

# СОДЕРЖАНИЕ

9	Введение
	<b>СХЕМЫ СИМПТОМОВ</b>
14	Плач у грудных детей
17	Медленная прибавка в весе у детей грудного возраста
21	Лихорадка у грудных детей
23	Диарея у грудных детей
25	Рвота у грудных детей
27	Кожные нарушения у грудных детей
30	Запор у грудных детей и детей более старшего возраста
31	Необычный вид кала
33	Кашель у грудных детей и детей более старшего возраста
35	Боль в ухе
36	Глухота
40	Боль в горле
42	Головная боль
44	Глазные заболевания
46	Нарушения и ухудшение зрения
50	Боль в животе
52	Рвота
54	Лихорадка (повышенная температура) у детей
56	Лихорадка (высокая температура) у детей
60	Сыпь
62	Сонливость
64	Нарушения сна
68	Плохое самочувствие
70	Опухание желез
72	Кожный зуд
73	Заболевания стоп

75	Заболевания волос, кожи головы и уход за ногтями
78	Заболевания половых органов у мальчиков
81	Заболевания половых органов у девочек
83	Проблемы поведения
87	Нарушения речи
91	Учащение дыхания у грудных детей и детей более старшего возраста
94	Шумное дыхание
96	Боль в руке или ноге
98	Боли в суставах
100	Ночное недержание мочи и приучение к туалету
102	Трудности приучения к горшку
106	Нарушения мочеиспускания
108	Медленный рост
118	Чрезмерная прибавка в весе
124	Обмороки, приступы головокружения и судороги
127	Помрачение сознания
128	Неукложность
130	Сыпь с температурой
136	Зубная боль
140	Потеря аппетита
144	Частый жидкий стул

### **Подробно о симптомах болезней**

149	Боль в горле
151	Боль в груди
154	Боль в животе
161	Боль в спине
167	Боль в ухе
169	Головная боль
173	Жжение, зуд и выделения из глаз
176	Запор
181	Кашель
187	Кровотечение из носа
189	Кровь в стуле
192	Нарушение мочеиспускания
196	Насморк (ринорея)

199	Ночное недержание мочи
203	Обмороки
205	Ослабленное зрение
207	Повышенная температура
211	Поражения зубов
216	Потеря слуха
218	Судороги
221	Сыпь
225	Тошнота и рвота
230	Трудности при глотании
231	Хромота
235	Частый жидкий стул

## **Травмы. Как оказывать первую помощь**

242	Правила для родителей
244	Травма глаза
247	Инородное тело в ухе
249	Порезы
251	Колотые раны
253	Ссадины и царапины
254	Инфицированные раны и заражение крови (сепсис)
255	Кровотечение
256	Удушье
258	Асфиксия
260	Ожоги
263	Отравления
265	Укусы животных
268	Укусы некоторых насекомых
269	Укусы клещей
271	Укусы змей и ядовитых животных
272	Укусы пчел и ос
272	Травмы колена
274	Повреждения запястья, локтя и плеча
277	Растяжения
278	Травма ключицы
279	Переломы

- 282** Перелом кости или вывих. Первая помощь
- 283** Травма головы
- 285** Тепловой удар
- 286** Дети и спорт
- 290** Особенности занятий различными видами спорта

## **Как правильно проводить основные процедуры**

- 303** Как правильно измерить температуру
- 306** Как правильно промывать нос
- 306** Как закапать нос, глаза, уши
- 308** Как правильно поставить горчичники
- 309** Как правильно поставить банки
- 310** Горчичная ванна и горчичные обертывания
- 310** Как правильно поставить компресс
- 311** Использование грелки
- 312** Как правильно давать лекарство
- 314** Как правильно поставить клизму
- 316** Как правильно проводить ингаляции
- 322** Как правильно полоскать горло
- 323** Как правильно собрать мочу и кал для лабораторных исследований
- 325** Как проводить массаж и гимнастику для детей до года
- 341** Уход за стопами ребенка

## **Домашняя аптечка**

# ВВЕДЕНИЕ

О чем в первую очередь думает каждый родитель? Конечно же, чтобы его ребенок был здоров. Хорошее крепкое здоровье — это основа полноценной жизни любого человека. И закладывается эта основа в детстве.

Детские болезни часто становятся причиной беспокойства заботливых родителей. Первый насморк, необъяснимая сыпь, кишечные колики у новорожденных и многое другое заставляют родителей беспокоиться. Первое желание одно — помочь, спасти от боли или дискомфорта, облегчить состояние ребенка. Когда этот этап пройден, внимательные родители задумаются: не симптомы ли это более серьезного заболевания. У ребенка поднялась температура и покраснело горло — что это? Проявление ангины, воспаление лимфатических узлов или какое-то другое заболевание, при котором тоже поднимается температура?

Заметить незначительную ссадину и справиться с ней без малейших затруднений родители

могут самостоятельно. Но если ребенок упал и серьезно ушиб руку, как родители должны вести себя? Что необходимо сделать при переломе? Если ребенка ударили по голове мячом, обязательно ли он получил сотрясение мозга? Если ребенок получил значительный ожог, могут ли родители сами лечить его или лучше показать ребенка врачу?

Возникающие вопросы в подобных ситуациях нередко заставляют родителей впадать в панику. Но паника, страх, растерянность — плохие советчики и помощники. Как быть?

К сожалению, никому не удалось вырасти без болезней, ссадин, шишек, синяков, а иногда и более серьезных травм. Будьте ко многому готовы! Главная ваша задача состоит в том, чтобы не растеряться в нужной ситуации.

Некоторые из возникших проблем можно решить дома, другие требуют срочного врачебного вмешательства. Если вы хотя бы немного представляете, «из чего же сделаны эти мальчишки и девчон-

ки», понимаете, в каких ситуациях следует бить тревогу, а в каких можно довериться собственному опыту и умению, вам будет проще распознать болезнь и принять правильное решение, грамотно оказать помощь. Подготовленным и владеющим информацией родителям проще предугадать, что произойдет с ребенком в результате травмы, как будет протекать то или иное заболевание, в каких случаях незамедлительно надо обратиться к врачу.


Прочитайте внимательно эту книгу. Вы узнаете, какие симптомы свидетельствуют о серьезном заболевании, чем можно помочь ребенку дома и когда лучше всего обратиться за консультацией к специалисту. Кроме этого, вы

получите советы, которые во многом помогут вам при уходе за ребенком. Нередко, казалось бы, простые вещи ставят родителей в тупик: например, как сделать ингаляцию малышу до года или сдать анализ мочи, приучить малыша к горшку или правильно забинтовать ручку.

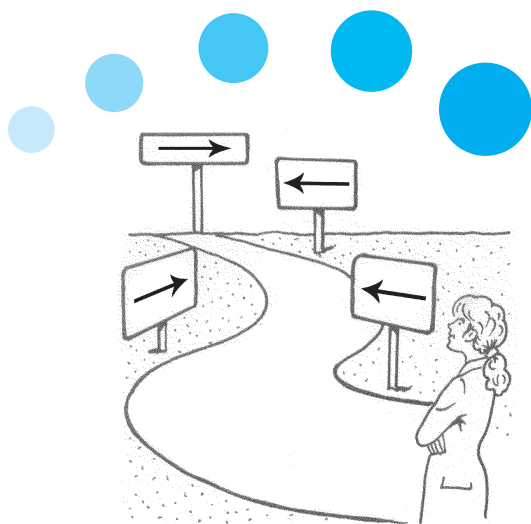
В разделах про симптомы различных заболеваний даны краткие описания некоторых болезней и советы родителям, как отличить одно заболевание от другого. Также даны рекомендации по их лечению и предотвращению. Вы узнаете, когда можно справиться с недугом малыша самостоятельно, а когда срочно необходимо обратиться за врачебной помощью и любое промедление грозит плачевными результатами, что свидетельствует об ухудшении или улучшении состояния ребенка, какие возможны осложнения.

Облегчить поиск нужной информации вам позволит раздел «Схемы симптомов». Там же даны и рекомендации к действию.

Книга подскажет вам, как правильно составить домашнюю аптечку, познакомит с некоторыми современными лекарствами, используемыми в педиатрии. Кроме этого, полезно будет узнать, как проводить такие процедуры, как промывание носа, закапывание глаз, ушей, а также общие рекомендации, как проводить массаж и гимнастику для детей до года.

