



Не нужно бояться играть

Какое и насколько сильное встряхивание вредит ребенку, это очень индивидуально. Одно известно точно: легкое покачивание во время игр или неловкое обращение с ребенком не приводят к описанным травмам и последствиям.

Информационная и консультационная поддержка

- прямая поддержка на месте представителями местных сетей ранней помощи (Frühe Hilfen) – контактные лица/координация помощи на сайте www.fruehehilfen-thueringen.de
- консультационная поддержка и оказание помощи специалистами Вашего управления по делам молодежи www.kinderschutz-thueringen.de
- профилактические обследования детей у Вашего врача-педиатра
- женские консультации по месту жительства
- консультации по вопросам семьи и воспитания детей по адресу www.bke.de
- онлайн-помощь на сайте www.bke-elternberatung.de
- телефон психологической помощи (телефон помощи родителям): **0800 - 111 05 50** (с пн. по пт. с 9.00 до 11.00/ вт. + чт. с 17.00 до 19.00) www.nummergegenkummer.de
- www.bitte-nicht-schuettern.de

В сотрудничестве с

Министерством образования, молодежи и спорта Тюрингии

Министерством по делам труда, социальной защиты, здравоохранения, женщин и семьи Тюрингии

Landesarbeitsgemeinschaft
Kinder- und Jugendschutz in
Thüringen e. V.
(Зарегистрированным земель-
ным объединением по защите
детей и молодежи в Тюрингии)

Заказ проспекта на сайте:
info@jugendschutz-thueringen.de

Издатель:
TK-Landesvertretung Thüringen
Schlösserstraße 20
99084 Erfurt
Эл. почта: lv-thueringen@tk.de



Не трясите грудных детей!

Тряска опасна
для жизни



Дорогие родители,

У Вас появился долгожданный ребенок – первые месяцы жизни вместе с ребенком наполнены множеством счастливых моментов. В то же время эти первые месяцы требуют от родителей неимоверных усилий. Вы стремитесь сделать все возможное, чтобы Вашему ребенку было хорошо. Несмотря на это Вы замечаете, что в некоторых ситуациях Вы достигаете предела своих возможностей. Но будьте уверены – все родители проходят через это. Без промедления обращайтесь за помощью, если у Вас возникло чувство, что Вы не справляетесь. Врачи-педиатры, акушеры, специалисты департаментов здравоохранения и управлений по делам молодежи с готовностью придут Вам на помощь.

Мы желаем Вам и Вашему ребенку успешного начала Вашей совместной жизни!

Ваша

Birgit Klauber

Д-р Биргит Клауберт
Министр образования, молодежи и спорта Тюрингии

Haike Werner

Хайке Вернер
Министр по делам труда, социальной защиты, здравоохранения, женщин и семьи Тюрингии



Мой ребенок постоянно плачет

Если Ваш ребенок плачет, для этого всегда есть причина, даже если Вы не можете сразу определить ее.

Здоровые младенцы плачут, если

- проголодались или устали,
- пришло время сменить им подгузник,
- хотят услышать свой голос или
- нуждаются в физическом контакте.

Здоровые младенцы плачут в среднем от двух до трех часов в день – но иногда и значительно дольше. В исключительных случаях они могут проплакать весь день, делая непродолжительные перерывы. Это совершенно нормально и не является признаком заболевания.

Следите за изменениями плача

Обратитесь к своему педиатру или в семейную консультацию, если Ваш ребенок

- плачет дольше и громче обычного,
- имеет болезненный вид или
- кричит так, что это пугает Вас.

Не знаете, как быть дальше?

Вы испробовали все возможное, но Ваш ребенок все равно продолжает плакать? Вы чувствуете, что Вы постепенно устаете и теряете терпение? Потому что Ваш ребенок все плачет, плачет и плачет, а Вы дошли до состояния физического и нервного истощения?

Тогда именно сейчас крайне важно сохранять самообладание.

Что еще Вы можете сделать

- Нежно покачайте/убаюкайте ребенка на руках.
- Медленно ходите или прогуляйтесь с ним.
- Поговорите с ребенком или тихим голосом спойте.
- Погладьте или нежно помассируйте ему животик.
- Обратитесь за помощью к Вашей семье/друзьям.

Попытайтесь отвлечься на другие мысли

Попытайтесь несколько увеличить дистанцию, например, покинув помещение на непродолжительное время и/или поговорив по телефону с доверенным лицом. Помощь и совет Вы получите и в контактных местах, приведенных на обороте.

Почему так опасно трясти ребенка:



Во время тряски головка ребенка бесконтрольно движется из стороны в сторону. У маленьких детей мозг очень легко уязвим. Даже резкие движения без поддержки головы могут представлять опасность. При встряхивании

происходит разрыв кровеносных сосудов мозга. Эти кровотечения могут привести к необратимым повреждениям мозга, в том числе к тяжелым

- нарушениям развития, включая нарушения зрения/слуха или речи,
- физическим увечьям и психическим травмам,
- нарушениям поведения и
- эпилепсии, вплоть до летального исхода!

