

**Министерство здравоохранения Алтайского края
Краевое государственное бюджетное
профессиональное образовательное учреждение
«Родинский медицинский колледж»**

**Дисциплина Здоровый человек и его окружение
Раздел 2 Здоровье детей**

**Тема 2.5 Период грудного возраста.
Физическое и нервно-психическое
развитие детей первого года жизни**

Преподаватель Правдивцева М.Н.

Родино, 2019

ОПРЕДЕЛЕНИЕ



*Период грудного
возраста* продолжается
от 29-го дня жизни до 1
года.

АНАТОМО-ФИЗИОЛОГИЧЕСКИЕ ОСОБЕННОСТИ ГРУДНОГО РЕБЕНКА

Второй — третий месяцы жизни ребенка

Нервная система:

- ❖ развиваются извилины, увеличивается их количество в полушариях мозга;
- ❖ происходит дальнейшее развитие периферической нервной системы;
- ❖ миелинизируются нервные волокна, отвечающие за такие жизненно важные функции, как дыхание, сосание, глотание и др.;
- ❖ к началу 2-го месяца формируется условный рефлекс на звуковой раздражитель (защитное мигательное движение век), на 2-м месяце — пищевой условный рефлекс на звуковой раздражитель, а также условный рефлекс на свет.

АНАТОМО-ФИЗИОЛОГИЧЕСКИЕ ОСОБЕННОСТИ ГРУДНОГО РЕБЕНКА

Второй — третий месяцы жизни ребенка

Кожа и подкожная жировая клетчатка:

- ❖ кожа легкоранима, что обусловлено слабым развитием ее рогового слоя и низким уровнем местного иммунитета, защитная функция кожи развита слабо;
- ❖ резорбционная (впитывающая) функция кожи очень выражена вследствие хорошего развития капиллярной сети и тонкого рогового слоя;
- ❖ выделительная функция, связанная с потоотделением, развита недостаточно, так как выводящие протоки потовых желез недоразвиты и закрыты эпителиальными клетками;
- ❖ терморегулирующая функция также недостаточна, поэтому легко происходит перегревание и переохлаждение ребенка;
- ❖ дыхательная функция наиболее выражена, но ее активность зависит от чистоты кожи ребенка;
- ❖ чувствительная функция проявляется тактильным восприятием рук матери или реакцией (беспокойство, нарушение сна) на раздражение кожи, например мокрыми или загрязненными пеленками;
- ❖ синтетическая функция развита достаточно хорошо: в коже образуются пигмент меланин, витамин D₃, синтезируются ферменты и биологически активные вещества;
- ❖ ногти — на 3-м месяце ногтевая пластинка достигает свободного края ногтевой фаланги.

АНАТОМО-ФИЗИОЛОГИЧЕСКИЕ ОСОБЕННОСТИ ГРУДНОГО РЕБЕНКА

Второй — третий месяцы жизни ребенка

Костно-мышечная система :

- ❖ малый родничок, если он не был закрыт к рождению ребенка, закрывается;
- ❖ позвоночник приобретает шейный лордоз (искривление кпереди);
- ❖ сохраняется повышенный тонус мышц — сгибателей нижних конечностей — физиологический гипертонус;
- ❖ гипертонус мышц верхних конечностей исчезает.

АНАТОМО-ФИЗИОЛОГИЧЕСКИЕ ОСОБЕННОСТИ ГРУДНОГО РЕБЕНКА

Второй — третий месяцы жизни ребенка

Дыхательная система:

- ❖ с 4—6 недели начинают формироваться альвеолы, их количество быстро возрастает;
- ❖ дыхание несколько урежается (примерно до 40 дыхательных движений в минуту), увеличивается его глубина;
- ❖ дыхание только через нос (ротовое дыхание не выражено).

АНАТОМО-ФИЗИОЛОГИЧЕСКИЕ ОСОБЕННОСТИ ГРУДНОГО РЕБЕНКА

Второй — третий месяцы жизни ребенка

Сердечно-сосудистая система:

- ❖ начинают функционировать отдельно большой и малый круги кровообращения;
- ❖ закрываются артериальный и венозный протоки;
- ❖ частота сердечных сокращений колеблется от 132 до 140 в минуту;
- ❖ уровень систолического артериального давления к 2 мес составляет примерно 80 мм рт. ст., к 3 мес — 84 мм рт. ст., диастолического — $1/2$ систолического артериального давления.

АНАТОМО-ФИЗИОЛОГИЧЕСКИЕ ОСОБЕННОСТИ ГРУДНОГО РЕБЕНКА

Второй — третий месяцы жизни ребенка

Система пищеварения:

- ❖ сухость слизистой оболочки полости рта;
- ❖ недостаточное развитие слюнных желез;
- ❖ дефицит слюны.

Мочевая система:

- ❖ реабсорбционная и секреторная функции почек снижены;
- ❖ ограничение концентрационной функции почек;
- ❖ число мочеиспусканий около 20 в сутки.

