В ЧЕМ ЗАКЛЮЧАЕТСЯ ВЛИЯНИЕ ПАЛЬЦЕВ НА РАЗВИТИЕ РЕЧИ

У детей при ряде речевых нарушений отмечается выраженная в разной степени общая моторная недостаточность, а также отклонения в развитии движений пальцев рук, так как движения пальцев рук тесно связаны с речевой функцией. В связи с этим в системе по их обучению и воспитанию предусматриваются воспитательно-коррекционные мероприятия в данном направлении.

Такие авторы, как Н.С.Жукова, Е.М.Мастюкова, Т.Б.Филичева, Н.И.Кузьмина описывают отдельные приемы по развитию моторики у детей с задержкой речевого развития и при моторной алалии. Е.М.Мастюкова, М.И.Ипполитова и Л.А.Данилова дают более полные рекомендации по формированию двигательных навыков и дифференцированных движений пальцев рук у детей с церебральным параличом.

Ученые, которые изучают деятельность детского мозга, психику детей, отмечают большое стимулирующее значение функции руки. Сотрудники Института физиологии детей и подростков АПН установили, что уровень развития речи детей находится в прямой зависимости от степени сформированности тонких движений пальцев рук (М.М.Кольцова).

Так, на основе проведенных опытов и обследования большого количества детей была выявлена следующая закономерность: если развитие движений пальцев соответствует возрасту, то и речевое развитие находится в пределах нормы. Если же развитие движений пальцев отстает. То задерживается и речевое развитие, хотя общая моторика при этом может быть нормальной и даже выше нормы (Л.В.Фомина). М.М.Кольцова пришла к заключению, что формирование речевых областей совершается под влиянием кинестетических импульсов от рук, а точнее, от пальцев. Этот факт должен использоваться в работе с детьми и там, где развитие речи происходит своевременно, и особенно там, где имеется отставание, задержка развития моторной стороны речи. Рекомендуется стимулировать речевое развитие детей путем тренировки движений пальцев рук. Тренировку пальцев рук уже можно начинать в возрасте 6-7 месяцев: сюда входит массаж кисти рук и каждого пальчика, каждой его фаланги. Проводится разминание и поглаживание ежедневно в течение 2-3 минут.

Уже с десятимесячного возраста проводят активные упражнения для пальцев рук, вовлекая в движение больше пальцев с хорошей, достаточной амплитудой. Упражнения подбираются с учетом возрастных особенностей. Так, малышам можно давать катать пальчиками деревянные шарики различного диаметра. Нужно вовлекать в движение все пальчики. Для этого упражнения можно использовать шарики из пластилина, бусы. Можно заниматься конструированием из кубиков, собирать различные пирамидки, перекладывать из одной кучки в другую карандаши, пуговки, спички.

В полугодовалом возрасте детям даются более сложные задания: застегивание пуговиц, завязывание и развязывание узлов, шнуровка.

Пальчиковые игры для малышей

Пальчиковые игры не только влияют на развитие речи, но прелесть их еще и в том, что они мгновенно переключают внимание малыша с капризов или нервозности на телесные ощущения – и успокаивают. Это прекрасное занятие, когда ребенка больше нечем занять (например, в дороге или в очереди). Просто прикасаетесь к пальчику и говорите:

Здравствуй, пальчик, выходи,

На Юлю (называете имя своего ребенка) погляди.

Вот твоя ладошка – наклоняйся, крошка. (Касаетесь пальчиком ладошки.)

Вот твоя ладошка – поднимайся, крошка. (Выпрямляете пальчик.)

Затем берете следующий пальчик и повторяете то же самое. И так со всеми десятью.

Вскоре вы заметите, как ребенок начнет «помогать» вам, подавая следующий пальчик. Это значит, что пальчики вашего малыша становятся «умнее», активизируется речевой центр и улучшается развитие речи.

Малыши очень любят ритмически организованную речь, поэтому незамысловатые стихи или сказки доставят им особую радость:

Репку мы сажали («роете» пальчиками в детской ладошке лунку),

Репку поливали (показываете пальчиками, как льется вода из лейки),

Вырастала репка (показываете, как растет, выпрямляете постепенно пальчики)

Хороша и крепка (оставьте ладони открытыми, а пальцы согните как крючочки)!

Тянем-потянем (крючочки левой и правой руки сцепляются и тянут – каждый в свою сторону),

Вытянуть не можем (потрясли кистями рук),

Кто же нам поможет (прибегают по очереди все герои сказки и помогают тянуть)?

Тянем-потянем, тянем-потянем!

