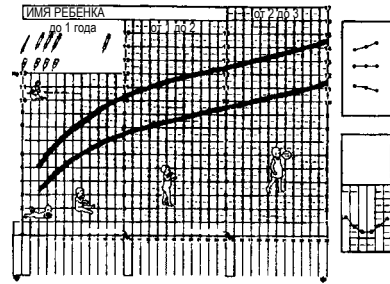


КАК ЧИТАТЬ КАРТОЧКУ ЗДОРОВЬЯ РЕБЕНКА

Две длинные кривые на карте ограничивают "Путь к Здоровью", на которой должен попасть вес ребенка.

Линия из точек отмечает вес ребенка от месяца к месяцу и от года к году.

Для большинства нормальных, здоровых детей линия из точек попадает между двумя длинными кривыми. Вот почему пространство между этими линиями называется Путь к Здоровью.



Если линия из точек постоянно поднимается в том же направлении как длинные кривые, то это указывает, что ребенок здоров.

Здоровый ребенок, который получает достаточно питательную пищу, обычно начинает сидеть, гулять и говорить в сроки показанные здесь.

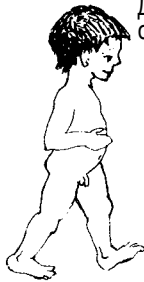
Типичная карта здорового, хорошо питающегося ребенка

Делает 10 шагов самостоятельно

Короткие фразы

Сидит сам

отдельные слова

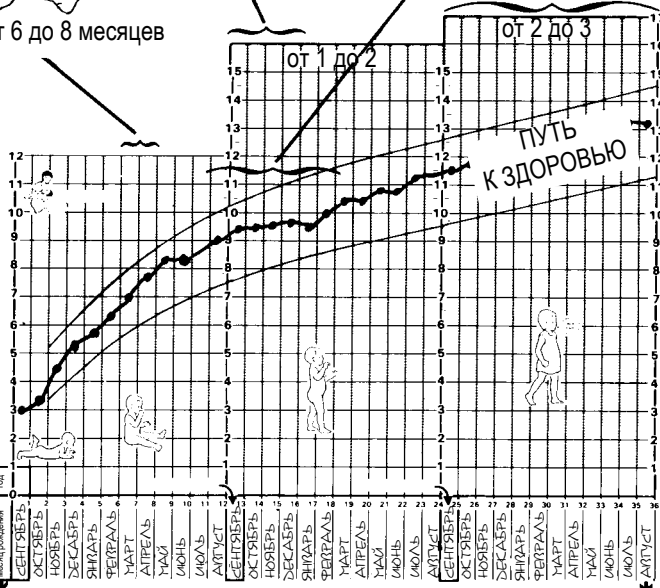


от 6 до 8 месяцев

от 12 до 16 месяцев

от 11 до 18 месяцев

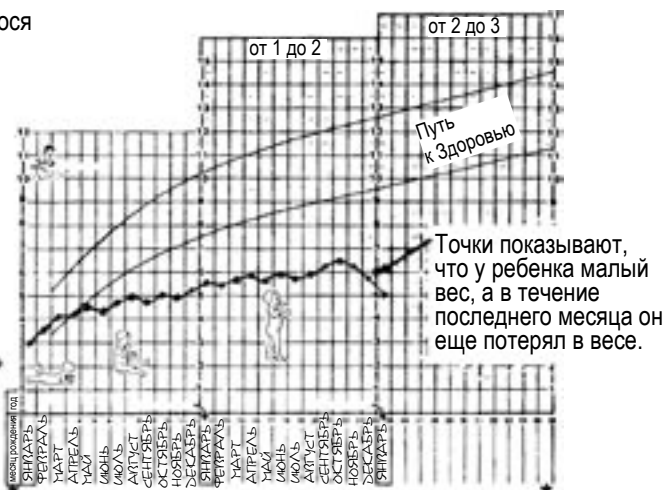
3 год



У здорового, хорошо питающегося ребенка вес растет постоянно. Точки обычно лежат внутри линий, которые образуют Путь к Здоровью

Плохо питающийся, больной ребенок имеет карту, похожую на карту внизу. Заметим, что линия из точек (его вес) лежит ниже Пути к Здоровью. Линия из точек также нерегулярная и не растет сильно вверх. Это показывает, что ребенку становится хуже.

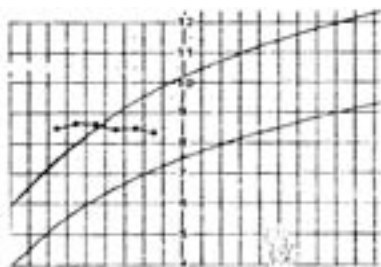
Типичная кривая плохо питающегося ребенка с низким весом



Ребенок с подобной картой здоровья имеет серьезный недовес. Возможно он не получает достаточно еды. Или же он болен туберкулезом или малярией. Или и тем и другим. Он должен потреблять как можно больше пищи, и как можно чаще. Его следует проверить на возможные болезни и отводить к врачам до тех пор, пока кривая не придет в норму.

ВАЖНО: Следите за направлением кривой.

Направление кривой говорит намного больше, чем положение отдельных точек внутри или за пределами ограничивающих линий.



Хотя точки кривой этого ребенка лежат внутри границ, ребенок не набирает вес в течение нескольких месяцев.



Точки кривой этого ребенка лежат за границами, но их направление говорит о том, что ребенок набирает вес. Некоторые дети по природе меньше других. Возможно, их родители не очень крупные.

Типичная Карта Здоровья Ребенка, показывающая его развитие:

Этот ребенок здоров и набрал хорошо вес в течение первых 6 месяцев жизни, поскольку мать кормила грудью.

В 6 месяцев мать снова стала беременной и прекратила грудное кормление. Ребенок питался мало и в основном зерном и рисом. Он перестал набирать вес.

В 10 месяцев развивается хронический понос и начинается потеря веса. Он очень худеет и заболевает.

Когда ребенку было 13 месяцев, его мать поняла, как важно дать ребенку достаточно хорошее питание. Он начал быстро набирать вес. К 2 годам он вернулся на Путь к Здоровью.

