

# Консультация для родителей

## Профилактика глистных заболеваний

Эпидемиологи бьют тревогу: паразитарные заболевания прочно занимают лидирующие позиции в списках причин смерти населения нашей планеты (наряду с инфекционными болезнями). Заразиться глистами просто, если игнорировать правила профилактики гельминтозов. Взрослые должны быть особенно внимательными к личной гигиене детей с самого раннего возраста.

- [Признаки заболевания и диагностика гельминтозов.](#)
- [Виды гельминтозов, наиболее частые в детском возрасте.](#)
- [Особенности профилактических мер, направленные против гельминтозов.](#)
- [Случаи опасности заражения гельминтами.](#)

Заболевания глистами (гельминтозы) возникают вследствие заражения организма яйцами червей. Гельминты паразитируют внутри организма – как в отдельных органах (кишечник, печень, легкие, оболочки мозга), так и в жидких средах (кровь).

### **Признаки заболевания и диагностика гельминтозов.**

Педиатры отмечают, что гельминтозы становятся причиной очень разнообразных жалоб на ухудшение здоровья. Некоторые из них обоснованы, другие бывают преувеличены. По общему состоянию ребенка можно только предположить, какой вид гельминта наносит вред организму. Недопустимо для родителей делать выводы самостоятельно и ставить диагнозы только на основании болей в животе у малыша или внезапного понижения аппетита.

Поводов для обращения к врачу-гельминтологу (или в кабинет инфекционных заболеваний при поликлинике) есть много. Пройти диагностику нужно обязательно, если на лицо такие нарушения:

- у ребенка проблемы с желудочно-кишечным трактом – дисбактериоз, схваткообразные боли в животе, тошнота без видимого повода и рвота, нерегулярное опорожнение кишечника с преобладанием запоров;
- при обследовании малыш чувствует резкую боль при надавливании пальцами на область поджелудочной железы, селезенки, печени, околопупочного кружка;
- ребенок выглядит бледным, его кожа с синеватым оттенком, лимфатические узлы увеличены, часто случаются простуды, нередко аллергические высыпания;
- сон малыша беспокойный, сопровождается скрежетом зубов, сильным течением слюны.

Чтобы поставить точный диагноз, назначают сдачу анализа кала – для выявления яиц паразита, а также анализ крови – для определения специфических изменений формулы крови (как правило, присутствует эозинофилия, реже лейкоцитоз).

### **Виды гельминтозов, наиболее частые в детском возрасте.**

Дадим короткую характеристику наиболее распространенным гельминтозам у детей. У них разные возбудители и специфическая симптоматика.

#### **Аскаридоз.**

Заболевание вызывает аскарида. Яйца гельминта располагаются на теле больного человека или на плохо промытых плодах (овощи, фрукты, зелень). Жалобы больного ребенка: головная боль, быстрая утомляемость и слабость. Часто повышается температура тела, появляется сухой кашель, тяжесть в легких, одышка. Малыш плохо кушает, худеет. Ночью спит беспокойно, с кошмарами, плачем и метаниями. Чтобы поставить диагноз, берут на исследование кал и кровь.

### **Энтеробиоз.**

Заболевание вызывает острица. Яйца гельминта переносятся от человека к человеку – на грязных руках. Возможно повторное заражение, если [малыш грызет ногти](#) и сосет пальцы. Ребенка беспокоят: зуд в области промежности, анального отверстия, сильные боли, похожие на аппендицит. Ночью случается недержание мочи. Для выявления гельминтоза проводят анализ соскоба с периаанальных складок, исследуют кал.

### **Эхинококкоз.**

Заболевание вызывает эхинококковый цепень. Яйца гельминта размещаются в члениках (в частях тела) цепня, которые в изобилии находятся на шерсти зараженной собаки или на предметах, которые загрязнены собачьими испражнениями (колеса велосипеда, мяч, овощи, фрукты и другие продукты питания).

### **Описторхоз.**

Заболевание вызывает кошачья двуустка. Яйца гельминта попадают в организм с рыбой, которая не прошла достаточно тщательную термическую обработку (полусырые блюда, малосоленая рыба). Или от больного человека. Ребенка беспокоит тошнота, боли в области желудка и желчного пузыря, слюнотечение, расстройства кишечника.

