Лучший способ сделать детей хорошими -

                                           это сделать их счастливыми.

                                                                            Оскар Уайльд

***Советы родителям***

              Самое большое родительское   счастье – видеть своих состоявшихся, умных и благородных детей!

             Поэтому: дорожите любовью своего ребёнка.   Помните, от любви до ненависти один шаг, не делайте необдуманных шагов!

             Не унижайте своего ребёнка  и других людей  в присутствии ребёнка. Унижая других , вы формируете у него умение и навык  унижения,  который он  сможет использовать  по отношению   к другим людям. Не исключено, что им будете вы.

             Не угрожайте своему ребёнку. Угрозы взрослого порождают ложь ребёнка, приводят к боязни и ненависти.

             Не налагайте запретов. В природе ребёнка – дух бунтарства. То, что категорически запрещено, очень хочется                                 попробовать, не забывайте об этом.

            Не опекайте своего ребёнка там, где можно обойтись без опеки; дайте возможность маленькому человеку самостоятельно стать большим

            Не идите на поводу у своего ребёнка,  умейте соблюдать меру своей любви и меру своей родительской ответственности

                 

                                    А  так  же...

 Развивайте в себе чувство юмора.

 Учитесь смеяться над своими слабостями,

 Разрешайте своему ребёнку смеяться  вместе с вами. УЧИТЕ СВОЕГО РЕБЁНКА СМЕЯТЬСЯ НАД СОБОЙ!

 Это лучше, чем, если над ним будут смеяться другие люди

 Не читайте своему ребёнку бесконечные нотации, он их просто не слышит!

           Будьте всегда последовательны в своих требованиях. Хорошо ориентируйтесь в своих «да» и «нет»

 Не лишайте   своего ребёнка   права быть ребёнком. Дайте ему возможность побыть озорником и непоседой, бунтарём и  шалуном.Период  детства весьма скоротечен, а так много нужно успеть попробовать,  прежде чем станешь взрослым.   Дайте возможность ребёнку быть им во время детства, иначе период детства будет продолжаться и в его взрослой жизни.                             Это может обернуться серьёзными последствиями и для вашего ребёнка, и для вас, родители!

                         СОВЕТЫ РОДИТЕЛЯМ
                                                     НА КАЖДЫЙ ДЕНЬ

1. Говорите сыну или дочери: «Людям должно быть с тобой легко», - не бойтесь повторять это.
2. Когда вы браните ребенка, не употребляйте выражений; «Ты всегда», «Ты вообще», «Вечно ты». Ваш ребенок вообще и всегда хорош, он лишь сегодня что-то сделал не так, об этом и скажите ему.
З. Не расставайтесь с ребенком в ссоре, сначала помиритесь, а потом идите по своим делам.
4. Старайтесь, чтобы ребенок был привязан к дому, возвращаясь домой, не забывайте сказать: «А все-таки, как хорошо у нас дома».
5. Внушайте ребенку давно известную формулу психического здоровья: «Ты хорош, но не лучше других».
6. Наши разговоры с детьми нередко бедны, поэтому каждый день читайте вслух (даже с подростками) хорошую книгу, это сильно обогатит ваше духовное общение.
7. В спорах с сыном или дочерью хоть иногда уступайте, чтобы им не казалось, будто они вечно не правы. Этим вы и детей научите уступать, признавать ошибки и поражения.

                                       **Здоровье   ваших детей**

**Какие методы профилактики гриппа у детей выбрать**

**и куда обращаться за лечением гриппа у ребенка?**

***Детский грипп – одно из самых распространенных заболеваний, которому подвержены***

***дети .    Многие привыкли к слову «грипп»***

***и не знают в точности, какие симптомы ему соответствуют.

На самом деле, это серьезное вирусное заболевание верхних дыхательных путей,***

***которое нужно в правильном лечении. Иначе организм ребенка будет ослаблен***

***не только самим вирусом гриппа, но и пострадает от неправильного лечения.***

**Чем опасен грипп у детей?**

Детский грипп опасен, прежде всего, своими последствиями, особенно теми,

которые могут наступить вследствие несвоевременного или неправильного лечения.

**1. Несвоевременное лечение гриппа**

Если грипп вовремя не начать лечить, то он может вызвать у детей самые

разные тяжелые последствия, среди которых могут быть:

* *отит;*
* *бронхит;*
* *судороги;*
* *ложный круп (воспаление гортани, которое будет мешать ребенку дышать);*
* *воспаление легких;*
* *вирусные поражения внутренних органов;*
* *обострение аллергии.*

Поэтому лечение гриппа необходимо проводить вовремя – как только Вы заметили у ребенка первые его симптомы.

**2. Неправильное лечение гриппа**

Неправильное лечение гриппа может привести к столь же тяжелым последствиям, что и отсутствие лечения. Они, возможно, проявят себя не так быстро, зато след могут оставить на всю жизнь.

**Какие ошибки допускают родители при лечении гриппа у детей?**

**Лечение антибиотиками**

Детский грипп – вирусное заболевание, и его лечение необходимо проводить

противовирусными препаратами. Однако с экранов телевизоров мы столько слышим

об антибиотиках, что начали считать, будто это единственное лекарство от всех болезней.

Между тем, антибиотики не оказывают на вирусы (и на детский грипп в том числе)

никакого влияния, а вот полезную микрофлору в кишечнике могут полностью уничтожить.

**Облегчение симптомов вместо лечения**

Еще одно заблуждение. Полоскания и чай с малиной и медом, безусловно, значительно

облегчат состояние ребенка, но вирус гриппа не победят. А это означает, что лечение

завершится снятием всех симптомов, а в глубине детского организма вирусы продолжат

свою разрушительную работу. То же самое касается популярных леденцов от кашля

и боли в горле, различных ингаляций и иммуностимуляторов: все это хорошо,

но противовирусные средства должны идти на первом месте.