Ух (расцепили руки, потрясли кистями)!

Вытянули репку.

Простые правила игры

Старайтесь, чтобы в игры вовлекались все пальчики (особенно безымянный и мизинчик – они самые ленивые).

Обязательно чередуйте три типа движений:

сжатие;

растяжение;

расслабление.

В зоопарке стоит слон.

Уши, хобот, серый он.

Головой своей кивает,

Будто в гости приглашает.

Ладонь на себя. Средний палец впущен. С одной стороны он зажат мизинцем и безымянным, а с другой - указательным и большим. Шевелить средним пальцем. Качаем всей кистью.

Лодка

Лодочка плывет по речке,

Оставляя на воде колечки.

Обе ладони поставлены на ребро, большие пальцы прижаты к ладоням (как ковшик).

Пароход

Пароход плывет по речке,

И пыхтит он, словно печка

Обе ладони поставлены на ребро, мизинцы прижаты (как ковшик), а большие пальцы подняты вверх.

Для нормализации функции дыхания совершенно необходимым условием является создание правильной осанки при лечении и дальнейшее укрепление её у ребёнка в процессе реабилитации. Нормальная функция одной из самых чувствительных систем – дыхательной (анатомически, физиологически и биохимически) обеспечивается нормальной осанкой. Другими словами, нормальная осанка является необходимым условием нормализации функции дыхания. Так задуман человеческий организм. Только при условии создания и сохранения нормальной осанки можно думать о нормализации других систем и органов. Нормальная осанка создаётся в течение продолжительного периода, во время которого на основе полученных умений просто необходимо выработать навыки, которые остаются в организме на последующие годы жизни ребёнка.

Для создания и укрепления нормальной осанки у ребёнка необходимо изменить тонус мышц, создать условия для гармоничного взаимодействия костей скелета, суставов, мышц, нервной и сосудистой систем при нормализации уровня обмена веществ, который обеспечивает нормальная функция дыхания. Для этого КД должен быть 40-50 секунд утром после сна. Продолжительная работа для укрепления нормальной осанки может осуществляться при постоянной работе выздоравливающего ребёнка и его родителей, и, разумеется, при постоянной консультативной помощи врачей Центра «Нормальное дыхание».

Правильная осанка это привычная поза стоящего человека, который может без напряжения держать голову и туловище, с небольшим естественным изгибом позвоночника. При неправильной осанке увеличены естественные изгибы. У ребенка могут развиваться искривления позвоночника – сколиозы. Его можно предупредить, а в самой начальной стадии можно еще исправить. Нельзя не обращать внимания на неодинаковое положение лопаток и плеч, смещение таза, на неправильную осанку и так далее. Детей с нарушениями осанки нужно показать специалисту по физкультуре, врачу-ортопеду. Чтобы предупредить неправильную осанку у ребенка нужно заниматься гимнастикой ежедневно. Какая должна быть осанка ребенка упражнения для позвоночника, узнаем из этой статьи.

В дошкольном возрасте еще не сформирована осанка, поэтому эти неблагоприятные факторы сильно влияют в период роста в 6 лет или в 7 лет и с 11 лет до 15 лет. Изменения нарушение осанки влияют на дыхательную и сердечнососудистую системы, которые снижают физиологические резервы детского организма.

К сожалению, многие родители приобщают ребенка к физкультуре тогда, когда уже ухудшается работа легких, сердца, других систем и других органов организма, когда доктор уже обнаруживает нарушение осанки. Нарушение осанки приведет к тому, что у человека в юношеском и зрелом возрасте начинает болеть спина. А все это можно было бы избежать, если бы ребенок делал каждый день утреннюю гимнастику, научился плавать, играл в подвижные игры, научился правильно сидеть за столом. Гарантия красивой осанки, это достаточная двигательная активность.

Осанка ребенка

Эталон правильной осанки, это когда плечи развернуты, голова немного приподнята, лопатки не выступают, а живот не должен выходить за линию грудной клетки. Проверить правильность осанки у ребенка можно, если сантиметровой лентой измерить расстояние от 7 шейного позвонка до нижнего угла левой, а потом правой лопаток. Ребенок должен стоять в непринужденной позе, и до пояса должен быть раздет. Если нормальная осанка, эти расстояния будут равны. Плечевой индекс поможет оценить осанку ребенка. Измерьте сантиметровой лентой со стороны спины ширину плеч – плечевую дугу, а со стороны груди - ширину плеч. Плечевой индекс равняется ширине плеч, разделить на плечевую дугу и умножить на 100%. Плечевой индекс равный 90-100%, значит у ребенка правильная осанка. Если индекс меньше, это говорит о нарушении осанки. Правильную, прекрасную осанку могут выработать упражнения, которые укрепляют мышцы живота, шеи, рук, спины, мышцы ног. Полезно делать упражнения с набивными мячами, скакалками, гимнастическими палками. Для формирования правильной осанки есть специальные упражнения. Ребенок должен их делать под контролем взрослых, они очень просты.