кормление грудью

плохое кормление

понос

хорошее кормление

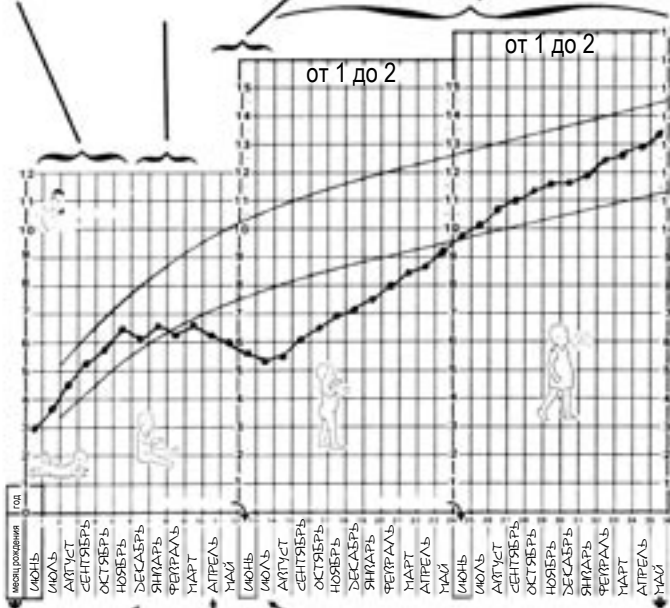


хорошая динамика веса

плохая динамика веса

потеря веса

хорошая динамика веса



6 месяцев без грудного молока

понос начинается с 10 месяцев

обычное кормление начинается с 13 месяцев

Важно иметь Карточки Здоровья Ребенка. При правильном использовании они помогут матерям узнать, когда их дети требуют более питательной пищи и особого внимания. Они помогают медицинским работникам лучше понять потребности ребенка и его семьи. Они также позволяют матери узнать, когда она действует правильно.

ОБЗОР ПРОБЛЕМ ДЕТСКОГО ЗДОРОВЬЯ, РАССМОТРЕННЫХ В ДРУГИХ ГЛАВАХ

У детей обнаруживают многие из болезней, обсуждаемых в других главах этой книги. Здесь кратко рассматриваются некоторые из наиболее часто встречающихся проблем. Для большей информации о конкретной проблеме смотрите указанные страницы.

О специальном уходе и проблемах новорожденных смотрите с. 270-275 и с. 405.

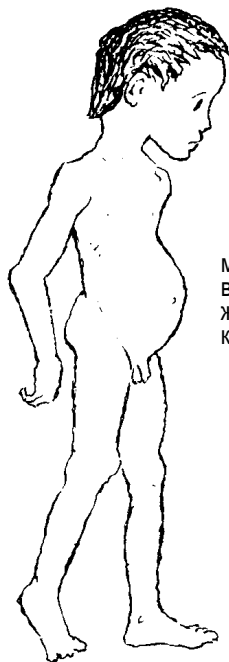
Помните: У детей очень быстро болезни становятся опасными. Болезнь, которая сильно вредит или убивает взрослого в течение дней или недель, может убить маленького ребенка за часы. Так что важно рано заметить признаки болезни и уделить им внимание правильным образом.

Истощенные Дети

Многие дети получают неполноценную пищу, потому что они недостаточно едят. Или они потребляют много продуктов, но с большим количеством воды и клетчатки подобно маниоке или жидкой каше из кукурузы, их животы надуваются до того, как они получат достаточно калорий необходимых для тела. Также некоторые дети несомненно недополучают такой важный компонент в их питании, как витамин А (см. с. 226) или йод (см. с. 130). Полное обсуждение детского питания читайте в Главе 11, особенно с. 120-122.

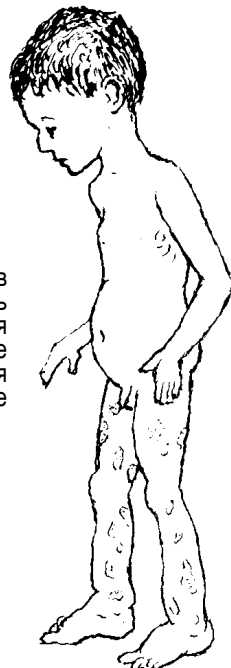
ЭТИ ДВА РЕБЕНКА ИСТОЩЕНЫ

НЕ ОЧЕНЬ СЕРЬЕЗНО



маленький недобор в массе, большой живот, тонкие руки, кожа и ноги, язвы.

СЕРЬЕЗНО



унылый, недобор в массе (может набирать массу некоторое время из за отекаания), темные пятна, шелушащаяся или открытые опухшие ступни.

Недоедание может вызвать много различных проблем у детей, включая:

В умеренных случаях:

- ◆ замедление роста,
- ◆ вздутый живот,
- ◆ худое тело,
- ◆ потеря аппетита,
- ◆ потеря энергии,
- ◆ бледность (анемия),
- ◆ желание есть землю (анемия),
- ◆ язвы в уголках рта,
- ◆ частые простуды и другие инфекции,
- ◆ куриная слепота.

В более опасных случаях:

- ◆ недобор в массе,
- ◆ отеки ног,
- ◆ (иногда и лица),
- ◆ темные пятна, “синяки”, или открытые шелушащиеся язвы,
- ◆ утончение или выпадение волос,
- ◆ нежелание веселиться или играть
- ◆ язвы во рту,
- ◆ отставание в нормальном умственном развитии,
- ◆ “сухие глаза” (ксерофтальмия),
- ◆ слепота (с. 226).

Тяжелыми формами общего недоедания являются “сухое истощение”, или ма-разм, и “мокрое истощение”, или квашиоркор. Их причины и профилактика обсуждаются на с. 112 и 113.

Симптомы недоедания часто проявляются после острых заболеваний, подобных поносу или кори. Ребенок, который болеет или поправляется после болезни, нуждается даже больше в обильной хорошей пище, чем здоровый.

Профилактика и лечение истощения заключаются в том, чтобы давать вашим детям достаточно еды и как можно чаще. Добавляйте такие высококалорийные продукты, как масло или жир, к основным продуктам детского питания. Также старайтесь добавлять в большом количестве продукты, необходимые для роста и защиты организма такие, как бобы, чечевица, фрукты, овощи и, если возможно, молоко, яйца, рыбу или мясо.

Понос и Дизентерия

(Более полную информацию смотрите на с. 153-160)

Наибольшей опасностью для детей с поносом является **обезвоживание**, или потеря слишком большого количества жидкости из тела. Опасность увеличивается, если ребенка еще и рвет. Дайте **напиток Регидрона** (с. 152). Если ребенок находится на грудном питании, то **продолжайте давать грудное молоко**, но также добавляйте обезвоживающий напиток.