АНАТОМО-ФИЗИОЛОГИЧЕСКИЕ ОСОБЕННОСТИ ГРУДНОГО РЕБЕНКА

Второй — третий месяцы жизни ребенка

Физическое развитие:

- ❖ прибавка в массе по 700—800 г в месяц, таким образом, с момента рождения масса его увеличивается на 2000—2200 г;
- ❖ ежемесячная прибавка в росте составляет 3 см, рост за 3 месяца становится больше на 9 см;
- ❖ окружность головы увеличивается ежемесячно примерно на 1,5 см, достигая к концу 3-го месяца жизни 40 см;
- ❖ длина окружности груди сравнивается с окружностью головы, при этом ежемесячная прибавка окружности груди составляет примерно 2 см.

АНАТОМО-ФИЗИОЛОГИЧЕСКИЕ ОСОБЕННОСТИ ГРУДНОГО РЕБЕНКА

Второй — третий месяцы жизни ребенка

Нервно-психическое, социальное и познавательное развитие:

К 2 месяцам

- ❖ отвечает улыбкой на разговор с ним;
- ❖ длительно следит за движущейся игрушкой, окружающими его людьми;
- ❖ прислушивается к голосам, звукам, поворачивает голову в сторону звука;
- ❖ удерживает голову, лежа на животе и в вертикальном положении на руках у взрослого;
- ❖ произносит отдельные звуки;

АНАТОМО-ФИЗИОЛОГИЧЕСКИЕ ОСОБЕННОСТИ ГРУДНОГО РЕБЕНКА

Второй — третий месяцы жизни ребенка

Нервно-психическое, социальное и познавательное развитие:

К 3 месяцам

- ❖ оживленно двигает руками и ногами, улыбается, издает звуки;
- ❖ в вертикальном положении на руках у взрослого сосредоточивает взгляд на лице говорящего с ним, на игрушках;
- ❖ фиксирует взгляд на неподвижных предметах, находясь в любом положении;
- ❖ лежит на животе несколько минут, опираясь на предплечья и высоко подняв голову;
- ❖ при поддержке под мышки крепко упирается о твердую опору ногами, согнутыми в тазобедренных суставах;
- ❖ начинает гулить.

АНАТОМО-ФИЗИОЛОГИЧЕСКИЕ ОСОБЕННОСТИ ГРУДНОГО РЕБЕНКА

Четвертый — шестой месяцы жизни ребенка

Нервная система:

- ❖ активная миелинизация черепных нервов;
- ❖ созревание структур мозга;
- ❖ быстрое накопление условных рефлексов.

Кожа и подкожная жировая клетчатка:

- ❖ продолжается рост рогового слоя кожи и ее соединительнотканной основы;
- ❖ цвет кожи нежно-розовый, что объясняется обилием широких капилляров;
- ❖ интенсивно нарастает подкожный жировой слой, особенно быстро на лице, медленнее — на животе.

АНАТОМО-ФИЗИОЛОГИЧЕСКИЕ ОСОБЕННОСТИ ГРУДНОГО РЕБЕНКА

Четвертый — шестой месяцы жизни ребенка

Костно-мышечная система:

- ❖ к 6 мес образуется первое ядро окостенения в запястье;
- ❖ физиологический гипертонус мышц нижних конечностей постепенно исчезает, движения становятся более свободными и дифференцированными.

Дыхательная система:

- ❖ к 6 мес увеличивается вдвое масса легких;
- ❖ ткань легких богата лимфатическими и кровеносными сосудами, бедна эластической тканью, особенно в окружности альвеол;
- ❖ частота дыхательных движений детей в возрасте 4—6 мес составляет 35—40 в минуту.

АНАТОМО-ФИЗИОЛОГИЧЕСКИЕ ОСОБЕННОСТИ ГРУДНОГО РЕБЕНКА

Четвертый — шестой месяцы жизни ребенка

Сердечно-сосудистая система:

- ❖ заращение овального отверстия к 5—7 мес жизни;
- ❖ начинают увеличиваться размеры левого желудочка;
- ❖ частота сердечных сокращений составляет 120—140 в минуту.

Пищеварительная система:

- ❖ усиление слюноотделения с 4—6-го месяца жизни;
- ❖ кислотность желудочного сока и активность его ферментов низкая, что затрудняет переваривание пищи;
- ❖ сохраняется функциональная незрелость печени;
- ❖ стул от 2—3 раз в сутки до одного раза в 2 дня. При искусственном вскармливании число дефекаций обычно меньше, чем при естественном.

АНАТОМО-ФИЗИОЛОГИЧЕСКИЕ ОСОБЕННОСТИ ГРУДНОГО РЕБЕНКА

Четвертый — шестой месяцы жизни ребенка

Мочевая система:

- ❖ реабсорбционная и секреторная функции почек снижены из-за незрелости ферментных систем канальцев;
- ❖ число мочеиспусканий урежается (до 15—20 раз в сутки);
- ❖ объем одной порции примерно 30—60 мл;
- ❖ суточный объем мочи составляет 500 мл.

Физическое развитие:

- ❖ масса тела увеличивается за 4-й месяц на 750 г, за 5-й — на 700 г и за 6-й — на 650 г;
- ❖ рост увеличивается примерно на 2,5 см ежемесячно.