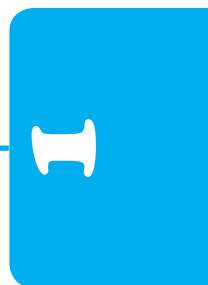


**Внимание!**  
*Помните, любое ваше действие должно руководствоваться принципом «Не навреди!»*  
*Если вы в чем-то сомневаетесь или у ребенка появились необычные симптомы, вы не уверены в том, что правильно определили заболевание, не занимайтесь самолечением и экспериментами! Вы — очень хороший родитель, но не специалист в области медицины. В первую очередь получите рекомендации врача!*



## Схемы симптомов

- ▶ Плач у грудных детей
- ▶ Медленная прибавка в весе
- ▶ Лихорадка у грудных детей
- ▶ Диарея у грудных детей
- ▶ Рвота у грудных детей
- ▶ Кожные нарушения
- ▶ Запор
- ▶ Кашель
- ▶ Боль в ухе
- ▶ Головная боль
- ▶ Глазные заболевания
- ▶ Боль в животе
- ▶ Рвота
- ▶ Лихорадка
- ▶ Сыпь
- ▶ Опухание желез
- ▶ Кожный зуд
- ▶ Заболевания стоп
- ▶ Заболевания волос, кожи головы и уход за ногтями
- ▶ Проблемы поведения
- ▶ Заболевания половых органов у мальчиков
- ▶ Заболевания половых органов у девочек
- ▶ Нарушения речи
- ▶ Учащение дыхания
- ▶ Боли в суставах
- ▶ Ночное недержание мочи




# 1. СХЕМЫ СИМПТОМОВ

В этой главе вы найдете схемы, с помощью которых по тому или иному симптому вы сможете предположительно поставить диагноз и получить рекомендации к дальнейшим действиям.

Пользуясь схемами, вы сможете получить полезную информацию, однако она не равноценна медицинской консультации, которую может дать только специалист.

В некоторых схемах вы найдете совет не спешить обращаться за помощью, а подождать, пока симптомы не пройдут сами. При любых обстоятельствах старайтесь спокойно оценить ситуацию, и если симптомы усугубляются или продолжают беспокоить вас, скорее покажите ребенка врачу.

 **Внимание!** Схемы не предназначены для того, чтобы заменить педиатра, они только помогут принять решение о том, когда к нему следует обратиться.

Каждая схема проведет вас через ряд вопросов, в результате ответов на которые вы получите информацию о возможном диагнозе и рекомендации к дальнейшим действиям.

## Как пользоваться схемами

Начинайте с ответа на первый вопрос. Отвечать можно «да» или «нет». В зависимости от выбранного ответа следуйте по нужной стрелке. Продолжайте отвечать на вопросы, следуя указателям, пока не дойдете в схеме до раздела с рекомендациями к действию.

Рекомендации включают в себя следующие варианты.

- *Неотложная ситуация!*
- *Свяжитесь с врачом немедленно.*
- *Обратитесь к врачу.* Свяжитесь с врачом, когда вам будет удобно, в ближайшее время.

Если вы получили совет подождать несколько дней, будьте рассудительны и обращайтесь к врачу как можно скорее, если симптомы продолжают беспокоить ребенка.



## ПЛАЧ У ГРУДНЫХ ДЕТЕЙ

Плач — единственное средство, с помощью которого младенец может сообщить о своем физическом недомогании или о нервном напряжении. Все младенцы плачут, когда они голодные, мокрые, чем-то расстроены или у них что-то болит, а некоторые плачут и по менее очевидным причинам. Большинство родителей умеют распознавать причину плача ребенка и могут успокоить его.

Если вы считаете, что младенец плачет чаще обычного, или если он начал плакать внезапно без видимой причины или как-то необычно, обратитесь к этой диагностической схеме.

## Родителям на заметку

### Заглатывание воздуха

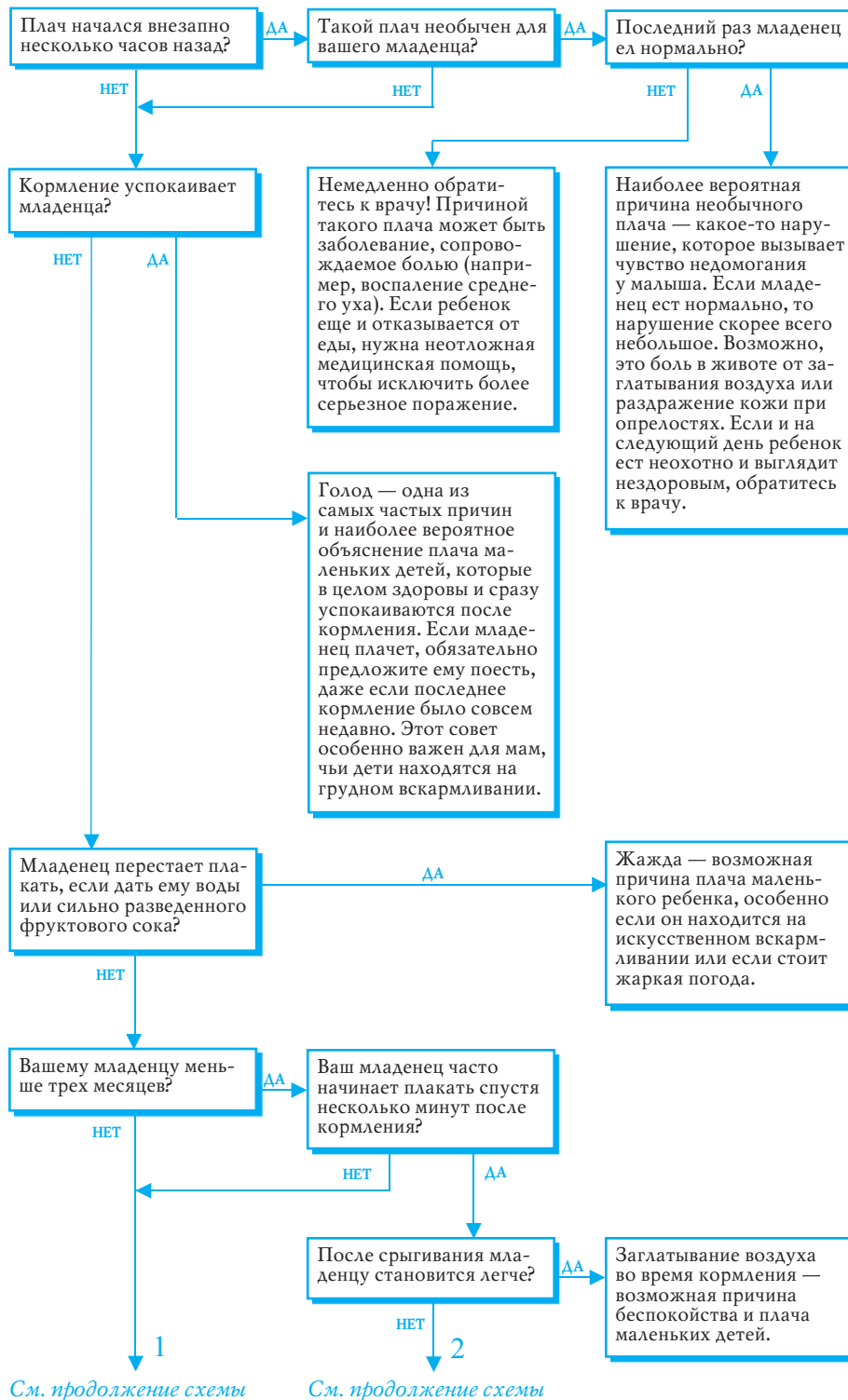
Во время еды маленькие дети часто заглатывают воздух, особенно те, кто ест нетерпеливо и жадно глотает в начале каждого кормления. Избыток воздуха в желудке вызывает срыгивание и может быть причиной беспокойства и плача (вследствие колик). Поэтому целесообразно потратить немного времени после каждого кормления и помочь младенцу отрыгнуть воздух.

Когда вы кормите младенца, обязательно держите его в полувертикальном положении. После кормления помогите ему отрыгнуть воздух и подержите его, прижав к груди, положив или посадив на колени.