Другой большой опасностью для детей с поносом является недоедание. **Давате ребенку пищу, как только он захочет есть.**

ЖАР (см. с. 75)

У маленьких детей большая температура может легко вызвать припадки или повреждение мозга. Чтобы уменьшить жар, **разденьте ребенка**. Если ребенок плачет и кажется несчастным, то дайте ему **ацетаминофен** (парацетамол) или аспирин в нужной дозе (см. с. 380), давайте много жидкости. Если он очень горячий и его знобит, то **смочите прохладной (но не холодной) водой и обмахивайте его.**



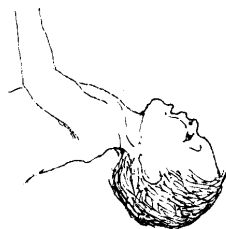
Припадки (Конвульсии) (см. с. 178)

Обычными причинами припадков или конвульсий у детей являются сильный жар, обезвоживание, эпилепсия и менингит. Если жар высокий, то немедленно уменьшайте его (см. с. 76). Проверяйте симптомы обезвоживания (с. 151) и менингита (с. 185). Припадки, которые появляются неожиданно без жара или других причин, возможно эпилептические (с. 178), особенно если ребенок кажется здоровым в промежутках между ними. Припадки или спазмы, при которых вначале челюсть, а затем все тело становится окостеневшим, вызваны столбняком (с. 182).



Менингит (см. с. 185)

Эта опасная болезнь может придти как осложнение после кори, свинки или других заболеваний. Дети матерей, у которых есть туберкулез, могут получить туберкулезный менингит. Очень больной ребенок, который лежит с опрокинутой головой, у которого шея слишком одеревенела в изгибе вперед и тело совершает странные движения (припадки), болеет менингитом.



Анемия (см. с. 124)

Общие симптомы у детей:

- бледность, особенно внутри век, десны и ногтей;
- слабый, легко устает;
- любит есть землю.

Обычные причины:

- пища бедна железом (с. 124);
- хронические кишечные инфекции (с. 145);
- глисты (с. 142);
- малярия (с. 186).



Профилактика и лечение:

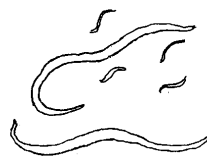
- Есть продукты, богатые железом, такие как мясо и яйца. Бобы, чечевица, арахис (земляной орех) и темно-зеленые овощи также содержат железо.
- Лечить причину анемии – и не позволять ходить босиком, если глисты распространены.
- Если вы подозреваете глисты, то необходим медицинский работник, чтобы рассмотреть стул ребенка под микроскопом. Если обнаружены яйца глистов, то лечите от глистов (с. 374-376).
- Если необходимо, дайте соли железа через рот (сульфат железа с. 393).

**Осторожно: Не давайте таблеток железа грудным или маленьким детям. Они могут отравить их. Вместо этого дайте железо в виде жидкости.
Или размельчите таблетку в порошок и смешайте с пищей.**

Глисты и Другие Паразиты Кишечника (см. с. 140)

Если у одного ребенка в семье есть глисты, то лечиться должна вся семья. Для профилактики глистных инфекций дети должны:

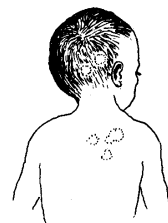
- ◆ Соблюдать правила гигиены (с. 133).
- ◆ Пользоваться уборными.
- ◆ Никогда не ходить босиком.
- ◆ Никогда не есть сырое или полусырое мясо или рыбу.
- ◆ Пить только кипяченую или чистую воду.



Кожные Проблемы (см. Главу 15)

У детей самые общие включают:

- чесотку (с. 199)
- заразные язвы и кожную сыпь (с. 201 и 202)
- стригущий лишай и другие грибковые заражения (с. 205)



Чтобы предотвратить кожные проблемы, соблюдайте правила гигиены (с. 133).

- ◆ Часто купайте детей и вычесывайте вшей.
- ◆ Следите за клопами, вшами и чесоткой.
- ◆ Не позволяйте детям с чесоткой, вшами, стригущим лишаем или заразными язвами играть и спать вместе с другими детьми. Рано их лечите.

Красные Глаза (Конъюнктивит) (см. с. 219)

Чисто протирайте веки мокрой чистой тряпочкой несколько раз в день. Накладывайте глазную мазь с антибиотиком (с. 379) вовнутрь век 4 раза в день. Не позволяйте ребенку с конъюнктивитом играть или спать с другими. Если он не поправляется за несколько дней, покажите его медицинскому работнику.



Простуды и Грипп (см. с. 163)

Обычная простуда, при которой течет нос, умеренная температура, кашель, болит горло, а иногда понос, часто бывает у детей, но не представляет серьезной проблемы.



Лечите большим количеством жидкости. Дайте ацетаминофен или аспирин (с. 379). Пусть дети, когда хотят, остаются в постели. Хорошая пища и большое количество фруктов поможет детям избежать простуд и быстро поправиться.

При обычной простуде или гриппе не надо давать пенициллин, тетрациклин и другие антибиотики. Не обязательно делать инъекции при простудах.

Если ребенку с простудой становится очень плохо, у него большой жар и поверхностное быстрое дыхание, то у него возможно пневмония (см. с. 171), и необходимо дать антибиотики. Также наблюдайте за инфекцией ушей (следующая страница) или ангиной (с. 310).

ПРОБЛЕМЫ ДЕТСКОГО ЗДОРОВЬЯ, НЕ РАССМОТРЕННЫЕ В ДРУГИХ ГЛАВАХ

Ушная Боль и Инфекции Ушей

Ушные инфекции обычны у маленьких детей. Инфекция часто начинается через несколько дней после простуды с заложенным носом. Жар может усиливаться, а ребенок часто плачет или третью одной стороной своей головки. Иногда в ухе можно видеть гной. У малышек ушная инфекция иногда сопровождается рвотой или поносом. Поэтому, если ребенок поносит и температурит, проверьте его ушки.



Лечение:

- ◆ Важно рано лечить ушные инфекции. Дайте антибиотики, такие как пенициллин (с. 351) или ко-тримоксазол (с. 358). Детям младше 3 лет лучше давать ампициллин (с. 353). От боли дайте ацетаминофен (с. 380). Также подойдет аспирин, но он менее безопасен (см. с. 379).
- ◆ Чаще убирайте гной из уха ватой, но не закупоривайте ухо ватой, палочкой, листом или еще чем-нибудь.
- ◆ Дети с гноем, вытекающим из уха, должны регулярно купаться, но не плавать или нырять, по крайней мере 2 недели после выздоровления.

Профилактика:

- ◆ Учите детей вытирать, но не высмаркивать носы, когда они простужаются.
- ◆ Не кормите малышей из бутылки - или если делаете это, то не кладите их на спину, так как молоко может попасть в нос и привести к ушной инфекции.
- ◆ Когда носы детей закупорены, используйте солевые капли и убирайте слизь из носа как описано на с. 164.

Инфекция ушного канала:

Чтобы обнаружить, инфицирован ли канал, или трубка, находящаяся в ухе, осторожно оттяните ухо. Если это вызовет боль, значит канал инфицирован. Капайте в ухо уксус, разбавленный водой, 3 или 4 раза в день. (Смешайте 1 ложку уксуса с 1 ложкой кипяченой воды). Если есть жар или гной, то используйте также антибиотик.

