ЗдравПлюс/ZdravPlus

ENSURING ACCESS TO QUALITY
HEALTH CARE IN CENTRAL ASIA

ТЕХНИЧЕСКИЙ ОТЧЕТ:

Информационная кампания “Растим здоровых детей”

Technical Report:
"Keeping Children Healthy" Health Promotion Campaign in Kazakhstan

Авторы:
Кэри Энн ВанДевелде
ЭльвираНабокова
Елена Коляда
Елена Козырева
Ирина Юзкаева

Ноябрь 2000 г.
Алматы, Казахстан

FUNDED BY:
THE U.S. AGENCY FOR
INTERNATIONAL DEVELOPMENT

IMPLEMENTED BY:
ABT ASSOCIATES INC.
CONTRACT NO. 115-C-00-00-00011-00

DOC NO: KZ_TD_1(R)

ТЕХНИЧЕСКИЙ ОТЧЕТ:

“Растим здоровых детей” информационная кампания

Авторы:
Кэри Энн ВанДевелде
Элла Набокова
Лена Коляда
Лена Козырева
Ирина Юзкаева

Ноябрь 2000 г.
Алматы, Казахстан

Содержание

I. Тезисы 1
II. Краткий обзор 2
III. Предыстория и обоснование 4
IV. Цели кампании 6
V. Целевая аудитория 6
VI. Время проведения 6
VII. Ход кампании 7
VIII. Мониторинг и оценка 8
Приложение 1: Время проведения информационной кампании «Растим здоровых детей» по географическим регионам 11
Приложение 2: Опрос 12
Приложение 3: Видео-пьесы об острых респираторных инфекциях и детских диарейных заболеваниях 20
Приложение 4: Аудио-пьесы 26
Приложение 5: Газетные статьи 45
Приложение 6: Печатные материалы 46
Приложение 7: Конкурс медсестер 58

I. Тезисы

Кампания «Растим здоровых детей» является кампанией программы ЗдравПлюс по пропаганде здорового образа жизни на уровне сообществ. Целью этой программы является поддержка внедрения стратегии ВОЗ и ЮНИСЕФ по интегрированному ведению болезней детского возраста (ИВБДВ) в Казахстане, что предполагает обучение врачей ведению и профилактике детских заболеваний на первичном уровне. Так как уровень знаний об острых инфекционных инфекциях (ОРИ), диарее, анемии и преимуществах грудного вскармливания в Казахстане недостаточно высок, целью данной кампании является предоставление населению соответствующей качественной информации по вопросам укрепления здоровья детей.

Целевой аудиторией является население пяти пилотных регионов, и информация предоставляется различными способами в виде листовок, видео и радио-пьес, транслируемых дома и в общественных местах, а также проведения конкурсов медсестер, предоставляя последним возможность давать необходимую информацию непосредственно населению. Реализация кампании ЗдравПлюс «Растим здоровых детей» была проведена при содействии и поддержке областных/городских органов здравоохранения, СВА, центров ЗОЖ и различных НПО. Мониторинг проведения кампании должен проводиться во всех пилотных регионах.

II. Краткий обзор

В Казахстане в 2000 году программа ЗдравПлюс начала сотрудничество с Всемирной организацией здравоохранения по внедрению в Центральной Азии стратегии по интегрированному ведению болезней детского возраста (ИВБДВ), разработанную ВОЗ и ЮНИСЕФ. С этой целью было выбрано пять пилотных регионов для обучения врачей ведению и профилактике детских болезней, которые совпали с уже существующими экспериментальными регионами ЗдравПлюс. Дополнительно к обучению ЗдравПлюс начала проведение информационной кампании «Растим здоровых детей» на уровне сообществ, чтобы ознакомить население с основными вопросами, касающимися профилактики и распознавания детского заболевания.

В центре внимания кампании - четыре основных вопроса: ОРИ (острые респираторные инфекции), диарея, анемия и преимущества грудного вскармливания. Уровень знаний данных вопросов различается по республике и хотелось бы, чтобы кампания, посредством обеспечения достоверной информацией, внесла свой позитивный вклад в повышение знаний, изменение отношения и поведения населения в случаях детских заболеваний. Кампания была рассчитана на достижение широкой аудитории путем распространение брошюр, показ видеофильмов, трансляцию радио-пьес как дома, так и на базарах, а также проведение конкурсов для медсестер, с тем, чтобы они могли информировать население об основных вопросах здравоохранения и налаживать связь с сообществом (см. приложение).

Целевой аудиторией кампания являются, в основном, женщины репродуктивного возраста (15-40 лет), беременные женщины, женщины с детьми до пяти лет, а также на другие члены семьи, которые помогают матерям растить детей и имеют на них влияние.

Кампания, проходящая в каждом пилотном регионе, рассчитана на два месяца и будет проводиться после прохождения врачами курса обучения по ИВБДВ. Время проведения первой кампании в Семипалатинске - конец 2000 г. – было выбрано с учетом пика заболеваемости ОРИ, приходящимися, в основном, на зимние месяцы.

ЗдравПлюс совместно с департаментами здравоохранения области и города, семейными врачебными амбулаториями (СВА), центрами здорового образа жизни и различными НПО разработал план проведения кампании в каждом пилотном регионе. Сотрудничая с вышеперечисленными организациями, ЗдравПлюс обеспечил оптимальные условия для трансляции минимальными затратами видеофильмов и передачу радио-пьес на базарах, в супермаркетах, на фабриках и т.д. В каждом пилотном регионе для работы привлекался известный журналист, пишущий статьи на медицинские темы в газетах, выходящих на русском и казахском языках. Эти статьи также можно будет найти в СВА в качестве дополнения к буклетам «Растим здоровых детей», брошюрам по ОРИ, диарее и плакатам «Мать и дитя»..

В качестве наблюдателей конкурса медсестер, в котором последние совместно с врачами СВА будут читать лекции, распространять материалы кампании, организовывать информационные стенды и группы населения, будут выступать партнеры ЗдравПлюс. Членами жюри будут представители ЗдравПлюс, ВОЗ и областных/городских департаментов здравоохранения.

Команда социального маркетинга ЗдравПлюс будет посещать каждый город для мониторинга и оценки хода кампании через равные промежутки времени и помогать с решением проблем и задач, которые могут возникнуть в ходе проведения кампании. Мониторинг будет осуществляться и жюри конкурса медсестер. В целом, кампания будет оценена посредством проведения опроса до и после кампании. Данный опрос покажет, произошли ли изменения в степени осведомленности населения по основным вопросам здравоохранения и укажет те

регионы, где медицинские работники и население нуждается в дальнейшем обучении. Анализ проведенной кампании будет подготовлен в форме отчета.

III. Предыстория и обоснование

В развивающихся странах каждый год умирает примерно 12 миллионов детей до пяти лет, многие из них – в первый год жизни[1]. Около 70% детей умирает от острых респираторных инфекций (в основном, пневмонии), диареи, кори, малярии или недоедания.[2]

Для лечения и профилактики детских заболеваний Всемирная организация здравоохранения (ВОЗ) и ЮНИСЕФ разработали стратегию интегрированного ведения болезней детского возраста (ИВБДВ). Эта стратегия заключается в профилактике и лечении детских болезней на трех уровнях – системы здравоохранения, медицинского учреждения и сообщества. На уровне системы здравоохранения ИВБДВ предполагает доступные по цене или бесплатные лекарственные средства для лечения детей, а также получение медицинской помощи от тех медицинских работников, которые могут лечить детей соответствующим образом и общаться с их семьями. На уровне медицинских учреждений стратегия предоставляет руководящие принципы решения проблем детских заболеваний и обучение медицинских работников правильной диагностике и лечению. Медработники также обучаются тому, как, в частности, кормить детей дома и госпитализировать тяжело заболевших детей. Третий уровень реализации стратегии ИВБДВ – это уровень сообщества, и здесь стратегия продвигает основные принципы семейной медицины, включая грудное вскармливание и обеспечение детей необходимым количеством микроэлементов и питательных веществ. Деятельность в рамках стратегии на уровне сообщества концентрируется на просветительской работе с теми, кто растит детей, и изменении их поведения в сторону более правильного ухода за ребенком, улучшения его питания, развития и установлении связей сообщества с медицинским учреждением.[3]

В июле 1997 г. Казахстан был выбран в качестве пилотного региона по внедрению ИВБДВ в Центральной Азии. Одной из основных целей этого пилотного проекта является проведение клинического обучения по ИВБДВ в тех районах, где проходит реформирование здравоохранения. Проект ЗдравПлюс (бывший ЗдравРеформ) является лидером в поддержке реформ в Центральной Азии, в частности, в области ПМСП. В 2000 г. ЗдравПлюс установил партнерские отношения с ВОЗ для поддержки и внедрения стратегии ИВБДВ в пилотных регионах.

Стратегия ИВБДВ будет проводиться в пяти различных регионах Казахстана. Все они являются пилотными и для проекта ЗдравПлюс. Начало было положено в Семипалатинске и прилегающих к нему сельских районах, где в 2000 г. было обучено 77 врачей СВА. В период 2000-2001 гг. обучение врачей пройдет в Караганде, Жезказгане, Усть-Каменогорске и Павлодаре.

В качестве дополнения к проходящему обучению и в рамках деятельности по ИВБДВ на уровне сообщества ЗдравПлюс начал проведение информационной кампании «Растим здоровых детей». По мере того, как врачи обучаются лечению и профилактике детских болезней, сообщество также будет информироваться об основных проблемах, связанных с профилактикой и распознаванием детских заболеваний через информационную кампанию. Предполагается, что в результате совместного проведения обучения и кампании, окрепнут связи между медицинскими учреждениями, медицинскими работниками и сообществом.

---

[1] Айгуль Куттумуратова. Итоговый отчет по ИВБДВ, офис ВОЗ в Алматы, 2000; с.1
[2] Там же
[3] WHO. Improving Family and Community Practices: A Component of the IMCI Strategy, 1998

Информационная кампания, целями которой является просвещение и изменение поведенческого стереотипа тех, кто растит детей, концентрирует внимание на четырех основных проблемах/состояниях: острые респираторные инфекции (ОРИ), диарея, анемия и преимущества грудного вскармливания. Так как кампания «Растим здоровых детей» является составной частью просветительской кампании, основные сообщения будут доноситься до сообщества различными средствами. Дополнительно к разработке таких материалов кампании, как тонкие брошюры, видеофильмы и радио-пьесы, ЗдравПлюс является также спонсором конкурса медсестер. Цель конкурса медсестер – троякая: установление связей между работниками медицинских учреждений с сообществом, распространение материалов кампании различными средствами, а также предоставление медсестрам возможности давать основную информацию населению. Частью конкурса является чтение медсестрами лекций в детских садах, университетах, заводах и т.д; раздача брошюр и флаеров; создание информационных стендов и помощь в создании групп матерей, групп воспитателей детских садов и/или групп дедушек-бабушек.

Потребность в таком медицинском просвещении в Казахстане очевидна. По данным медико-демографического исследования, проведенного в Казахстане в 1999 г., уровень знаний населения в области профилактики и/или правильного поведения при лечении различных состояний/заболеваний, включая диарею, ОРИ, анемию и грудное вскармливание, различный. Так как стратегия ИВБДВ охватывает эти вопросы, есть надежда, что ее внедрение внесет свой вклад в повышение уровня осведомленности населения и изменение его поведения.

Например, согласно медико-демографическому исследованию в случае заболевания диареей только 58% детей получает дополнительное количество жидкости, тогда как 11% – меньше, чем это необходимо. Этот факт получил свое отражение во время проведения маркетинговой командой ЗдравПлюс фокус-группы для выявления обычной практики тех, кто ухаживает за детьми. Около 20% участников фокус-группы считали, что в случае заболевания диареей ребенок должен получать жидкости меньше или не получать ее вообще. Они полагали, что снижение потребления жидкостей постепенно приводит к прекращению диареи. К сожалению, участники фокус-группы не думали о том, что уменьшение или даже прекращение потребления жидкости может повлечь за собой риск гибели ребенка.

Далее, медико-демографическое исследование, проведенное в Казахстане, также выявило разнообразие типов поведения при лечении ребенка с кашлем, учащенным дыханием и/или высокой температурой, которые часто являются симптомами острых респираторных инфекций. Только 48% детей до пяти лет было направлено в медицинские учреждения для лечения острых респираторных инфекций. Во время проведения фокус-группы выяснилось, что большинство людей занимается самолечением и приобретает лекарства без консультации врача, и только тогда, когда эти лекарство не помогают в течение нескольких дней, обращается к врачу.