Положения для кормления и отрыгивания воздуха

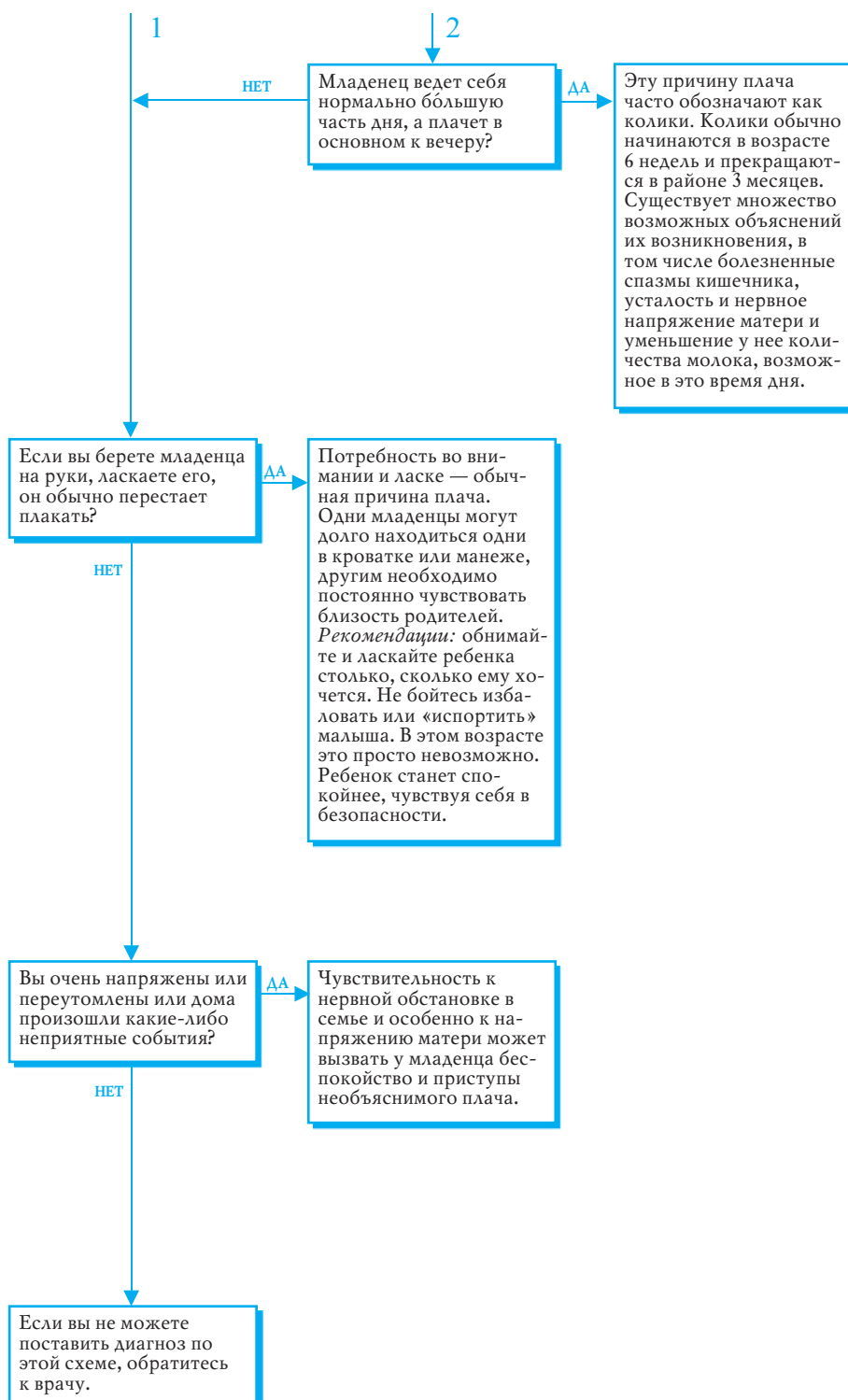
## Схемы симптомов



См. продолжение схемы

См. продолжение схемы

## Детские болезни. Атлас-определитель по симптомам



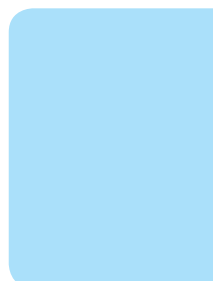
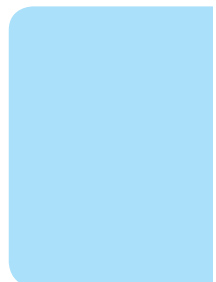
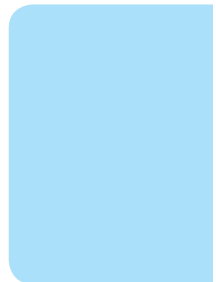
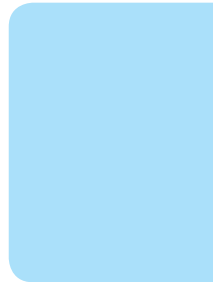
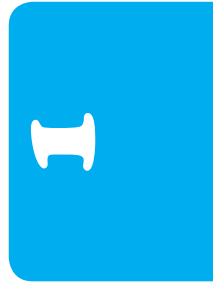
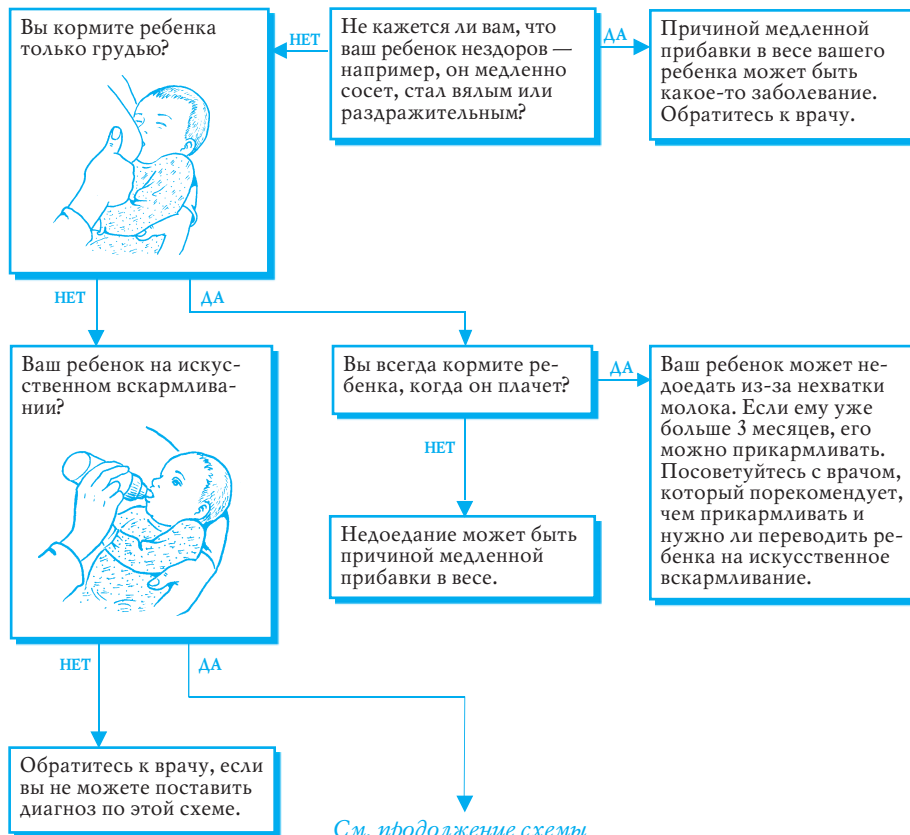
## МЕДЛЕННАЯ ПРИБАВКА В ВЕСЕ У ДЕТЕЙ ГРУДНОГО ВОЗРАСТА