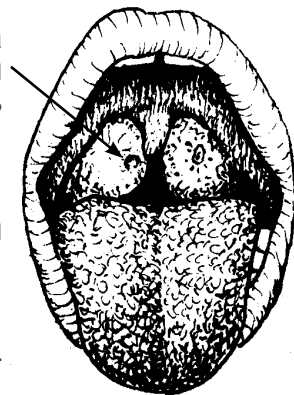
Больное Горло и Воспаление Миндалин

Эти проблемы начинаются с обычной простуды. Горло краснеет и болит при глотании. Миндалины (два лимфатических узла, выглядящих как шишки на каждой стороне задней части горла) могут увеличиваться, болеть или сочиться гноем. Температура может достичь 40°.

Лечение:

- ◆ Полощите теплой соленой водой (1 чайная ложка соли на стакан воды).
- ◆ Принимайте ацетаминофен или аспирин от боли.

Если вдруг появляются боль и жар или они продолжаются более 3 суток, смотрите следующую страницу.



Воспаленное горло и опасность ревматического жара

При воспаленном горле, часто возникающем при простой простуде или гриппе, обычно антибиотики не используются, и они не приносят пользы. Лечите полосканием и ацетаминофеном (или аспирином).

Однако один вид заболевания горла – **называемый ангиной** – необходимо лечить пенициллином. Ангиной чаще всего болеют дети и молодые люди. Обычно начинается неожиданно с болезненного воспаления горла и высокой температуры, часто без признаков простуды или кашля. Задняя часть рта и миндалины становятся очень красными и лимфатические узлы под челюстью и на шее разбухают и становятся чувствительными.

Давайте пенициллин (с. 351) в течение 10 дней. Если рано начать давать пенициллин и продолжать принимать его в течение 10 дней, то уменьшится опасность приобретения суставного ревматизма. Ребенок с ангиной должен есть и спать отдельно от других, чтобы предотвратить ее распространение.

Суставной Ревматизм

Это болезнь детей и молодых людей. Обычно начинается через 1-3 недели после заболевания ангиной (см. выше).

Главные симптомы (обычно присутствуют только 3 или 4 этих симптомов):

- жар;
- боль в суставах, особенно на запястьях и лодыжках, позже в коленях и локтях. Суставы разбухают, и часто горячие и красные;
- изогнутые красные линии или бугры под кожей;
- в более тяжелых случаях слабость, короткое дыхание и возможно боль в сердце.



Лечение:

- ◆ Если вы подозреваете суставной ревматизм, покажите медицинскому работнику. Есть риск повредить сердце.
- ◆ Принимайте аспирин в больших дозах (с. 380). В 12-летнем возрасте можно принимать от 2 до 3 таблеток по 300 мг 6 раз в день. Принимайте их вместе с молоком или пищей во избежание желудочной боли. Если в ушах появляется звон, уменьшайте дозу.
- ◆ Дайте пенициллин (см. с. 351).

Профилактика:

- ◆ Чтобы защититься от ревматического жара, рано лечите стрептококковую ангину пенициллином – в течение 10 дней.
- ◆ Чтобы предупредить возврат ревматического жара и дополнительного повреждения сердца, ребенок, у которого однажды был ревматический жар, должен принимать 10 дней пенициллин при первом признаке болезненности горла. Если у него уже появляются признаки нарушения сердечной деятельности, он должен принимать пенициллин на регулярной основе или делать ежемесячные инъекции бензатина пенициллина (с. 353) и иметь возможность находиться в покое. Следуйте совету знающего медицинского работника или доктора.

ИНФЕКЦИОННЫЕ БОЛЕЗНИ ДЕТСТВА

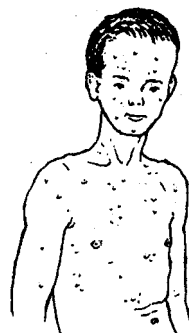
ВЕТРЯНАЯ ОСПА

Эта умеренная вирусная инфекция начинается через 2-3 недели после общения с больным ребенком.

Признаки:



пятна,
волдыри
и струпья.



Вначале появляется множество маленьких, красных, зудящих пятен. Они превращаются в маленькие прыщи или пузырьки, которые лопаются и образуют струпья. Обычно они появляются на теле, а позже – на лице, руках и ногах. Одновременно могут быть пятна, пузырьки и струпья. Жар обычно средний.

Лечение:

Инфекция обычно исчезает за неделю. Купайте ребенка ежедневно теплой водой с мылом. Чтобы успокоить зуд, прикладывайте прохладные тряпочки, смоченные в отваре из овсяной муки. Подрезайте очень коротко ногти на пальцах. Если струпья инфицировались, следите за их чистотой. Применяйте горячие влажные компрессы и накладывайте на них мазь из антибиотиков.

КОРЬ

Эта тяжелая вирусная инфекция **особенно опасна для детей**, которые **плохо питаются** или имеют **туберкулез**. Через 10 дней после контакта с больным корью заболевание начинается с признаков простуды – жара, текущего носа, воспаленных красных глаз и кашля.

Ребенок становится все более и более больным. Рот становится болезненным и может развиться понос.

Через 2 или 3 дня во рту появляются несколько крошечных белых пятен, напоминающих крупинки соли. Через день или 2 появляется сыпь – сначала за ушами и на шее, затем на лице и теле и в конце на руках и ногах. После появления сыпи ребенок обычно начинает чувствовать себя лучше. Сыпь длится около 5 дней. Иногда она рассыпается черными пятнами, вызванными кровотечением под кожей ("черная корь"). Это признаки тяжелой формы болезни. Обратитесь за медицинской помощью.



Лечение:

- ◆ Ребенок должен находиться в постели, пить много жидкости и получать питательную еду. Если он не может глотать твердую пищу, дайте ему жидкость в виде супа. Если малыш не может сосать, давайте грудное молоко ложкой (с. 120).
- ◆ Можно дать витамин А для защиты от поражения глаз (с.392).
- ◆ От жара и дискомфорта дайте ацетаминофен (или аспирин).
- ◆ Если развивается боль в ухе, дайте антибиотик (с. 351).
- ◆ Если обнаруживаются признаки пневмонии, менингита или угрожающей боли в ухе, или в животе, получите медицинскую помощь.
- ◆ Если у ребенка понос, дайте напиток Регидрона (с. 152).

Профилактика кори:

Ребенок с корью должен быть изолирован от других детей, даже от братьев и сестер. Особенно пытайтесь защитить детей, которые плохо питаются или если у них есть туберкулез или другие хронические заболевания. Дети из других семей не должны приходить в дом, где есть корь. Если дети в семье, где есть корь, сами не болеют ею, то они не должны ходить в школу или магазины, или в другие общественные места в течение 10 дней.