Упражнения для позвоночника и для правильной осанки

Упражнения у стены. Пусть ребенок станет спиной к стене без плинтуса и прижмется пятками, ягодицами, спиной, затылком. За поясничный прогиб должна проходить плотно его ладонь.

- Не меняя положения, ребенок должен сделать вперед несколько шагов, потом опять вернуться к стене и принять исходное положение.

- Не отрывая от стены спину и затылок присесть с прямой спиной, повторить приседание;

- Стать у стены и поднять руки в стороны, потом вверх и вперед;

- По очереди поднять согнутые в коленях ноги, захватывая их руками и прижимая к туловищу.

Обычно дети после нескольких занятий отлично выполняют упражнения, но в движении не сохраняют правильную осанку. Детям трудно запомнить, как правильно держать голову. Потому что при опущенной голове позвоночник сгибается, грудь западает, плечи выдвигаются вперед, и расслабляются мышцы плечевого пояса. Приучить ребенка держать голову правильно помогут упражнения, которые развивают мышцы шеи на выносливость.

Упражнения для ребенка с предметами

Для их выполнения возьмем деревянный кружок, либо небольшой мешочек, наполненный песком или солью, весом 200-300 грамм. Станем у стены, мешочек держим на голове:

- Обойдем стол, стул, пройдем до противоположной стены;

- Отойдем от стены, сохраняем правильное положение туловища, присядем, сядем «по-турецки», встанем на колени и вернемся в исходное положение;

- Станем на скамейку, сойдем с нее и так 20 раз.

Упражнения на равновесие

Помогают удерживать позвоночник при любых движениях в прямом положении.

- Станем поперек гимнастической палки, руки в стороны, ноги вместе. Перенесем тяжесть тела вперед, сначала на носки, потом назад на пятки;

- Положим на две гантели гимнастическую палку. Гантели расположим на расстоянии друг от друга - 60 сантиметров. Постоим на палке с мешочком на голове;

- То же самое проделаем на доске шириной 30 сантиметров, которую положим на две гантели.

Для укрепления мышц плечевого пояса

Они рекомендуются детям, у которых имеются признаки сутулости. Станем прямо, ноги врозь:

- Положим ладони на лопатки, локти находятся вверху. Разведем руки в стороны так, чтобы лопатки коснулись друг друга;

- Кисти рук сцепим за спиной, правую руку держим сверху над лопатками, левую руку держим внизу под лопатками, меняем положение рук. Выполняем упражнение, перекладываем мелкие предметы из руки в руку.

Держим на уровне лопаток гимнастическую палку за ее концы:

- Наклонимся влево и вправо;

- Повернемся в одну и в другую сторону;

- Перенесем палку вперед над головой, потом назад. Руки в локтях не сгибаем.

Не нужно сразу выполнять все упражнения. Достаточно в свой комплекс включать упражнения из каждой группы по одному упражнению. Для школьников от 7 лет и до 9 лет число повторений не должно быть больше 8 раз, для детей 10-14 лет число повторений должно быть 10 раз. Дети старше 14 лет должны тренироваться до чувства усталости. Нагрузка со временем будет увеличиваться за счет повторения упражнения до 30 раз. Утренняя зарядка сформирует у вашего ребенка правильную осанку.

Теперь мы узнали, какие нужно делать упражнения для позвоночника, для правильной осанки ребенка.

Под негромкую музыку воспитатель будит детей, дети потягиваются, воспитатель предлагает "разбудить руки".

Дети хлопают в ладоши, потирают друг о друга руки (моются), снимают и надевают колечки, браслеты, часы, застегивают замочки и браслеты на часах. Руки будят лицо: дети потирают глаза, брови, нос и уши. Лицо развеселилось – дети гримасничают языком, губами. Руки будят ноги; поглаживают их, похлопывают. Руки приглашают ноги на праздник. Ноги радостно делают “велосипед” в воздухе, затем встают и отправляются в дорогу.

“Забавные котята”В кровати

1) “Котята просыпаются”. И. п.: лежа на спине, руки вдоль туловища. В.: поднимают правую руку, затем левую, потягиваются, в и. п. (потянули передние лапки).