**Профилактика гриппа у детей**

Профилактика гриппа едва ли не важнее, чем его лечение – гораздо правильнее и

предупредить болезнь. Сегодня для этого существует несколько распространенных способов.

**1. Вакцина против гриппа**

О плюсах и минусах вакцинации говорят каждый год, как только начинается очередная эпидемия

гриппа. Сторонники утверждают, что лечение гриппа у детей с помощью вакцины действенно

в 90% случаев – именно такое количество детей после использования вакцины

не болеют во время эпидемии. Противники говорят, что вирус гриппа сам по себе

очень изменчивый, поэтому вакцинация ему не поможет. Неизвестно, в какой именно

форме он проявит себя во время очередной эпидемии. Это станет известно только

после того, как она начнется, тогда как прививку необходимо делать до этого момента.

Если Вы сторонник вакцинации, то вашему ребенку будет необходимо делать ее каждый

год (и каждый раз – новым препаратом), поскольку одиночная прививка не будет

иметь смысла. О ее необходимости и возможности вас проконсультирует врач.

**2. Уборка и проветривание помещения**

Большое значение в профилактике гриппа имеет регулярное проветривание

 помещения. Предметы обихода, а также полы следует протирать дезинфицирующими средствами.

**3. Гигиена рук**

Детский грипп часто передается от ребенка к ребенку в процессе общения, поэтому

очень важно часто мыть руки. Также объясните малышу, что не нужно дотрагиваться

руками до лица, а то он поможет вирусам гриппа быстро пробраться внутрь через нос и рот.

**4. Народные методы**

В отличие от лечения гриппа, профилактика вполне допускает использование народных методов.

Рекомендуется, например, готовить ребенку отвар из ягод шиповника, богатый витамином С,

и пить его раз в день вместо чая. Также можно заваривать липу и калину, перетирать свежие ягоды

смородины и малины, делать смесь из лимона и сахара (или меда) и добавлять ее ребенку в чай.

Все эти продукты значительно укрепят маленький организм в борьбе с детским гриппом.

Однако смысл профилактики в том, чтобы проводить ее до заболевания. Если ребенок

уже заболел, эти средства можно рекомендовать только для облегчения его состояния,

а вот лечение гриппа необходимо проводить с использованием препаратов, рекомендованных врачом.

**Как происходит лечение гриппа у детей?**

Лечение детского гриппа происходит по схеме, которая, разумеется, претерпевает

определенные изменения в зависимости от конкретного случая.

Необходимыми условиями лечения детского гриппа являются:

**1. Назначение лекарства и лечебных процедур**

Врач при осмотре и по результатам анализов назначит ребенку нужные

противовирусные препараты, а также некоторые процедуры, если в

них будет необходимость. Кроме того, список могут дополнить иммуностимулирующие п

репараты и витамины (особенно витамин С), которые позволят провести

лечение гриппа быстрее и эффективнее.

**2. Постельный режим**

Обычно больному ребенку рекомендуется постельный режим,

который длится в среднем 3-5 дней. При случаях осложнения детского гриппа

врач может порекомендовать госпитализацию.

**3. Диета**

Во время лечения гриппа ребенок должен есть много растительной

и молочной пищи и минимум соли. Кроме того, ему рекомендуется обильное

теплое питье (можно использовать любые настои, рекомендованные для профилактики

, в теплом виде с медом, лимоном и свежими ягодами).

Желательно проводить ежегодную профилактику гриппа у детей.

Если же болезнь уже наступила, то не стоит заниматься лечением самостоятельно – доверьте

здоровье вашего ребенка профессионалу.

**Куда можно обратиться за качественным лечением?**

Если у вашего ребенка появились симптомы гриппа, следует немедленно

обратиться к врачу.

Опытные и квалифицированные специалисты должны не просто оказать п

рофессиональную помощь вашему ребенку, но и найти подход к маленькому

пациенту, а значит любить детей и уметь с ними общаться. Дополнительным преимуществом

поликлиники будет возможность приема пациентов в удобное для них время, а также возможность вызова врача на дом.

                               

**Рекомендации врача для детей и взрослых**

Наступил сезон эпидемий гриппа. Какие меры принять, чтобы не заболеть? Вот, что советует врач:

* Часто мыть руки (как минимум, всегда после прихода с улицы).
* Чтобы иммунитет не был ослабленным, спать ежедневно нужно не менее 8 часов.
* Масло ги (топленое сливочное масло – кипятить на маленьком огне, пока масло не станет прозрачным –  с добавлением небольшого количества камфоры)закапывать в нос каждое утро\*.
* Футсокинг (вымачивание ног в воде с небольшим количеством соле) – почему это важно и как это делать, читайте в нашей статье “[Польза ножных ванночек для детей](http://babydevelopment.wordpress.com/2009/10/16/vanni-slya-nog-detyam/)“.
* Оксалиновая мазь 2-3 раза в день в нос.
* 50 гр.подсолнечного (можно любого) масла поставить на водяную баню на 20 минут, добавить 1 зубок чеснока и 1/4 сока луковицы, смешать, настоять 2 часа,процедить через марлю закапывать несколько раз в день.
* **Противовирусный препарат “Арбидол” по 2 таб. один раз в 4 дня,
всего в течение трех недель. Остальные противовирусные препараты малоэффективны.**
* Чеснок, лук принимать каждый день и раскладывать на ночь в комнате.
* Проветривать регулярно помещения, влажная уборка
* Хорошее настроение! (Мы надеемся статьи в нашем радостном и
* занимательном блоге “[Находчивые родители](http://parentsideas.com/)” помогут вам поддержать бодрость духа

**Будьте здоровы! Все будет хорошо!**