Для профилактики кори у ослабленных детей обеспечьте всем детям хорошее питание. Ваши дети должны получить вакцинацию против кори в возрасте 8-14 месяцев.

КОРЕВАЯ КРАСНУХА

Коревая краснуха не так тяжела как обычная корь. Она длится 3 или 4 дня. Сыпь-средняя. Часто лимфатические узлы на затылке и шее раздуваются и болезненны.

Ребенок должен оставаться в постели и, если необходимо, принимать ацетаминофен или аспирин.

Женщина, которая болеет коревой краснухой в первые три месяца беременности, может родить поврежденного или деформированного ребенка. По этой причине **беременная женщина**, которая еще не болела коревой краснухой или не уверена в этом, **должна остерегаться** детей болеющих такой корью. Лучше, когда девочки или женщины переболеют коревой краснухой до беременности. Вакцина против коревой краснухи есть, но она часто не доступна.

Свинка

Первые признаки появляются после 2 или 3 недель с момента контакта с больным.

Свинка начинается с температуры и боли при открывании рта или еде. За 2 дня появляются мягкие опухоли под ушами в углах челюсти. Часто свинка появляется на одной стороне и позже на другой.

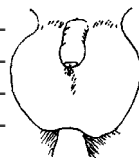


Лечение:

Опухоль спадает сама по себе в течение 10 дней без необходимости медицины. Против боли и жара можно принимать ацетаминофен или аспирин. Кормите ребенка нежной, питательной пищей и содержите его рот в чистоте.

Осложнения:

У взрослых и детей старше 11 лет после первой недели заболевания может появиться боль в животе или болезненная опухоль в мужских яичках. Больные с такой опухолью должны быть спокойными и накладывать пакеты со льдом или холодные влажные салфетки на разбухшие части, чтобы уменьшить боль и опухоль.



Если появляются симптомы менингита, обращайтесь за медицинской помощью (с. 185).

Коклюш

Коклюш начинается через неделю или две после контакта с больным ребенком. Он начинается с озноба с жаром, текущего носа и кашля.

Двумя неделями позже начинается коклюш. Ребенок часто кашляет без вреда для здоровья, пока он выкашливает пробку из слизи, она при сильном кашле увлекается воздухом назад в легкие. Во время кашля его губы и пальцы синеют из-за недостатка воздуха. После кашля он может вырвать. В промежутках кашля ребенок кажется весьма здоровым.



Коклюш часто длится 3 месяца и более.

Коклюш **особенно опасен для малышей** до года, так как вакцинировать детей рано. У маленьких детей типичный коклюш не развивается, поэтому тяжело определить, есть ли у них коклюш или нет. Если у ребенка судороги кашля и распухшие, отекшие глаза и если в вашей местности коклюш, лечите его **сразу**.

Лечение:

- ◆ Антибиотики помогут на ранней стадии коклюшного кашля, до начала коклюша. Используйте эритромицин (с. 355) или ампициллин (с. 353). Помогает также хлорамфеникол, но он более опасен. Дозу для малышей смотрите с. 358. Особенно важно лечить малышей до 6 месяцев при первом же признаке.
- ◆ В тяжелых случаях коклюша может помочь фенobarбитал (с. 389), особенно если кашель мешает ребенку спать или вызывает конвульсии.
- ◆ Если после кашля дыхание у ребенка останавливается, поверните его и вытащите изо рта своим пальцем комочек слизи. Затем шлепните его по спине ладонью.
- ◆ Во избежание потери веса и недоедания убедитесь, что ребенок достаточно получает питательной пищи. Давайте ему понемногу есть и пить после рвоты.

Осложнения:

Ярко-красное кровоизлияние (кровотечение) внутри белка глаз может быть вызвано кашлем. Лечение не нужно (см. с. 224). Если появляются судороги и симптомы пневмонии (с. 171) обратитесь за медицинской помощью.

**Защищайте всех детей от коклюша.
Проследите, чтобы первую вакцинацию они
получили в 2 месяца.**

Дифтерия

Она начинается как озноб с жаром, с головной боли и болезненного горла. Желто-серая пленка или мембрана могут образоваться на задней стенке горла, а иногда в носу и на губах. Шея ребенка может распухнуть. Его обоняние сильно ухудшается.



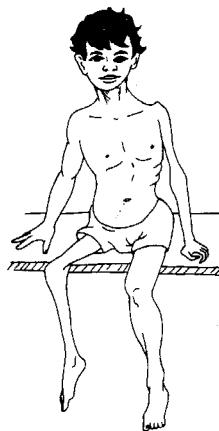
Если вы предполагаете, что у ребенка дифтерия:

- ◆ Уложите его в кровать в комнате, отделив его от других
- ◆ Предоставьте быстро медицинскую помощь. Против дифтерии есть специальный антитоксин.
- ◆ Дайте пенициллин, 1 таблетку в 400000 ЕД 3 раза в день детям старшего возраста.
- ◆ Полощите горло теплой водой с небольшим количеством соли.
- ◆ Часто или постоянно заставляйте дышать горячим паром.
- ◆ Если ребенок начинает задыхаться и синеть, попытайтесь снять пленку с его горла, используя кусочек материи обернутый вокруг вашего пальца.

Дифтерия - опасная болезнь, но может быть легко предупреждена вакцинацией КДС. **Убедитесь, что ваш ребенок вакцинирован.**

Детский Паралич (Полио, Полиомиелит)

Полиомиелит наиболее распространен среди детей до 2 лет. Он вызывается вирусной инфекцией, подобной простуде, часто с температурой, рвотой, поносом и болями в мышцах. Обычно ребенок полностью выздоравливает через несколько дней. Но иногда часть тела становится слабой или парализованной. В большинстве случаев это случается с одной или двумя ногами. Со временем слабая конечность становится тонкой и не растет дальше как другая.



Лечение:

Когда болезнь уже началась, никакие лекарства не нейтрализуют паралич. (Однако иногда частично или полностью утраченная сила медленно возвращается.) Антибиотики не помогают. На ранней стадии лечения успокойте боль ацетаминофеном или аспирином и накладывайте горячие примочки на болезненные мышцы. Положение ребенка должно быть удобным и не стесненным. Мягко выпрямите его руки и ноги так, чтобы ребенок лежал, как можно прямее. Положите подушки под его колени, если это необходимо для уменьшения боли, попытайтесь сохранить его колени прямыми.