ЗдравПлюс считает, что информационная кампания «Растим здоровых детей» окажет поддержку программе ИВБДВ и будет проводить совместную деятельность, которая включает в себя консультации для матерей по грудному вскармливанию, профилактике заболеваний, правильному питанию, правильному уходу за больным ребенком, и информирование о таких опасных состояниях здоровья, которые требуют немедленного обращения за медицинской помощью. Соответствующая реакция родителей на такие состояния является важным фактором, влияющим на умственное, физическое здоровье ребенка и его развитие.

IV. Цели кампании

Информационная кампания «Растим здоровых детей», проводимая проектом ЗдравПлюс, будет способствовать повышению уровня информированности, отношения к здоровью своих детей и поведения населения через предоставление ему информации о правильном уходе. Кампания также поможет развивать демократические процессы в Центральной Азии путем свободного распространения информационно-образовательных материалов и участия населения в процессах, имеющих место в секторе здравоохранения.

В частности, ЗдравПлюс стремится предоставлять информацию по четырем основным вопросам, которые были выбраны потому, что они соотносятся с курсом обучения ИВБДВ для врачей; повышение осведомленности по этим темам могло бы привести к изменению поведения независимо от экономической ситуации; и, наконец, такие изменения поведения могли бы иметь положительное влияние на здоровье ребенка. В период проведения кампании в центре внимания будут следующие проблемы:

1. Повышение уровня знаний населения о пяти симптомах ОРИ, возникновение которых требует немедленного обращения за медицинской помощью;

2. Продвижение концепции увеличения количества жидкости и приемов пищи во время диареи и в течение двух недель после выздоровления;

3. Продвижение концепции грудного вскармливания как единственного источника пищи для детей первых шести месяцев жизни; и

4. Повышение уровня знаний населения о железосодержащих продуктах и о том, что принимаемые вместе с витамином С, они повышают степень усвоения организмом железа, что ведет к снижению случаев анемии у детей.

V. Целевая аудитория

Целевую аудиторию можно разделить на две категории: первичную и вторичную.

Первичная аудитория – это женщины репродуктивного возраста, в возрасте 15-40 лет, беременные и женщины с детьми до пяти лет. Эта группа была выбрана в связи с тем, что традиционно растят детей и ухаживают за ними именно женщины. Ожидается, что эта целевая аудитория активно откликнется на лозунги кампании, так как матери понимают, что здоровье детей находится в их руках.

Вторичная аудитория включает в себя тех, кто может помочь и оказать влияние на первичную аудиторию. Это бабушки, отцы и воспитатели.

VI. Время проведения

Первая кампания «Растим здоровых детей» была проведена в Семипалатинске (20 ноября 2000 г. - 20 января 2001 г.). Время проведения было выбрано с учетом того, что в прошлом году местные врачи прошли курс обучения ИВБДВ, а также того, что в зимние месяцы заболеваемость ОРИ возрастает. Аналогичные кампании в других четырех пилотных регионах будут проводиться в течение двух месяцев при технической поддержке ЗдравПлюс после завершения курса ИВБДВ для врачей. (Приложение 1).

VII. Ход кампании

В ходе информационной кампании будут использованы различные средства и каналы связи для распространения сообщений по основным темам кампании. Это оптимальный вариант, так как население получит информацию из различных источников, что поможет усилить ее в ходе кампании. В каждом пилотном регионе информационная кампания будет называться «Растим здоровых детей», и будет она проводиться под лозунгом: «Их здоровье в наших руках».

Способ проведения кампании отражает цель ЗдравПлюс – вовлечение правительства, сообщество НПО и работников здравоохранения в процесс просвещения населения по вопросам здорового образа жизни и профилактике детских заболеваний. ЗдравПлюс, вместе с областными/городскими управлениями здравоохранения, СВА, Центром формирования здорового образа жизни (ЗОЖ) и различными неправительственными организациями разработали обстоятельный план по каждому пилотному району. Основными видами деятельности в период кампании будут следующие:

1. В соответствии с планом проведения кампании областное/городское управление здравоохранения в каждом пилотном районе будет проводить работу с ЖОЗ и ЗдравПлюс по трансляции радио-пьес шесть раз в день по местным радиоканалам по сниженным ценам. Областное/городское управления здравоохранения договорились о бесплатной трансляции радио-пьес на базарах, супермаркетах и заводах. Кроме того, четыре раза в день в течение двух месяцев местное телевидение будет показывать видеофильмы по ОРИ и диарее по сниженным ценам.

2. Для того, чтобы помочь в создании дополнительной литературы по ИВБДВ для широкого пользования, ЗдравПлюс нанял журналиста, хорошо разбирающегося в медицинских вопросах, для написания трех статей по вопросам ИВБДВ каждую неделю кампании. Статьи будут написаны на русском и казахском языках, и публиковаться в каждом городе в трех газетах (при их наличии). Газетные статьи и материалы кампании также будут находиться в СВА в каждом регионе, чтобы помочь семейным амбулаториям стать ресурсными центрами. Работники СВА планируют распространять материалы среди населения во время врачебного приема, по домам и во время встреч групп сообщества (например, групп матерей).

3. СВА, областные/городские управления здравоохранения и ЗдравПлюс также будут совместно работать по проведению конкурса медсестер в каждом пилотном регионе. Как упоминалось ранее, этот конкурс имеет большое значение не только потому, что он является механизмом распространения информационных материалов кампании, но и потому, что он дает возможность медсестрам просвещать население и устанавливать связи между медицинским учреждением и населением. В ходе конкурса медсестры будут сотрудничать с врачами СВА при чтении лекций, распространении информационных материалов, создании информационных стендов и создании групп сообщества (например, группы матерей или бабушек). Для оценки их работы и помощи в определении победителей конкурса будет создано жюри с участием представителей ЗдравПлюс, областного/городского управления здравоохранения и ВОЗ. Жюри получит задание проводить заседание каждые две недели для оценки работы медсестер в рамках конкурса. (Приложение 7.)

Ниже приводятся различные информационные материалы, которые были разработаны для передачи основных сообщений в ходе кампании «Растим здоровых детей».

1. Видеофильмы по ОРИ и диарее, созданные совместно программой ЗдравРеформ и киногруппой «Перекресток» (сценарии см. в Приложении 3).

2. Радио-пьесы: пять коротких (30 секунд) аудио-роликов для трансляции на местном радиоканале и пять длинных радио-пьес для их передачи на базарах. Эти пьесы были написаны сценаристами и сыграны профессиональными алматинскими актерами (Приложение 4).

3. Статьи на медицинские темы в местных газетах, написанные для целевой аудитории журналистом в Семипалатинске и семейными врачами, обученными по ИВБДВ (Приложение 5).

4. Печатные материалы для матерей, подготовленные совместно с национальным Центром формирования здорового образа жизни, ВОЗ, ЮНИСЕФ, педиатрами и другими правительственными партнерами (Приложение 6):

    - Брошюры для матерей: “Растим здоровых детей”.
    - Тонкая брошюра по ОРИ,
    - Тонкая брошюра по диарее, и
    - Плакат «Мать и дитя»

VIII. Мониторинг и оценка

ЗдравПлюс планирует проводить мониторинг и оценку результатов кампании.

Мониторинг будет осуществляться следующим образом:

- Маркетинговая команда ЗдравПлюс будет выезжать в места проведения кампании каждые равные промежутки времени для наблюдения и мониторинга и помогать областному/городскому управлению здравоохранения, СВА и ЗОЖ в решении тех или иных проблем, которые могут возникнуть в ходе проведения кампании

- Кроме того, мониторинг будет осуществляться жюри конкурса медсестер. Эта группа была создана для обеспечения непрерывной обратной связи с поставщиками ПМСМП в рамках их деятельности в ходе конкурса медсестер, а также для справедливой и открытой оценки их работы.

- Представитель ЗдравПлюс будет наблюдать за трансляцией видеофильмов, радио-пьес и публикацией статей в прессе.

Путем проведения опроса (Приложение 2) первичной аудитории и небольшой выборки вторичной аудитории до и после проведения кампании будет дана оценка всему мероприятию. Опросы определят изменения уровня знаний по вопросам грудного вскармливания, железосодержащих продуктов, продуктов, богатых витамином С, ОРИ и диареи и, кроме того, изменения поведенческих стереотипов у населения в вопросах грудного вскармливания, ОРИ, диареи и анемии. Результаты опроса также могут служить для информирования о степени реализации стратегии ИВБДВ и определения тех регионов, где медицинские работники и/или сообщество могли бы получить дальнейшую подготовку. Например, в результате проведения опросов было выявлено, что медсестер нужно обучать вопросам правильного питания.

Будет подготовлен также анализ кампании, хотя, в основном, он будет концентрироваться на результатах кампании в Семипалатинске, на примере которой будут подготовлены предложения для других пилотных регионов. Хотя ЗдравПлюс стремится к дальнейшему просвещению населения по вопросам правильного питания, трудно ожидать, что изменения в уровне знаний в данном вопросе произойдут как следствие проведения данной кампании. Такое предположение делается главным образом в силу недостаточных или ошибочных представлений о правильном питании у самих медицинских работников в Казахстане.

Таблица 1:Бюджет для пяти городов

Описание	**Смета**	**Итого**
Видеофильмы		$300
Фильм по ОРИ (только редактирование и копирование)	$150	
Фильм по детским диарейным (только редактирование и копирование)	$150	
Аудио-пьесы		$7 750
Написание 10 пьес	$1 900	
Производство 10 пьес	$2 000	
Трансляция 10 пьес	$3 000	
Трансляция 10 пьес на базарах	$600	
Копирование аудио-пьес	$250	
Газетные статьи		$6 000
Журналист	$2 000	
Печатание	$4 000	
Печатные материалы		$24 200
Брошюра «Растим здоровых детей»	$7 500	
Тонкая брошюра по ОРИ	$3 000	
Тонкая брошюра по диарее	$3 000	
Плакат для матерей	$7 700	
Набор из пяти листовок (ОРИ, диарея, грудное вскармливание, анемия, яблоки)	$11 400	
Магнитная пластинка по анемии	$10 100	
Установка в рамку информационно-образовательных материалов	$2 000	
Пресс-конференция		$2 000
Организация	$2 000	
Конкурс медсестер		$14 500
Обучение медсестер	$7000	
Оборудование	$7 500	
Поездки/Проживание		$12 000
3 поездки в одну кампанию (2 человека)	$12 000	
Общая сумма для 5 городов		**$66 750**

Итого на 1 город		$13 350

Приложение 1: Время проведения информационной кампании «Растим здоровых детей» по географическим регионам

Время	Астана	Караганда	Жезказган	Усть-Каменогорск	Семипалатинск	Павлодар	Костанай	Кокшетау	Алматинская область
Ноябрь 2000-январь 2001					√				
Февраль-апрель 2001		√							
Апрель-июнь 2001				√					
Июль-сентябрь 2001			√						
После октября 2001						√			

Приложение 2: Опрос

Анкета

А. Информированность о диарее

А1. Что такое диарея? (ответы не зачитывать)

☐ **a** не знаю ☐ **b** водянистый стул ☐ **c** прочее

А2. Как передается диарея? (ответы зачитать, можно выбрать несколько пунктов)

☐ **a** не знаю
☐ **b** по воздуху
☐ **c** несоблюдение правил гигиены, например, грязные руки и продукты
☐ **d** загрязненные продукты и вода
☐ **e** половым путем

А3. Каковы методы предупреждения диареи? (ответы зачитать, можно выбрать несколько пунктов)

☐ a грудное вскармливание
☐ b своевременная иммунизация
☐ c использование при кормлении чашек и ложек вместо бутылочек
☐ d мытье рук перед едой, после посещения туалета, перед приготовлением пищи
☐ e мытье фруктов и овощей
☐ f употребление свежеприготовленной пищи и чистой воды
☐ g борьба с переносчиками болезней (мухи, тараканы и т.д.)
☐ h надлежащая уборка детских испражнений (сливать в туалет или закапывать)
☐ j не знаю
☐ k все варианты ответов неверные

А4. Как вы считаете, может ли ребенок умереть от диареи? (Если ответ «да», переходите к вопросу А5, если «нет» или «не знаю», переходите к вопросу А6)

☐ a да ☐ b нет ☐ c не знаю

А5. Почему ребенок с диареей может умереть? **(ответы не зачитывать, выбрать один пункт)**

☐ a обезвоживание ☐ b не знаю ☐ c прочее

А6. Будете ли вы продолжать кормить ребенка, у которого диарея? **(ответы зачитать, выбрать один пункт)**

☐ a да, как обычно
☐ b нет, нужно прекратить кормление
☐ c кормить больше, чем обычно
☐ d я не знаю

А7. Будете ли вы больше поить ребенка, у которого диарея? **(ответы зачитать, выбрать один пункт)**

☐ a поить как обычно
☐ b нет, нужно прекратить поить ребенка
☐ c поить больше, чем обычно, днем и ночью
☐ d поить больше, чем обычно, только днем

A8. Чем вы будете поить ребенка с диареей? (ответы не зачитывать, отметить только те пункты, которые названы респондентом)

☐ a не знаю
☐ b чаем с сахаром
☐ c чаем без сахара
☐ d кипяченой водой
☐ e водопроводной водой
☐ f водно-солевым раствором /регидроном
☐ g грудным молоком, если ребенок на грудном вскармливании
☐ h рисовым отваром
☐ j кисломолочными продуктами, кефиром, йогуртом
☐ k прочее_____

A9. Слышали ли Вы что-нибудь о водно-солевых растворах, например, регидроне?