### **Особенности профилактических мер, направленные против гельминтозов.**

Профилактика заболеваемости гельминтозами предполагает строгое соблюдение общепринятых санитарно-гигиенических норм, правил эпидемиологического режима, своевременное выявление зараженных людей, их лечение.

Желательно объяснить ребенку необходимость регулярного выполнения таких действий:

- мытье рук после возвращения с улицы и перед едой; особое внимание уделять чистоте и аккуратности ногтей;
- после опорожнения кишечника подмывать промежность с мылом;
- ежедневно промывать наружные половые органы и менять нательное белье;
- пользоваться только личными предметами гигиены.

Родители должны обеспечить:

- смену постельного белья 1 раз в неделю;
- стирку и проглаживание нательного и постельного белья (особенно в период, когда в доме есть ребенок или взрослый, больной гельминтозом);

- прекращение привычки у ребенка грызть ногти, карандаши, ручки, другие предметы, класть в рот пальцы, трогать область ануса;
- готовить блюда из тщательно промытых овощей, фруктов, зелени, с соблюдением требований термического воздействия;
- не давать ребенку пить воду из сомнительного источника, только кипяченую или фильтрованную;
- ежедневно поддерживать чистоту в доме, проводить влажную уборку;
- следить за здоровьем домашних питомцев.

Необходимость проведения медикаментозной профилактики определяет врач-педиатр или эпидемиолог. Основанием для назначения любого препарата ребенку любого возраста должны служить результаты анализов и беседа с родителями.

### **Случаи опасности заражения гельминтами.**

Риск подхватить глисты высок в любой местности. В особенной степени случаи заболевания учащаются в теплое время года, когда дети чаще общаются с другими детьми и взрослыми, бывают в детском коллективе во время прогулок вне дома или уезжают отдохнуть в лагерь.

Судите сами. Что успевают сделать ребенок на прогулке? Конечно, если только взрослые не приучили его стоять на одном месте подобно стойкому оловянному солдатику. Вот, к примеру, малыш может успеть порезвиться на площадке с товарищами, шлепнуться в лужу и выкачаться в земле. Потом погладить шерстку пробегающим мимо собакам или кошкам. А еще поковыряться в песочнице (кстати, тут же любят рыться те самые четвероногие любимцы). Спрашивается: разве возможно уследить, чтобы при этом ребенок не трогал рот грязными руками? Очень маловероятно.

Родительский надзор ослабевает также в тот период, когда на даче (в деревне) начинается сезон фруктово-ягодно-овощного изобилия. Все приведенные выше факторы могут стать причиной гельминтозов. Разумеется, если родители совсем не прикладывают усилий против этих неприятностей.

Уважаемые родители! Призываем вас: пройдите обследование с ребенком по выявлению гельминтов срочно! Ведь внутренние паразиты становятся также причиной задержки роста и развития. В любом случае, вы можете рассчитывать на квалифицированную помощь, а профилактика гельминтозов у детей в виде диагностики в медицинском учреждении не окажется лишней. Если заболевание подтвердится, будут даны рекомендации для лечения. Если же нет – причина для беспокойства по поводу гельминтоза будет исключена полностью.

# КОНСУЛЬТАЦИЯ ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ

## ВРЕДНЫЕ ПРИВЫЧКИ РОДИТЕЛЕЙ И ИХ ВЛИЯНИЕ НА ЗДОРОВЬЕ ДЕТЕЙ

Вы мечтаете вырастить идеального ребенка во всех отношениях. Чтобы был здоровый, умный, культурный и вежливый, чтобы добрый и искренний, чтобы, чтобы, чтобы... Но не задумывались ли вы, что воспитание ребенка нужно начинать с ... воспитания себя! Ведь пример – это молчаливый воспитатель. А потому давай поговорим о том, как привычки взрослых влияют на развитие детей.

Ребёнок как «губка» начинает вбирать в себя все то, что является его окружением. Мать и отец – это Вселенная малыша, других людей ребенок не так часто наблюдает.

Наиболее неблагоприятным фактором, влияющим на здоровье ребёнка является пристрастие родителей к вредным привычкам.

Тяга к сигаретам, пиву, острым и соленым блюдам — это именно те привычки, от которых следует избавиться хотя бы ради своих детей. Родителям нужно обращать больше внимания на то, что они делают в присутствии детей. Дома курить – нельзя. Вот один из примеров: семилетний Максимка после своего дня рождения заявил маме и папе, что он вместе с ними будет курить на кухне, ведь он уже взрослый. Для родителей, конечно, это было полной неожиданностью. Хотя они и курили, но о том, чтобы это делал их ребенок, не могло быть и речи.

