

Если сыпь не проходит более трех дней или усугубляется, покажите ребенка врачу. Обязательно мойте руки мылом после смены подгузника, чтобы избежать распространения микробов.

КУПАНИЕ РЕБЕНКА

НИКОГДА не оставляйте ребенка одного. Если вам нужно выйти из ванной, заверните ребенка в полотенце и возьмите его с собой. После ванны немедленно заверните малыша в полотенце и обязательно прикройте голову.

ИГРАЙТЕ С МАЛЫШОМ

Игра с малышом – это увлекательное занятие, важное для развития детского интеллекта. Даже если ребенок слишком мал, чтобы понять, что вы говорите, он таким образом учится общаться. Существуют определенные меры, которые способствуют правильному развитию навыков общения малыша.

- Как можно чаще обнимайте ребенка и показывайте, как вы его любите.
- Читайте ребенку вслух не менее 6 часов в неделю.
- Пойте своему малышу.
- Разговаривайте со своим малышом.

Более подробную информацию о детском здоровье вы можете получить в Интернете по адресам:

www.cdc.gov/women/kids/index

www.momandbaby.org

www.kidshealth.org



Настоящая брошюра подготовлена с использованием информации и источников, предоставленных:

Centers for Disease Control

National Center for Education in Maternal and Child Health

Данная брошюра разработана при финансовой поддержке Отдела переселения беженцев (Office of Refugee Resettlement) при Департаменте здравоохранения и социального обеспечения (Department of Health and Human Services, DHHS).

КОНТАКТНАЯ ИНФОРМАЦИЯ:

riht@uscrdc.org

Комитет по делам беженцев и иммигрантов США (Committee for Refugees and Immigrants)

1717 Massachusetts Ave., NW

Suite 200

Washington, DC 20036

Телефон: 202 • 347 • 3507

Факс: 202 • 347 • 7177

www.refugees.org



**Сохраните здоровье
своего малыша
Keeping Your Baby Healthy
(Russian)**



www.refugees.org

*Protecting Refugees, Serving Immigrants,
Upholding Freedom since 1911*

ЗАБОТА О МАЛЫШЕ

Время, когда ваш малыш растет и познает мир, – замечательный период в жизни родителей. Существуют определенные меры, которые способствуют правильному физическому и психическому развитию малыша. Настоящая брошюра поможет вам вырастить здорового и счастливого ребенка на новом месте в Соединенных Штатах.

ДЕТСКИЙ ВРАЧ

Родители и врачи должны быть партнерами, при таком сотрудничестве ваш малыш будет расти здоровым. Родители знают своего ребенка лучше, чем кто бы то ни было, поскольку именно они проводят основную часть времени вместе с ребенком. Врач вашего ребенка лучше разбирается в вопросах здоровья, развития и питания.

КОРМЛЕНИЕ РЕБЕНКА

Грудное молоко является важнейшим источником питания ребенка, оно богаче питательными веществами, чем коровье молоко или молочная смесь. Кормите ребенка грудью как можно дольше. Начинайте давать ребенку твердую пищу только с 6 месяцев. Обязательно включайте в рацион ребенка много овощей и фруктов. Исключите из рациона ребенка до одного года мед, соки и коровье молоко.

ПОСЕЩЕНИЯ ДЕТСКОГО ВРАЧА

В течение первого года жизни ребенок быстро растет и развивается. Врачи и младшие медицинские работники в Америке стремятся часто осматривать ребенка. Как правило, осмотры проводятся в возрасте двух дней, одного, двух, четырех, шести, девяти месяцев и одного года.

Эти посещения очень важны, поскольку врач получает возможность наблюдать за ребенком и следить за его здоровьем и развитием. Детский врач проверяет состояние глаз и ушей ребенка и проводит вакцинации.



В Соединенных Штатах врачи рекомендуют делать детям следующие прививки:

- прививка от гепатита В
- прививка DTaP (дифтерия, столбняк, коклюш)
- прививка PCV (пневмококковая вакцина)
- прививка против НІВ-инфекции (гемофильной инфекции типа В)
- прививка против полиомиелита
- прививка MMR (корь, краснуха, свинка)
- прививка против гепатита А
- прививка против ветряной оспы.

Врач вашего ребенка даст вам список прививок, которые нужно сделать ребенку, и расписание проведения вакцинаций.

НЕ ДОПУСКАЙТЕ ОПРЕЛОСТИ

У детей, которые носят подгузники, часто появляется опрелость. Для предотвращения и лечения опрелостей, вызванных подгузниками, вам помогут следующие советы:

- Меняйте подгузник при каждом загрязнении.
- Пользуйтесь мазью от опрелостей. Выбирайте мазь, содержащую оксид цинка, или мазь с витаминами А и D.
- Позволяйте малышу каждый день побыть какое-то время без подгузника.
- Если сыпь появилась на ногах и на поясе, смените марку подгузников.
- Иногда сыпь является аллергической реакцией на новый продукт. Исключите этот новый продукт и проследите, пройдет ли сыпь.