☐Да ☐Нет

A10. Если да, то зачем дают регидрон при поносе? (ответы зачитать, можно выбрать несколько пунктов)

☐ a остановить понос
☐ b предупредить обезвоживание организма (потерю воды и солей) ребенка
☐ c прочее_____
☐ d не знаю

A11. Если у ребенка диарея, когда вы обратитесь в медицинское учреждение?

A11		**Немедленно обращусь**	**Вероятно, обращусь**	**Не буду обращаться**	**Не знаю**
A	Когда у ребенка в течение суток водянистый стул (6 раз), но ребенок пьет и состояние его нормальное				
B	Ребенок не может пить/сосать грудь, плохо пьет или же, наоборот, у него выраженная жажда				
C	Когда у ребенка в течение дня повышенная температура, которая проходит на следующий день				
D	Состояние ребенка ухудшается: выражены вялость или беспокойство				
E	Когда у ребенка повышенная температура, (38ю5 и выше) больше трех дней				
F	Повторная частая рвота				
G	Примесь крови в кале				

A12. Куда вы обычно обращаетесь, если у ребенка понос? (ответы не зачитывать, можно выбрать несколько пунктов)

☐ a никуда
☐ b к родственникам, знакомым
☐ c к врачу семейной амбулатории
☐ d к врачу консультативной поликлиники

☐ e к врачу больницы
☐ f в скорую помощь
☐ g к знахарю, травнику
☐ h к работнику аптеки
☐ j .прочее_____

A13. До осмотра врача, как вы будете лечить ребенка с поносом? **(ответы зачитать, можно выбрать несколько пунктов)**
☐ **a** ничего не буду делать
☐ **b** не знаю
☐ **c** дам антибиотик (левомицетин)
☐ **d** дам водно-солевой раствор, купленный в аптеке (регидрон)
☐ **e** дам другие лекарства от поноса
☐ **f** дам отвар трав от поноса
☐ **g** дам напитки без сахара
☐ **h** буду продолжать кормление грудью
☐ **i** буду продолжать кормить ребенка, пока он болен
☐ **j** добавлю одно ежедневное кормление в течение двух недель после выздоровления

A14. Нужны ли обычно лекарства при лечении детей от диареи?
☐ да ☐ нет ☐ не знаю

B. Информированность об ОРИ – острых респираторных инфекциях

B1. Что такое острые респираторные инфекции или ОРИ **(ответы зачитать, можно выбрать несколько пунктов)**
☐ **a** простуда
☐ **b** инфекция уха
☐ **c** инфекция носа
☐ **d** инфекция горла
☐ **e** воспаление легких
☐ **f** инфекция дыхательных путей
☐ **g** инфекция мочевой системы
☐ **h** ничего из перечисленного
☐ **i** не знаю.

B2. Что является причиной ОРИ? **(ответы зачитать, выбрать один)**
☐ **1** только бактерии
☐ **2** только вирусы
☐ **3** бактерии и вирусы
☐ **4** не знаю

B3. Если причиной ОРИ являются вирусы, должен ли врач назначать антибиотики?
☐ да ☐ нет ☐ не знаю

B4. Если причиной ОРИ являются бактерии, должен ли врач назначать антибиотики?
☐ да ☐ нет ☐ не знаю

B5 Если не ухаживать за ребенком с простудой, болезнь **(ответы зачитать, можно выбрать несколько пунктов)**
☐ **a** пройдет сама
☐ **b** может перейти в воспаление легких

☐ **c** не знаю
☐ **d** прочее

B6. Если у вашего ребенка простуда, когда вы обратитесь в медицинское учреждение?

B6		**Немедленно обращусь**	**Вероятно, обращусь**	**Не буду обращаться**	**Не знаю**
A	Ребенок не может пить/сосать грудь, плохо пьет или же, наоборот, у него выраженная жажда				
B	Если у ребенка насморк в течение 4х дней				
C	Состояние ребенка ухудшается: он вялый или, наоборот, беспокойный				
D	Если у ребенка кашель в течение 4х дней				
E	Повышенная температура (38,5 и выше) не снижается				
F	У ребенка учащенное дыхание				
G	У ребенка затрудненное дыхание				

B7. Куда вы обычно обращаетесь, если у ребенка простуда? **(ответы не зачитывать, можно выбрать несколько пунктов)**
☐ **a** никуда
☐ **b** к родственникам, знакомым
☐ **c** к врачу семейной амбулатории
☐ **d** к врачу консультативной поликлиники
☐ **e** к врачу больницы
☐ **f** в скорую помощь
☐ **g** к знахарю, травнику
☐ **h** к работнику аптеки
☐ **j** .прочее_____

B8. До осмотра врача, как вы будете лечить ребенка с простудой, кашлем или повышенной температурой? **(ответы зачитать, можно выбрать несколько пунктов)**
☐ **a** ничего не буду делать
☐ **b** не знаю
☐ **c** дам антибиотик
☐ **d** дам аспирин, парацетамол или другое жаропонижающее средство
☐**e** дам другие лекарства, например, _____
☐ **f** дам отвар трав от кашля
☐ **g** буду смягчать боли в горле и облегчать кашель при помощи безопасных средств: грудным молоком или теплыми кипячеными водой, молоком, минеральной водой
☐ **h** буду давать ребенку как можно больше теплого питья
☐ **j** буду чаще и дольше кормить грудью днем и ночью
☐ **k** буду держать ребенка в тепле, но не кутать его
☐ **l** буду прочищать нос ребенка
☐ **m** прочее_____

C. Информированность о прививках

C1. От каких болезней защищают детей прививки? (ответы не зачитывать, можно выбрать несколько пунктов)

☐ a не знаю
☐ b туберкулез
☐ c диарея
☐ d паротит (свинка)
☐ e гепатит
☐ f коклюш
☐ g грипп
☐ h столбняк
☐ j полиомиелит
☐ k корь
☐ l простуда
☐ m прочее_____корь

C2. С каким интервалом ребенок должен получать прививки? **(ответы зачитать, выбрать один)**

☐ **1** при рождении, в 2месяца, в 4 месяца, в 6 месяцев, в год, в полтора года
☐ **2** при рождении, в 4 месяца, в 8 месяцев, в год, в полтора года
☐ **3** в 2 месяца, в 6 месяцев, в год
☐ **4** в 6 месяцев, в год, в полтора года, в два года
☐ **5** не знаю

C3. От кого вы узнаете об очередной прививке ребенку (ответы не зачитывать, можно выбрать несколько пунктов)

☐ a от работника СВА
☐ b от работников других медучреждений
☐ c от работников детских садов
☐ d прочее

C4. Если вы пропустите одну прививку, что вы будете делать? **(ответы зачитать, выбрать один)**

☐ **1** ничего
☐ **2** позвоню семейному врачу
☐ **3** сделаю ее позже
☐ **4** не знаю

D. Информированность о правильном и здоровом питании

D1. Какое питание является самым лучшим при рождении ребенка и в течение последующих 6 месяцев его жизни **(ответы зачитать, можно выбрать несколько пунктов)**

☐ **a** искусственное питание
☐ **b** коровье молоко
☐ **c** грудное молоко
☐ **d** сок
☐ **e** чай

D2. В течение первых 6 месяцев жизни ребенка мать должна **(ответы зачитать, выбрать один):**

☐ **a** кормить его грудью и крупами

☐ **в** кормить его грудью и фруктами
☐ **с** кормить его грудью и овощами
☐ **d** кормить его только грудью
☐ **е** кормить его грудью и мясом

D3. В течение первых 6 месяцев жизни должен ли ребенок получать дополнительно жидкости? **(Если ответ «да», переходите к вопросу D4, если «нет», переходите к вопросу D5.)**
☐ да ☐ нет ☐ не знаю

D4. Если «да», то какие? **(ответы зачитать, можно выбрать несколько пунктов)**
☐ **a** вода
☐ **b** кипяченая вода
☐ **c** чай
☐ **d** сок
☐ **e** овощной сок
☐ **f** коровье молоко

D5. Если мать кормит ребенка грудью и не питается надлежащим образом, будет ли ее молоко содержать все питательные вещества и витамины, необходимые ребенку?
☐ да ☐ нет ☐ не знаю

D6. Какие преимущества у детей, получающих грудное молоко? **(ответы зачитать, можно выбрать несколько пунктов)**
☐ **a** реже возникает аллергия
☐ **b** растут быстрее, чем дети, находящиеся на искусственном вскармливании
☐ **c** меньше болеют
☐ **d** умнее, чем дети, находящиеся на искусственном вскармливании

D7. В каком возрасте нужно начинать прикорм (дополнительная еда и другие жидкости)? **(ответы зачитать, выбрать один)**
☐ **a** в 6 недель
☐ **b** в 4 месяца
☐ **c** в 6 месяцев
☐ **d** в год

D8. Как надо начинать прикорм? **(ответы зачитать, выбрать один)**
☐ **a** по одному новому продукту с перерывом в три дня
☐ **b** любую пищу по сезону, несколько продуктов одновременно
☐ **c** я не знаю

D9. Как кормить ребенка старше года? **(ответы зачитать, выбрать один)**
☐ **a** пища должна быть разнообразной (хлеб, мясо, овощи, фрукты и молочные продукты)
☐ **b** пища должна состоять из хлеба, варенья, чая
☐ **c** пища должна состоять только из хлеба и мяса
☐ **d** пища должна состоять только из овощей и фруктов

D10. Какие из ниже перечисленных продуктов содержат белок? **(ответы зачитать, можно выбрать несколько пунктов)**
☐ **a** яйца
☐ **b** мясо
☐ **c** курица

☐ **d** рыба
☐ **e** сливы
☐ **f** яблоки
☐ **g** морковь

D11. Какие из ниже перечисленных продуктов содержат витамин С? **(ответы зачитать, можно выбрать несколько пунктов)**
☐ **a** курица
☐ **b** лимоны
☐ **c** груши
☐ **d** апельсины
☐ **e** яблоки
☐ **f** помидоры
☐ **g** капуста
☐ **h** красный перец

D12. Какие из ниже перечисленных продуктов содержат железо? **(ответы зачитать, можно выбрать несколько пунктов)**
☐ **a** капуста
☐ **b** мясо
☐ **c** курица
☐ **d** лимоны
☐ **e** рыба
☐ **f** печень
☐ **g** бобовые
☐ **h** овощи с темно-зелеными листьями, например, шпинат

D13. В чем важность наличия в вашем рационе продуктов, содержащих железо? **(ответы зачитать, можно выбрать несколько пунктов)**
☐ **a** организм становится крепче
☐ **b** профилактика анемии
☐ **c** профилактика сердечных приступов
☐ **d** профилактика аллергии
☐ **e** я не знаю

D14. Влияет ли чай на степень усвоение железосодержащих продуктов?
☐ да ☐ нет ☐ не знаю

D15. Какие продукты в сочетании с железосодержащими повышают степень усвоения организмом железа? **(ответы зачитать, выбрать один)**
☐ **a** чай
☐ **b** продукты, богатые белком
☐ **c** продукты, богатые витамином С
☐ **d** продукты, богатые маслами
☐ **e** я не знаю

E. Источники информации

E1. Узнали ли вы новую информацию за последние два месяца о том, как ухаживать за детьми до пяти лет?
☐Да ☐Нет

D2. Если да, то из каких источников (ответы зачитать, можно выбрать несколько пунктов)
☐ a от друзей, знакомых, родственников
☐ b от работников семейных амбулаторий
☐ c от других медицинских работников
☐ d из газет
☐ **e** по радио
☐ **f** по радио на базарах
☐ **g** по телевидению
☐ **h** из брошюр, листовок, плакатов
☐ **i** прочее

F. Личные данные

E1. Ваш пол
мужской ☐ женский ☐

E2. Ваш год рождения 19 ____

E3. Сколько детей до пяти лет в вашей семье: _____

E4. Род занятий
(**отметить только один пункт)**
☐ **1** студент
☐ **2** рабочий
☐ **3** служащий
☐ **4** безработный
☐ **5** домохозяйка
☐ **6** пенсионер
☐**7** другое_____

E5. Образование
(**отметить только один пункт)**
☐ **1** неполное среднее
☐ **2** среднее
☐ **3** среднее специальное
☐ **4** незаконченное высшее
☐ **5** высшее

Приложение 3: Видео-пьесы об острых респираторных инфекциях и детских диарейных заболеваниях

ОСТРЫЕ РЕСПИРАТОРНЫЕ ИНФЕКЦИИ

ПЕРСОНАЖИ:

МАРАТ
МАРИНА
ИХ СЫН, ЭРИК
АЛМАГУЛЬ
ПАНАГУЛЬ
(ВСЕ ИМЕНА УСЛОВНЫ)

ЧАСТЬ I

ИНТЕРЬЕР. КОМНАТА. ДЕНЬ.