АНАТОМО-ФИЗИОЛОГИЧЕСКИЕ ОСОБЕННОСТИ ГРУДНОГО РЕБЕНКА

Четвертый — шестой месяцы жизни ребенка

Нервно-психическое, социальное и познавательное развитие:

К 4 месяцам

- ❖ громко смеется при общении с ним;
- ❖ поворачивает голову в сторону источника звука и находит его глазами;
- ❖ узнает родителей и ближайшее окружение;
- ❖ рассматривает и захватывает висящие над ним игрушки;
- ❖ гулит;
- ❖ во время кормления придерживает руками грудь матери или бутылочку.

АНАТОМО-ФИЗИОЛОГИЧЕСКИЕ ОСОБЕННОСТИ ГРУДНОГО РЕБЕНКА

Четвертый — шестой месяцы жизни ребенка

Нервно-психическое, социальное и познавательное развитие:

К 5 месяцам

- ❖ узнает голос близкого человека;
- ❖ различает строгую и ласковую интонации обращенной к нему речи;
- ❖ по-разному реагирует на знакомые и незнакомые лица;
- ❖ подолгу гулит;
- ❖ берет игрушку из рук взрослого и удерживает ее;
- ❖ долго лежит на животе, высоко подняв голову и опираясь на ладони выпрямленных рук;
- ❖ переворачивается со спины на живот;
- ❖ ровно, устойчиво стоит при поддержке под мышки.

АНАТОМО-ФИЗИОЛОГИЧЕСКИЕ ОСОБЕННОСТИ ГРУДНОГО РЕБЕНКА

Четвертый — шестой месяцы жизни ребенка

Нервно-психическое, социальное и познавательное развитие:

К 6 месяцам

- ❖ начинает узнавать свое имя;
- ❖ легко берет игрушку из разных положений (лежа на спине, на животе, из рук взрослого) и подолгу занимается ею;
- ❖ переворачивается с живота на спину и со спины на живот;
- ❖ недолго может сидеть без поддержки;
- ❖ немного передвигается, подползает к игрушке;
- ❖ начинает лепетать;
- ❖ ест с ложки, снимает пищу губами.

АНАТОМО-ФИЗИОЛОГИЧЕСКИЕ ОСОБЕННОСТИ ГРУДНОГО РЕБЕНКА

Седьмой — двенадцатый месяцы жизни ребенка

Нервная система:

- ❖ общая структура мозга приближается к зрелому состоянию;
- ❖ более выраженный характер приобретает структура извилин;
- ❖ увеличиваются возможности движений и их координации.

Костная система:

- ❖ быстрый рост костей и интенсивная перестройка костной ткани скелета;
- ❖ в 6—7 месяцев ребенок начинает садиться, формируется второй физиологический изгиб позвоночника — грудной кифоз;
- ❖ в 9—12 месяцев, когда ребенок стоит и ходит, формируется поясничный лордоз;
- ❖ прорезываются зубы.

АНАТОМО-ФИЗИОЛОГИЧЕСКИЕ ОСОБЕННОСТИ ГРУДНОГО РЕБЕНКА

Седьмой — двенадцатый месяцы жизни ребенка

Дыхательная система:

- ❖ возрастает число альвеол;
- ❖ снижается частота дыхательных движений (до 30—35 в минуту);
- ❖ тип дыхания диафрагмальный или брюшной вне зависимости от пола ребенка.

Сердечно-сосудистая система:

- ❖ частота сердечных сокращений 132 удара в минуту;
- ❖ систолическое артериальное давление составляет примерно 80—84 мм рт. ст.

АНАТОМО-ФИЗИОЛОГИЧЕСКИЕ ОСОБЕННОСТИ ГРУДНОГО РЕБЕНКА

Седьмой — двенадцатый месяцы жизни ребенка

Пищеварительная система:

- ❖ емкость желудка увеличивается и составляет к году 250—300 мл;
- ❖ уменьшается функциональная недостаточность желудка;
- ❖ дефекация становится произвольным актом, ее частота составляет к году от 1—2 раз в сутки до 1 раза в двое суток.

Мочевая система:

- ❖ концентрационная способность почек становится такой же, как у взрослого человека;
- ❖ число мочеиспусканий составляет 15—16 в сутки.

АНАТОМО-ФИЗИОЛОГИЧЕСКИЕ ОСОБЕННОСТИ ГРУДНОГО РЕБЕНКА

Седьмой — двенадцатый месяцы жизни ребенка

Физическое развитие:

- ❖ в течение второго полугодия жизни ребенок ежемесячно прибавляет в массе 400—600 г, к году в среднем достигая 10,5—11 кг;
- ❖ прирост длины тела в возрасте от 6 до 9 месяцев составляет 1,5—2 см ежемесячно, от 9 до 12 мес — 1 см в месяц. Таким образом, за первый год жизни длина тела ребенка увеличивается на 25 см и составляет в среднем 75—77 см;

АНАТОМО-ФИЗИОЛОГИЧЕСКИЕ ОСОБЕННОСТИ ГРУДНОГО РЕБЕНКА

Седьмой — двенадцатый месяцы жизни ребенка
Нервно-психическое, социальное и познавательное развитие:

К 7 месяцам

- ❖ хорошо ползает;
- ❖ самостоятельно свободно поворачивается с живота на спину;
- ❖ лежа на спине, уверенно поднимает голову, переворачивается, извивается;
- ❖ сидит самостоятельно, без поддержки;
- ❖ хорошо упирается на ноги, активно прыгает при поддержке под мышки;
- ❖ тянется к предметам, захватывает их, засовывает в рот и сосет;
- ❖ хорошо перекладывает предметы из одной руки в другую;
- ❖ при отнятии игрушек проявляет недовольство;
- ❖ пьет из чашки, которую держит взрослый;
- ❖ произносит сочетанные гласные и согласные звуки;
- ❖ предпочитает общение с родителями, особенно с матерью, близкими, знакомыми;
- ❖ бормочет при контакте со знакомыми взрослыми;
- ❖ при виде игрушек проявляет удовольствие;
- ❖ реагирует на изменение эмоциональной окраски контакта;
- ❖ на вопрос «где?» находит предмет взглядом.

АНАТОМО-ФИЗИОЛОГИЧЕСКИЕ ОСОБЕННОСТИ ГРУДНОГО РЕБЕНКА

Седьмой — двенадцатый месяцы жизни ребенка
Нервно-психическое, социальное и познавательное развитие:

К 8 месяцам

- ❖ лежа на животе, высоко поднимает грудь, свободно поднимает голову и оглядывается по сторонам;
- ❖ уверенно ползает, переворачивается на спину;
- ❖ лежа на спине, высоко поднимает ноги, переворачивается на живот, самостоятельно садится;
- ❖ сидит;
- ❖ уверенно встает на ноги, опираясь на стенки кровати;
- ❖ самостоятельно стоит, ходит, держась за опору;
- ❖ самостоятельно берет в руки игрушки, бросает их на пол, ищет потерянную игрушку;
- ❖ на вопрос «где?» отыскивает взглядом несколько предметов, расположенных в известных ему местах;
- ❖ выполняет по просьбе взрослого разученные действия;
- ❖ сам держит в руке кусочек хлеба, яблока или печенье и ест его;
- ❖ громко повторяет простые слоги;
- ❖ узнает близких по имени.

АНАТОМО-ФИЗИОЛОГИЧЕСКИЕ ОСОБЕННОСТИ ГРУДНОГО РЕБЕНКА

*Седьмой — двенадцатый месяцы жизни ребенка
Нервно-психическое, социальное и познавательное развитие:*

К 9 месяцам

- ❖ может самостоятельно встать, опершись на стенку кровати;
- ❖ уверенно стоит;
- ❖ сидит подолгу с прямой спиной;
- ❖ ходит при поддержке за обе ручки;
- ❖ осуществляет разнообразные действия с предметами: катает, бросает, вынимает, поднимает и т.д.;
- ❖ пытается найти упавший предмет;
- ❖ отнимает предмет, взятый другим;
- ❖ показывает на предмет указательным пальцем;
- ❖ пьет из чашки, слегка придерживая ее руками;
- ❖ спокойно относится к высаживанию на горшок;
- ❖ произносит повторяющиеся слоги;
- ❖ подражает взрослому, повторяя за ним слоги, которые есть в лепете;
- ❖ отзывается на свое имя;
- ❖ более осознанно участвует в играх.

АНАТОМО-ФИЗИОЛОГИЧЕСКИЕ ОСОБЕННОСТИ ГРУДНОГО РЕБЕНКА

Седьмой — двенадцатый месяцы жизни ребенка

Нервно-психическое, социальное и познавательное развитие:

К 10 месяцам

- ❖ самостоятельно и по просьбе окружающих выполняет разнообразные действия: открывает закрытую игрушку, закрывает ее, вкладывает один предмет в другой, не всегда соотнося объемы;
- ❖ может становиться на колени, подниматься на невысокую поверхность и сходить с нее;
- ❖ ходит с поддержкой;
- ❖ по просьбе взрослого «дай!» находит и дает знакомые предметы;
- ❖ повторяет за окружающими новые для него слоги.
- ❖ знает названия некоторых частей тела;
- ❖ участвует в играх типа «прятки», «ладушки».

АНАТОМО-ФИЗИОЛОГИЧЕСКИЕ ОСОБЕННОСТИ ГРУДНОГО РЕБЕНКА

Седьмой — двенадцатый месяцы жизни ребенка

Нервно-психическое, социальное и познавательное развитие:

К 11 месяцам

- ❖ стоит самостоятельно без опоры;
- ❖ делает первые самостоятельные шаги;
- ❖ осваивает новые действия, начинает выполнять их по просьбе взрослого, играя с кубиками, кольцами, пирамидками;
- ❖ появляются первые обобщающие понятия, проявляющиеся тем, что по обращенному к нему слову находит предмет (машину, куклу — любую, какую находит);
- ❖ произносит первые слова-обозначения (на, дай, ав и др.).