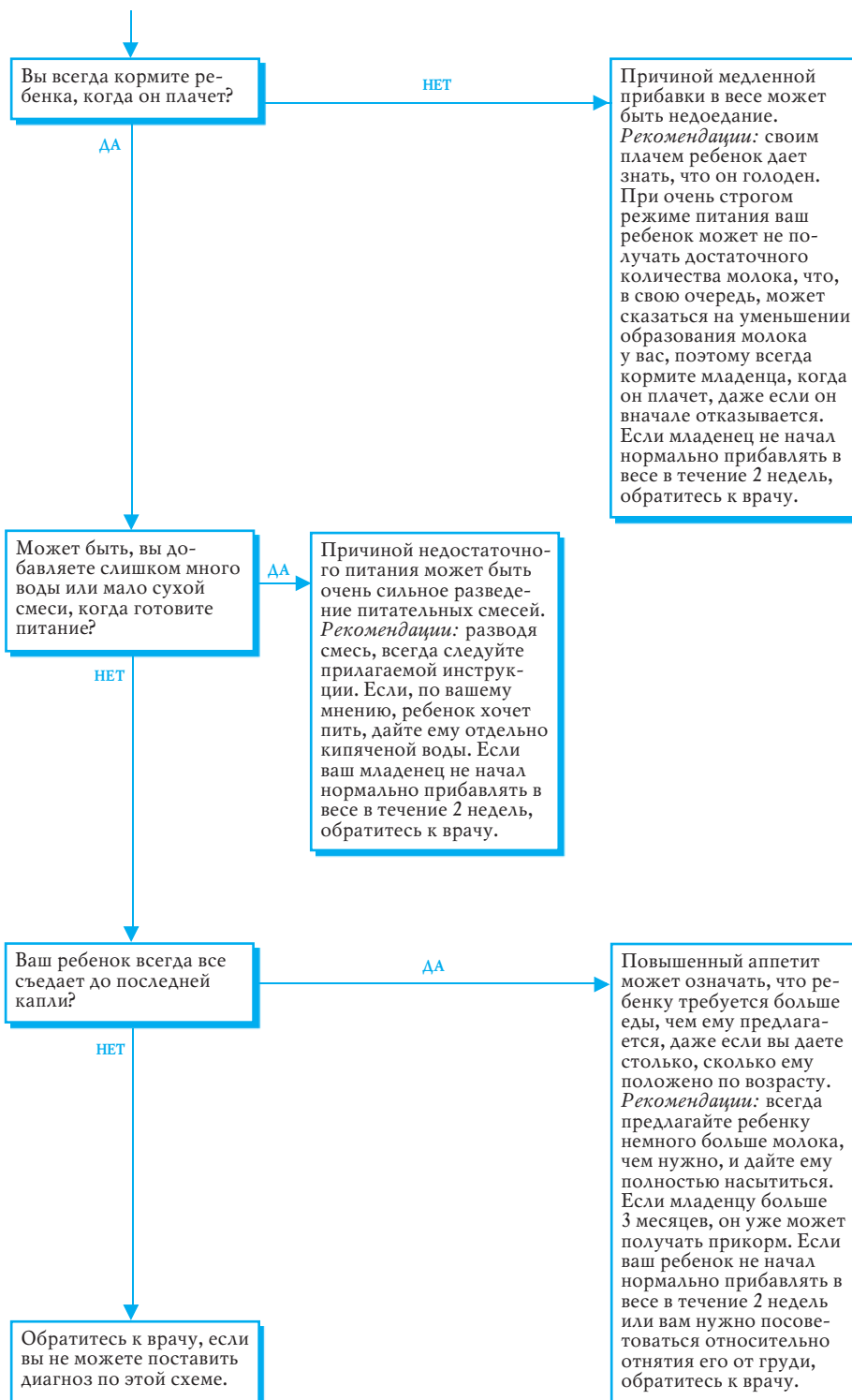
Прибавку в весе вашего ребенка важно проверять регулярно, поскольку недостаточная прибавка может быть признаком различных нарушений. Взвешивать ребенка следует при каждом посещении детской поликлиники, так как там скорее заметят любые отклонения и посоветуют, что делать. Целесообразно, однако, вести собственные записи о развитии ребенка, чтобы быть уверенным,

что он растет и развивается согласно норме.

### Родителям на заметку

В первую неделю жизни большинство младенцев теряют в весе около 150 г. Это совершенно нормально и не означает, что у вас мало молока или что ребенок голодает. Большинство детей с 5-го дня жизни вновь начинают прибавлять в весе и к 10-дневному возрасту набирают свой первоначальный вес. После этого прибавка в весе должна быть постоянной и стабильной.



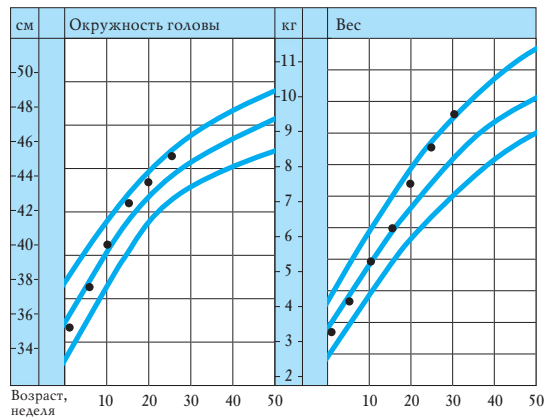


## Варианты роста и веса в грудном возрасте

Ниже в виде графиков приведены примеры распространенных вариантов роста. Помните, что показатели веса и окружности головы связаны между собой; именно на эту взаимосвязь обращает внимание врач при оценке размеров вашего младенца. И главное: если вас одолели сомнения относительно медленного роста ребенка, обратитесь к врачу.

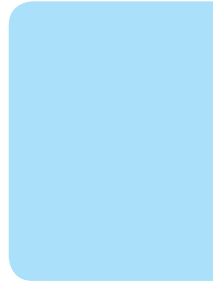
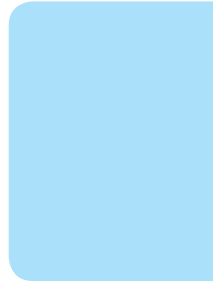
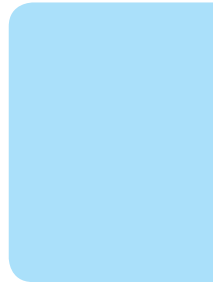
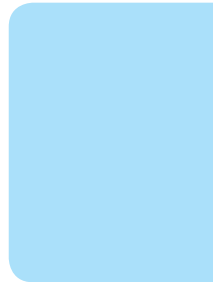
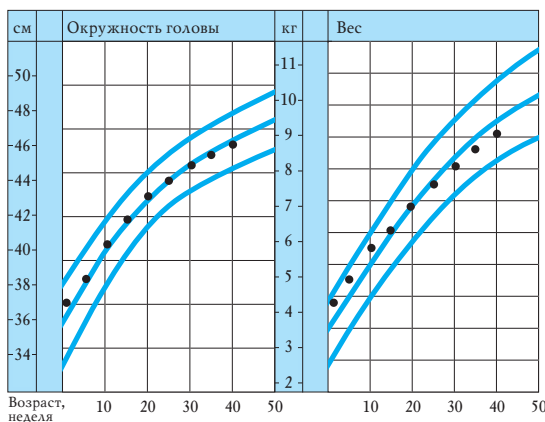
### Маленькая мать и высокий отец

У матери небольшого роста скорее всего следует ожидать появления маленького ребенка. Но если отец высокий и ребенок растет похожим на него, то уже в первые месяцы жизни кривые веса ребенка и окружности его головы будут быстро идти вверх.



### Высокая мать и маленький отец

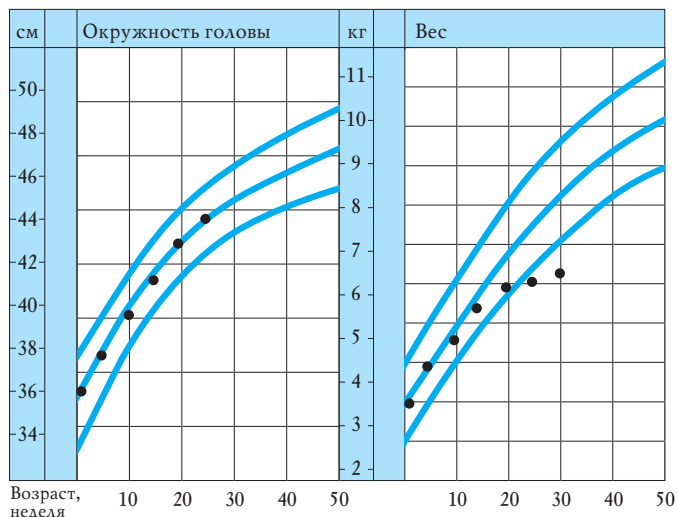
У высокой матери следует ожидать появления крупного ребенка. Однако если отец маленького роста и ребенок растет похожим на него, то в первые месяцы жизни прибавка в весе и увеличение окружности его головы будет происходить медленнее, чем в норме.



## Детские болезни. Атлас-определитель по симптомам

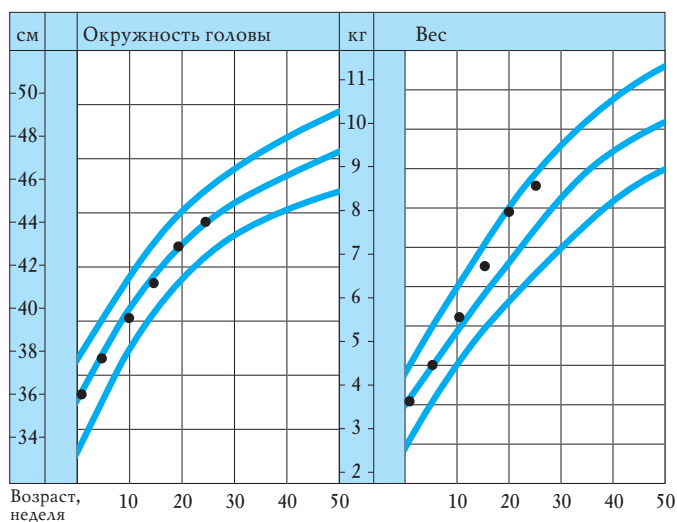
### Слишком маленькая прибавка в весе

График отражает динамику показателей ребенка, который очень мало прибавляет в весе. Для младенца средних размеров голова растет нормально, но кривая веса снижается и приближается к кривой, типичной для маленького ребенка.



### Слишком большая прибавка в весе

На графике изображена динамика показателей ребенка со средним весом при рождении. Однако в дальнейшем его вес увеличивается значительно быстрее, чем окружность головы, и кривая веса уже соответствует кривой, типичной для крупного ребенка (см. схему «Чрезмерная прибавка в весе»).