Тогда родители договорились между собой, что дома больше не будут курить. Результат налицо — мальчик больше не заводил речь о том, что будет курить. Однако не возьмется ли за сигарету мальчик в будущем — не известно. Ведь когда дети знают, что их родители курят, они считают это нормой. А вот если бы родители бросили эту вредную привычку, было бы гораздо легче убедить ребенка, что не стоит даже начинать курить. С другой стороны, нередко весьма действенными оказываются пример товарища или кумира. Однако в большинстве семей именно родители являются наибольшим авторитетом для ребенка. И он невольно или сознательно перенимает их поступки. А если ему чего-то не позволяют делать, то малыш чувствует себя оскорбленным. Особенно ребенка смущает, когда родители сначала позволяют копировать свои привычки, а потом запрещают. Не самый показательный пример — когда родители дают ребенку попробовать пиво, а потом почему-то говорят, что детям нельзя его пить. Родители когда-то позволили своему трехлетнему сыну попробовать пива. А впоследствии, когда они взяли его в гости к знакомым, малыш начал требовать, чтобы ему снова дали этот алкогольный напиток. И этим чрезвычайно радовал всех присутствующих. В другой раз на улице мальчик увидел, как незнакомые люди пили пиво, и снова начал капризничать, более того, устроил скандал прямо на улице. Такие ситуации повторялись еще несколько раз — малыш

обижался, что ему запрещают пробовать пиво. Не потому, что привык к нему. А потому, что подумал, что его больше не любят, потому что не позволяют быть смешным и радовать всех. Это не только психологическая проблема. Гастроэнтерологи также не приветствуют, когда маленьким детям дают пиво. Поскольку у них еще не вырабатываются ферменты, которые расщепляют алкоголь. А 330 граммов пива — это то же, что 10 граммов спирта. Однако гораздо больше вреда, чем алкоголь, наносит детям привычка родителей есть острое, соленое и копченое. В больницу малыши в основном попадают с приобретенными, а не врожденными болезнями пищеварительной системы. Жареная, острая или копченая пища требует для переваривания много кислоты, и организм выделяет ее сверх нормы — объясняет гастроэнтеролог. В результате кислота повреждает стенки желудка и кишечника — поэтому и образуется язва. Вредным привычкам всегда можно найти альтернативу. В одном случае это замена пивного «ритуала» общим приготовлением свежих соков или коктейлей из всех овощей или фруктов, которые найдутся в холодильнике. Вместо посиделок за сигаретой можно, например, пойти с малышами во двор или парк, насобирать листьев, а затем разбросать их с балкона или сделать гербарий. Относительно вредных продуктов — то это вообще просто. Ведь есть множество вкусных диетических блюд. А если их готовить вместе, всей семьей, эти несколько часов на кухне превратятся из рутинного долга в интересный отдых. Грызть ногти, опаздывать, ссориться, сгонять злость на других — этот перечень вредных привычек можно продолжать до бесконечности. У каждого человека можно найти как минимум две привычки, которые приносят ему неудобства. А чтобы от них избавиться, нужно осознать, что вы с ними не единое целое.

Ваши положительные привычки ребенок также скопирует, большинство из них могут остаться с ним на всю жизнь. Положительными привычками могут быть: приветствовать прохожих соседей, благодарить всякий раз за малейшую оказанную услугу, делать зарядку по утрам и тому подобное. Если же вы видите что-либо в себе, что не хотите потом найти и в своем ребенке — у вас есть время, чтобы поменяться. Разработайте с мужем программу самосовершенствования — теперь у вас новый этап в жизни, изменения в лучшую сторону — ну так измени и себя в том же направлении! Меняй себя — меняй мир вокруг! Нарисуй только хорошее и правильное на «чистой доске» детского разума.