(ЗА КОМПЬЮТЕРОМ СИДИТ ПАРЕНЬ, ОН ИГРАЕТ И КУРИТ ОДНОВРЕМЕННО. ВХОДИТ ДЕВУШКА С РЕБЕНКОМ НА РУКАХ)

ДЕВУШКА: (РАЗДРАЖЕННО) Ты опять накурил, в квартире дышать нечем!

МАРАТ: (РЕЗКО) Отстань от меня! (НЕ ОТРЫВАЯСЬ ОТ КОМПЬЮТЕРА)

ДЕВУШКА: (В СЕРДЦАХ) Это невыносимо, Марат! Ты целыми днями сидишь за компьютером! Ты хоть помнишь, что у тебя есть семья?!

МАРАТ: (НЕ ОТРЫВАЯСЬ ОТ КОМПЬЮТЕРА, УСМЕХАЯСЬ) Наши отношения ты называешь семьей? (ЗАТЯГИВАЕТСЯ) Я думаю, ты ошибаешься!

ДЕВУШКА: (СКВОЗЬ СЛЕЗЫ) Ты прав, нам лучше расстаться!

МАРАТ: (РЕЗКО ВЫКЛЮЧАЕТ КОМПЬЮТЕР И РЕЗКО ВСТАЕТ) Согласен! Будь моя воля - я ушел бы сию минуту! Собери ребенка, мы пойдем погуляем!

ДЕВУШКА: Эрику нельзя на улицу, он, похоже, простыл. Иди один, если хочешь!

МАРАТ: (ЗАБИРАЯ РЕБЕНКА) Не делай из него хлюпика! На улице тепло и свежий воздух ему не помешает!

ЭКС. АЛЛЕЯ ПАРКА. ЛАВОЧКА.

(МАРАТ СИДИТ НА ЛАВОЧКЕ, ЧИТАЕТ ЖУРНАЛ И КУРИТ. РЯДОМ КОЛЯСКА С МАЛЫШОМ. ПОДХОДИТ ПАНАГУЛЬ)

ПАНАГУЛЬ: (УЛЫБАЯСЬ) Добрый день, Марат!

МАРАТ: (БУРКНУВ, НЕПРИВЕТЛИВО) Добрый...

ПАНАГУЛЬ: (УЛЫБАЯСЬ, СКЛОНЯЕТСЯ НАД КОЛЯСКОЙ) Я бы на твоем месте не курила, Марат, рядом ребенок!

МАРАТ: (ХМУРО) Пусть привыкает! Мужик как-никак!

ПАНАГУЛЬ: (МЕНЯЕТСЯ В ЛИЦЕ) Послушай, Марат, ваш Эрик кажется болен.

(СЛЫШНО КАК ЧИХНУЛ МАЛЫШ)

МАРАТ: Ерунда! Немножко почихает, немножко покашляет и пройдет!

ПАНАГУЛЬ: (ПРИЛОЖИВ РУКУ КО ЛБУ РЕБЕНКА) Да ведь у него температура, Марат! И дышит он через ротик, потому что нос заложен. Похоже, у него острая респираторная инфекция, Марат.

МАРАТ: Ну и что?

ПАНАГУЛЬ: (ГОРЯЧО) А то, что вам немедленно нужно идти домой! Вашему ребенку угрожает опасность, ведь у младенцев простуда может быстро перейти в воспаление легких! А от него он может погибнуть!!!

МАРАТ: (НЕДОВОЛЬНО) Недаром ты близкая подруга моей жены, и она любит раздувать из мухи слона!

ЧАСТЬ II

ИНТ. КОМНАТА. НОЧЬ.

АЛМАГУЛЬ: (УБИРАЯ ФОНЕНДОСКОП) Слава Богу, пневмонии у Эрика нет. У него острая респираторная инфекция.

МАРАТ: (РАЗДРАЖЕННО) Так я и знал! Паникуешь по малейшему поводу. Только зря доктора побеспокоили, в конце концов дали бы антибиотиков!

АЛМАГУЛЬ: (КАТЕГОРИЧНО) Ни в коем случае не давайте антибиотики, они не помогут при вирусной инфекции.

МАРИНА: А как нам быть сейчас?

АЛМАГУЛЬ: Главное, обеспечьте хороший уход за ребенком. Продолжайте грудное кормление чаще и дольше. Давайте теплое питье, почаще проветривайте помещение и ни в коем случае не курите!

(МАРИНА С УКОРОМ СМОТРИТ НА МАРАТА. МАРАТ С НЕОХОТОЙ КИВАЕТ)

АЛМАГУЛЬ: Следите за тем, чтобы он дышал носом, прочищайте ему носовые ходы.

МАРИНА: Хорошо, доктор, я сделаю все, как вы сказали. (СКЛОНЯЕТСЯ НАД РЕБЕНКОМ)

АЛМАГУЛЬ: (ОЦЕНИВ СИТУАЦИЮ И ЗАМЕТИВ КОНФЛИКТ, ВСТАЕТ И ПОДХОДИТ К МАРАТУ) Мне, кажется, вы недостаточно серьезно относитесь к ситуации. Сейчас необходимо внимательно следить за дыханием Эрика. Помни, что затрудненное, учащенное дыхание при общей вялости ребенка - первый признак пневмонии. В этом случае немедленно вызывайте меня!

МАРАТ: (ВНЕЗАПНО ИСПУГАВШИСЬ) Значит, все так опасно, доктор?

АЛМАГУЛЬ: Да, Марат, пневмония, вследствие респираторной инфекции, имеет высокий уровень смертности!

МАРАТ: (В СЕРДЦАХ) Если с ним что-нибудь случится - никогда себе не прощу! Это я во всем виноват!

(ДОКТОР УХОДИТ. МАРАТ, ПРОВОДИВ ЕЕ, ВОЗВРАЩАЕТСЯ. МАРИНА СИДИТ У ПОСТЕЛИ МАЛЫША, ОНА РАССТРОЕНА. К НЕЙ ПОДХОДИТ МАРАТ, САДИТСЯ ПЕРЕД НЕЙ НА КОРТОЧКИ, БЕРЕТ ЕЕ РУКИ В СВОИ)

МАРАТ: (ВИНОВАТО) Марин... прости меня. Только сейчас, когда наш сын в опасности, я понял, как вы дороги мне! И как я вас люблю! Прости меня, Марина, за все прости... я люблю тебя!

МАРИНА: (СКВОЗЬ СЛЕЗЫ) Я тоже тебя люблю...

ЧАСТЬ III

ЭКСТ. АЛЛЕЯ ПАРКА. ЛАВОЧКА. ДЕНЬ.

(НА ЛАВОЧКЕ, ПОД СОЛНЦЕМ, СИДЯТ МАРАТ И МАРИНА. МАРАТ ОДНОЙ РУКОЙ ОБНИМАЕТ МАРИНУ, ДРУГОЙ МЕРНО КАЧАЕТ КОЛЯСКУ. МАРИНА СИДИТ, ПОЛОЖИВ ГОЛОВУ НА ПЛЕЧО МУЖУ. ПОДХОДИТ ПАНАГУЛЬ)

ПАНАГУЛЬ: (УЛЫБАЯСЬ) Привет!

РЕБЯТА: (УЛЫБАЯСЬ) Здорово!

ПАНАГУЛЬ: (ЗАГЛЯНУВ В КОЛЯСКУ) Ну как Эрька? Поправился?

МАРАТ: (УЛЫБАЯСЬ) Да, он уже окреп после болезни.

ПАНАГУЛЬ: (УЛЫБАЯСЬ) Я вижу и у вас все наладилось, ребят?

МАРИНА: (ПРИЖИМАЯСЬ К МУЖУ) Да, благодаря сыну мы поняли, как нужны друг другу.

МАРАТ: (ЦЕЛУЕТ ЖЕНУ) И как мы любим друг друга! (ИЗВИНЯЯСЬ) А ты, Панагуль, прости меня за прошлый раз?

ПАНАГУЛЬ: (МАХНУВ РУКОЙ) Ладно, что было, то было и прошло! Надеюсь, вы уяснили себе, как опасна простуда для ребенка?

МАРИНА: О, да! В следующий раз мы будем более бдительны и примем все меры предосторожности!

ПАНАГУЛЬ: (УЛЫБАЯСЬ) Но я надеюсь, “следующего раза” не будет! И Эрька будет здоровым богатырем! Всего хорошего, ребята! (ХОЧЕТ УЙТИ)

МАРАТ: Панагуль! (ПАНАГУЛЬ ОБОРАЧИВАЕТСЯ) А я ведь курить бросил!

ДИАРЕЯ

ПЕРСОНАЖИ:

МАТЬ
ВРАЧ
СОСЕДКА
СОСЕД
РЕБЕНОК

ЧАСТЬ I

КВАРТИРА. ДЕНЬ.

(МОЛОДАЯ МАТЬ СКЛОНИЛАСЬ НАД КРОВАТКОЙ РЕБЕНКА. РЕБЕНОК ПЛАЧЕТ. ОНА РАССТРОЕНА.

МАТЬ: Что же ты плачешь, сыночек, сейчас я возьму тебя на руки. (Берет ребенка на руки и собирается кормить его грудью.

РАЗДАЕТСЯ ЗВОНОК В ДВЕРЬ. МАТЬ БЕЖИТ ОТКРЫВАТЬ.)

МАТЬ: Иду, доктор иду!

(НА ПОРОГЕ СТОЯТ СОСЕДИ - МУЖЧИНА И ЖЕНЩИНА СРЕДНИХ ЛЕТ С РЕБЕНКОМ НА РУКАХ.)

СОСЕДКА: Что это вы нам всемирный потоп устроили? С потолка в ванной вода ручьем бежит!

МАТЬ: Не кричите пожалуйста! У меня ребенок заболел! Я и так не знаю что мне делать! (УХОДИТ В КОМНАТУ. СОСЕД ПЕРЕГЛЯДЫВАЕТСЯ С ЖЕНОЙ)

СОСЕД: Помочь надо, однако. По-соседски.

СОСЕДКА: Помоги, конечно, только побыстрей, а то у нас потолок рухнет.

КОМНАТА. МАТЬ ВЫНИМАЕТ ИЗ КРОВАТКИ И БРОСАЕТ ГРЯЗНЫЕ ПЕЛЕНКИ ВОЗМОЖНО В ТАЗИК, ГДЕ УЖЕ ТОЖЕ ЛЕЖАТ ГРЯЗНЫЕ ПЕЛЕНКИ, БЕРЕТ ЧИСТЫЕ, СКЛОНЯЕТСЯ НАД КРОВАТКОЙ. ЗАГЛЯДЫВАЕТ СОСЕД)

СОСЕД: Разводной ключ есть?

МАТЬ: В кладовке - возьмите сами.

СОСЕД: А что с малышом то?

МАТЬ: У него расстройство желудка. Все время жидкий стул.

СОСЕД: понос значит. А вы не кормите его ничем вот и пройдет быстрее. А то я вижу у вас тут всемирный потоп: и кран течет, и с пацана хлещет. (СМЕЕТСЯ. РАЗДАЕТСЯ ЗВОНОК В ДВЕРЬ)

МАТЬ: Это доктор, откройте пожалуйста.

(СОСЕД УХОДИТ, ВХОДИТ ДОКТОР)

ЧАСТЬ II

(РЕБЕНОК В КРОВАТКЕ, МАТЬ И ВРАЧ РЯДОМ)

ДОКТОР: У вашего ребенка диарея.

МАТЬ: Боже мой! Я никогда не слышала о такой болезни!

ДОКТОР: Диарея - это опасное состояние для ребенка. Но лечение его очень простое.

(ЗАГЛЯДЫВАЕТ СОСЕД С РАЗВОДНЫМ КЛЮЧОМ В РУКЕ)

СОСЕД: Вот и я говорю - все просто, не корми младенца. Нечем ему тогда будет это, я извиняюсь, какать.

ДОКТОР: Ваш совет абсолютно неправильный. При поносе ребенок теряет огромное количество жидкости, а вместе с ней жизненно важные соли. (НЕДОВЕРЧИВО ПОЖАВ ПЛЕЧАМИ, СОСЕД СКРЫВАЕТСЯ)

МАТЬ: Что мне теперь делать, доктор?