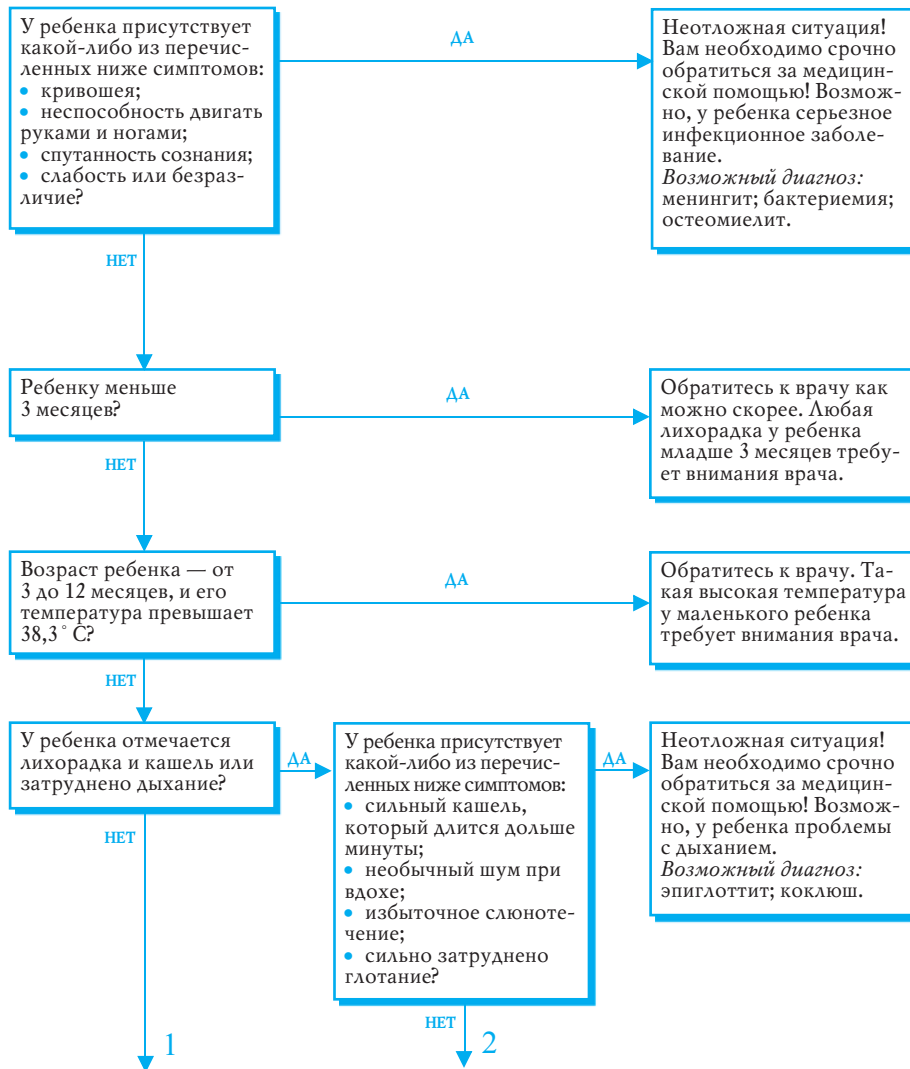
## ЛИХОРАДКА У ГРУДНЫХ ДЕТЕЙ

Температура у ребенка до года может колебаться в зависимости от времени суток и уровня активности.

Лихорадкой называется состояние, при котором ректальная

температура составляет  $38^{\circ}\text{C}$  и выше.

Вы можете определить, что у ребенка жар, если он потеет больше обычного или если у него появились раздражительность и другие признаки общего недомогания.