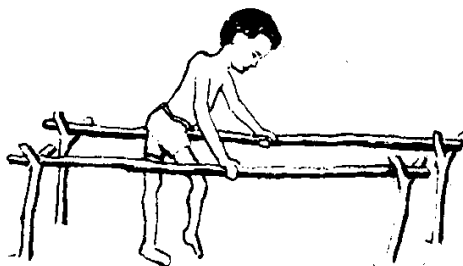
Профилактика:

- ◆ Наилучшая защита от полиомиелита – это вакцинация.
- ◆ Не делайте инъекций любых лекарств ребенку с признаками простуды, жара или другими симптомами, которые возможно вызваны вирусом полиомиелита. Инъекция может вызвать раздражение, которое превратит средней тяжести случай полиомиелита без паралича в тяжелый случай с параличом. **Никогда не делайте инъекцию любыми лекарствами, пока в этом нет абсолютной необходимости.**
- ◆ Содержите всякого ребенка с признаками простуды и жара в отдельной комнате отдельно от других детей. Мать и отец должны мыть свои руки после контакта с ребенком.

Проследите, чтобы дети были вакцинированы против полиомиелита «каплями полиомиелита» в 2,3 и 4 месячном возрасте.

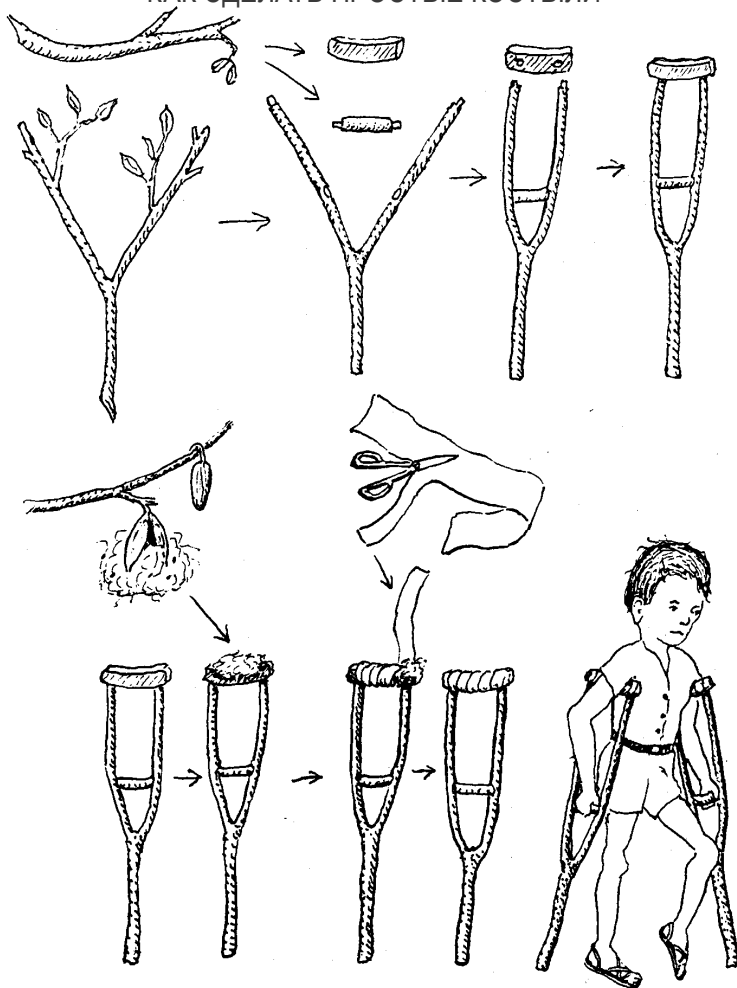
Ребенок, парализованный после полиомиелита, должен есть питательную пищу и выполнять упражнения по усилению оставшихся мышц.

Помогите ребенку научиться гулять так, как для него лучше всего. Закрепите два шеста для споры, как показано здесь, и позже сделайте ему какие-нибудь костыли. Подпорки для ног (кронциркули, костыли и другие вспомогательные средства помогут ребенку лучше двигаться и возможно предотвратят деформации.



Более полную информацию о полиомиелите и других детских нетрудоспособностях смотрите в книге *Искаленные Деревенские Дети*, которая также опубликована Фондом Геспериана.

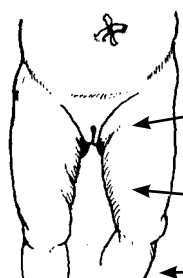
КАК СДЕЛАТЬ ПРОСТЫЕ КОСТЫЛИ



ВРОЖДЕННЫЕ БОЛЕЗНИ ДЕТЕЙ

Вывихнутое Бедро

Некоторые дети рождаются с вывихнутым бедром – нога выскальзывает из места соединения с бедровой костью. Ранний уход (забота) может предотвратить последующую хромоту и ущерб. Таких малышей необходимо контролировать для возможного установления бедренной кости в течение около 10 дней после рождения.



1. Сравните 2 ноги. Если одно бедро вывихнуто, то на этой стороне можно увидеть:

Верхняя часть ноги частично перекрывает часть тела на вывихнутой стороне.

Здесь мало складок.

Нога кажется короче или повернута под непривычным углом.

2. Держите обе ноги с согнутыми коленями как показано здесь



и раскройте их широко как здесь.



Если одно нога останавливается раньше или делает рывок или щелчок, когда вы раскрываете их широко, то бедро вывихнуто.

Лечение:

Держите малыша с высоко поднятыми и широко раскрытыми коленями:

используя много толстых салфеток, как здесь



или скрепляя булавкой его ноги как здесь (когда малыш спит),



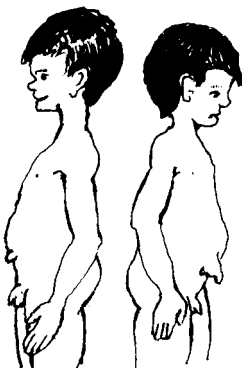
или делая так.



В положениях, при которых малыш обычно раскидывает свои ноги на бедрах матери, часто не обязательно другое лечение.

Пупочная Грыжа (Выпирающий Узелок на Животе)

Нет проблем, когда шишечка на животе высывается так, как здесь. В лечении или медикаментах нет необходимости. Тугое обвязывание материей или “поясом для живота” вокруг живота не поможет.



Даже большая пупочная грыжа, подобная этой, не опасна и часто проходит сама по себе. Если она существует еще и после 5 лет, то необходима операция. Получите медицинскую консультацию.

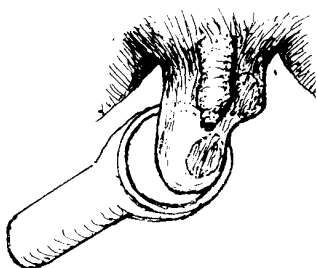
“Опухшее Яичко” (Водянка или Грыжа)

Если мошонка малыша или мешочек, который содержит его яички, раздута с одной стороны, то, обычно, это вызвано наполнением жидкостью (водянка) или проникновением кишечной петли в нее (грыжа).



Чтобы определить причину, просветите светом опухоль.

Если опухоль легко просвечивается, то, возможно, это водянка.