АНАТОМО-ФИЗИОЛОГИЧЕСКИЕ ОСОБЕННОСТИ ГРУДНОГО РЕБЕНКА

Седьмой — двенадцатый месяцы жизни ребенка

Нервно-психическое, социальное и познавательное развитие:

К 12 месяцам

- ❖ самостоятельно ходит, любит бродить по квартире;
- ❖ осуществляет сложные движения, требующие хорошей координации, например поднимает шарик или другой предмет;
- ❖ в ответ на жест или просьбу приносит предмет или отдает его другим;
- ❖ выполняет разученные действия с предметами и игрушками;
- ❖ переносит все разученные действия с одним предметом на другой (возит машину или коляску);
- ❖ многие вещи знает по названию, но повторить их не может, хотя говорит несколько слов;
- ❖ активно участвует в играх со взрослыми и детьми;
- ❖ учится убирать за собой игрушки при ведущей роли родителей;
- ❖ помогает при одевании и раздевании, изменяя позу;
- ❖ понимает названия предметов, действий, имена взрослых, узнает на фотографии знакомого человека;
- ❖ самостоятельно берет чашку и пьет из нее.

ВЕДУЩИЕ ЛИНИИ РАЗВИТИЯ В ГРУДНОМ ВОЗРАСТЕ

- ❖ зрительные ориентировочные реакции (зрительные анализаторы — A_3);
- ❖ слуховые ориентировочные реакции (A_c);
- ❖ эмоции (\mathcal{E});
- ❖ движения рук и действия с предметами (D_p);
- ❖ движения общие (D_0);
- ❖ подготовительные этапы развития понимаемой речи (ПР);
- ❖ подготовительные этапы развития активной речи (АР);
- ❖ навыки и умения в процессах (Н).

ПОТРЕБНОСТИ РЕБЕНКА ГРУДНОГО ВОЗРАСТА И СПОСОБЫ ИХ УДОВЛЕТВОРЕНИЯ

Потребность в физиологических отправлениях - осуществляется ребенком самостоятельно.

Число мочеиспусканий у детей до 6 мес может составлять 20—25 в сутки, ближе к году — 15—16.

С 4 мес можно приучать ребенка к опрятности во время физиологических отпращлений. Держать на горшке более 5 мин нельзя, так же как и развлекать его игрушками.

При использовании одноразовых подгузников их следует менять каждые 3 ч, исключая ночное время. После 6 мес во время бодрствования ребенка лучше держать без одноразовых подгузников. Одноразовые подгузники рекомендуется надевать только на время прогулки.

Дефекация в возрасте 2—3 мес у детей, находящихся на естественном вскармливании, бывает до 4 раз в сутки, стул светло-желтого цвета, вязкий, иногда содержит вязкие комочки, оставаясь долго на воздухе, зеленеет. В дальнейшем кратность дефекации может варьировать от 3—4 раз в день до одного раза в два дня. У детей, находящихся на искусственном вскармливании, стул бывает реже.

ПОТРЕБНОСТИ РЕБЕНКА ГРУДНОГО ВОЗРАСТА И СПОСОБЫ ИХ УДОВЛЕТВОРЕНИЯ

Сон - одна из важнейших потребностей.

В возрасте 2—3 мес ребенок спит днем около 8 ч (четыре раза по 2 ч), общая продолжительность сна составляет 18—20 ч в сутки.

После 5 мес ребенок может бодрствовать более 2 ч подряд. Если дети отказываются от четвертого дневного сна, ночной сон удлиняется с 9,5 ч при четырехразовом дневном сне до 11 ч при трехразовом.

Общая продолжительность сна ребенка 6 мес составляет 16,5—17 ч.

До 10 мес ребенок спит три раза, а с 10 мес до 1,5 лет — два раза.

ПОТРЕБНОСТИ РЕБЕНКА ГРУДНОГО ВОЗРАСТА И СПОСОБЫ ИХ УДОВЛЕТВОРЕНИЯ

Потребность в игровой деятельности

Первые игрушки ребенка — погремушки-подвески, погремушки с ручками, разные по цвету, форме, мелодично звучащие игрушки — должны хорошо мыться и быть безопасными.

В возрасте 3—6 мес - погремушки-подвески, погремушки с ручками, а также резиновые игрушки разной формы и цвета, издающие звук, неваляшки, звучащие игрушки. Время от времени игрушки рекомендуется менять.

В возрасте 6—9 мес - крупные сюжетные игрушки: куклы, кошки, собаки, лягушки, петухи и др. Развитию целевых действий ребенка способствуют шары, мячи, убирающиеся друг в друга цилиндры, различные попрыгунчики, игрушки для ванны, а также демонстрация размеров различных предметов и игра в «ладушки».

В конце первого года жизни игровые занятия с ребенком можно проводить за детским столиком. Во время этих занятий следует использовать пирамидки, нанизывание колец, кубики, показывая действия и сопровождая их объяснениями. Можно использовать элементы сюжетной игры с крупными игрушками, например поить или кормить куклу, спрашивать, как «говорят» собака, петух, лошадь и др.