2) “Потянули задние лапки”. И. п.: лежа на спине, руки вдоль туловища. В.: приподнять и потянуть правую ногу, затем левую, плавно попеременно опустить.

3) “Ищут маму-кошку”. И. п.: лежа на животе. В.: приподнять голову, поворот головой влево-вправо, в и. п.

4) а) “Котенок сердитый” И. п.: стоя на четвереньках. В.: приподняться, выгнуть спину “дугой”, голову вниз “фыр-фыр”.

б) “Котенок ласковый”. И. п.: стоя на четвереньках. В.: голову вверх, спину прогнуть, повилять хвостом.

Гимнастику для глаз рекомендуется выполнять не менее двух раз в день. Выберите тот комплекс упражнений, который вам больше придется по душе, а лучше - чередуйте их.

1.Горизонтальные движения глаз: направо-налево.

2.Движение глазными яблоками вертикально вверх-вниз.

3.Круговые движения глазами: по часовой стрелке и в противоположном направлении.

4.Интенсивные сжимания и разжимания глаз в быстром темпе.

5.Движение глаз по диагонали: скосить глаза в левый нижний угол, затем по прямой перевести взгляд вверх. Аналогично в противоположном направлении.

6.Сведение глаз к носу. Для этого к переносице поставьте палец и посмотрите на него - глаза легко "соединятся".

7.Частое моргание глазами.

8.Работа глаз "на расстояние". Подойдите к окну, внимательно посмотрите на близкую, хорошо видимую деталь: ветку дерева, растущего за окном, или на царапинку на стекле.

Для профилактики близорукости полезны следующие упражнения (исходное положение сидя, каждое повторяется 5-6 раз):

1.Откинувшись назад, сделать глубокий вдох, затем, наклонившись вперед, выдох.

2. Откинувшись на спинку стула, прикрыть веки, крепко зажмурить глаза, открыть веки.

3.Руки на пояс, повернуть голову вправо, посмотреть на локоть правой руки; повернуть голову влево, посмотреть на локоть левой руки, вернуться в исходное положение.

4 Поднять глаза кверху, сделать ими круговые движения по часовой стрелке, затем против часовой стрелки.

5.Руки вперед, посмотреть на кончики пальцев, поднять руки вверх (вдох), следить глазами за движением рук, не поднимая головы, руки опустить (выдох).

Указанные упражнения желательно повторять через каждые 40-50 минут работы за компьютером. Продолжительность однократной тренировки 3-5 минут.

Снять усталость глаз помогут следующие упражнения:

1.Смотрите вдаль прямо перед собой 2-3 секунды. Поставьте палец на расстояние 25-30 см. от глаз, смотрите на него 3-5 секунд. Опустите руку, снова посмотрите вдаль. Повторить 10-12 раз.

2.Перемещайте карандаш от расстояния вытянутой руки к кончику носа и обратно, следя за его движением. Повторить 10-12 раз.

3.Прикрепите на оконном стекле на уровне глаз круглую метку диаметром 3-5 мм. Переводите взгляд с удаленных предметов за окном на метку и обратно. Повторить 10-12 раз.

4.Открытыми глазами медленно, в такт дыханию, плавно рисуйте глазами "восьмерку" в пространстве: по горизонтали, по вертикали, по диагонали. Повторить 5-7 раз в каждом направлении.

5.Поставьте большой палец руки на расстоянии 20-30 см. от глаз, смотрите двумя глазами на конец пальца 3-5 секунд, закройте один глаз на 3-5 секунд, затем снова смотрите двумя глазами, закройте другой глаз. Повторить 10-12 раз.

6.Смотрите 5-6 секунд на большой палец вытянутой на уровне глаз правой руки. Медленно отводите руку вправо, следите взглядом за пальцем, не поворачивая головы. То же выполните левой рукой. Повторить 5-7 раз в каждом направлении.

7.Не поворачивая головы, переведите взгляд в левый нижний угол, затем - в правый верхний. Потом в правый нижний, а затем - в левый верхний. Повторить 5-7 раз, потом - в обратном порядке.

Упражнение для языка

1.Упражнение. Открой широко рот – вот какие большие ворота у нас получились. Подержи их открытыми и закрой. Несколько раз повторить упражнение «Ворота».

2 упражнение: Улыбнись и спрячь губы – подожмите так, чтобы их не было видно. А теперь отопрем замок: расслабь губы, слегка разожми их, чтобы между ними была маленькая щелочка. Несколько раз повторить упражнение «Замок».

