

Вардине Сергеевна.

Я очень благодарна своим родителям. Отец был врачом - педиатром с большой буквы. До сих пор использую его гениальные рекомендации - простые и с точки зрения применения, и с точки зрения рецептуры. А мать родила и вырастила. меня не только, как человека, но и как специалиста.

Для меня состояние пациента - математическая задача. Я испытываю большое удовлетворение от решения этой задачи.

Люблю, чтобы пациент понимал мою тактику и был мне помощником, поэтому я не замолкаю на приеме - все попытаюсь объяснить.

Люблю ухватить болезнь за хвост, когда она еще не вцепилась зубами в человека и не поранила его.

Вардине Сергеевна! Почему дети болеют?

Давайте сначала дадим определение, что такое здоровье и болезнь.

«Здоровье» - это состояние полного физического, психологического и социального благополучия. Здоровый организм - это биологическая система с динамическим, т е подвижным, равновесием. А "Болезнь"- есть задержавшееся нарушение этого равновесия.

Следовательно, дети, как и взрослые, болеют по двум причинам, когда возникают нарушения функционирования физического тела и психического равновесия, что в свою очередь тесно взаимосвязанно, особенно у детей.

Если возникла болезнь, значит воздействие внешней среды, будь то климатический, живой болезнетворный( микроорганизмы) или эмоционально-стрессовый, превысили возможности адаптационных систем организма, что включило системы регуляции и защиты.

Детский организм в таких ситуациях отвечает более целостно, т е общими нарушениями, при этом не важно, как этот ответ проявляется - простудными явлениями или плохим настроением, в отличии от взрослого, у которого жалобы часто ограничены натушенной функцией.

Другой вопрос, почему при одинаковом воздействии, например, холода, один ребенок кашляет, у другого болит живот, а третий становится капризным и плаксивым. Это связано с генетической и индивидуальной конституцией ребенка. Хочу сразу уточнить, что дети от родителей наследуют не болезни, а в условиях отсутствия аномалий развития функциональную слабость и невыносимость конкретной ткани или функции. А понятие " наследственная болезнь" относится к заболеваниям, предопределенным наличием конкретного гена этого заболевания, например гемофилия.

А можно ли повлиять на ответные реакции организма ребенка, укрепить те слабые стороны, которые передаются по наследству, и когда это можно сделать?

Однозначно можно.

Заняться этим необходимо при планировании беременности. Обсудить с доктором слабые стороны своего здоровья. Желательно восстановить и укрепить здоровье родителей, ведь это необходимое условие рождения здорового малыша.

Затем, не менее важен период беременности - поведение, питание и настрой будущей мамы, поэтому, осматривая вашего ребенка, педиатр обязательно спросит, как проходила Ваша беременность.

Следующим шагом будет организация правильных условий жизни и ухода за новорожденным, поскольку ему предстоит тяжелый процесс адаптации к незнакомым условиям нашего мира.

Но даже не думайте, что сделав все, как надо, Ваш ребенок не будет болеть! При всем своем родительском желании с точностью выполнить это невозможно, ведь ребенок растет, режутся зубки, усложняется питание, меняется режим сна и бодрствования.... его возможности постоянно меняются, а значит все-таки сойдутся обстоятельства, превышающие их. И.... Вот он- ужас- семья потеряла покой. Звонки, поиск многочисленных врачей, молниеносный сбор информации из всех возможных источников- " Куда бежать и что делать?"

Спешу, спешу Вас успокоить!

Врача надо искать не тогда, когда ребенок уже заболел, а намного раньше, с самого рождения. Ведь семейный доктор необходим не для того, чтобы лечить, ибо здорового лечить не надо, а для того, чтобы ПОМОЧЬ ВЫРАСТИТЬ здорового ребенка, выявив его индивидуальный конституциональный типаж и направляя, одобряя или ограничивая Ваши естественные родительские желания - дать своему малышу лучшее и по-больше.

Свою индивидуальную конституцию ребенок проявляет с самого рождения. Нужно только наблюдать за его поведением на воздействия. Беречь нестабильно функционирующие системы, давать им только тренировочные нагрузки, и климатические, и пищевые, даже эмоциональные

Если вы знаете, как ваш ребенок реагирует на нагрузки и не превышает его возможностей, ваш ребенок будет развиваться стабильно и гармонично.