Наибольший вред здоровью ребёнка, в каком бы возрасте он не находился, оказывает **алкоголь**. Самым ответственным моментом для здоровья ребёнка в этом плане является его зачатие. Дети алкоголиков и людей, принявших алкоголь однократно при зачатии, часто рождаются мёртвыми, родившиеся живыми растут умственно неполноценными с различной формой олигофрении. Причём это относится в равной степени к обоим родителям. Алкоголизм матери влияет на плод ещё более неблагоприятно — примерно вдвое тяжелее. Как правило, в таких случаях наблюдается тяжёлое и устойчивое заболевание — алкогольный синдром плода. Особую тревогу

вызывает рождение больных детей у матерей, которые считаются абсолютно здоровыми. Это связано также с употреблением (разовым или периодическим) алкоголя во время беременности. Приём матерью алкогольных напитков в период грудного вскармливания может породить грудной алкоголизм и даже вызвать алкогольное отравление ребенка.

Специфическое отрицательное влияние на здоровье будущего ребёнка оказывает и отец, пьющий во время беременности жены, подвергая женщину психическим и нередко физическим травмам, вынуждая её испытывать состояние резкого эмоционального напряжения. Под влиянием стрессов ребёнок рождается с симптомами нарушения центральной нервной системы. Необходимо отметить, что по данным Всемирной организации здравоохранения алкогольные аномалии составляют 10% всех врождённых аномалий развития.

*На ребёнка оказывают отрицательное влияние и условия внешней среды в семьях, где пьянствуют родители.* Известно, что детская психика отличается выраженной неустойчивостью и малой выносливостью. Высшая нервная деятельность детей младшего возраста характеризуется напряжённостью в организме, возникновением сильных реакций на воздействие факторов внешней среды. Незрелость и неустойчивость нервных процессов у детей, легкая истощаемость нервной системы под воздействием неблагоприятной домашней обстановки способствуют возникновению у них различных заболеваний нервной системы — неврозов, неврастений, психопатий. На этом фоне, в зависимости от возраста ребёнка, возникают те или иные патологические состояния. Часто в семьях, где родители злоупотребляют алкоголем, дети получают тяжёлые травмы — переломы, ожоги, сотрясения мозга из-за невнимания родителей, пьянствующих и ссорящихся между собой.

**Наркомания** давно уже перестала быть только медицинской



проблемой, прежде всего это глобальная социальная проблема. Опасность для здоровья детей заключается в данном случае в косвенном влиянии через здоровье матери-наркоманки, поскольку у женщины, а особенно у девушки под воздействием наркотиков происходят необратимые нарушения в организме в функции деторождения. В



этом кроется серьёзная угроза здоровью будущих поколений, поскольку, даже пройдя курс лечения, лица, употреблявшие наркотики, не в состоянии иметь полноценное здоровое потомство.

Другой стороной этой проблемы является то, что все устремления лиц, принимающих наркотики, направлены на удовлетворение своих наркотических потребностей. В связи с этим возникает ряд негативных факторов в быту, условиях жизни детей таких родителей. У них резко возрастает риск заболевания за счет ослабления ухода, несоблюдения санитарно-гигиенических норм и норм питания. Исходя из этого, следует сделать вывод, что *наркомания таит в себе серьёзную потенциальную опасность для здоровья детей.*



**Курение**, как и алкоголь, при употреблении его в любых дозах является универсальным фактором риска, способным вызывать или провоцировать у детей самые разнообразные болезни. Около 40% детей, появившихся на свет от курящих родителей, страдают теми или иными дефектами физического и психического развития, отличаются повышенной предрасположенностью к различным инфекционным и неинфекционным болезням. Достоверно точно установлено влияние курения матери на здоровье ребёнка. Патологические изменения в некоторых генетических структурах, возникшие у курящих девушек, проявляются впоследствии у детей. У них возрастает риск развития некоторых болезней органов дыхания и печени. Эта зависимость наблюдается при сопоставлении данных по заболеваемости ребёнка и по курению женщины во время беременности. Многие молодые женщины курят даже во время нахождения в роддоме. Тем самым они отнимают часть здоровья у своего ребёнка, поскольку одновременно с питательными продуктами мать передаёт ребёнку и продукты курения, причём в высоких концентрациях.

