

Если ребенок заболел...

Как организовать досуг малыша во время болезни.

Рябова О.М. – воспитатель

ГБУЗ «ПОДКБ им. Н.Ф. Филатова»

Специальные эксперименты психологов показали, что невосприимчивость к инфекциям и способность сопротивляться им выше у бодрых и жизнерадостных детей, а игра – лучший способ поддержать хорошее настроение. Если заболевший малыш давно вынашивал мечту о заветной игрушке – самое время сделать ему подарок. Но учтите, это должна быть та самая, «вымечтанная» им игрушка, одна-единственная. И если даже вам очень хочется доставить ему удовольствие, и вы в силах сделать это – не скупайтесь с прилавка все подряд! Большое количество новых игрушек быстро истощают нервную систему заболевшего ребенка.

Особый запрет психологи наложили на конструкторы, лабиринты, головоломки и тому подобные новинки, требующие умственных усилий. Дело в том, что во время болезни интеллектуальные и творческие возможности временно снижаются. Это заметно по рисункам: больные дети начинают рисовать мелко, не раскрашивают, а просто наносят на бумагу несколько штрихов цветным карандашом. Не беспокойтесь, утраченные способности вернуться с выздоровлением, а пока не перегружайте ребенка новой информацией и впечатлениями.

В ПОСТЕЛИ ЛЕЖИМ – СОБЛЮДАЕМ РЕЖИМ

Врач сказал, что придется несколько дней провести в кровати. Ничего, играть можно и лежа! Пусть рядом с малышом «поболает» любимая кукла или мягкая игрушка. Он охотнее выпьет невкусное лекарство, если сначала «полечит» с ложечки куклу, а поколдовав с пипеткой над ухом плюшевого зайца, скорее согласится закапать капли в свое собственное.

Какие игрушки выбрать? Лучше неяркие бесшумные, легкие и не очень большие. Когда самочувствие неважное, хочется приглушить свет, сделать звук потише, а насыщенные «кричащие» краски причиняют боль глазам.

Не давайте ребенку много игрушек сразу. Если они в беспорядке разбросаны по кровати и то и дело валяются на пол, постельного режима не получится. На этот случай неплохо иметь металлическую доску и фигурки на магнитах – они не будут падать и не затеряются в складках постели.

Играть не хочет? Все равно не уносите игрушки – это может огорчить малыша до слез. Пусть просто подержит свои «сокровища» в руках, уложит рядом. Интерес к ним остался, просто сил играть пока нет.

Чем еще, помимо игрушек, можно занять лежащего в постели ребенка? Пусть вырезает и наклеивает в альбом картинки из старых журналов, рисует или раскрашивает, нанизывает бусы, мастерит с вашей помощью елочные украшения к Новому году. Занятий немало – есть из чего выбрать развлечения по душе и по силам.

ИГРЫ ПО РЕЦЕПТУ

Игру, как и лекарство, следует подбирать в зависимости от проявлений болезни.

Чтобы ребенка меньше беспокоили приступы мучительного кашля при коклюше, крупе или бронхите, он должен быть все время чем-нибудь занят. Увлеченные игрой, дети забывают о кашле. Если у ребенка нет высокой температуры, приготовьте небольшую ванночку с теплой водой. Пусть моет куклу, стирает, пускает кораблики. Такой увлажненный воздух благоприятно влияет на дыхание и успокаивает кашель, игры с теплой водой поистине целебны для ребенка.

При гриппе, ОРВИ, бронхиальной астме и любом другом заболевании верхних дыхательных путей и легких не разрешайте детям играть на полу, даже если он застелен ковром и в комнате нет сквозняков. ведь во время этих игр они обычно сидят на корточках, скрючившись и сжав грудную клетку, - такая поза затрудняет дыхание, нарушает кровообращение и вентиляцию легких, препятствуя выздоровлению.

Если малыш жалуется на боль в горле при фарингите, ангине или скарлатине, а полоскать его он еще не умеет, обучение тоже можно превратить в игру. Дайте бабушке, папе и другим членам семьи по стакану теплой воды, и все вместе полощите горло вокруг тазика, запрокидывая голову. Копируя действия взрослых, ребенок быстро научится этой процедуре.

При ветряной оспе, аллергических диатезах, когда не дает покоя сильный зуд кожи, а расчесывать ее никак нельзя, пригодятся игрушки, которые могут занять руки ребенка. Пусть вырезает, мастерит теремок из деревянного конструктора, выкладывает узоры из мозаики или устраивает домашний спектакль с помощью наручных кукол-бибабо. Входя в роль, ребенок не только забывает о зуде, но и учится правильно излагать свои мысли. Отвлечь ребенка от расчесов и занять его руки можно лепкой из пластилина или соленого теста. За всеми этими занятиями ребенку не придется скучать, а, значит, поможет побыстрее выздороветь.