Ошибка педиатров состоит в том, что они торопятся глушить симптоматические ответы организма ребенка на воздействия, которому ничего не остается, чем искать другой комплект симптомов для сигнала о наличии агрессии во внешней среде. Просто через слабую систему организм показывает, что он вышел из равновесия. Именно эта система является защитной, т е динамичной в его системе равновесия. Все пройдет, как только Вы правильно организуете уход за таким ребенком, т е временно снимете с него даже привычную нагрузку( Не купать, Не гулять, Не переедать! И т д )

Это только то, что касается физического здоровья. Но есть еще и другая сторона вопроса.

Человек постоянно находится в информационно- эмоциональном и энергетическом обмене с внешней средой. И пока маленький человечек не умеет полноценно впитывать и отражать информацию, родители служат посредниками для них. В семье должны быть любовь, мир, уважение. . Это тот камертон, по которому Ваш Ребенок будет настраиваться на этот мир, как скрипка. Любая измена вносит диссонанс в слаженную семью и неудивительно, что ребенок после этого начинает болеть. Детям не нужно видеть ссоры и измены, они их чувствуют и это выводит детей из равновесия. Они будут демонстрировать при этом все свои защитные системы. Сегодня живот болит, завтра аппетита нет, послезавтра я простудился и т.д. Равновесия в здоровьи не будет, если родители привыкли флиртовать на стороне. Многие педиатры отмечают психосоматическое происхождение, например, астмы - в семье, где много ссор, трудно дышать ребенку; бесконечных отитов - трудно слышать ругань в семье. Их можно лечить сколько угодно, но, пока в семье родители продолжают ругаться, толку от этого не будет. Интересно, что на отдыхе ребенка болезни оставляют. Там много всего нового, что требует его внимания и сил на адаптацию, и он меньше зависим от родительских отношений.

То есть начинать лечение ребенка необходимо с работы над собой и с мира в своей душе.

Да! Болезнь - это сигнал! Скажите ей спасибо, ведь она обращает ваше внимание на ошибки, включайтесь и исправляйте. Принимая решения, связанные с детьми, взвесьте возможности и учтите желания Вашего ребенка!

Вардине Сергеевна! А где та грань, когда мы можем думать о мире в своей душе ради спасения здоровья ребенка без риска для этого же самого здоровья?

: Если у Вас заболел ребенок, то первый вопрос, который требует ответа - это есть ли угроза для жизни. В детском возрасте такая ситуация может развиваться внезапно. Конечно, все зависит от возраста, но в общем, угроза жизни - это: температура выше 39 градусов, нетипичное дыхание, привлекающее внимание, нарушение сознания, когда ребенок не идет на контакт - в этих случаях сразу надо обратиться к скорой помощи. Во всех остальных случаях необходимо обеспечить должный уход.

Я считаю, что необходимо иметь семейного врача, к которому всегда можно обратиться, который знает ваши сильные и слабые стороны в семье, быстрее и эффективнее посоветует условия для быстрого выздоровления

А как вы относитесь к закаливанию? Так хочется иметь здорового малыша, шлепающего босыми ногами по холодному полу!

Это всегда замечательно! Но подойдите к этому неторопливо и мудро. Учитывая сезон года, какое количество холодной нагрузки вы можете дать так, чтобы это было переносимо для малыша?

Закаливание необходимо начинать с первых дней.

Температура в комнате пусть будет не выше 22 градусов. Одевайте ребенка так же, как одеаетесь сами, плюс еще одна вещичка, учитывая его вынужденную гиподинамию, то есть невозможность двигаться. В тепле держать ручки и ножки, а если голову прикрывать только после купания и во время прогулки.

Перед купанием дайте малышу полежать голеньким для начала 1 минуту, пусть он почувствует соприкосновение воздуха со всей поверхностью кожи перед тем, как опустить его в теплую воду и согреть. К году он сможет уже порядка 40 минут бегать со счастливыми криками по комнате голеньким, и пусть руки и ноги будут холодными и даже с синевой, не переживайте! .... 20-30 минут плескания в теплой ванночке и красные щечки покажут, что ребенок согрелся. Оденьте его чуть теплее после ванны, но через полчаса переоденьте в сухенькую и более легкую одежду.

Если родители не делали этого с рождения, никогда не поздно начинать, надо только грамотно выбрать стартовый сезон и ритм увеличения нагрузки.

Труднее рассчитать точность адаптивной нагрузки с водными процедурами, особенно в маленьком возрасте. Если ребенок тяжело переносит водные процедуры, не тираньте его. Если он не может успокоиться после обливания, это никогда не принесет пользы, зато вред будет очевиден! Ведь его неумный крик - сигнал - с ним сделали что-то недопустимое. За ребенком необходимо очень внимательно наблюдать и не торопиться, и у вас обязательно получится воспитать здорового, гармоничного ребенка!