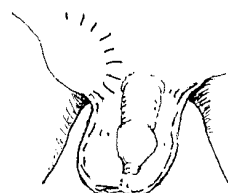
Водянка, обычно, проходит со временем без лечения. Если она длится больше года, обратитесь к врачу.

Если не просвечивается и если опухоль становится больше, когда малыш кашляет или плачет, то это грыжа.



При грыже необходимо хирургическое вмешательство (см с.177).

Иногда грыжа обусловлена опухолью, находящейся выше и на одной стороне детской мошонки, но не в ней.



Вы можете отличить это по разбухшему лимфатическому узлу (с.88), потому что грыжа раздувается, когда малыш плачет или его держат вертикально, и исчезает, когда он лежит спокойно.

УМСТВЕННО ОТСТАЛЫЕ, ГЛУХИЕ ИЛИ УРОДЛИВЫЕ ДЕТИ

Иногда у родителей появляется ребенок, который от рождения глухой, умственно неразвитый (отсталый) или с *врожденными дефектами* (иногда с неправильными частями тела). Часто причину невозможно найти. Некого упрекнуть. Часто кажется, что это происходит случайно.

Однако определенные обстоятельства значительно увеличивают вероятность дефектов рождения. **Малыш, вероятно, в меньшей степени поймет что-нибудь неправильное, если родители примут определенные меры предосторожности.**

1. **Недостаток питательной пищи** во время беременности может быть причиной умственной отсталости или врожденных дефектов у детей.

Чтобы иметь здоровых детей, беременная женщина должна есть достаточно питательную пищу (см с.110).

2. **Недостаток йода** в диете беременной женщины может вызвать кретинизм ее малыша. Лицо малыша отекает и он смотрит тупо. Его кожа и глаза могут остаться желтыми (пораженные желтухой) длительное время после рождения. Его язык высовывается наружу и его лоб может быть волосатым. Он слабый, плохо ест, мало плачет и много спит. Он отстает в развитии, может быть глухим и обычно имеет пупочную грыжу. Он начнет ходить и говорить позже, чем нормальные малыши.

Для предупреждения кретинизма беременная женщина должна использовать йодированную соль вместо обычной (см. с.130).

Если вы подозреваете, что у вашего малыша может быть кретинизм, то сразу же покажите его медицинскому работнику или доктору. Чем быстрее малыш получит специальный препарат (тироид), тем быстрее он станет поправляться.

3. **Курение или выпивка алкоголя** во время беременности являются причиной того, что малыши рождаются маленькими или имеют другие проблемы (см. с. 149). **Не выпивайте и не курите – особенно во время беременности.**

4. **После 35 лет** больше шансов, что мать будет иметь ребенка с врожденными дефектами. *Монголизм* или болезнь Дауна, которая выглядит, до некоторой степени, как кретинизм, с большей вероятностью возникает у малышей, чьи родители старые.

Благодарнее планировать вашу семью так, чтобы не иметь детей после 35 лет (см. Главу 20).

5. **Многие медикаменты** могут нанести вред развивающемуся внутри беременной женщины малышу. **Пользуйтесь как можно меньше медикаментами во время беременности – и только теми, которые известны как безопасные.**

6. **Когда родители кровные родственники** (например, двоюродные), то возникает более высокий шанс, что их дети будут дефективными или отсталыми. **Косоглазие, лишние пальцы на руках или ногах, косопость, заячья губа и расщепленное небо** – распространенные дефекты.

Чтобы уменьшить вероятность этих и других проблем, не женитесь на близких родственниках. И если у вас есть более одного ребенка с врожденными дефектами, придите к решению не заводить больше детей (см. Планирование семьи, Глава 20).

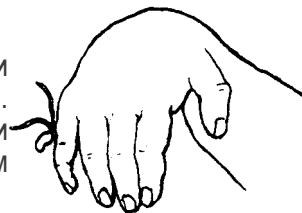


КРЕТИНИЗМ

Если ваш ребенок родился с врожденным дефектом, то принесите его в центр здоровья. Часто можно что-нибудь предпринять.

◆ О косоглазии смотри с. 225.

◆ Если лишний палец на руке или ноге очень маленький и без косточек, то очень туго перевяжите его у основания. Палец засохнет и отпадет. Если же он большой или есть кость, то либо надо оставить либо хирургическим способом удалить.



◆ Если новорожденный малыш имеет вывернутые внутрь ступни или неправильную форму ступни (клюшкообразную), то попытайтесь изогнуть их до нормальной формы. Если вы сможете сделать это легко, то повторяйте эту процедуру несколько раз ежедневно. Ступни (или ступня) постепенно станут нормальными.



КОСОЛАПОСТЬ



В ГИПСЕ

◆ Если невозможно изогнуть ступни малыша до нормального состояния, то принесите его **сразу** в центр здоровья, где его ступни вправят в правильное положение или положат гипсовую повязку. Чтобы достичь наилучшего результата, **важно сделать это через 2 дня после рождения.**

Чтобы достичь наилучшего результата, **важно сделать это через 2 дня после рождения.**

◆ Если губа малыша или верхняя часть рта (небо) разделены (треснуты), то он может испытывать затруднения при грудном кормлении, поэтому необходимо кормить из ложки или капельницей. С помощью хирургии губу и небо малыша можно исправить так, что они будут выглядеть почти нормальными. Наилучший возраст для операции губы обычно от 4 до 6 месяцев и 18 месяцев для неба.



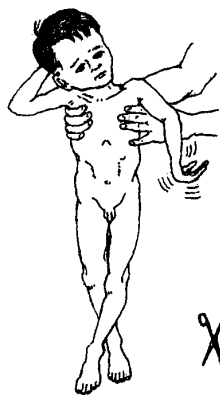
ЗАЯЧЬЯ ГУБА И
РАССЕЧЕННОЕ НЕБО

7. **Трудности до и во время рождения** иногда приводят к **повреждениям мозга**, что является причиной **спастического ребенка** или **судорог**. Вероятность опасности становится больше, если при рождении малыш вяло дышал или, если акушерка ввела матери окситоцин до рождения малыша (лекарство, ускоряющее рождение или “дающее силу матери”, с. 266).

Тщательно выбирайте акушерку – не разрешайте вашей акушерке использовать окситоцин до рождения малыша.

Для большей информации о детях с врожденными дефектами обратитесь к книге *Искалеченные Деревенские Дети*, Глава 12.

СПАСТИЧЕСКИЙ РЕБЕНОК (ЦЕРЕБРАЛЬНЫЙ ПАРАЛИЧ)



ноги скрещены
как ножницы

Спастический ребенок имеет тугие, негибкие мускулы, которыми он плохо управляет. Его лицо, шея или тело искривлены и движения отрывисты. Часто тугость мускулов на внутренней стороне ног приводит к их скрещиванию подобно ножницам.