3 упражнение: Улыбнись, покажи зубки. Положи верхние зубы на нижнюю губу. Вот какой славный ключик у нас получился. Слегка расслабь, разожми губы, чтобы между ними была маленькая щелочка. Несколько раз повторить упражнение «Ключик».

4 упражнение: Приоткрой рот и положи язык внизу нижних зубов свободно, спокойно. Язык должен быть расслаблен. Спокойной ночи, язычок! Несколько раз повторить упражнение «Спать пора».

5 упражнение: Положи язычок на нижнюю губу. Смотри, какая хорошая «лопатка» у тебя получилась. Подержать язык в таком положении.

6 упражнение: «Замесим тесто». Улыбнись, покажи зубки. Просунь между ними широкий кончик языка. Покусай кончик языка, приговаривая «та-та-та-та», словно тесто месишь.

7 упражнение: «Блинчики». Удержи широкий кончик языка между зубами неподвижно. Какой хороший блинчик у тебя получился! Нужно испечь еще.

8 упражнение: Улыбнись, положи широкий язычок на верхнюю губу. Вот получилась «вазочка». Спрячь язык.Повтори упражнение несколько раз.

9 упражнение: Какие вкусные блины с вареньем! Оно еще осталось на твоих губах. Слижи варенье с губ: оближи языком сначала верхнюю губу вправо-влево. Затем нижнюю губу вправо-влево. Положи широкий язык на верхнюю губу и «слижи» с нее варенье сверху вниз (проведите языком по губе и уберите его за верхние зубы). Положите язык на нижнюю губу, «слижите» с нее «варенье» снизу вверх и уберите язык за нижние зубы.

10 упражнение: Сделаем для чая чашечку. Улыбнись, широко открой рот. Края языка прижми к верхним зубам. Сделай еще чашечку для мамы и папы.

Работа с кистью ребенка и упражнения по мелкой моторике

Уже со 2-й недели жизни ребенка можно начинать работу с кистями рук. Самое легкое упражнение - легкий поглаживающий массаж ладони по часовой стрелке. Здесь находится очень важная точка - центр развития речи. Ее стимуляция необходима для речевого аппарата малыша. Чем раньше мы начнем уделять внимание этому аспекту, тем раньше услышим первое слово своего ребенка. Помимо ладошки очень важно воздействовать на пальчики: каждый пальчик необходимо погладить со всех сторон. Кроме широко известной присказки «Сорока-ворона», можно использовать и другие, чтобы разнообразить ежедневные упражнения.

Соединяем одинаковые пальчики рук.

Дружат добрые зверята (пальцы рук соединяются в "замок").

Дружат малые зайчата (ритмичное касание мизинцев обеих рук).

Дружат в озере бобры,(ритмичное касание безымянных пальцев обеих рук).

Дружат в небе комары,(ритмичное касание средних пальцев обеих рук).

Дружат милые ежата,(ритмичное касание указательных пальцев обеих рук).

Дружат даже медвежата(ритмичное касание больших пальцев обеих рук).

Вот как разыгрались,По лесу разбежались!(руки опустить, потрясти кистями)

ПЕРВАЯ ПОМОЩЬ ПРИ ПОПАДАНИИ В ОРГАНИЗМ ИНОРОДНОГО ТЕЛА

Инородные тела (кости, пуговицы и др.) нередко попадают в глотку и пищевод детей и, застревая там, приводят к затруднению при приеме пищи, к повреждениям, а при длительном их пребывании там - и к прободению стенки глотки или пищевода, развитию гнойного процесса в окружающих тканях.

Пострадавшего необходимо срочно направить к врачу. Запрещается прием пищи или проглатывание хлебных корок для проталкивания инородного тела в желудок. Если инородное тело из пищевода попало в желудок, то через 2-3 суток оно безболезненно выйдет естественным путем.

При попадании инородного тела в желудок и кишечник не следует ограничивать ребенка в пище, а также давать ему слабительные средства. Голодная диета, уменьшая перистальтику, задерживает выход инородного тела, слабительные же средства, наоборот, значительно усиливают сокращение стенок кишечника, что может способствовать их повреждению инородным телом. В указанных случаях ребенку нужно давать мягкий хлеб, каши, кисели, т. е. такую

пищу, которая, обволакивая инородное тело, защищала бы стенки желудка и кишечника от повреждений. Если проглоченный предмет был острым (гвоздь, игла, вилка и др.), ребенка немедленно направляют в больницу.