ПОТРЕБНОСТИ РЕБЕНКА ГРУДНОГО ВОЗРАСТА И СПОСОБЫ ИХ УДОВЛЕТВОРЕНИЯ

Потребность в создании *безопасной окружающей среды* обеспечивается взрослыми:

- ❖ предупреждение падения ребенка с поверхности, не защищенной бортиками: пеленального стола, кровати взрослых;
- ❖ соблюдение требований безопасности для кровати ребенка: прутья должны отстоять друг от друга не более чем на 6 см, матрас должен быть хорошо пригнан к днищу кровати, для предупреждения ушибов головы необходимо использовать специальные буферы;
- ❖ мелкие и опасные предметы должны храниться в недоступном для ребенка месте;
- ❖ не давать детям игрушки, разбирающиеся на мелкие части, убирать сломанные игрушки;
- ❖ предупреждение падения со ступенек и лестниц, с кровати, стульев, табуреток, столов, с крупных игрушек во второй половине 1 года жизни, а также через игрушки, лежащие на пути ребенка, о которые он может споткнуться;
- ❖ предупреждение выпадения из колясок;
- ❖ соблюдение требований безопасности при купании, кормлении и приготовлении пищи;
- ❖ скатерти на столах необходимо заменить салфетками.

ОСНОВНЫЕ НАПРАВЛЕНИЯ СЕСТРИНСКОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ПРИ РАБОТЕ С ДЕТЬМИ ГРУДНОГО ВОЗРАСТА

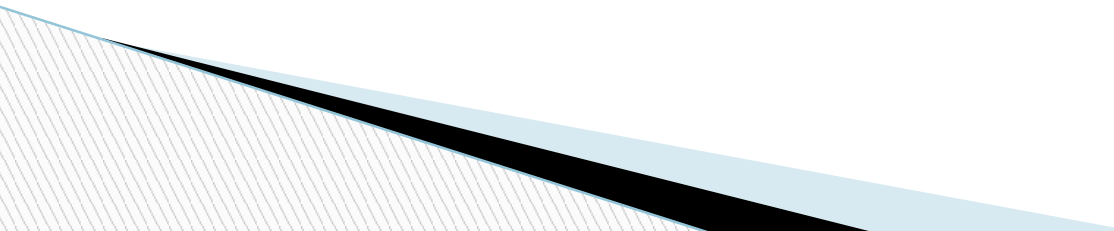
- ❖ контроль за физическим, психическим и социальным развитием ребенка;
- ❖ коррекцию режима дня ребенка в соответствии с возрастом;
- ❖ рекомендации по вскармливанию в соответствии с возрастом;
- ❖ обучение матерей и окружения ребенка приемам массажа, правилам закаливания, гимнастическим комплексам, соответствующим возрасту ребенка;
- ❖ направление на лабораторные исследования, консультации специалистов;
- ❖ определение состояния здоровья перед проведением профилактической иммунизации.

ОПРЕДЕЛЕНИ



Закаливание - это комплекс мероприятий, направленных на повышение устойчивости организма к воздействию различных факторов внешней среды.

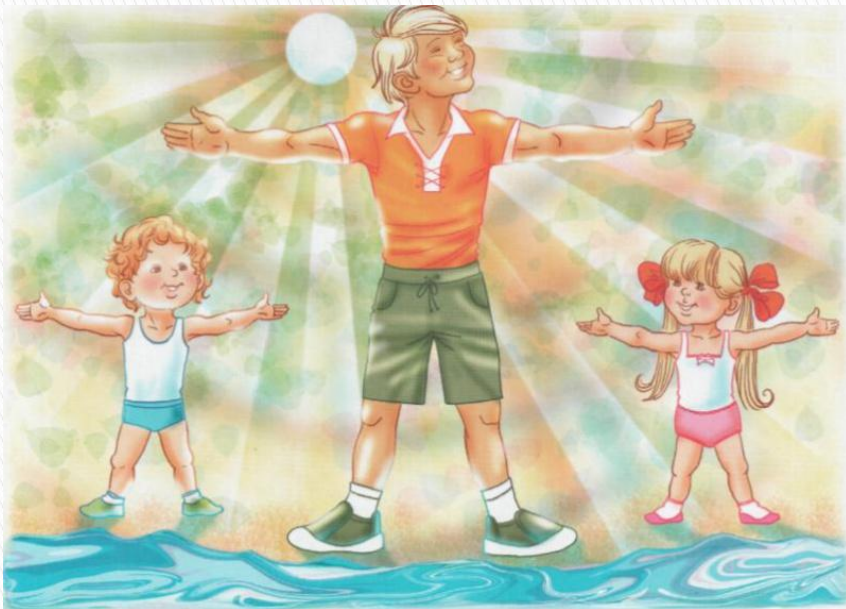
ПРАВИЛА ЗАКАЛИВАНИЯ

- ❖ как можно более раннее начало закаливания;
 - ❖ начало и проведение закаливания при условии полного здоровья ребенка;
 - ❖ положительная эмоциональная настроенность ребенка;
 - ❖ постепенность проведения процедур;
 - ❖ систематичность и непрерывность проведения процедур;
 - ❖ возобновление закаливающих процедур после длительного перерыва с начальных степеней воздействия;
 - ❖ учет индивидуальных особенностей ребенка.
- 

ГРУППЫ ЗАКАЛИВАНИЯ

- ❖ к *1-й группе* закаливания относят здоровых, редко болеющих детей, ранее получавших закаливающие процедуры;
- ❖ ко *2-й группе* закаливания относят здоровых детей, впервые приступающих к закаливанию, а также детей с функциональными отклонениями в состоянии здоровья;
- ❖ к *3-й группе* закаливания относят детей с выраженными отклонениями в состоянии здоровья (хронические заболевания, перенесенные длительные болезни).