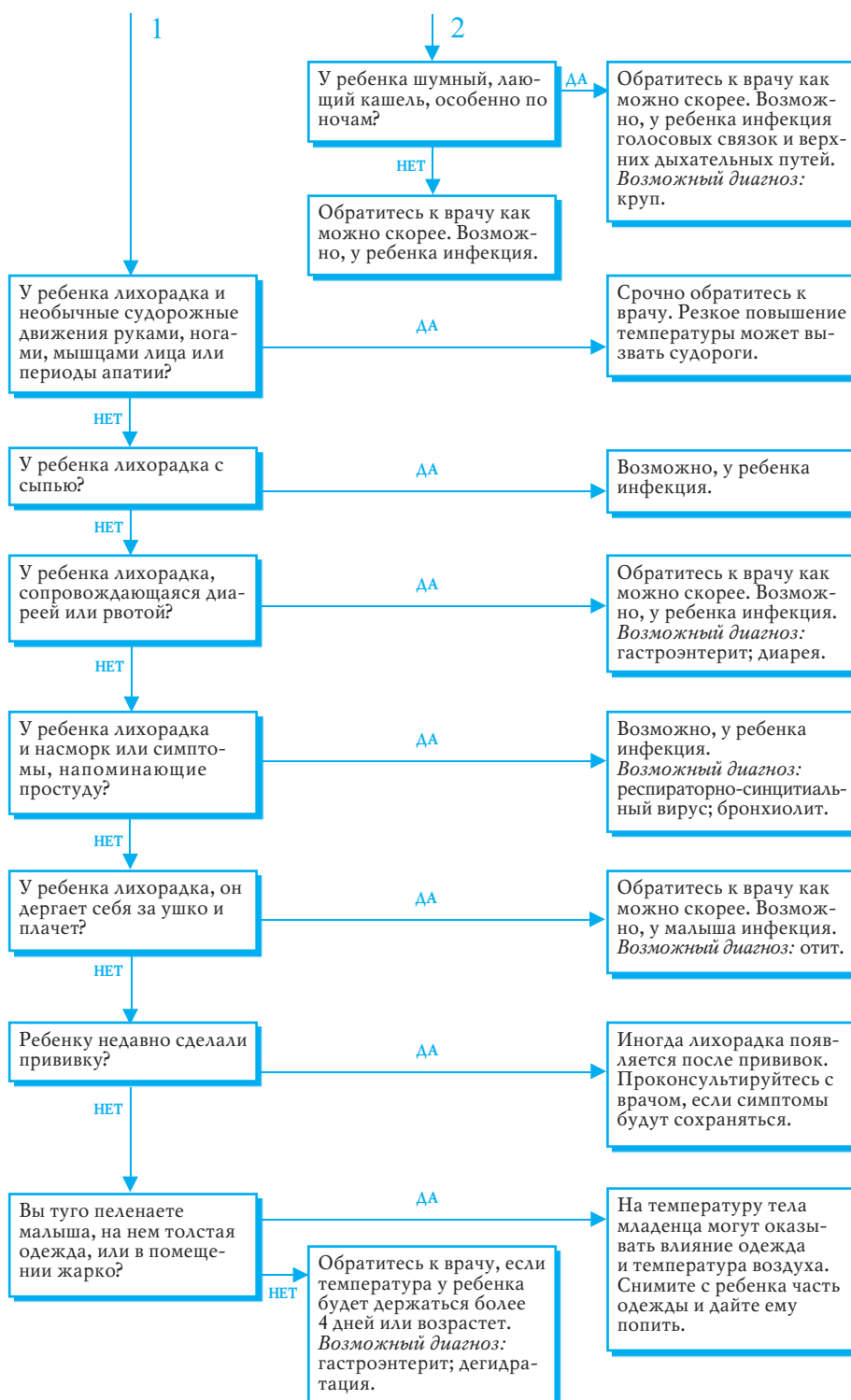


См. продолжение схемы

См. продолжение схемы



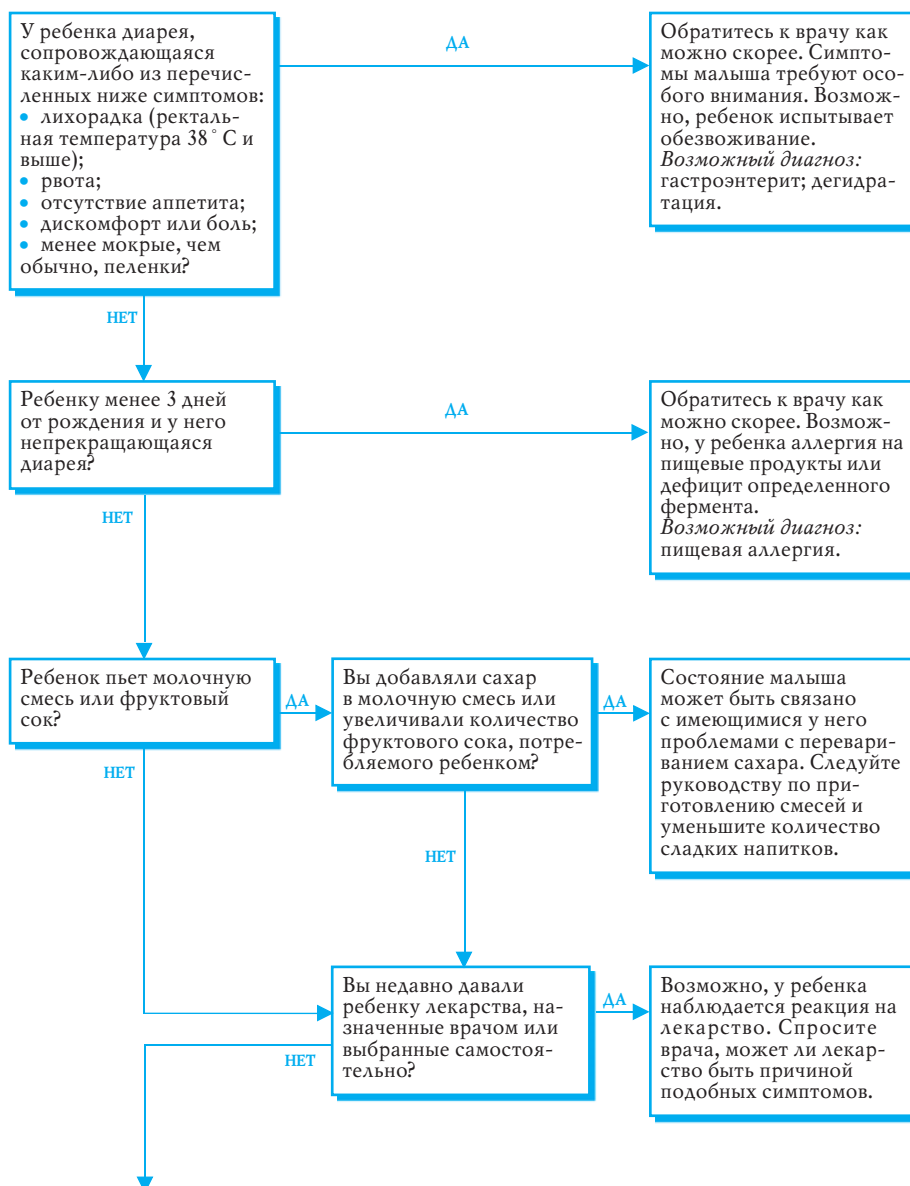
## Детские болезни. Атлас-определитель по симптомам



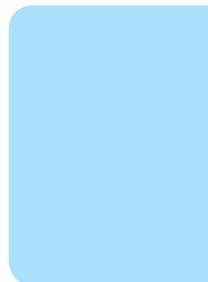
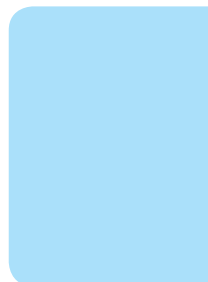
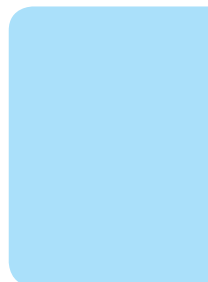
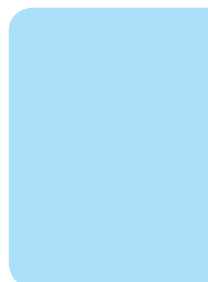
## ДИАРЕЯ У ГРУДНЫХ ДЕТЕЙ

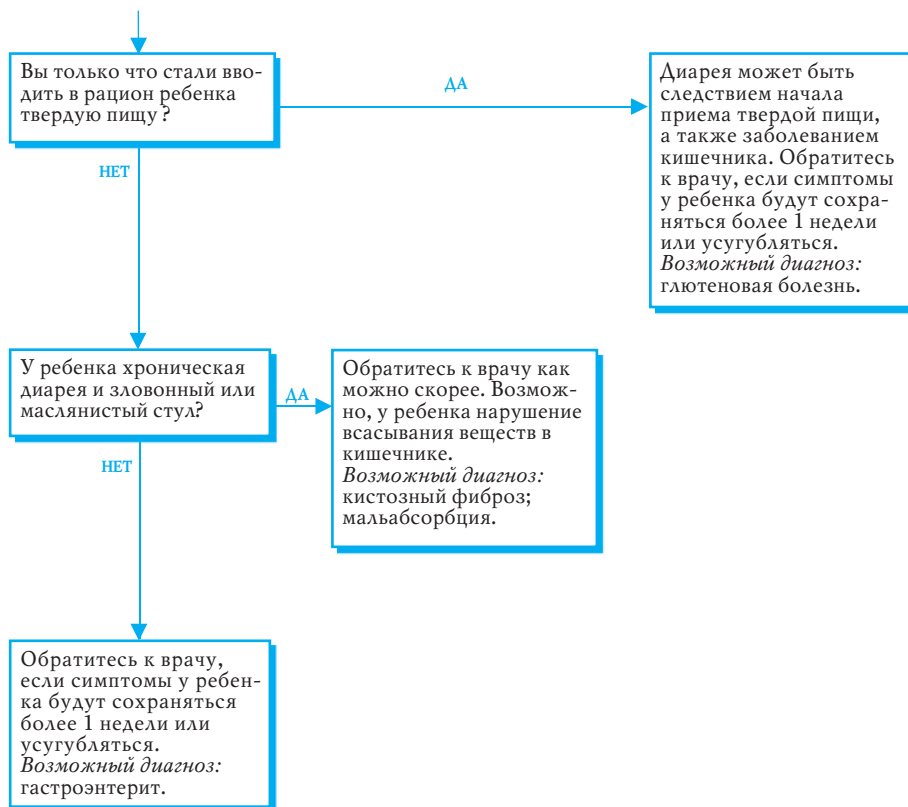
Неоформленный, водянистый стул или учащенное опорожнение кишечника свидетельствуют о диарее. Инфекции желудочно-

кишечного тракта или изменения в диете являются распространенными причинами диареи у грудных детей. Если диарея сопровождается периодическими болями в животе или рвотой, требуется наблюдение со стороны врача.



См. продолжение схемы





## Профилактика обезвоживания

Если у младенца упорный понос, особенно если он сопровождается рвотой, возникает опасность обезвоживания. В этом случае важно давать младенцу много дополнительной жидкости, даже если он не получает никакой пищи или молока.

Но если, по вашему мнению, младенец получает необходимое количество жидкости, вам следует быть настороже, чтобы не

упустить возможных признаков обезвоживания.

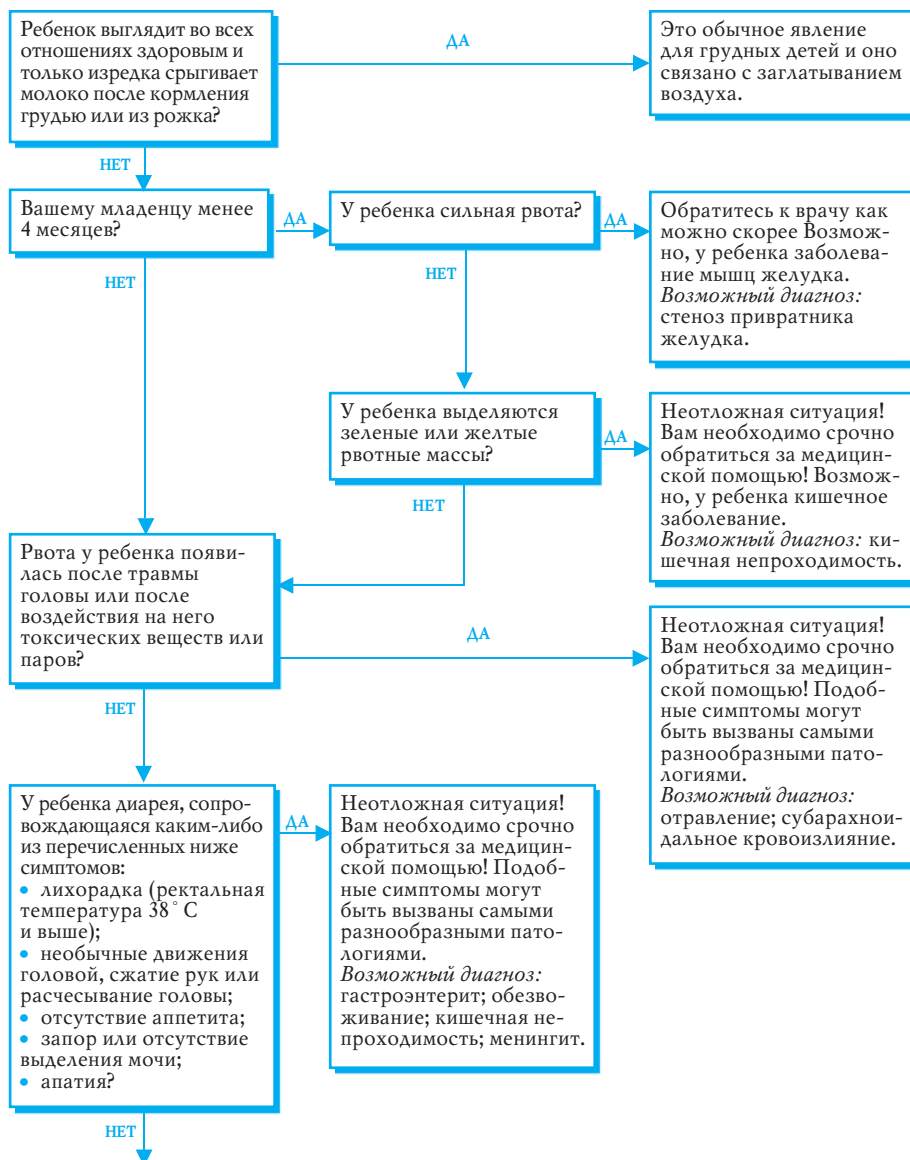
### Признаки обезвоживания:

- запавшие глаза или родничок (мягкая площадка в верхней части головы);
- сухой рот;
- сухие подгузники свыше 3 часов;
- необычная сонливость или раздражительность;
- снижение эластичности кожи.