ДОКТОР: Самое важное, что нужно сейчас вашему Алику, - это обильное питье. Его организм обезвожен.

МАТЬ: Я кормлю его грудью! Неужели этого не достаточно? Чем еще его поить?

ДОКТОР: Это очень хорошо, что вы кормите ребенка грудью. Но кроме этого вы должны дать ему раствор РЕГИДРОНА. (ДОСТАЕТ ИЗ СУМКИ ПАКЕТИК РЕГИДРОНА). В нашей клинике есть порошок для приготовления раствора для отпаивания больных детей, и такой порошок продается во всех аптеках. (НАЧИНАЕТ ПОКАЗЫВАТЬ ПРОЦЕСС) Поите ребенка этим раствором после каждого жидкого стула через 1-2 минуты чайной ложкой, или (УКАЗЫВАЕТ НА ГРАДУИРОВАННУЮ БУТЫЛОЧКУ НА СТОЛЕ) из бутылочки, пока он не выпьет 50-100 мл жидкости.

(ОПЯТЬ ПОЯВЛЯЕТСЯ СОСЕД.)

СОСЕД: Все! Краны я починил! Вода больше не течет. (СМОТРИТ НА СТОЛ) А что это вы делаете?

ДОКТОР: Я показываю как нужно как разводить РЕГИДРОН.

СОСЕД: Регидрон, регидрон, что это еще за регидрон!?

ДОКТОР: Это очень полезный раствор, здесь есть соли натрия, калия, глюкоза.

СОСЕД: Да ерунда все это! Зачем кормить и поить младенца, когда из него и так целый потоп вытекает?

ДОКТОР: Послушайте, давайте каждый займется своим делом! Вот вы починили кран в ванной? Вода не течет больше?

СОСЕД: Нет.

ДОКТОР: Вот и дайте нам спокойно сделать то же самое с этим ребенком, если вам так будет понятнее! Всю жидкость которую малыш потерял, он должен восполнить материнским молоком и раствором регидрона.

СОСЕД: Все доктор, все. Я исчез!

(ДОКТОР ПОВОРАЧИВАЕТСЯ К МАТЕРИ, КОТОРАЯ СОБИРАЕТСЯ КОРМИТЬ РЕБЕНКА ГРУДЬЮ)

ДОКТОР: Пожалуйста, не слушайте дилетантских советов! Кормите ребенка больше и дольше чем обычно. Конечно для этого потребуется терпение.

ЧАСТЬ III

ЛЕСТНИЦА.

(МАТЬ В ХОРОШЕМ НАСТРОЕНИИ, КРАСИВО ОДЕТА, СПУСКАЕТСЯ С ЛЕСТНИЦЫ. НАВСТРЕЧУ В ХАЛАТЕ, ШЛЕПАНЦАХ ПОДНИМАЕТСЯ СОСЕДКА.)

СОСЕДКА: Слушай тебе тогда врачиха вылечила ребенка, когда понос был и краны текли?

МАТЬ (УЛЫБАЯСЬ): Всемирный потоп?

СОСЕДКА: Ну!

МАТЬ: Мой Алик теперь совершенно здоров!

СОСЕДКА: А у моего Петьки понос. Пеленки стирать не успеваем. Как лечить то? Антибиотиков что ли дать?

МАТЬ: Антибиотики при диарее абсолютно бесполезны. У меня остался порошок регидрона, я вам его сейчас принесу. Ни в коем случае не давайте ребенку ничего сладкого. И еще, вам нужно кормить его грудью чаще и больше чем всегда.

СОСЕДКА: А это не повредит?

МАТЬ: Наоборот. Понимаете, как бы это объяснить… человек на 70%, кажется, состоит из воды и когда он ее лишается нужно обязательно ее восполнять, иначе наступит обезвоживание, вот как цветок без воды. Ведь он же засыхает. Ой, я так бестолково объясняю!

СОСЕДКА: Нет, соседка, я все поняла. Спасибо тебе.

МАТЬ(КРИЧИТ ВСЛЕД): Я еще вспомнила, что многие опасные болезни начинаются с диареи то есть с поноса и очень важно как бы перехватить, остановить это состояние!

Приложение 4: Аудио-пьесы

РАСТИМ ЗДОРОВЫХ ДЕТЕЙ

5 коротких радио-роликов по 30 секунд

5 радио-пьес по 19 минут для трансляции на базарах

АВТОР – ЗАУРЕШ ЕРГАЛИЕВА

ДИРЕКТОР – АЛИЯ БОЖЕЕВА

Короткий радио-ролик №1

“Растим здоровых детей”

Тема: “уличный травматизм”

Дети! Ваши дети! Ребенок всегда в движении!

Ребенок действует непредсказуемо быстро!

Родители! Вы должны уберечь своего ребенка от несчастных случаев на дороге!

Постоянно внушайте детям, что дорога - опасна и сигналы светофора - это закон для маленького пешехода. Красный свет - стоп! Желтый – приготовиться. И только на зеленый можно идти, крепко держась за мамину руку! Но прежде чем перейти дорогу – остановиться, осмотреться и прислушаться!

Остановиться, чтобы осмотреться и прислушаться, нет ли машин рядом. Если не видно и не слышно машин, можно переходить дорогу с мамой.

Игра вблизи проезжей части дороги - постоянная причина травм и гибели детей!

У вас есть ваш любимый малыш - не дайте колесам автомобиля отнять его у вас!

Будьте осторожны сами и приучайте ребенка к осторожности!

Короткий радио-ролик №2

“Растим здоровых детей”

Тема: “удушье, утопление, мелкие инородные предметы”

Дети! Ваши дети! Ребенок всегда в движении!

Ребенок действует непредсказуемо быстро!

Родители! Целлофановые пакеты, вода и мелкие предметы опасны и могут попасть ребенку в нос или в рот и стать причиной травмы или удушья!

Не давайте детям играть с целлофановыми пакетами: надев его на голову, ребенок не сможет его снять и задохнется!

Не оставляйте детей без присмотра у воды даже в ванной - дети могут захлебнуться и при небольшой глубине!

Не оставляйте ребенка без присмотра при игре с мелкими предметами – он может засунуть их в рот или нос, и это может привести к травме или смерти.

Будьте осторожны сами и приучайте детей к осторожности!

Короткий радио-ролик №3

“Растим здоровых детей”

Тема: “отравления бытовыми химикатами, лекарствами”

Дети! Ваши дети! Ребенок всегда в движении!

Ребенок действует непредсказуемо быстро!

Родители! Помните, что ваши лекарства - отрава для маленького ребенка! Для малыша опасны не только бытовые химикаты, керосин, уксус, отбеливатель и пестициды, лекарства, а также обыкновенная косметика!

Если ваши таблетки и порошки легко доступны, а бутылочка с уксусом или канистра бензином, стоят на виду - ребенок найдет их и все может кончиться плохо!

Самый лучший способ избавить малыша от отравления - хранить все, что опасно для него, в недоступных ребенку местах или за закрытыми дверьми!

Будьте осторожны сами и приучайте ребенка к осторожности!

Короткий радио-ролик №4

“Растим здоровых детей”

Тема: “ожоги, электротравмы”

Дети! Ваши дети! Ребенок всегда в движении!

Ребенок действует непредсказуемо быстро!

Родители! Дети тянутся к огню, они не знают о пожарах и ожогах, а пожары уносят сотни детских жизней!

Несчастные случаи часто связаны с кухонными плитами, кипящей водой, открытыми розетками, неисправными и доступными электроприборами и, конечно, спичками!

Никогда не оставляйте ребенка одного в кухне! Никогда не позволяйте ребенку играть со спичками!

Будьте осторожны сами и приучайте ребенка к осторожности!

Короткий радио-ролик №5

“Растим здоровых детей”

Тема: “укусы животных”

Дети! Ваши дети! Ребенок всегда в движении!

Ребенок действует непредсказуемо быстро!

Родители! Дети чаще чем взрослые страдают от укусов животных.

Никогда не оставляйте детей наедине с животными! Даже с домашними любимцами! Приучайте ребенка не подходить к собаке, когда она ест или спит. Запретите ему прикасаться

к бродячим животным! Убедите ребенка стоять спокойно, если чужая собака обнюхивает его! Не позволяйте ребенку приближаться лицом к животному - укус в лицо может быть очень опасен!

Будьте осторожны сами и приучайте ребенка к осторожности!

РАДИОПЬЕСА 1

Здоровые Привычки

(Музыкальный Акцент)

ЗВОНКИЙ МУЖСКОЙ ГОЛОС (ЭТО ВЕСЕЛЬЧАК): (РАДОСТНО) Новость! Новость! Замечательное сообщение! Люди, слушайте меня!

ЖЕНСКИЙ ГОЛОС, СОЛИДНЫЙ (ЭТО БАБУШКА, ХАЛИМА-АЖЕ): Что нам скажет наш Весельчак?

ГОЛОС: Тише, тише! Послушаем Весельчака? Что за новость?

ВЕСЕЛЬЧАК (ЗВОНКИЙ ПЕРВЫЙ ГОЛОС): К нам идет Даргер-ага!

ГОЛОС: Это очень хорошо! Даргер-ага всегда помогает нашим детям!

ДЕТСКИЙ ГОЛОС: Бабушка, а кто такой Даргер-ага? Почему все так радуются?

БАБУШКА С СОЛИДНЫМ ГОЛОСОМ (ХАЛИМА-АЖЕ): Это наш врач. Очень добрый и умный доктор.

ДЕТСКИЙ ГОЛОС: Как доктор Айболит?

ВЕСЕЛЬЧАК: Да, доктор, но только наш, казахстанский. Вот он, вот он идет!

ХОР ГОЛОСОВ: Здравствуйте, Даргер-ага!!

ДЕТСКИЙ ГОЛОС: Салам, Даргер-ага!

ДАРГЕР-АГА: Здравствуйте, дорогие мои! Я очень рад вас видеть.

ВЕСЕЛЬЧАК: Мы тоже очень рады!

ДАРГЕР-АГА: Здравствуйте, Халима-аже. Здравствуйте. Валентина Петровна! Как здоровье ваших малышей?

ГОЛОСА, ВРАЗНОБОЙ: Одни здоровы, другие нет! Нам очень нужны Ваши советы.

ДАРГЕР-АГА: Майражан, здравствуй! Здоровы ли твои дети?

МАЙРА: Ох, Даргер-ага, я совсем с ног сбилась! Один выздоровеет - другой заболеет. То у Аблайчика ангина, то у Хасанчика живот болит, то Алуа порежется, то Балуа обожжется, а младший, Арманчик, тот вообще Чемпион по всем Болезням: у него может сразу и горло болеть, и животик!

БАБУШКА ХАЛИМА-АЖЕ: (ГОРДО) А у меня 6 детей! Старшему уже 40, младшему - 20. И никто даже слово такое не знал - болезни! Никто не болел никогда, потому что я научила их здоровым привычкам. Это было не просто, но это стоило того.

МАЙРА: Не бывает детей, которые не болеют!

ХАЛИМА-АЖЕ: Нет, бывают!

МАЙРА: Все дети болеют!

ХАЛИМА-АЖЕ: Нет, не все!

ДАРГЕР-АГА: Майражан, дорогая, Халима-аже права: дети могут расти, не болея. Но дети слишком малы и не понимают, что им полезно, а что вредно. За здоровье детей полностью отвечают родители и те взрослые, которые помогают их воспитывать.

ХАЛИМА-АЖЕ: Вот я и говорю: растить детей - это не только их кормить и одевать! Их воспитывать надо, это значит прививать им здоровые привычки! Внушать им, что хорошо и что плохо для их здоровья!

ДАРГЕР-АГА: Это очень правильные слова: растить детей - это не только кормить и одевать их. Это прежде всего - воспитывать в них здоровые привычки. Недаром сказано: посеешь привычку - пожнешь характер, посеешь характер - пожнешь судьбу. Человек, который с детства приобрел здоровые привычки имеет больше шансов на долгую и счастливую жизнь.

МАЙРА: Если здоровые привычки так важны, то, Даргер-ага, расскажите нам о них подробнее.

ДАРГЕР-АГА: Здоровые привычки - это, прежде всего, навыки, образ жизни при котором болезням просто нет места. Многие болезни у детей можно предотвратить очень простой привычкой: мыть руки с мылом до и после еды, после туалета и игры на улице. Ведь под краном с водой ребенок смывает со своих ручек не только грязь, но и болезни! На улице, во дворе наши дети хватают любые предметы, играют в песке, где могли покакать собаки или кошки.

МАЙРА: Да, дети хватают все что попало!