ЗАКАЛИВАЮЩИЕ ФАКТОРЫ



- ❖ воздействие воздухом;
- ❖ воздействие водой;
- ❖ воздействие солнечными лучами.

ЗАКАЛИВАНИЕ ВОЗДУХОМ

- ❖ систематическое и тщательное проветривание помещения, регулярное проведение влажной уборки;
- ❖ проветривание проводится не реже 4—6 раз в день по 10—15 мин в отсутствие ребенка;
- ❖ закаливание детей в возрасте до 3 мес начинают с 23 °С, с 3 мес до 1 года — 22 °С, с 1 года — 20—22 °С. Каждые 3—4 дня температура снижается на 1 °С и доводится до 17—18 °С;
- ❖ продолжительность воздушной ванны в первом полугодии жизни составляет 5—6 мин, во втором — до 12 мин;
- ❖ в теплое время года воздушные ванны целесообразно проводить вне дома;
- ❖ целесообразны ежедневные прогулки на открытом воздухе. В первые 2—3 мес жизни прогулки зимой проводят при температуре воздуха не ниже —10 °С продолжительностью 20—30 мин два раза в день. В теплые дни пребывание на свежем воздухе продолжается 45—60 мин и более;
- ❖ в возрасте 3—6 мес прогулки проводятся при температуре до —12 °С, а к концу года — и при температуре до —15 °С. Зимой рекомендуется проводить две-три прогулки продолжительностью от 1 до 2—3 ч;
- ❖ летом ребенок может находиться на воздухе весь день.
- ❖ полезен сон на свежем воздухе.

ЗАКАЛИВАНИЕ ВОДОЙ

Водные процедуры могут быть местными и общими.

К их основным видам относятся:

- ❖ умывание;
- ❖ влажное обтирание;
- ❖ обливание;
- ❖ прием ванны;
- ❖ душ;
- ❖ купание в открытом водоеме.

Каждый вид закаливания водой начинают использовать в соответствии с возрастом ребенка.

ЗАКАЛИВАНИЕ ВОДОЙ

- ❖ необходимо постепенно увеличивать силу действия воды, что достигается равномерным снижением температуры, увеличением площади кожных покровов, подвергающихся ее воздействию, заменой местных процедур общими;
- ❖ после любой водной процедуры следует насухо вытереть кожу ребенка полотенцем с легким массажем или растиранием до небольшого ее покраснения;
- ❖ закаливание водой проводят только у здорового ребенка;
- ❖ все водные процедуры обладают тонизирующим действием, поэтому их проведение рекомендуется после сна и до еды.

ОБТИРАНИЯ

- ❖ начинают с 6-месячного возраста;
- ❖ начальная температура воды 33—34 °С. Через каждые 5—7 дней ее снижают на 1 °С и доводят до 28 °С;
- ❖ обтирания проводят и в летнее, и в зимнее время, лучше после ночного сна;
- ❖ этапность - смоченной в воде рукавичкой из мягкой ткани протирают сначала руки (от кончиков пальцев до плеча), затем через 3 дня начинают последовательно обтирать грудь, спину, живот и, наконец, все тело;
- ❖ длительность процедуры составляет 6— 8 мин;
- ❖ после обтирания ребенка заворачивают в простыню или полотенце и насухо вытирают до легкого покраснения кожи.

ОПРЕДЕЛЕНИЕ

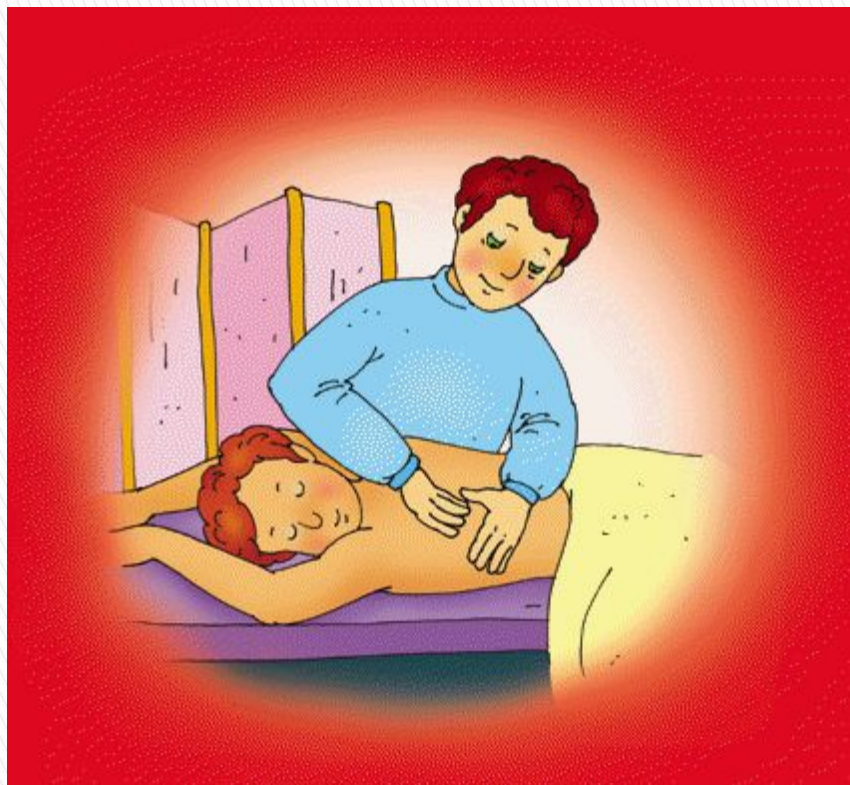


Массаж — это совокупность приемов механического дозированного воздействия на различные участки поверхности тела человека.