При попадании инородных тел в гортань, трахею или бронхи у ребенка внезапно наступает приступ удушья (асфиксия), сопровождающийся посинением лица и губ, судорожным кашлем. В большинстве случаев, при небольших размерах инородного тела, после сильного приступа кашля дыхание ребенка восстанавливается, так как предмет со струей воздуха выбрасывается наружу. Если же инородное тело остается в дыхательных путях, оно может вызвать там воспалительные процессы или закупорку бронхов и остановку дыхания. Поэтому при первых признаках асфиксии ребенка следует немедленно отправить в больницу.

Инородное тело в конъюнктиве и роговице глаз (песчинка, выпавшая ресница, мошка и т. д.) вызывает жжение, слезотечение, светобоязнь. Если при осмотре глаза инородное тело хорошо видно, его надо удалить кусочком марли, смоченным в 1%-ном растворе борной кислоты. Можно попытаться удалить инородное тело, интенсивно промывая глаз водой из пипетки; если это не поможет, ребенка надо отправить к специалисту, так как длительное пребывание инородного тела в глазу вызывает воспаление конъюнктивы и роговицы.

При попадании инородных тел в ухо (горошина, бусина, пуговица и др.) ребенок жалуется на шум, наличие в ухе чего-то постороннего, нередко отмечается ухудшение слуха. Особенно неприятные ощущения могут вызвать насекомые, попавшие в ухо: мухи, муравьи, пауки и пр.

Для удаления из уха небольших инородных тел и насекомых в него вливают половину чайной ложки подогретого жидкого масла, глицерина, спирта или водки, а затем на 5-10 мин ребенка следует положить больным ухом вниз. Инородное тело или погибшее насекомое при этом удаляется вместе с жидкостью. Если таким способом инородное тело из уха ребенка удалить не удается, его направляют к врачу.

Инородное тело, попавшее в нос ребенка, затрудняет дыхание, вызывает чихание, а в запущенных случаях обильные слизисто-кровянисто-гнойные выделения. Чтобы удалить инородное тело из носа, ребенку надо предложить зажать здоровую ноздрю и с силой высморкаться; раздражая слизистую носа перышком, бумажкой, вызвать у него чихательный рефлекс. Если предлагаемые меры не помогут, ребенка следует направить к врачу.

Первая помощь при ожогах

При оказании первой помощи при ожоге обработки ожоговой поверхности не проводят. Накладывают асептическую повязку или специальную противоожоговую повязку, если она имеется. Допускается применение влажно-высыхающей повязки с антисептиками или антибиотиками.

При лёгких ожогах, лечение которых может быть амбулаторным, после предварительного обезболивания (1-2 мл 1% раствора промедола) выполняют туалет ожоговой раны: кожу вокруг ожога протирают 0,25% или 0,5% раствором нашатырного спирта, тёплой мыльной водой или раствором антисептика, после чего обрабатывают спиртом или раствором йодоната. Далее протирают тампоном, смоченным раствором антисептика (фурациллин 1:5000, хлорацил, риванола), затем 0,25% раствором новокаина и осторожно снимают посторонние наслоения, инородные тела, обрывки поверхностного слоя кожи. Целые пузыри не удаляют. Очень напряжённые пузыри подсекают у основания.

Далее ожоговые поверхности, за исключением поражения лица и промежности, лечат закрытым методом. При поверхностных ожогах до 30% площади поверхности тела можно использовать повязки с нежирными кремами, мазями Вишневского, синтомициновой эмульсией, растворами фурациллина, хлорацила, антибиотиками на 0,5% растворе новокаина (мономицин, канамицин, полимиксин и т.д.).

Ожоги I степени заживают за 3-4 дня, II степени - в большинстве случаев за 10-14 дней, если нет нагноения. При нагноении повязки меняют через 6-8 дней, отмачивая их в слабом растворе марганцовокислого калия.

При ожогах лица, шеи, промежности II степени повязки не накладывают.

После туалета ран их поверхность 2-4 раза в день обильно смазывают вазелиновым маслом, синтомициновой или стрептоцидной эмульсиями. При этом образуются ожоговые струпья коричневатого цвета, которые следует удалять только после их полного отторжения. Ожоги лица II степени обычно заживают в течение 12 суток.

Местные мероприятия при ожогах IIIA степени в первые 7-8 суток не отличаются от таковых при ожогах II степени. При нагноениях лечение больного продолжает хирург.

Глаз да глаз

Дети нередко травмируют слизистую оболочку глаз своими острыми ноготками. А на улице в ветреную погоду в глаза легко могут попасть инородные тела: мелкие камушки, листва, елочные иголки и даже насекомые.