ДАРГЕР-АГА: Во время игры, они могут держать за руку другого ребенка, который уже болен! Но не надо бояться играть с детьми, нужно просто помыть руки с мылом. Немытые руки Арманчика и Хасанчика - это не просто грязь - это и возможные болезни!

МАЙРА: Но ведь дети так не любят мыть руки! Как же их приучить?

ХАЛИМА-АЖЕ: Знаешь, Майра, психологи говорят, если что-то сделать 21 раз подряд, то потом уже будешь делать то же самое автоматически, машинально.

ДАРГЕР-АГА: (СМЕЕТСЯ) Халима-аже дает тебе интересный совет, Майражан! Надо к нему прислушаться. Еще, чтобы избежать болезни надо регулярно стричь ногти

ХАЛИМА-АЖЕ: Сама подумай, Арманчику у тебя всего 1 год и он все сует себе в рот?! Казахи говорят:

Основа жизни - здоровье.

Основа здоровья - чистота.

Поэтому обязанность взрослых воспитать у детей здоровые привычки.

ДАРГЕР-АГА: Замечательные слова говорит Халима-аже! Очень опасно - если дети садятся за стол и принимаются за еду с грязным руками. Все микробы, которые скопились на руках, легко попадут прямо в рот ребенка. Есть немытыми руками - это все равно, что собирать болезни! А если старшие не помыли руки перед приготовлением еды и плохо помыли фрукты и овощи - то это уже не обед, а обмен болезнями! Очень важно мыть посуду, руки и продукты, но важно и качество воды. Нельзя мыть руки и фрукты в арыке, речке и в любом другом открытом водоеме. Если нет водопровода, лучше перед употреблением прокипятить

воду из водоема

МАЙРА: У нас вода хорошая, мы возле гор живем. Чистая, как хрусталь!

ВЕСЕЛЬЧАК: Хрусталь-то хрусталь, но ты все равно не давай детям пить не кипяченую воду, потому, что в ней могут быть бактерии или паразиты. Кипяти все-таки свою горную воду! Жалуешься, что дети болеют, а даешь им пить не кипяченую воду!

ДАРГЕР-АГА: Весельчак прав - это еще одна важнейшая привычка для здоровья ребенка: пить только кипяченую воду! Особенно летом!

ВЕСЕЛЬЧАК: Это очень просто: вскипятить, остудить, налить в графин или в большую банку и приучить ребенка пить только эту воду.

ХАЛИМА-АЖЕ: Мои дети выросли здоровыми, потому что я глаз с них не спускала, особенно до трех лет! Никогда не ленилась!

МАЙРА: (С САРКАЗМОМ) А что, после трех лет уже можно не следить за ребенком?

ХАЛИМА-АЖЕ: Если до 3-х лет ты его уже приучишь, привьешь ему эту здоровую привычку - то потом он сам будет мыть руки, автоматически! Если родители чистоплотные, то и дети вырастут чистюлями, и если у родителей здоровые привычки, то и у детей будут тоже

ДАРГЕР-АГА: Это верно. Как говорится: птенец, что увидит в гнезде - то и схватит в полете!

ВЕСЕЛЬЧАК: Ты запомни эту народную мудрость, Майра!

МАЙРА: Хорошо, хорошо! Вскипячу, остужу, приучу! А что еще важно? Даргер-ага?

ДАРГЕР-АГА: Важно следить, чтобы посуда тоже всегда была чистой, вообще все, что связано с приготовлением еды требует соблюдения здоровых привычек. Не стоит держать приготовленную пищу открытой - особенно летом. Если ты оставишь кастрюльку с едой, с супом или кашей открытой, то туда легко могут проникнуть мухи, муравьи, осы, тараканы и любые другие насекомые, которые являются переносчиками болезней. Мясо нужно как следует проварить, а молоко вскипятить. Нельзя пить накипяченное молоко. Это очень опасно. В молоке очень быстро заводятся всевозможные бактерии.

МАЙРА: Какой ужас!

ДАРГЕР-АГА: А лучше всего - стараться готовить детям всегда свежую еду, прямо перед их кормлением.

МАЙРА: Это кажется сложным, но я постараюсь.

ДАРГЕР-АГА: Еще очень важно не лениться выбрасывать домашний мусор и отходы от приготовления пищи, остатки еды. Все это очень быстро начнет гнить и отравлять все окружающее. Вы можете вычистить до блеска квартиру, посуду, десять раз помыть руки детям, но если ведро у вас полно мусора, а в кухне по два дня валяются остатки еды - вы не избавитесь от болезнетворных микробов. Вы оставляете в комнате самый источник заразы.

МАЙРА: Я об этом никогда не задумывалась.

ДАРГЕР-АГА: Очень важное значение имеет правильное уничтожение испражнений маленьких детей, которые очень опасны. Через них передается инфекция. Испражнения

маленьких детей надо сливать в туалет или закапывать. После чего необходимо тщательно мыть свои руки и руки ребенка. Каждая мать всегда должна быть настороже. Всегда нужно помнить о том, что ребенок не знает того, что знаешь ты и нужно ему повторять все правила здоровых привычек.

МАЙРА: А зубы? Сколько раз в день надо чистить зубы?

ДАРГЕР-АГА: Начиная с полутора лет надо приучить малыша зубы чистить не меньше двух раз в день, но лучше после каждого приема пищи. Тогда к трем годам это войдет у него в привычку.

МАЙРА: Значит, так: мыть руки с мылом, мыть посуду, овощи и фрукты в чистой воде, кипятить молоко и воду для питья, быстро убирать мусор и испражнения маленьких детей.

ДАРГЕР-АГА: Ты молодец, Майра.

МАЙРА: Да, вот еще – приучить малыша регулярно чистить зубы.

ВЕСЕЛЬЧАК: Знаешь, Майра, я придумал детям маленькие стихи, чтобы они запомнили все здоровые привычки.

ДАРГЕР-АГА: Да, дети любят стихи, песенки. Если соединить правила с игрой - дети запомнят лучше.

ВЕСЕЛЬЧАК: Мы вместе с дочкой мыли руки и пели:

Здравствуй, светлая вода,

Смой болезни без следа!

А потом она сама сочинила дальше:

Если ты малыш ученый -

Пей водичку кипяченой.

МАЙРА: Такие стихи несложные, такие и я могу сочинить своим детям. Вот, например:

Про здоровые привычки

Мы прослушали сейчас.

Дорогой Даргер-ага!

Что б мы делали без Вас?!

(ОБЩИЙ СМЕХ)

ВЕСЕЛЬЧАК:

Майражан домой вернется,

Наведет там чистоту

И болезни все от страха

Быстро ноги унесут!

(ОБЩИЙ СМЕХ)

РАДИОПЬСА 2

Здоровое Питание

(Музыкальный акцент)

НАЗИРА: Доброе утро, Даргер-ага.

ДАРГЕР-АГА: Доброе утро, Назира. Проходи, садись.

НАЗИРА: Мне сказали, что сегодняшний Ваш прием будет посвящен молодым родителям, у которых первый ребенок и недостаточно опыта.

ДАРГЕР-АГА: Да, Назира, первые месяцы и годы жизни - важнейшее время для ребенка. Формируется его организм. Закладываются основы его здоровья на всю жизнь.

НАЗИРА: Я обожаю своего малыша, но чувствую себя такой растерянной, беспомощной.

ДАРГЕР-АГА: Все будет хорошо. Ты правильно провела один важный период - период беременности, у тебя родился чудесный малыш, теперь наступил второй важный период- правильное кормление ребенка

НАЗИРА: Я так люблю своего малыша, ему уже скоро 2 месяца, Даргер-ага. Но с ним столько хлопот!

ДАРГЕР-АГА: Казахи говорят: снег растет хлопьями, а ребенок- хлопотами.

НАЗИРА: Я приготовила и записала все вопросы. Больше всего меня волнует: сколько мне еще кормить грудью малыша? Я все время привязана к дому и к ребенку! Может быть уже можно покупать детское питание в магазине?

ДАРГЕР-АГА: Ни в коем случае! У тебя достаточно молока!! До шести месяцев все, что нужно ребенку, есть в грудном молоке, не давай ему ничего: никакой воды, соков, чая, никакой еды, кроме грудного молока

НАЗИРА: Сначала мне казалось, что у меня мало грудного молока, но я воспользовалась вашим советом - не переставать кормить грудью днем и ночью, даже если мало молока, и молока у меня стало больше.

ДАРГЕР-АГА: Это замечательно! Чем чаще и дольше мать кормит грудью, тем больше у нее прибывает молока, тем здоровее ее ребенок вырастет. Материнское молоко - идеальное питание для малыша до шести месяцев и лучше, если это будет единственной пищей для него. Не стоит прекращать кормление грудью до двух лет

НАЗИРА: Неужели ему не нужны соки, чай или хотя бы кипяченая водичка?

ДАРГЕР-АГА: Назира, милая. То, что есть в соках или воде - это есть и в материнском молоке. Твой ребенок еще так мал, так хрупок, что любое другое питье может ему повредить.. Получая только материнское молоко, ребенок не только получает все, что ему нужно для роста, но и защищен от инфекций. И в жару, и в холод грудное молоко всегда теплое, свежее и стерильное- это лучшая еда и питье для твоего малыша.

НАЗИРА: А после шести месяцев можно что-нибудь давать ребенку?

ДАРГЕР-АГА: После шести месяцев ребенка уже можно прикармливать, но идеально будет, если при этом мать вначале будет давать ему грудь, а потом уже прикорм. И не прекращать

кормить грудью до двух лет.

НАЗИРА: Но это так долго - до двух лет!

ДАРГЕР-АГА: Что ж, сейчас, чтобы убедить тебя, давай спросим одного молодого папу, Павла. Его тоже волнует вопрос постепенного добавления к питанию ребенка и ваши проблемы совпадают.

ПАВЕЛ: Знаете, Назира, моя жена хотела отнять нашего малыша от груди в четыре месяца, стала давать разные искусственные смеси и у него начался понос и диатез.

НАЗИРА: Диатез?

ПАВЕЛ: У него появилась сыпь на лице. По совету Даргер-ага моя жена отказалась от всех смесей и снова стала кормить ребенка только грудью и все прошло. Раньше двух лет мы решили его от груди не отнимать. Ведь это всегда готовая и стерильная еда. После шести месяцев мы должны разнообразить его еду, но все хотим сделать по совету семейного врача.

ДАРГЕР-АГА: Вашему ребенку теперь нужна пища, которая содержит много белков и витаминов. Вводите постепенно по одному новому продукту в одно кормление, чтобы проследить реакцию организма, не будет ли аллергии

ПАВЕЛ: А как различать продукты, в которых есть белки и витамины?

ДАРГЕР-АГА: Ребенку полезны каши из разных круп, потому что они дают ему энергию. Фрукты и овощи также нужны ему для энергии. Мясо, рыба, курица, сыр, кисломолочные продукты необходимы ребенку для роста, так как содержат много белка. Запомните, что в каждый прием пищи ребенок должен получать хотя бы по одному продукту и для роста и для энергии. Правильное питание позволит избежать самого распространенного заболевания - анемии. К сожалению, в нашем регионе многие дети страдают анемией.

НАЗИРА: Анемия - это малокровие?

ДАРГЕР-АГА: Можно сказать и так, но на самом деле это недостаток гемоглобина в крови. Гемоглобин очень важен, так как распространяет кислород по всему организму. Одной из основных причин заболевания анемией является неправильное однообразное питание. Чтобы предотвратить эту болезнь, необходимо прежде всего кормить грудью и вовремя включать в рацион продукты, богатые железом , но после шести месяцев.

НАЗИРА: Тогда скажите, пожалуйста, в каких продуктах есть железо?

ДАРГЕР-АГА: В мясе, рыбе, печени, курице, бобовых и овощах с темно зелеными листьями. И еще одно важное замечание: в Казахстане очень часто пьют чай, не зная того, что чай затрудняет усвоение железа в организме. Поэтому чай следует пить не раньше чем через два часа после еды! И вообще, чай не следует давать детям.

НАЗИРА: Сколько всяких сложностей!

ДАРГЕР-АГА: Чтобы вырастить здорового ребенка лучше выучить эти сложности - в каких продуктах какие есть витамины, и какие продукты нужны для роста, а какие для энергии, чем учить названия лекарств, когда ребенок заболеет.

НАЗИРА: Да, вы правы. А с чем можно совмещать продукты, чтобы железа больше попало в организм моего ребенка?

ДАРГЕР-АГА: Ты умница, Назира жан. Вот витамин С помогает железу усвоиться.

НАЗИРА: А в чем есть витамин С?

ДАРГЕР-АГА: Витамин С есть в капусте, помидорах, болгарском перце, зелени, ягодах и фруктах. Все это понемногу можно давать малышу, но только после шести месяцев, и не прекращать при этом кормление материнским молоком.