ДЕЙСТВИЕ МАССАЖА НА ОРГАНИЗМ

- ❖ улучшает трофические процессы в коже, очищая ее от слущивающихся клеток эпидермиса;
- ❖ стимулирует обмен веществ во всем организме;
- ❖ улучшает газообмен в органах и тканях;
- ❖ активизирует капиллярное кровообращение, улучшает крово- и лимфообращение;
- ❖ повышает мышечный тонус, а также эластичность мышц;
- ❖ улучшает кровообращение в суставах, вследствие чего возрастает их эластичность и подвижность;
- ❖ оказывает стимулирующее влияние на центральную нервную систему.

ПРИЕМЫ ОБЩЕГО И МЕСТНОГО МАССАЖА

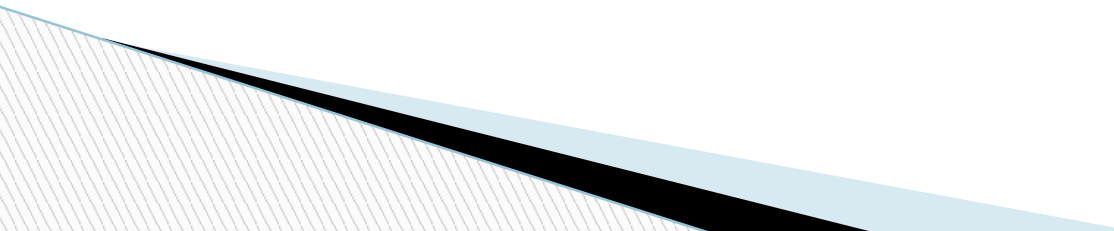


- ❖ поглаживание;
- ❖ растирание;
- ❖ поверхностное и глубокое разминание;
- ❖ поколачивание;
- ❖ вибрация.

МАССАЖ

- ❖ процедуру следует выполнять ежедневно, через 40—45 мин после кормления;
- ❖ продолжительность массажа составляет 6—12 мин, при этом его сочетают с физическими упражнениями;
- ❖ рекомендовано одновременное проведение воздушной и световоздушной ванны;
- ❖ комната, в которой проводится процедура, должна быть хорошо проветренной, при этом не допускается снижение температуры воздуха в помещении ниже 20 °С;
- ❖ руки массирующего должны быть чистыми, теплыми, без ссадин, порезов, с коротко стриженными ногтями, без посторонних предметов (часы, кольца и др.);
- ❖ присыпки, кремы при проведении общего массажа у детей не используют;
- ❖ при проведении процедуры следует общаться с ребенком, разговаривать с ним, поддерживая у него хорошее настроение.

ДЕЙСТВИЕ ГИМНАСТИКИ НА ОРГАНИЗМ

- ❖ усиливает кровоток;
 - ❖ улучшает обмен веществ в органах и тканях;
 - ❖ повышает содержание гемоглобина и эритроцитов;
 - ❖ способствует повышению иммунологической активности крови;
 - ❖ способствует развитию движений, выработке правильной осанки, нормализации мышечного тонуса и силы мышц.
- 

ВИДЫ ГИМНАСТИЧЕСКИХ УПРАЖНЕНИЙ ДЛЯ ДЕТЕЙ ГРУДНОГО ВОЗРАСТА

- ❖ рефлекторные, связанные с рефлексом, возникающим в ответ на раздражение нервных окончаний кожи и мышц;
- ❖ пассивные, производимые не ребенком, а взрослым (сгибание, разгибание и т.д.);
- ❖ пассивно-активные, выполняемые ребенком как бы самостоятельно, но с помощью взрослого, — присаживание при подтягивании за согнутые в локтях руки и др.;
- ❖ активные, представляющие собой произвольные движения, выполняемые ребенком самостоятельно по просьбе взрослого, занимающегося с ним.

ГИМНАСТИКА

- ❖ проводится в предварительно проветренной комнате при температуре воздуха 20 °С через 40—45 мин после еды или за 30 мин до нее;
- ❖ продолжительность гимнастики в сочетании с массажем составляет 6—12 мин, каждое упражнение выполняется 5—6 раз;
- ❖ начинают упражнения с более легких по нагрузке, постепенно переходя к более сложным;
- ❖ занятия проводятся в игровой форме;
- ❖ тренирующее воздействие гимнастических упражнений проявляется только при их систематическом проведении;
- ❖ гимнастические упражнения прекращаются при острых заболеваниях с повышением температуры, кожных заболеваниях и других изменениях здоровья ребенка.