Первая помощь: При попадании инородного тела в глаз следует наложить на него стерильную повязку, и как можно быстрее доставить кроху к врачу. Ни в коем случае не пытайтесь самостоятельно извлечь предмет из глаза, даже если кажется, что он находится на поверхности. Такое впечатление часто обманчиво, и манипуляции на раненном глазу могут причинить непоправимый вред.

При ожоге глаз бытовой химией необходимо тотчас вымыть ребенку лицо холодной водой. Затем в течение 5—10 минут обильно промывать каждый глаз прохладной водой с добавлением питьевой соды (1 столовая ложка соды на 0,5 литра воды). При ожогах уксусом, перцем и другими острыми пищевыми продуктами — лучше промывать глаза молоком.

При повреждении «зеницы ока» чернилами или красками желательно промыть их теплым настоем свежезаваренного крепкого чая. Содержащийся в заварке танин ослабляет действие красителя.

Носики-курносики

Кровотечение из носа у малыша может начаться при ушибе или повреждении слизистой оболочки (царапины, ссадины), а также при повышении кровяного давления. Кроме того, кровь из носа может пойти в жаркую погоду из-за высыхания слизистой оболочки носа и прилива крови к голове при длительном пребывании на солнце. Иногда носовое кровотечение происходит внутрь: у совсем маленьких кровь может попадать в глотку и проглатываться. В данном случае (следует помнить об этом и не паниковать!) признаком кровотечения будет кровяная рвота.

Первая помощь:

При носовом кровотечении уложите ребенка в постель, приподняв верхнюю часть туловища, голову, и попытайтесь ввести в поврежденную ноздрю марлевый (или ватный) жгутик, смоченный в перекиси водорода. На переносицу положите платок, смоченный в холодной воде. При обильном и не останавливающемся кровотечении необходимо приложить к затылку холодный компресс (пузырь со льдом). Если в течение 20 минут остановить кровотечение не удается — вызывайте скорую помощь.

После того, как кровотечение остановится, малышу необходимо немного полежать и в ближайшие несколько часов избегать резких движений и приема горячих напитков. Если носовые кровотечения повторяются слишком часто — следует пройти полное медицинское обследование. Частые и беспричинные, на первый взгляд, кровотечения из носа могут

свидетельствовать о различных заболеваниях.

Однажды прикушенный

Нередко малыш, играя, ранит себе язык. Поскольку это орган с интенсивным кровоснабжением, то при его травме обильно течет кровь, и ребенку очень больно.

Первая помощь:

Сверните чистый носовой платок и прижмите к ране. Это остановит кровотечение: сосуды начнут стягиваться и естественное свертывание закроет «течь». После остановки кровотечения, как минимум час ничего не давайте ребенку есть.

В ближайшие 5 часов — ничего горячего и кислого. А вот прохладное мороженое — в таких ситуациях полезно.

В процессе заживления в месте травмы на языке образуется серовато-белый налет. Его нельзя сдирать, он выполняет защитную функцию и спустя несколько дней исчезнет сам. Если кончик языка откушен, еле держится — срочно отправляйтесь к врачу.

Ушибы

Дети постоянно находятся в движении. Заигравшись, они не замечают окружающие предметы и сильно о них ударяются. В зависимости от силы удара и количества поврежденных сосудов может появиться синяк. С течением времени он меняет окраску, приобретая желтоватый оттенок. В некоторых случаях может образоваться гематома — скопление крови под кожей.

Первая помощь:

В первую очередь необходимо обеспечить ребенку покой. Приложите к поврежденному месту лед, холодный компресс — это смягчит боль. Если задет сустав, его забинтовывают крестообразной повязкой. Для того, чтобы отек прошел быстрее, через несколько часов можно принять теплую ванну или сделать теплые примочки.

Сразу после ушиба понаблюдайте за ребенком. Если он быстро успокоился и стал играть — скорее всего, все в порядке. Немедленно обратиться к врачу надо: если малыш после удара какое-то время остается лежать без движения, его тошнит, он бледен и постоянно плачет.

МАЛЫШ ПОДАВИЛСЯ

Дети часто плохо пережевывают пищу, стараются побыстрее все проглотить, в результате давятся едой.

Первая помощь:

Если ребенок закашлялся во время еды, похлопайте его по спине между лопаток (на уровне их верхнего края). Желательно, чтобы при этом кроха поднял руки вверх.