НАЗИРА: Скажите пожалуйста, Даргер-ага, чтобы узнать есть ли у ребенка анемия - нужно обратиться в больницу и сдать анализ?

ДАРГЕР-АГА: У анемии есть очень явные признаки, по которым можно определить эту болезнь даже не сдавая анализ. Если у ребенка бледный цвет ладошек, губ, мочек ушей, и если он быстро устает - то можно предположить, что у него анемия и обратиться к семейному врачу

НАЗИРА: А чем опасна анемия?

ДАРГЕР-АГА: Анемия ведет к отставанию ребенка в физическом и психическом развитии. Дети, больные анемией, позже других начинают ходить и говорить. У них плохая память. Им трудно учиться в школе.

НАЗИРА: Я сделаю все, чтобы у моего ребенка не было анемии! Проверьте, Даргер-ага, я все правильно запомнила: до шести месяцев кормить ребенка только грудью. Когда малышу исполниться шесть месяцев, я буду добавлять продукты богатые белками и витаминами, но постепенно, после кормления грудью и по одному новому продукту в одно кормление, чтобы проследить реакцию организма, не будет ли аллергии. В каждый прием пищи ребенок после года должен получать хотя бы по одному продукту для роста и одному для энергии. Для роста – мясо, курица, рыба, сыр, кефир, а для энергии-каши, фрукты и овощи. И чтобы мой ребенок не заболел анемией я буду давать ему мясо, печень, курицу, бобовые. Буду помнить про витамин С, который содержится в капусте, помидорах, болгарском перце, зелени, ягодах и фруктах

ДАРГЕР-АГА: Молодец, Назира! У тебя все получится!

РАДИОПЬЕСА 3

Кишечные Инфекции

(музыкальный акцент)

(ЗВУК ТЕЛЕФОННОГО ЗВОНКА)

ВСТРЕВОЖЕННЫЙ ГОЛОС МАЙРЫ: Алло! Алло!

ДАРГЕР-АГА: Я слушаю.

МАЙРА: Даргер-ага! Это вы?

ДАРГЕР-АГА: Это я.

МАЙРА: Здравствуйте, Даргер-ага!

ДАРГЕР-АГА: Здравствуй, Майра! Что случилось? У тебя такой встревоженный голос!

МАЙРА: Ох, Даргер-ага! Ой, Даргер-ага! У меня такая проблема! Я решила Вам позвонить, спросить совета.

ДАРГЕР-АГА: Правильно, что позвонила. Так что же у тебя за проблема?

МАЙРА: (ПРИЧИТАЕТ) Ох, Даргер-ага! У моего младшего, самого младшего, которому скоро годик, жидкий, водянистый и частый стул.

ДАРГЕР-АГА: Прежде всего - успокойся, Майра-жан. Мне ясно, что у Арманчика диарея.

МАЙРА: Диарея? Это так врачи называют понос?

ДАРГЕР-АГА: Что ж, можно сказать и так.

МАЙРА: Так что мне делать?

ДАРГЕР-АГА: Чтобы не терять времени, сейчас я тебе объясню по телефону, а вечером обязательно зайду и посмотрю, какое состояние у Арманчика.

МАЙРА: Ой, большое спасибо!

ДАРГЕР-АГА: Главное правило при диарее - давать ребенку как можно больше пить, чтобы избежать потерю воды и солей. Надо продолжать кормить его, чтобы помочь сохранить питательные вещества и вес ребенка

МАЙРА: Пить? А я думала - не будет пить и есть - нечему будет и выходить!

ДАРГЕР-АГА: Это большая ошибка. Многие родители, к сожалению, допускают ее, когда у ребенка начинается диарея, или проще говоря, понос. Пойми, ты должна полностью восстановить то, что ребенок потерял! Ты должна кормить его чаще и дольше, и в добавление после каждого жидкого стула ты должна давать ему водно-солевой раствор регидорна, который продается в аптеке.

МАЙРА: Это не часто, Даргер-ага?

ДАРГЕР-АГА: Нет не часто! Отпаивание при поносе - это важнейшая часть лечения! Важно, чтобы у ребенка не наступило обезвоживание! Ребенок с жидкостью теряет необходимые организму элементы. Например, соли натрия, калия. Поэтому ты должна увеличить число

кормлений! Дополнительно к грудному кормлению ты должна давать регидрон, который восполнит потерю жидкости и соли Только помни, что раствор регидрона должен быть свежим. Нельзя держать его дольше двадцати четырех часов. На пакете с регидроном, есть подробная инструкция как его растворять, и как поить ребенка. Обязательно прочти ее!

МАЙРА: Я помню: один пакет на литр чистой прокипяченной и остуженной воды.

ДАРГЕР-АГА: Да, один пакет на литр чистой прокипяченной и остуженной воды. И ни в коем случае не поить регидроном из бутылочки с соской, а только из чашки, или ложечкой, небольшими порциями и часто.

МАЙРА: Когда у меня заболел старший, Хасанчик, - про этот регидрон мы и не слышали. И моя мама делала, как вы это сказали... "лечебное отпаивание" рисовым отваром.

ДАРГЕР-АГА: Рисовый отвар - это старинное традиционное и очень действенное средство при диарее.

МАЙРА: При поносе?

ДАРГЕР-АГА: Понос и диарея - это одно и тоже, Майра.

МАЙРА: Диарея, конечно, звучит приличнее. Я помню, когда я сама была маленькая и у меня болел живот, и я без конца, извините, бегала в туалет, мама мне тоже готовила рисовый отвар. Он был такой вкусный, солененький. Когда я варила его детям, такой вкусный, как у мамы, у меня ни разу не получился!

ДАРГЕР-АГА: Рис надо варить не меньше часа на медленном огне, посолить по вкусу, потом слить отвар и слегка охладить перед тем, как давать малышу.

МАЙРА: Я все сделаю, как Вы сказали, Даргер-ага. Но как сделать, чтобы больше никто из моих детей не болел этой диареей?

ДАРГЕР-АГА: Главная причина диареи и других кишечных заболеваний среди детей - несоблюдение гигиенических навыков!

МАЙРА: Да уж, лучше лишний раз помыть ребенку руки, чем так мучаться, как мы с Арманчиком сейчас!

ДАРГЕР-АГА: Я очень рад слышать эти слова. И матери, и отцу надо понять, что заниматься профилактикой здоровья ребенка гораздо легче и приятнее, чем хлопотать, страдать и переживать возле уже заболевшего. Поэтому я очень часто повторяю одну замечательную казахскую поговорку: «лечись до болезни». То есть «живи так, чтобы не заболеть»

МАЙРА: Хорошая поговорка!

ДАРГЕР-АГА: Значит для профилактики диареи каждая мать должна кормить ребенка исключительно грудью первые шесть месяцев и продолжать кормить его грудью до двух летнего возраста.

МАЙРА (ПОДХВАТЫВАЕТ): Должна кормить ребенка только свежеприготовленной пищей и чистой кипяченой питьевой водой!

ДАРГЕР-АГА Использовать для кормления чистые чашки и ложки вместо бутылочек!

МАЙРА: Все члены семьи должны мыть руки перед приготовлением и приемом пищи и

после посещения туалета

ДАРГЕР-АГА Закапывать или сливать в туалет испражнения маленьких детей.

МАЙРА: Многие считают, что какашки, извините меня, грудных детей почти чистые.

ДАРГЕР-АГА: Это большое заблуждение! В молоке быстрее, чем в других продуктах, заводятся бактерии, а испражнения грудных детей - от молочного питания! Вот и сама подумай: могут ли быть "почти чистыми" испражнения грудных детей! ...Надо же такое придумать - "почти чистые испражнения"! Тебе самой необходимо мыть руки каждый раз после того, как подмоешь Арманчика. Не держи его в грязных штанишках, почаще меняй и стирай его одежду и белье.

МАЙРА: Конечно, Даргер-ага...

Огромное Вам спасибо! Сейчас я покормлю Арманчика грудью, дам потом ему регидрон или рисовый отвар.. И очень буду Вас ждать, Даргер-ага!

ДАРГЕР-АГА: Я приду, как только закончу прием. Ты делай все, что я тебе сказал и внимательно наблюдай за Арманчиком. Запомни следующие признаки: ребенок не может пить или сосать грудь или же наоборот у него выраженная жажда. Ребенок вялый или наоборот беспокойный, повторная частая рвота, повышенная температура, тридцать семь и пять градусов и выше. Примесь крови в кале. Если есть хоть один из этих признаков - нужно немедленно обращаться к врачу!

МАЙРА: Нет, Даргер-ага, этих симптомов у Арманчика нет, просто вот уже несколько часов у него жидкий частый, водянистый стул, но я запомнила все признаки, которые вы назвали и буду очень внимательна!

ДАРГЕР-АГА: Я приду скоро, ты продолжай отпаивать по правилам, которые ты сейчас услышала и мы обязательно остановим болезнь и твой Арманчик будет здоров!

РАДИОПЬЕСА 4

Кашель, Простуда, Температура

(Музыкальный Акцент)

(ГОРОДСКОЙ ШУМ, ГУДКИ МАШИН, КРИКИ “МОЛОКО” И Т.Д.)

ГОЛОСА: Даргер-ага! Даргер-ага пришел!

ДАРГЕР-АГА: Здравствуйте, мои дорогие! Как ваши дела, как здоровье! Доброе утро, Валентина Петровна!

ВАЛЕНТИНА: Даргер-ага, наш Весельчак сегодня совсем невеселый. Сейчас его никто Весельчаком не назовет

ДАРГЕР-АГА: Что случилось?

ВАЛЕНТИНА: У него обе дочки заболели.

ДАРГЕР-АГА: Подойди ближе, дорогой Весельчак. Рассказывай, что случилось с Жанночкой и Диночкой.

ВЕСЕЛЬЧАК (ГРУСТНО): Мне кажется, у них сильная простуда.

ДАРГЕР-АГА: (ВСТРЕВОЖЕННО) Что у твоих девочек?

ВЕСЕЛЬЧАК: Кашель и температура. И насморк ужасный! Бедные девочки, я им вместо платков уже полотенца выдал - носы вытирать.

ДАРГЕР-АГА: Очень важно обратить внимание на дыхание ребенка. Если дыхание у девочек чаще, чем твое, в два или в три раза - значит, ситуация опасная. Учащенное, затрудненное дыхание - первый признак того, что простуда переходит в пневмонию, то есть. в воспаление легких, тогда надо не терять время и срочно вызвать врача, потому что только врач может правильно назначить лечение. Полотенцем не надо вытирать им носы, лучше мягкие одноразовые бумажные салфетки, которые надо сразу выкинуть, потому что в них остаются микробы. Носовые платки следует стирать часто. Насморк и простуду нужно вылечить как можно быстрее, чтобы не дать им перейти в воспаление легких! Не хочу тебя пугать, но в мире каждый год умирает два с половиной миллиона детей от воспаления легких. Нужно давать девочкам почаще теплое питье, как можно больше. Девочки должны быть в тепле, но не надо их перекутывать. Еще прочищайте нос, смягчайте боли в горле и кашель при помощи безопасных средств, таких как теплое молоко, кипяченая или минеральная вода и тоже обязательно теплые.

ВАЛЕНТИНА: А как с аппетитом у твоих дочек? Они отказываются от еды?

ДАРГЕР-АГА: Валентина Петровна задала правильный вопрос. При пневмонии многие дети теряют аппетит.

ВЕСЕЛЬЧАК: Аппетит у них нормальный, но они все время хотят пить.

ДАРГЕР-АГА: Я уже сказал, что им обязательно надо давать обильное теплое питье. Очень важно как можно быстрее вылечить простуду, особенно у маленьких детей, не дать ей перейти в опасную стадию, в воспаление легких.

ВЕСЕЛЬЧАК: А когда надо немедленно обращаться к врачу?

ДАРГЕР-АГА: Если ребенок не может пить , а грудные дети не могут сосать грудь, если ребенок вялый или наоборот беспокойный, не снижается повышенная температура, тридцать семь и пять и выше, у ребенка затрудненное дыхание или учащенное – при появлении хотя бы одного из этих признаков надо немедленно обращаться к врачу. Поэтому, как только я отвечу на другие ваши вопросы - обязательно сам посмотрю твоих дочек, прослушаю их легкие, назначу лечение.

ВЕСЕЛЬЧАК: Это просто здорово! Спасибо Вам, Даргер-ага!

ВАЛЕНТИНА: Месяц назад у моей дочки простуда перешла в пневмонию. Сейчас она выздоровела, но до сих пор еще слабенькая. Я стараюсь ее побольше кормить. Даю ей фрукты, овощи, мясо.

ДАРГЕР-АГА: Вы все делаете правильно, Валентина Петровна. Только жаль, что упустили тот момент, когда еще можно было перехватить простуду.