## РВОТА У ГРУДНЫХ ДЕТЕЙ

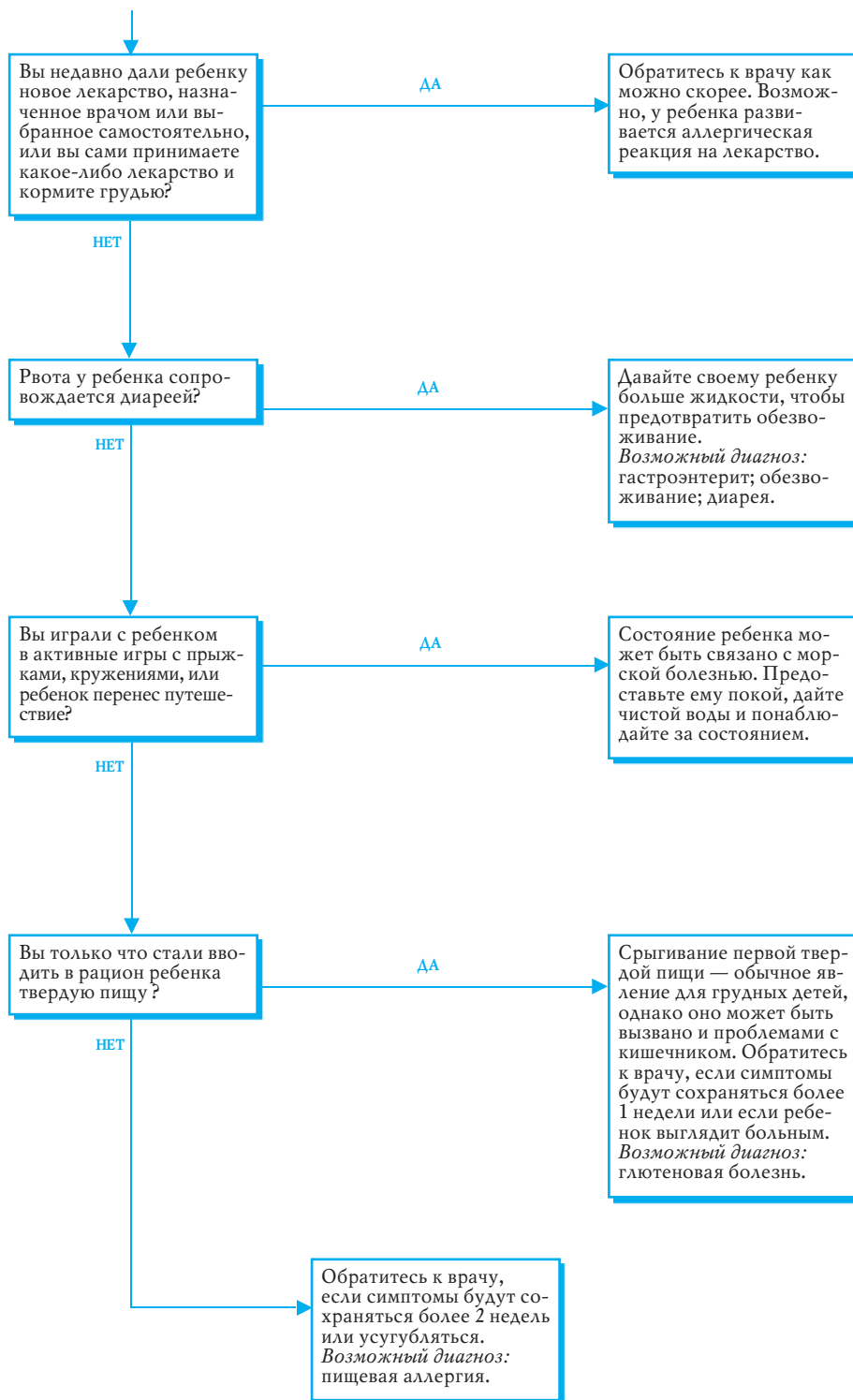
Вытекание желудочного содержимого через рот (срыгивание) — это обычное явление у грудных детей. Однако рвота — более частый

или более интенсивный по сравнению с обычным выброс желудочного содержимого, сопровождающийся лихорадкой, отказом от груди, запором или диареей, — это проблема, которая требует наблюдения со стороны врача.



См. продолжение схемы

## Детские болезни. Атлас-определитель по симптомам



## КОЖНЫЕ НАРУШЕНИЯ У ГРУДНЫХ ДЕТЕЙ

Кожа новорожденного очень чувствительна к небольшим раздражениям и легко воспаляется или покрывается сыпью при перегреве, натирании грубой тканью или при длительном контакте с мочой или калом. Беспокоиться по поводу таких небольших нарушений, как правило, не стоит, хотя, естественно, следует устранить их причину.

Высыпания на коже или другие ее изменения, которые возникают без видимой причины или не проходят в течение нескольких дней, нужно всегда показывать врачу, особенно если вам кажется, что ребенок нездоров.

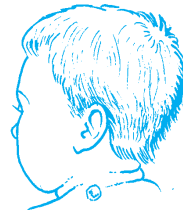
### Родителям на заметку

#### *Родимые пятна*

Почти у каждого младенца есть родимые или пигментные пятна. У некоторых детей необычного цвета кожа занимает большую площадь. Наличие таких пятен у новорожденного часто тревожит родителей, но в зависимости от характера пятен с возрастом ребенка они обычно уменьшаются и постепенно могут бесследно исчезнуть.

#### *Сосудистый невус (гемангиома)*

Чаще всего встречаются ярко-красные выпуклые образования, которые могут появиться на любом участке тела. В течение

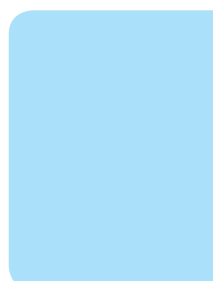
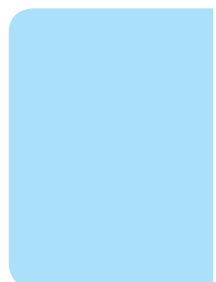
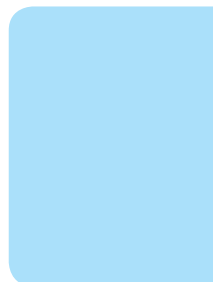
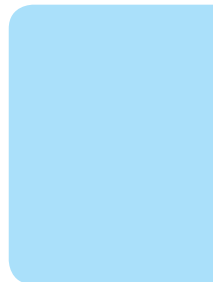


первых месяцев жизни ребенка они могут расти, но уже во втором полугодии начинают сморщиваться. У ребенка в возрасте 7 лет эти образования в 80% случаев полностью исчезают.

Радикальное удаление гемангиомы требуется тогда, когда она расположена вблизи глаза и мешает зрению. Кроме этого, необходимо удаление (независимо от локализации) сосудистых и особенно пигментных пятен при прогрессирующем росте или их постоянном травмировании.

#### *Винные пятна*

Они представляют собой слегка выпуклые пурпурно-красные участки кожи и встречаются чаще всего на лице и конечностях. Со временем эти родимые пятна обычно не меняются, поэтому если они сильно портят внешний вид, их можно скрыть с помощью косметики или удалить методами пластической или лазерной хирургии в более позднем возрасте.