Не меньший вред здоровью ребёнка наносит и пассивное курение матери, то есть нахождение беременной женщины в накуренном помещении, поскольку табачный дым через легкие матери проникает к плоду и действует также, как если бы курила сама мать. Если женщина продолжает курить в период грудного вскармливания ребёнка, то она наносит двойной вред его здоровью. Во-первых тем, что через грудное молоко ребёнок получает довольно

опасную дозу токсических продуктов табачного дыма, а это, естественно, отражается на его дальнейшем развитии и на большей предрасположенности к различным болезням. Во-вторых, табачные вещества разрушительным образом действуют на лактацию, вследствие чего пропадает молоко, и ребёнка переводят на искусственное вскармливание, что в свою очередь способствует развитию таких заболеваний, как ожирение, аллергия, диатезы.

Другой аспект проблемы связан с *пассивным курением самого ребёнка*. Для развивающегося организма характерна повышенная чувствительность к различным вредным факторам. Особенно вредно табачный дым действует на здоровье грудных детей. У них нарушается сон, снижается аппетит, расстраивается деятельность органов пищеварения. Живущие в накуренных помещениях дети чаще и дольше страдают заболеваниями органов дыхания. У детей курящих родителей в течение первого года жизни увеличивается частота бронхитов, пневмоний. Чем меньше ребёнок, тем больший вред причиняет его организму табачный дым.

**Мы за здоровый  
образ жизни !!!**



*Таким образом, злоупотребление алкоголем, курение и наркомания во многом определяют состояние здоровья детей, и воспитательный процесс*



**Анкета для родителей**  
**«Путь к здоровью, силе, бодрости»**

1. Какими видами спорта увлекаются члены вашей семьи?

---

---

2. Кто занимается физическим развитием ребёнка (зарядка, бег, спортивные игры на прогулке, туризм)?

---

---

3. Кому из членов вашей семьи спорт помог укрепить здоровье?

---

---

4. Есть ли у вас дома спортивный уголок? Что изготовлено своими руками?

---

---

5. Какие советы и практическую помощь вы можете предложить в создании спортивного уголка в группе, на участке детского сада?

---

---

---

## Анкета для родителей

### «О здоровье всерьёз»

1. Что беспокоит вас в состоянии здоровья вашего ребёнка?

---

---

2. Какие виды закаливания вы проводите с ребёнком в семье, и считаете наиболее важными?

---

---

3. Сколько времени проводит ребёнок на свежем воздухе в будни, в выходные дни?

---

---

4. Какие профилактические мероприятия проводите с ребёнком дома в связи с эпидемией гриппа?

---

---

5. Какие формы закаливания вы можете предложить для проведения их в детском саду?

---

---

СПАСИБО!

## Тест «В хорошей ли вы форме?»

Чтобы постоянно поддерживать себя в хорошей форме, нужно ежедневно давать организму хотя бы небольшую физическую нагрузку. Тест поможет вам определить, насколько ваш распорядок дня помогает поддерживать хорошую физическую форму.

1. Часто ли вы садитесь в транспорт (машину, автобус), чтобы доехать туда, куда можно дойти пешком?
2. Часто ли вы принимаете участие в спортивных или иных соревнованиях (теннис, футбол, плавание, спортивные танцы)?
3. Если нужно подняться на несколько этажей, часто ли вы идёте пешком? (Никогда, иногда, всегда).
4. Даёте ли вы себе хотя бы 20-минутную нагрузку, вызывающую небольшую одышку? (Да, нет).
5. Если вы пробежите 100 метров, чтобы успеть сесть в автобус, сколько проходит времени, прежде чем ваше дыхание придёт в норму?
6. Часто ли вы за один раз проходите пешком 3 км? (Да, нет).
7. Вы активно проводите свой день? (Да, нет).
8. Сколько часов в неделю смотрите телевизор? (24 и больше, от 10 до 24 часов, менее 10).
9. Часто ли вы занимаетесь тяжёлой работой (перекапыванием огорода, генеральной уборкой)? (Да, нет).
10. Вы активно проводите воскресный день? (Да, нет).

**Подведите итог.** За каждый ответ «да» вам начисляется 1 очко, за ответ «нет» — 2 очка.

Сложите полученные очки:

14 – 20 — Ваш образ жизни почти наверняка достаточно активен для того, чтобы вы были в хорошей форме.

7 – 13 — Вероятно, вы находитесь в довольно приличной форме физической, но вам ещё далеко до совершенства. Постарайтесь найти время для ежедневных физических нагрузок.

6 и менее — Похоже, у вас не очень активный образ жизни, а ведь любая физическая нагрузка идёт только на пользу. Постарайтесь больше гулять и быть в движении, а не сидеть на месте.

