Обращение к врачу

Если ребенок жалуется на боли, плохое самочувствие, или вы замечаете какие-то симптомы заболевания — обратитесь за помощью к врачу. Не следует лечить ребенка самостоятельно или следовать советам друзей и родственников. Одно и то же заболевание у разных детей может протекать совершенно по-разному. И лечение, которое помогло одному ребенку, может причинить другому вред. Чем раньше вы обратитесь к специалистам, тем быстрее ребенок получит квалифицированную помощь.

Срочная медицинская помощь необходима, если у ребенка высокая температура, которая не снижается при использовании жаропонижающих препаратов, затруднение дыхания, неукротимая рвота, судороги, потеря сознания. При этих и других опасных для жизни ситуациях вызывают «неотложную» или «скорую помощь».

Из поликлиники врача вызывают на дом, когда у ребенка повышается температура и когда температуры нет, но вы подозреваете инфекционное заболевание. Отправляясь в поликлинику с ребенком, у которого имеются повышение температуры и другие признаки острой инфекции, вы создаете угрозу заражения других детей и подвергаете опасности здоровье своего ребенка.

К посещению врача следует подготовиться. Для обследования грудного ребенка используют пеленальный стол. Ребенка старшего возраста врач осматривает в постели, а маленького или беспокойного врачу удобнее осматривать на руках кого-нибудь из членов семьи. Для осмотра нужно хорошее освещение, а для обследования глотки надо приготовить чистую ложечку, положив ее на тарелку. Полезно вести записи с наблюдениями и вопросами родителей. Желательно также записывать рекомендации врача по питанию, лечению и уходу.

Питание больного ребенка

При организации питания учитываются режим и характер питания ребенка до болезни, общее состояние больного и тяжесть заболевания. Больной ребенок, как правило, теряет аппетит. Если ребенок не хочет есть, не следует его заставлять, но он обязательно должен получать много жидкости. В качестве питья можно рекомендовать чай, компот из сухофруктов, кипяченую воду с небольшим количеством варенья, разведенный фруктовый сок. Лучше давать ребенку то, что ему больше всего нравится. Активно

предлагайте ребенку питье каждый час, а при повышенной температуре — каждые полчаса.

Во время болезни целесообразно объем порций уменьшить, а частоту приемов пищи увеличить. Если ребенку не требуется специальная диета, он получает легкоусваиваемую пищу: манную кашу, картофельное пюре, яблочное пюре, протертые супы, суфле, сухари и т. д. Больному ребенку не рекомендуются сладости. Они ухудшают и без того плохой аппетит больного. Значительно больше пользы от свежих фруктов и вареных овощей, компотов, кисломолочных продуктов. Когда температура становится нормальной и появляется аппетит, в рацион вводят отварное мясо, сливочное масло, творог, яйца. Выздоровливающего ребенка не надо перекармливать. Если ребенка кормят насильно, пища может вызвать отвращение, и у него надолго останется плохой аппетит. После болезни ребенок должен восстанавливать силы постепенно, съедая столько, сколько хочет. Важно, чтобы питание было разнообразным, вкусным и богатым витаминами.

Создание оптимальных условий для больного ребенка

Во время болезни ребенок особенно нуждается в любви и внимании родителей. Постарайтесь находиться возле него все возможное время. Разговаривайте с ним, рассказывайте сказки, читайте вслух. Ухаживая за больным ребенком, нужно прислушиваться к его жалобам, стараться выполнять его просьбы. В то же время необходимо проявлять настойчивость в выполнении назначенных врачом процедур, даже если ребенок негативно к ним относится. Будьте ласковы, но тверды, и чем решительнее вы станете действовать, тем меньше ребенок будет капризничать. За время лечения дети привыкают к постоянному вниманию, и после выздоровления ребенку важно чувствовать, что любовь и забота родителей не прекратились с окончанием болезни.

При уходе за заболевшим ребенком родителям рекомендуется вести краткий дневник, записывать в него температуру тела, основные жалобы, новые симптомы болезни. Если в течение дня нужно провести много лечебных мероприятий, следует составить график процедур и придерживаться его. Это позволит не забыть вовремя дать ребенку лекарства и выполнить все необходимые манипуляции в назначенное время.

Больной и здоровый ребенок нуждается в свежем воздухе. Независимо от заболевания, комнату следует часто проветривать. Зимой во время проветривания ребенка надо тепло укрыть или перевести в другую комнату. Закрыв окно или форточку, снимите с ребенка теплые вещи только тогда, когда воздух в комнате согреется. В теплое время года форточку можно постоянно держать открытой. В помещении необходимо ежедневно проводить влажную уборку.

Оптимальная температура в помещении, где находится больной, — днем 18-20°C, ночью на 2-3°C ниже. Воздух в комнате больного не должен быть слишком сухим. Особенно это важно при заболеваниях дыхательных путей. Для повышения влажности воздуха можно пользоваться увлажнителем. Если увлажнитель отсутствует, накройте батареи центрального отопления влажными полотенцами.

