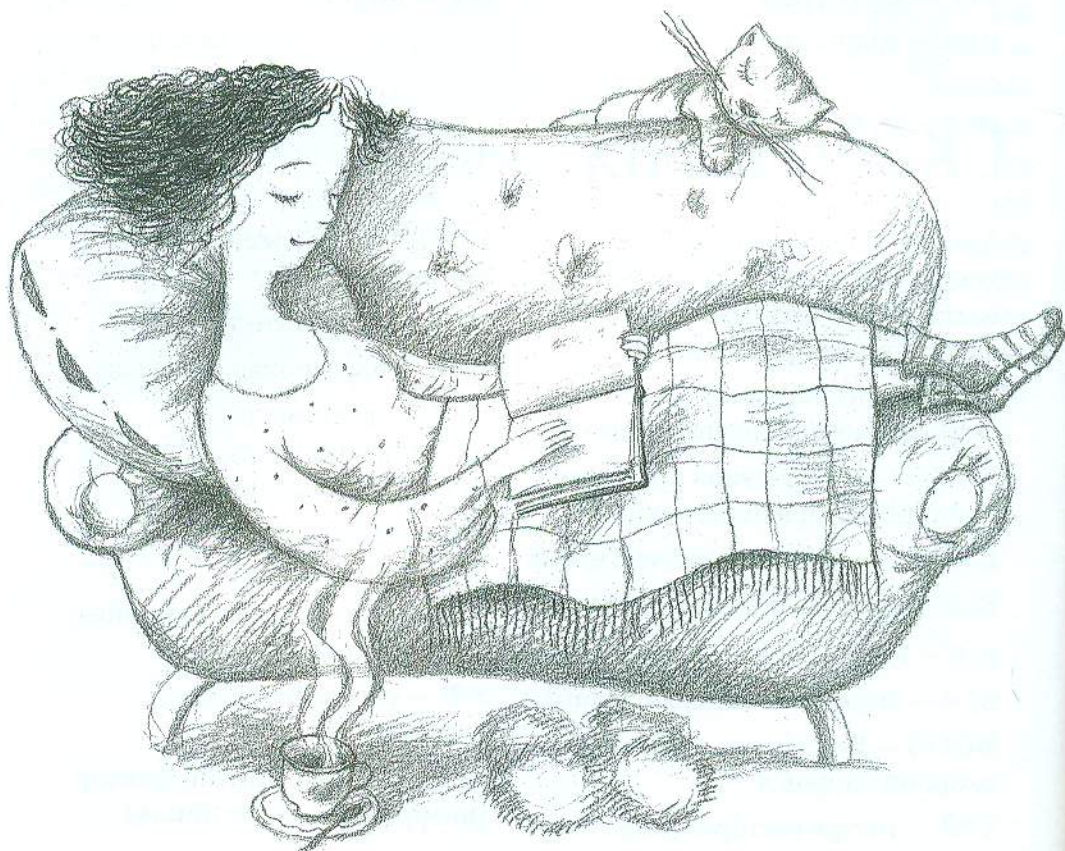


1

ВІДПОЧИВАЙТЕ

*Відпочивайте, насолоджуйтеся, радійте!
Приймайте вітання та будь-яку допомогу!
Пам'ятайте: найкраще для вашої дитини саме зараз —
це усміхнена, спокійна, впевнена у собі мама.*



2

ЗАПИТУЙТЕ

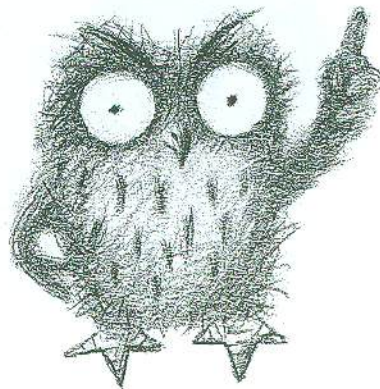
Скористайтеся тим, що вас оточують фахівці. Запитуйте всіх і про все, уточнюйте все те, у чому сумніваєтеся, — вдома такої можливості не буде. Спало на думку запитання, а поруч нікого — запишіть його й запитуйте за першої нагоди. Не сподівайтесь на свою пам'ять, запишіть.

Що потрібно дізнатися:

- стан здоров'я дитини, особливості, що потребують подальших контактів із медпрацівниками; місця, час, прізвища контактів;
- адреси й телефони фахівців, до яких можна буде звернутися у разі виникнення проблем і запитань;
- рекомендації щодо вигодовування;
- рекомендації щодо одягу та гігієнічного догляду;
- рекомендації щодо режиму прогулянок і параметрів повітря.

Думайте про дитину, не забуваючи про себе. Здоров'я мами, харчування мами, гігієна мами, прогулянки мами — це дуже важливо!

Не соромтеся, запитуйте!



3 БЦЖ

БЦЖ — вакцина для профілактики туберкульозу. Туберкульозом, як правило, заражаються від людей. Якщо ви живете в країні, де туберкульоз — це рідкісне захворювання, якщо протягом подальшого життя ваша дитина з іншими людьми не контактуватиме, ви, звичайно ж, можете відмовитися від цього щеплення!

Принципова особливість туберкульозної інфекції полягає в тому, що антитіла, які утворюються після вакцинації, не в змозі запобігти розвитку захворювання. А втім наявність антитіл виконує надзвичайно важливу функцію — перешкоджає виникненню найтяжчих форм хвороби: дисемінованого туберкульозу, міліарного туберкульозу, туберкульозного менінгіту.

Вакцинація БЦЖ — це фактично не профілактика туберкульозу взагалі, а профілактика його найтяжчих, смертельно небезпечних форм, що практично не піддаються лікуванню.



4

НЕ ПОРІВНЮЙТЕ

Не намагайтеся аналізувати стан здоров'я малюка і робити висновки, порівнюючи дитину з собою.

Ви, певна річ, не надто добре знаєте, яким має бути новонароджений. Ваші велемудрі й досвідчені фахівці-родичі теж не надто добре знають.

Дуже багато з того, що ви вважаєте поганим чи неправильним, насправді не є таким.

В оцінці стану дитини батьками, як правило, простежуються дві чіткі тенденції: одні глибоко переконані в тому, що більшої краси їм у житті бачити не доводилося, інші всі свої зусилля спрямовують на пошук вад, що їм належить негайно викорінити. Постарайтеся передусім відкинути якомога далі непотрібні емоції. Мамі це, зрозуміло, дуже важко, але батько просто зобов'язаний не скиглити, не кричати: «Я боюся йому щось зламати!» і менше ділитися з дружиною своїми побоюваннями з приводу того, що немовля худе (товсте), лисе (волохате), в'яле (неспокійне), тихе (крикливе), бліде (червоне) і т. д. і т. п.

2 способи уникнути стресів:

- вчасно дістати інформацію (див. *пораду № 2*);
- наполегливо попросити родичів утримуватися від коментарів.

