

ПОЧЕМУ ОЧЕНЬ ОПАСНО ВСТРЯХИВАТЬ МАЛЫША

Если родители теряют самообладание на несколько секунд и встряхивают своего ребенка, они могут причинить ему сильный вред на всю жизнь. Младенцы еще не в состоянии держать головку самостоятельно. При встряхивании голова отбрасывается назад и вперед, что может привести к серьезным травмам мозга. Это называется “синдром детского сотрясения”. Рвутся кровеносные сосуды и нервные пути. Это может привести к умственным и физическим недостаткам. От 10 до 30 процентов детей умирают от встряхиваний.

Проинформируйте об опасности встряхивания бабушек и дедушек, соседей и нянь. Если Вы потеряли самообладание: немедленно обратитесь с ребенком в ближайшую клинику!

КАК ПРАВИЛЬНО ДЕРЖАТЬ РЕБЕНКА

У младенцев относительно тяжелая голова, они сами еще не могут ее держать, так как мускулатура шеи еще слаба. Поэтому всегда поддерживайте головку ребенка.



Так надо поднимать ребенка



Так следует держать ребенка

Источник: www.kindergesundheit.info.de

ГДЕ НАЙТИ ПОМОЩЬ

- Врачи-педиатры (Kinderärztinnen, Kinderärzte)
- Акушерки (Familienhebammen)
- Консультационные услуги для родителей детей с так называемыми расстройствами регуляции, напр. консультационные центры по вопросам семьи и воспитания (Familien- und Erziehungsberatung), консультационные центры по вопросам беременности (Schwangerschaftsberatung), амбулаторные центры по проблемам с кричащими детьми (Schreiambulanzen), детские клиники (Kinderkliniken), социально-педиатрические центры (SPZ)
- Телефон для родителей 0800 - 111 0 500 Nummer gegen Kummer e. V.
- Онлайн-консультирование для родителей www.bke-elternberatung.de

Дополнительная информация: www.elternsein.info

Издательство: Национальный центр ранней помощи (Nationales Zentrum Frühe Hilfen, NZFH), в Федеральном центре здравоохранения и просвещения (Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung, BZgA), в сотрудничестве с Немецким институтом молодежи (Deutsches Jugendinstitut, DJI), www.bzga.de, www.fruehehilfen.de

Druck: Warlich, Meckenheim
Auflage: 1.300.06.18, Stand: April 2018
Bestellnummer: 16000551 (Russisch), E-Mail: order@bzga.de

Gefördert vom:



Träger:



Bündnis gegen
Schütteltrauma



Nationales Zentrum
Frühe Hilfen

In Kooperation mit:



ВАШИ НЕРВЫ

УЖЕ НА ПРЕДЕЛЕ?

Никогда
не трясите
своего
ребенка!

СОВЕТЫ РОДИТЕЛЯМ

ВСЕ ИНАЧЕ, ЧЕМ ВЫ СЕБЕ ЭТО ПРЕДСТАВЛЯЛИ

Вы с таким нетерпением ждали ребенка, а теперь что-то пошло не так. Ребенок кричит и кричит. Хотя, кажется, что все в порядке, и малыш здоров.

Сохраняйте спокойствие. Ваш ребенок сам по себе не виноват в том, что так много кричит.

ПОЧЕМУ ДЕТИ КРИЧАТ

В течение первых месяцев своей жизни все малыши кричат, одни больше, другие - меньше. Даже долгий и частый крик – это нормально. На втором и третьем месяце жизни здоровые дети могут плакать в среднем от двух до трех часов в день, особенно по вечерам. Грудные дети не могут выразить свои потребности иначе, чем криком. Крик - единственный способ показать нам, что им что-то не хватает.



Дети кричат, потому что

- они устали или голодны
- они потеют или мерзнут
- им нужен новый подгузник
- им нужен покой
- им нужна близость мамы или папы
- они хотят ласки
- и, и, и

ЧТО МОЖЕТ ПОМОЧЬ

Вы перепеленали и накормили ребенка, а он все еще кричит?

Попробуйте следующее:

- Ласково качайте ребенка на руках.
- Спойте песню.
- Нежно помассируйте ему животик и спину.
- Прогуляйтесь с ним.

Некоторые дети кричат без видимой причины. Но грудной ребенок никогда не кричит специально, чтобы разозлить Вас!

- Даже если это сложно, постарайтесь понять: чем дольше Вы сохраните спокойствие, тем проще Вашему ребенку будет расслабиться. Ухаживайте за ним по очереди, чтобы и Вы сами смогли отдохнуть.



Foto: Ludolf Dahmen

ВАШ РЕБЕНОК ПРОДОЛЖАЕТ КРИЧАТЬ?

Непрерывный крик младенца может сильно повлиять на нервы родителей. Особенно, когда все попытки успокоить ребенка терпят неудачу. Временами случается, что Вы впадаете в отчаяние и начинаете злиться.

Крик ребенка Вас раздражает? Помните:

Ваш ребенок сам по себе не виноват в том, что так часто кричит. Он кричит не для того, чтобы разозлить Вас.

Никогда не трясите своего ребенка!

БУДЬТЕ СИЛЬНЫМИ – НЕ ТЕРЯЙТЕ СПОКОЙСТВИЕ И САМОКОНТРОЛЬ

Вы заметили, что начинаете терять самообладание? Действуйте следующим образом:

1. Положите ребенка в безопасное место, например, в детскую кровать с решёткой или на пол.
2. Выйдите из комнаты.
3. Вдохните и выдохните несколько раз.
4. Каждые несколько минут заглядывайте в комнату, где находится ребенок.
5. При необходимости, обратитесь за помощью.

Очень важно запомнить: кричащая фаза тоже закончится. Обычно на четвертом месяце жизни.