Большую часть времени больной проводит в постели, поэтому она должна быть удобной. Кровать следует установить таким образом, чтобы свет не падал больному в лицо, она должна быть защищена от сквозняков. Постельное белье проветривается и перестилается каждое утро. Одеяло расправляют в пододеяльнике, подушку взбивают. Простыню встряхивают и расстилают как можно ровнее. Постельное белье меняют два раза в неделю и по мере загрязнения.

Перед кроватью нужно постелить коврик, чтобы ребенок не вставал босыми ногами на холодный пол. Рядом с кроватью поставьте небольшой столик, на нем разместите необходимые ребенку предметы.

Обычно ребенок должен оставаться в постели до нормализации температуры, но существует ряд заболеваний, при которых постельный режим назначается на длительный срок. Если состояние ребенка не тяжелое, наденьте на него шерстяную кофту или жилетку и разрешите сидеть в кровати. Дайте ему игрушку, конструктор, книжки, карандаши и бумагу. Постарайтесь найти время поиграть с ребенком, почитайте ему.

Ежедневно утром и вечером необходимо мыть ребенку лицо, шею, руки, чистить зубы. Ребенку обязательно следует мыть руки перед кормлением, а после еды — лицо и руки. После каждого приема пищи ребенок должен прополоскать рот или выпить немного кипяченой воды. Тяжелобольным детям все гигиенические мероприятия проводятся в постели, максимально осторожно. Желательно хотя бы раз в пять дней выкупать больного в ванне или

под теплым душем. Если он сильно потеет, купать надо чаще. Если врач разрешил купать ребенка, температура воды должна быть 37-38°C, длительность купания — не более десяти минут. Детей в тяжелом состоянии не купают в ванне. При затяжной тяжелой болезни ребенка протирают мокрым полотенцем в постели, подстелив клеенку. Обтирания проводят в такой последовательности: сначала полотенцем, смоченным теплой водой, обтирают спину, затем, сразу же вытирая насухо и прикрывая, — грудь и живот, затем — руки и только после этого, одев и укрыв ребенка, нужно обтирать ноги.

При насморке следует использовать бумажные одноразовые платки или салфетки и сразу же их выбрасывать. Очень часто сморкаться не следует, поскольку это вызывает дополнительное раздражение воспаленной слизистой носа.

У детей, которые не умеют сморкаться, содержимое полости носа удаляют индивидуальной спринцовкой объемом 30 мл. Кончик спринцовки смазывают вазелином и вводят в нос не более чем на 1 см. До введения в носовой ход спринцовку слегка сжимают, после введения давление осторожно ослабляют. После использования спринцовку необходимо тщательно промывать. В настоящее время в аптеке можно приобрести специальный назальный аспиратор и комплект сменных насадок для него. В случае вязких густых выделений их следует вначале размягчить при помощи физиологического раствора, а затем удалить.

Корки в носу при необходимости размягчают стерильным растительным или вазелиновым маслом и удаляют при помощи ватных жгутиков. Кожу вокруг носа обмывают теплой водой, просушивают и смазывают детским кремом.

Существуют некоторые особенности закапывания капель при различных видах патологии:

при рините капли закапываются при слегка запрокинутой голове ребенка, затем прижимают крылья носа к перегородке и наклоняют голову вниз — этим обеспечивается воздействие на слизистую носа; при аденоидите во время процедуры ребенок должен лежать, запрокинув голову, под плечи можно положить небольшую подушку — в таком положении капли проходят в носоглотку и воздействуют на носоглоточную миндалину (аденоиды). Во время процедуры

ребенок не должен кричать, осуществлять глотательные движения во избежание попадания препарата в слуховые трубы; при воспалении носовых пазух капли в носовые ходы закапывают поочередно. Когда ребенок лежит на правом боку — в правый носовой ход нужно ввести несколько капель лекарства таким образом, чтобы оно попало на слизистую оболочку наружной стенки носа. После закапывания голова должна на некоторое время оставаться в том же положении. Через 1-2 минуты лекарство закапывают в другую ноздрю, соблюдая те же правила.

Применение лекарственных препаратов

Медикаменты и лекарственные растения при лечении ребенка должны применяться только по рекомендации врача, в определенное время и в назначенной врачом дозировке. Перед тем как использовать лекарство, необходимо проверить его название, дозу и срок годности. Прием лекарств через рот. Через рот принимают твердые и жидкие препараты. К твердым относятся порошки, таблетки, пилюли, капсулы, драже. К жидким — растворы, настои, отвары, капли, микстуры. Детям грудного и раннего возраста лекарства следует давать только в жидком виде. Если ребенку назначены таблетки, их нужно растереть между двумя ложками до порошкообразного состояния, а затем порошок смешать с водой, так как сухим порошком ребенок может поперхнуться. Горькие лекарства можно смешать с сахарным сиропом, вареньем. Принятое внутрь лекарство следует запить небольшим количеством кипяченой воды. Смешивание горьких лекарств с пищей недопустимо, потому что позднее дети могут отказываться от этих продуктов. Если назначено несколько лекарств, их нельзя смешивать. Ребенок, принимающий лекарства, должен много пить.