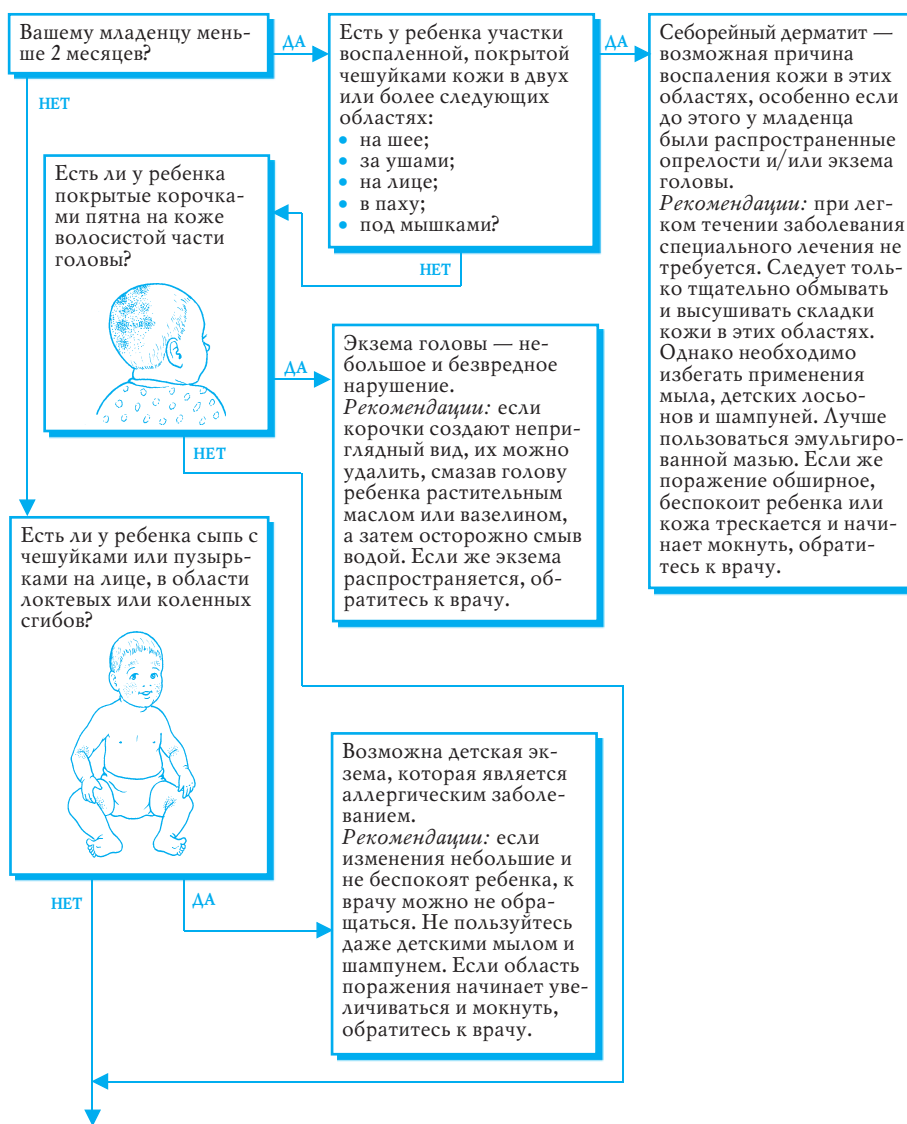


**Большие пигментные пятна**

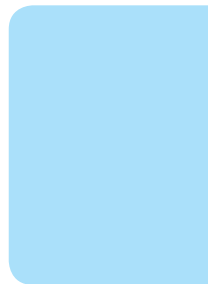
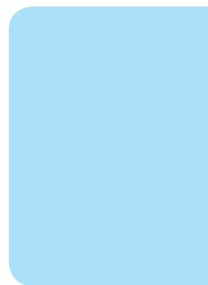
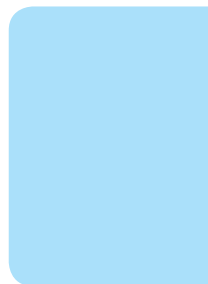
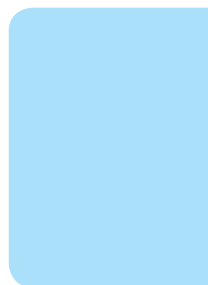
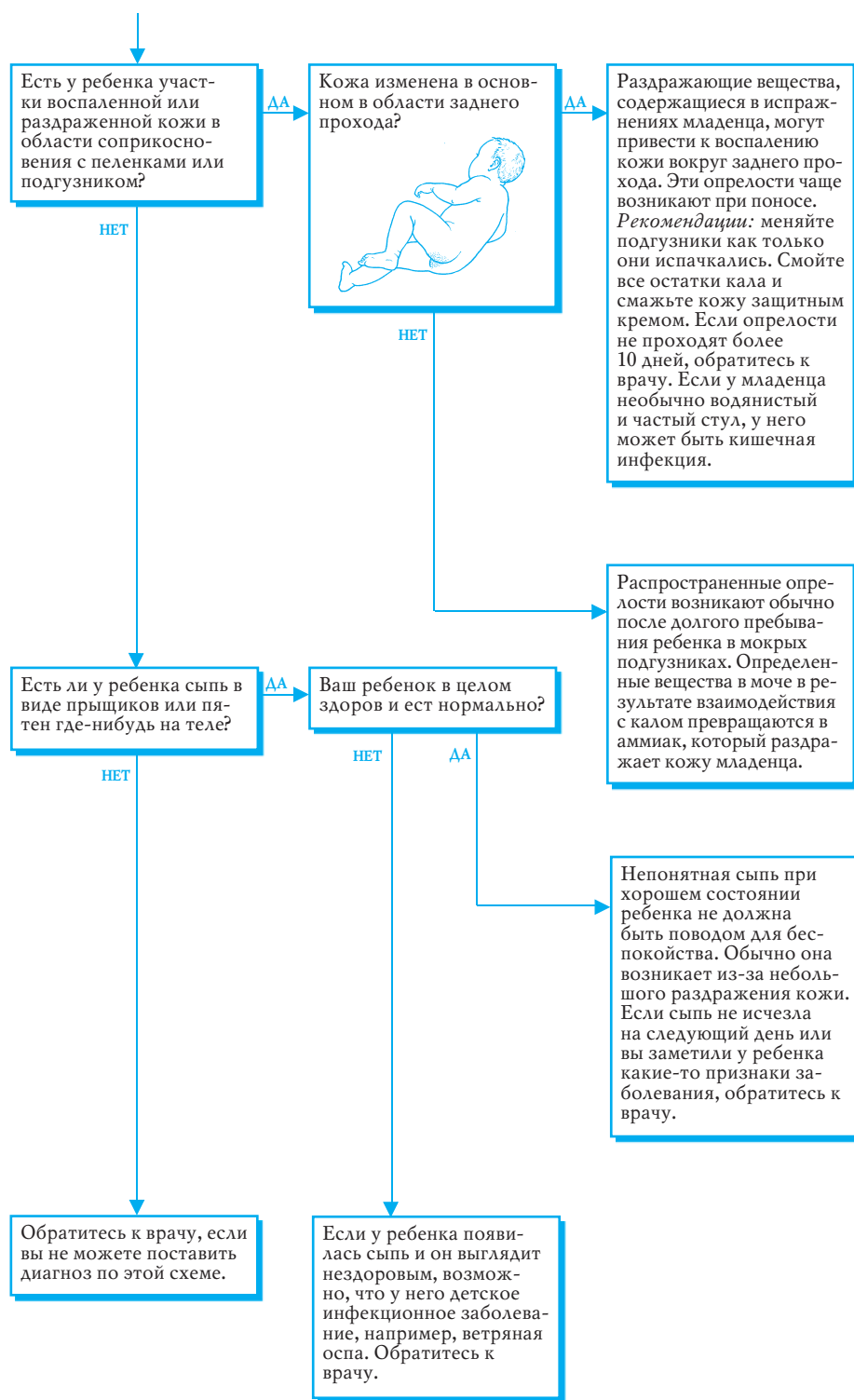
У некоторых младенцев с рождения отмечается несколько плоских темных пятен, которые с возрастом обычно не изменяются. Позже их можно успешно замаскировать косметическими средствами.

**Монгольские голубые пятна**

Эти образования представляют собой синюшные, похожие на синяки пятна и чаще встречаются у детей монголоидной расы. Они исчезают без лечения к двухлетнему возрасту.



См. продолжение схемы





## ЗАПОР У ГРУДНЫХ ДЕТЕЙ И ДЕТЕЙ БОЛЕЕ СТАРШЕГО ВОЗРАСТА

Редкое, болезненное или дискомфортное опорожнение кишечника, сухой или твердый стул являются признаками запора. Ча-

сто причиной, вызывающей запор у детей, становится диета с низким содержанием волокон, неадекватное потребление воды, недостаток физической активности или тревога. Если запор у ребенка сопровождается болью в животе, это состояние требует наблюдения со стороны врача.