Если кашель продолжается, встаньте за спиной малыша, обхватите его руками так, чтобы ваш правый кулак находился на животе, немного выше пупка, а левая ладонь поверх правого кулака. Теперь сделайте 3—4 резких толчка (как будто сильно обнимаете ребенка), по направлению вверх и внутрь. Если ничего не помогает и дыхание малыша по-прежнему затруднено — немедленно вызывайте скорую.

Совсем крохотных детей достаточно перевернуть вверх тормашками и дыхание восстановится.

Ударило током

Электрический ток — опасность номер один для детей любого возраста. Включенные в сеть электроприборы, розетки без заглушек, оказавшиеся на самом виду, удлинители с плохой изоляцией — могут стать причиной серьезных травм. Первая помощь:

Иногда при ударе током ребенок под действием шока не может убрать руку от опасного предмета. Поэтому прежде всего следует помочь малышу освободиться. Для этого необходимо выключить электроприбор из розетки или вывинтить предохранитель, если малыш засунул в розетку палец, а точнее, какой-то предмет. Если убрать источник тока невозможно, осторожно, не прикасаясь к оголенным участкам тела пострадавшего, обмотайте руки сухими тряпками или наденьте резиновые перчатки, встаньте ногами на изолирующий предмет (сухие тряпки, кусок резины, доски) и оттащите ребенка в сторону от источника тока.

Потом, независимо от самочувствия пострадавшего, срочно вызывайте «скорую». До приезда врача давайте малышу как можно больше пить. Воздействие электрического тока на организм зависит от многих факторов. Чтобы избежать неприятных последствий, сразу после подобного поражения необходимо пройти полное медицинское обследование и курс профилактики возможных последствий.

Часто родители не обращают внимание на «легкий» ушиб головы. Однако, размеры шишки не указывают на тяжесть травмы. Основные симптомы черепно-мозговой травмы — это временная потеря сознания, рвота, судороги, головокружение и последующая сонливость. Практика показывает, что если не провести необходимое лечение даже при самом легком сотрясении мозга, у малыша в дальнейшем могут появляться регулярные мигрени, головокружение и обморочные состояния.

Первая помощь:

Ребенка нужно сразу уложить в постель. Нельзя сажать малыша, бить по щекам, чтобы привести в чувство, брать на руки или пытаться поставить на ноги. К голове прикладывают лед или холодный компресс.

При кровотечении нужно наложить стерильную повязку, которая предупредит попадание инфекции и остановит кровь. Если малыш потерял сознание, не отходите от него ни на минуту, чтобы он не мог захлебнуться от непроизвольной рвоты: положите его на бок или хотя бы поверните ему голову. Параллельно с вашими манипуляциями, кто-то из присутствующих должен вызвать скорую помощь.

Необходимо постоянно обновлять содержимое домашней аптечки, заменяя просроченные лекарства на аналогичные новые. Итак, в аптечке всегда должны быть:

• Жаропонижающие средства: парацетамолосодержащие средства — эффералган или без содержание парацетамола ибупрофен.

• Антигистаминные препараты: кларитин, тавегил, супрастин, фенистил.

• Болеутоляющие свечи и микстуры, которые подходят вашему малышу.

• Препараты желудочно-кишечного тракта: активированный уголь, фестал, но-шпа.

• Антисептические препараты: йод, зеленка, марганцовокислый калий, таблетки фурацилина, 0,05% —ный раствор хлоргексидина, 1%—ный раствор перекиси.

• Стерильные компрессы, вата, бинт, салфетки, эластичный бинт, кровоостанавливающий жгут, бактерицидный и обыкновенный пластырь, одноразовые шприцы, грелка, термометр.

Народная медицина

Во времена наших прабабушек большинство недугов лечили подручными средствами, вот некоторые из них, против которых не возражают врачи:

• Для заживления ран применяли сок брюквы и помидоров, свежий сок или кашицу из редьки, свежие или сухие листья крапивы, ломтики или пюре из осенних сортов яблок.

• Рваные раны быстрее заживают, если их смазать кашицей из вареного репчатого лука с медом. Вареный лук вообще способствует быстрому рубцеванию кожи.

• Гнойные раны полезно смазывать измельченной морковью, предварительно их нужно обмыть свежим морковным соком.

• Чеснок универсальное средство. Его свежевыжатый сок с добавлением настоя земляничных листьев способствует быстрому заживлению всевозможных нагноений, язв, экзем.

• При слабых ожогах хорошо помогают яблочные мази. Протертые яблоки смешивают с морковным соком и варят на паровой бане 20 минут. Затем полученную смесь остужают, добавляют сливочное масло и прикладывают к пораженным участкам.