Если ребенок отказывается от приема лекарства, несмотря на уговоры и «улучшение» вкуса препарата, лекарство приходится давать насильно. Ребенка усаживают или держат на руках. Ребенку зажимают нос, когда он открывает рот, в рот вводят ложку с лекарством. Нос отпускают, поскольку при ротовом дыхании он может легко поперхнуться лекарством. Лекарство вливают в рот. Ложку держат во рту до тех пор, пока ребенок не проглотит лекарство. И в этом случае ребенок должен запить лекарство кипяченой водой.

Жидкие лекарственные формы дают так же, как растворенные в воде таблетки. Для определения дозировки используют градуированные мензурки, мерные ложки. Если они отсутствуют, можно использовать обычные ложки: чайная ложка вмещает 5 мл, десертная — 10 мл, столовая — 15 мл. Лекарства, принимаемые по каплям, закапывают из пипетки в небольшое количество воды. Мензурку, ложку и пипетку сразу же после использования необходимо тщательно

Выполнение назначений врача

Родители должны заранее узнать, как правильно выполнить назначенную врачом процедуру. Получить необходимые рекомендации можно у лечащего врача, медицинской сестры или прочитать о проведении процедуры в специальной литературе. Подготовка к процедуре не должна происходить на глазах у ребенка. Когда все подготовлено, нужно сообщить ребенку о предстоящем лечении как о чем-то вполне обычном.

Все манипуляции надо выполнять осторожно, стараясь причинять малышу как можно меньше неприятных ощущений. Если процедура болезненная, не следует говорить ребенку, что боли не будет. Неожиданная боль испугает его, и он перестанет доверять родителям. Если для выполнения манипуляции требуется определенное положение тела, ребенку нужно объяснить, что его держат так для того, чтобы лекарство быстрее проникло в больное место. Если ребенка необходимо зафиксировать и придерживать его руки и ноги, чтобы он неосторожным движением не помешал проведению процедуры, ему следует сказать, что вы его крепко держите для того, чтобы было не так больно.

Родители должны действовать уверенно, спокойно, не показывая собственной озабоченности или страха. Во время процедуры ребенка нужно успокаивать, стараться переключить его внимание. Если ребенок вырывается и не дает провести процедуру, ни в коем случае нельзя отказываться от ее выполнения. Если уговорить ребенка не удастся, а провести процедуру необходимо, ее, несмотря на сопротивление, доводят до конца. Каждая последующая процедура обычно проходит более спокойно, поскольку ребенок уже знаком с ней и не боится. Как бы ребенок себя ни вел, на него нельзя кричать, не следует его ругать. После успешно проведенной процедуры ребенка нужно похвалить, приласкать, предложить ему какое-нибудь лакомство.

Посещение поликлиники также требует определенной подготовки. Расскажите ребенку об этом учреждении, о работе врачей. Никогда не пугайте ребенка медицинскими работниками. Психологически подготовленный к посещению врача ребенок приходит в поликлинику без страха, осмотр проходит без проблем. К врачу с ребенком должен пойти тот из родителей, кто может подробно рассказать, когда возникли симптомы болезни, какие заболевания ребенок перенес, чем болел в последний раз и какое лечение получал. Большое значение имеют отношения, которые складываются у родителей с медицинским персоналом. Ребенок чувствует настроение взрослых, и если они уверены в правильности и целесообразности врачебных назначений, он гораздо легче переносит все лечебные мероприятия. В присутствии ребенка нельзя обсуждать его болезнь, негативно отзываться о медицинских работниках.

После посещения врача начинайте лечение незамедлительно. Если после начала лечения прошло 2-3 дня, а состояние ребенка не улучшается или даже ухудшается, появляются какие-либо новые симптомы или вновь повышается температура, обязательно повторно вызывайте на дом врача.

Большинство болезней детского возраста успешно лечатся в домашних условиях, но в ряде случаев ребенку может потребоваться стационарное лечение. Ребенка следует психологически подготовить к госпитализации. Объясните ему, что только в больнице он сможет быстро и полностью поправиться и вновь стать здоровым. Во время приготовлений и сборов старайтесь сохранять спокойствие и оптимизм.

Не давайте ребенку обещаний, которые невозможно выполнить, например что через два дня он вернется домой. В больницу нужно взять расческу, мыло, зубную щетку, зубную пасту, полотенце, белье, пижаму, носки, теплую кофту, тапочки. Чтобы малыш не скучал, захватите с собой бумагу, цветные карандаши, книжку, настольную игру, небольшую игрушку.