При рождении ребенок может казаться нормальным или возможно пассивным. Одеревенелость наступает, когда он становится старше. Он может, а может и не быть умственно отсталым.

Мозговая травма, которая вызывает церебральный паралич, часто является результатом повреждения мозга при рождении (когда малыш недостаточно быстро начинает дышать) или из-за менингита в раннем детстве.

Нет лекарств, которые бы лечили травму мозга, в результате которой ребенок становится спастическим. Ребенок нуждается в специальном уходе. Чтобы помочь предотвратить сжимание мускулов на ногах или ступнях, выпрямляйте и сгибайте их **очень медленно** несколько раз в день.

Помогите ребенку научиться ворочаться, сидеть, стоять и, если возможно, ходить (как на с. 314). Поощряйте его попытки пользоваться как умом, так и телом все больше и больше, насколько возможно (см. с. 322). Даже если он с трудом говорит, он может быть умственно развитым и способным обучиться разному мастерству, если дать ему шанс. **Помогите ему научиться обслуживать самого себя.**

Для большей информации о церебральном параличе см. Главу 9, книги *Искалеченные Деревенские Дети*.

ЧТОБЫ ПРЕДОТВРАТИТЬ УМСТВЕННУЮ ЗАДЕРЖКУ ИЛИ ВРОЖДЕННЫЕ ДЕФЕКТЫ У СВОЕГО РЕБЕНКА, ЖЕНЩИНА ДОЛЖНА СЛЕДОВАТЬ ПРАВИЛАМ:

1. Не выходить замуж за двоюродного или другого близкого родственника.
2. Питаться хорошо во время беременности как это возможно: стараться есть бобовые, овощные, мясные, яичные и молочные продукты.
3. Использовать йодированную соль вместо обычной, особенно во время беременности.
4. Не курить или выпивать во время беременности (см. с. 149).
5. Исключать всякий раз лекарства по-возможности при беременности – пользоваться только теми, которые известны как безопасные.
6. При беременности избегать лиц, болеющих коревой краснухой.
7. Быть осторожной в выборе акушерки – и не разрешать акушерке пользоваться окситоцином до рождения ребенка (см. с. 266).
8. Не иметь больше детей, если уже есть более одного ребенка с любым врожденным дефектом (см. Планирование Семьи, с. 283).
9. Рассмотреть ситуацию – не иметь детей после 35 лет.

ОТСТАВАНИЕ В РАЗВИТИИ В ПЕРВЫЕ МЕСЯЦЫ ЖИЗНИ

Некоторые дети не растут хорошо, хотя родились здоровыми. Их ум и тело медленно развиваются из-за плохого питания. Во время первых месяцев жизни мозг развивается более быстро, чем в другое время. По этой причине питание новорожденного имеет большое значение. Грудное молоко самая лучшая еда для малыша (см. Наилучшая диета для малышей, с. 120).

Болезнь Серповидной Клетки

Некоторые дети африканского происхождения рождаются со “слабостью крови”, называемой болезнью серповидной клетки. Эта болезнь идет от родителей, которые не знают, что несут в себе черты “серповидной клетки”. Малыш кажется нормальным до 6 месяцев, затем начинают появляться признаки заболевания.

Признаки:

- жар и плаксивость;
- иногда отеки ступней и пальцев на руках, которые продолжают 1 или 2 недели;
- большой живот, в верхней части которого ощущается твердость;
- анемия и иногда желтый цвет глаз (желтуха);
- ребенок часто болеет (кашель, малярия, понос);
- ребенок медленно растет;
- в возрасте 2 лет могут появиться на голове костистые шишки (“шишковатый”).



Малярия или другие инфекционные заболевания могут вызвать “серповидной клетки кризис” с высокой температурой и жестокими болями в руках, ногах или животе. Анемия становится сильнее. Опухоли на костях могут начать гноиться. Ребенок может умереть.

Лечение:

Нет никакого способа изменить слабость в крови. Защищайте ребенка от малярии и других заболеваний и инфекций, которые могут привести к “кризису”. Регулярно, ежемесячно посещайте с ребенком медицинского работника для обследования и терапии.

- ◆ Малярия. В местах, где малярия распространена, ребенок должен регулярно принимать противомаларийную терапию, чтобы предотвратить болезнь (см. с. 365). Дополнительно к этому ежедневная доза фолиевой кислоты (с. 393) поможет укрепить кровь. Обычно терапия железом (железной солью) не обязательна.
- ◆ Инфекции. Ребенок должен быть вакцинирован против кори, коклюша и туберкулеза в самые ранние сроки, какие рекомендованы. Если ребенок проявляет признаки жара, кашля, поноса, слишком частого мочеиспускания или болей в животе, ногах или руках, то покажите его медицинскому работнику как можно скорее. Возможно, необходимы антибиотики. Давайте пить воду в избытке, а также ацетаминофен (с. 380) от болей в костях.
- ◆ Избегайте охлаждения. Если необходимо, то по ночам сохраняйте тепло одеялом. Если возможно, то пользуйтесь пенным (пушистым) матрасом.

ПОМОЩЬ В ОБУЧЕНИИ ДЕТЕЙ

Пока ребенок растет, он обучается только части того, чему его учат. Знания и умение, которые он получит в школе, помогут ему позже понять и выполнять многое. Школа весьма важна.

Но ребенок достигнет многого в своем обучении и дома и в лесу, и в поле. Он обучается наблюдая, слушая и пытаясь сделать что-то сам из того, что он видит вокруг. Он не так интенсивно обучается, когда люди ему рассказывают, чем когда он видит, как они действуют. **Некоторым из наиболее важных действий ребенок может обучиться, но такие как доброта, ответственность и участие можно привить ему только хорошими примерами.**

Ребенок учится через событие. Он нуждается в обучении как делать что-то для себя, даже если он при этом и делает ошибки. Когда он очень молод, защищайте его от опасности. Но когда он подрастет, помогайте ему обучиться заботиться о себе. Дайте ему такую возможность. Уважайте его мнение, даже если оно отличается от вашего.

Когда ребенок маленький, он думает в основном об исполнении только своих собственных нужд. Позже он открывает более глубокое удовольствие в помощи и создании вещей для других. Приветствуйте помощь детей и пусть они знают, как много это значит.

Дети не боятся задавать много вопросов. Если родители, учителя и другие выделяют время на честные и четкие ответы и говорят, что они не знают, когда они не знают, то ребенок сохраняет желание задавать волнующие его вопросы, и, пока он растет, можно отыскать способы сделать его среду или его деревню лучшим местом для жизни.

Несколько самых лучших идей помощи в обучении детей и вовлечении их в общество заботы о здоровье развиваются через программу от Ребенка-к-ребенку. Оно описано в Главе 24 Пособия Для Работников Здравоохранения.