ВАЛЕНТИНА: Я тогда не знала, что нужно обратить внимание на затрудненное учащенное дыхание. Знаете, как часто думают матери: “посопливит ребенок - и пройдет!”

ДАРГЕР-АГА: Да, родители не всегда серьезно относятся к простудам, а это большая ошибка. Ведь каждая простуда, ангина и насморк оставляют след в организме ребенка. И лучшее из лечений - это профилактика. “Лечись до болезни говорит мудрая казахская поговорка. Многие родители при простуде дают детям антибиотики без назначения врача. Этого нельзя делать ни в коем случае! Антибиотики не убивают вирусы. Только врач может решить нужны ли антибиотики для лечения.

ВЕСЕЛЬЧАК: Я это обязательно запомню!

ВАЛЕНТИНА: Большое Вам спасибо, Даргер-ага!

ВЕСЕЛЬЧАК: Вы как всегда, нам очень помогли.

РАДИОПЬЕСА 5

Иммунизация

(Музыкальный Акцент)

ГОЛОСА: Здравствуйте, Даргер-ага!

ВЕСЕЛЬЧАК: У Вас сегодня такой серьезный вид, Даргер-ага. Наверное, Вы хотите нам сообщить важную медицинскую информацию.

ДАРГЕР-АГА: Да, сегодня я хочу поговорить с Вами об очень важной вещи. Вы знаете, что я часто напоминаю вам замечательную казахскую поговорку: «лечись **до** болезни», то есть - побеспокойся о профилактике, позаботься о здоровье своего ребенка тогда, когда он еще здоров. И самым лучшим способом этой заботы является иммунизация, то есть полный курс прививок от различных болезней. К сожалению, в мире все еще существуют очень тяжелые заболевания: туберкулез, корь, дифтерия, коклюш, столбняк, гепатит В, эпидемический паротит, то есть свинка, и полиомиелит. Все эти болезни опасны тем, что лечить их очень тяжело, а иногда и невозможно. Но их можно предупредить, если своевременно сделать прививки

ВАЛЕНТИНА: Значит, если ребенку не сделать прививки от этих болезней, то дети могут, страшно сказать, умереть?

ДАРГЕР-АГА: Да, вы должны это знать, и относиться к прививкам очень серьезно. Врачи и ученые, которые изобрели вакцины и метод прививок оказали огромную услугу всему человечеству и здоровью детей.

Природа как бы пошла навстречу человеку, дала ему шанс предупредить эти тяжелейшие, в большинстве случаев, смертельные болезни. Дело в том, что эти болезни не повторяются дважды у одного человека. Если кто-то заболел корью и вылечился - то даже если он будет жить сто лет - второй раз корью он не заболеет. Этот принцип положен в основу прививок.

ВЕСЕЛЬЧАК: Здорово! Это природа нас просто защитила!

ДАРГЕР-АГА: Да. И смысл прививок состоит в том, что ребенок как бы уже переболеет этими болезнями и больше они ему не страшны. Поэтому мы и называем прививки иммунизацией... Они дают дополнительный иммунитет, то есть защиту организма.

ВЕСЕЛЬЧАК: Я понял! Получив прививку от болезней наше тело как бы думает, что оно уже болело этой болезнью в легкой форме и уже никогда не заболеет этой болезнью по настоящему.

МАЙРА: Я знаю, что столбняк невозможно вылечить. Это смертельная болезнь. А ведь заболеть ею ребенку легко. Достаточно порезать кожу любой грязной острой вещью: стекляшкой на улице, железкой, проволокой.

ДАРГЕР-АГА: Вот почему очень важно сделать прививку против столбняка, тогда организм выработает иммунитет против столбняка.

МАЙРА: А нельзя делать эти прививки, когда малыш будет чуть постарше, лет в пять, например, он тогда будет более сознательный и меньше плакать?

ДАРГЕР-АГА: Начинать делать прививки надо с самого рождения ребенка, дальше нужно соблюдать календарь прививок. Все основные прививки к двум годам должны быть сделаны,

если нет противопоказаний, иначе ты рискуешь здоровьем ребенка.

ВЕСЕЛЬЧАК: Конечно, рискуешь! Это же не просто насморк какой-нибудь! От полиомиелита ребенок может стать инвалидом! От гепатита разрушается печень! От дифтерии малыш может задохнуться! Как ты можешь даже говорить о том, чтобы отложить прививки?!

ВАЛЕНТИНА: Осложнения после заболевания корью - тоже ужасные. Ведь мы видим только внешнюю сыпь на лице ребенка, а точно такая же и внутри - на легких, на почках! Так что, Майра, лучше не откладывать прививки.

МАЙРА: Эти болезни меня ужасно пугают. Я поняла, что только после прививок у моих детей появиться иммунитет от этих болезней.

ВЕСЕЛЬЧАК: Да лучше бояться, чем думать, что сойдет, а потом за голову хвататься! Обратись к своему семейному врачу и спроси календарь прививок для своего ребенка.

ХАЛИМА-АЖЕ: А по-моему, страх за детей - это нормальное чувство матери.

МАЙРА: Ну вот, теперь более или менее ясно. Даргер-ага, один Вы можете все нормально объяснить! Большое Вам спасибо!

ВЕСЕЛЬЧАК: А у меня стихи готовы!

“Прививки спасают так много детей,

Не надо бояться - их делай скорей!

Успеешь их сделать пока нет двух лет -

Избегнет ребенок твой тысячу бед!

Совет полезный-

Лечись до болезни!

Приложение 5: Газетные статьи

Прилагаются копии статей.

Приложение 6: Печатные материалы

Брошюра «Растим здоровых детей»

«РАСТИМ ЗДОРОВЫХ ДЕТЕЙ»

Их здоровье в ваших руках

ЗДОРОВЫЕ ПРИВЫЧКИ

1. Здоровье вашего ребенка в ваших руках. Научите ребенка следовать этим простым правилам гигиены для их здорового будущего:
2. Мойте руки с мылом после туалета и перед приготовлением или приемом пищи.
3. Используйте унитазы. Даже маленькие дети должны знать куда идти и как пользоваться унитазами. Унитазы должны содержаться в чистоте и стоять закрытыми.
4. Пользуйтесь чистой водой. Используйте кипяченую воду для питья и приготовления пищи.
5. Мойте и очищайте от кожицы фрукты и овощи перед употреблением в пищу. Тщательно готовьте мясо и кипятите молоко перед употреблением. Закрывайте еду и держите ее подальше от детей.
6. Используйте чашки и ложки вместо бутылочки.
7. Сжигайте или закапывайте домашние отходы. Не допускайте заведения в доме мух, тараканов и мышей.
8. Начиная с трехлетнего возраста учите своих детей чистить зубы 2 раза в день.

ДИАРЕЯ

Одой из причин возникновения диареи является плохая гигиена. Симптомы диареи – частый водянистый стул. Если у Вашего ребенка наблюдается жидкий стул три или больше раза в день, вам необходимо:

1. Обратиться к медицинскому работнику.
2. Мыть руки перед и после ухода за ребенком.
3. Давать Вашему ребенку (пол)-стакан (а) чистой (кипяченой охлажденной) воды, рисовой воды и поите Регидроном после каждого опорожнения.
4. Увеличить частоту кормления, если Вы кормите грудью.
5. Если Вашему ребенку больше шести месяцев, давайте ему не менее шести раз в день небольшими порциями пищу типа вареной каши, супов, риса, картофельного пюре, айрана или кефира.
6. Ребенок должен быть чистым. Стирайте грязную одежду и белье.
7. Если у ребенка открылась рвота, подождите минут десять, а затем давайте ему одну чайную ложку Регидрона через каждые две-три минуты в течение нескольких часов.

8. В течение двух недель после улучшения состояния у ребенка, увеличьте количество кормления.

Водно-солевой раствор/Регидрон

Этот препарат можно приобрести в аптеках. Размешайте один пакетик на литр чистой кипяченой охлажденной воды. Следуйте инструкциям на упаковке и избавьтесь от препарата в течение 24 часов после применения. Если Вы не можете найти ОРС/Регидрон в аптеке, дайте ребенку рисовую воду.

Рисовая вода

- 2 чайные ложки риса
- 1 литр воды
- соль по вкусу

Варите рис в воде около часа. Слейте воду в посуду и дайте ей остыть перед тем, как дать ребенку.

Тревожные симптомы при диарее:

Вам необходимо немедленно обратиться к врачу, если у вашего ребенка появились следующие тревожные симптомы:

Ребенок отказывается есть и пить

Частая тошнота

Состояние его ухудшилось или не изменилось

Кровь в стуле

Высокая температура

Чрезмерная жажда

КАШЕЛЬ, ПРОСТУДА И ТЕМПЕРАТУРА

Все дети простужаются, кашляют, но здоровый ребенок выздоравливает в течение нескольких дней. Советы, если у вашего ребенка обычный кашель, простуда и температура:

1. Если вы кормите ребенка грудью, увеличьте частоту кормления.
2. Постоянно давайте ребенку кипяченую воду.
3. Не реже 6 раз в день давайте ребенку небольшими порциями вареные каши, супы, рис, картофельное пюре.
4. Ребенку нужно тепло, но не жар. Если температура ребенка превышает 38.5 градусов, приложите ему/ей губку, предварительно обмакнув ее в воду комнатной температуры.
5. Прочищайте ребенку нос.
6. Чаще выходите с ребенком на улицу. Избегайте мест курения

7. Ребенку нужно много сна и отдыха. Не позволяйте братьям и сестрам находится рядом с ребенком, чтобы не заразиться.

8. После выздоровления ребенок должен есть больше. Давайте ему ежедневно больше фруктов, овощей, мяса.

Тревожные симптомы:

Кашель и простуда могут привести к пневмонии! **Обратитесь к врачу если у ребенка следующие тревожные симптомы:**

Учащенное дыхание (если ребенок дышит в два –три раза быстрее вас)

Тяжелое или громкое дыхание

Высокая температура держится 3 дня подряд

Не может удержать жидкость, отказывается от еды, питья

Состояние ухудшается или остается без изменений

Тщательно следуйте предписаниям врача, который назначил лекарства. Уточните для себя количество приема лекарства в день, сколько и на протяжении какого срока нужно его принимать.

ИММУНИЗАЦИЯ

Для того, чтобы обеспечить своему ребенку здоровое будущее, запланируйте несколько визитов к врачу. Иммунизация поможет ребенку избежать множество серьезных болезней:

ВОЗРАСТ:	**ИММУНИЗАЦИЯ**
Рождение	Туберкулез, полиомелит и гепатит Б
2 месяца	ДПТ (дифтерия, коклюш, столбняк), полиомелит, гепатит Б
3 месяца	ДПТ (дифтерия, коклюш, столбняк), полиомелит
4 месяца	ДПТ (дифтерия, коклюш, столбняк), полиомелит, гепатит Б
1 год	Корь, свинка
1.5 года	ДПТ (дифтерия, коклюш, столбняк)
6 – 7 лет	Дифтерия, столбняк, корь, туберкулез

ЗДОРОВОЕ ПИТАНИЕ

Хлеб с вареньем хороши для завтрака, однако их не достаточно! Вашему ребенку необходимо рациональное питание, насыщенное белками и витаминами. В ежедневный рацион должно входить:

1. пища, способствующая росту – мясо, рыба, курица, яйца, фасоль, молоко и молочные продукты
2. пища для физического развития – фрукты и овощи
3. пища для энергии – рис, картофель, хлеб и другие продукты из зерновых.

В каждом приеме пищи должна присутствовать пища для роста, физического развития, энергии.

Здоровая легкая еда:

Миндаль, яблоки, порезанная морковь, апельсины, помидоры, грецкие орехи.

Рецепты здорового питания (для детей старше года)

- *Нарежьте сушеных фруктов, например, яблоки, курагу, и изюм*
- *Добавьте порубленных грецких орехов, миндаля и других орехов*
- *Перемешайте все компоненты с медом. Скатайте полученную смесь в шарики и подавайте в течение дня.*

Здоровая пища защитит вашего ребенка от кашля, простуды и других серьезных заболеваний. Также, поможет ему вырасти физически здоровым и умственно способным.

АНЕМИЯ

У каждого второго ребенка в Центральной Азии наблюдается анемия. Это говорит о том, что в их рационе не хватает железа. Для того, чтобы избежать анемии Ваш ребенок должен:

1. Есть продукты , богатыми железом, как например, мясо, печень, рыба, яблоки и другие фрукты и овощи.
2. Не пить чай. Чай мешает усвоению организмом железа. Вы можете давать ребенку кипяченой охлажденной воды.
3. Есть продукты, богатыми витамином С, такие как капуста, картофель, помидоры, ягоды, фрукты и свежая зелень и овощи. Витамин С помогает организму усваивать железо.

Вы должны поговорить с врачом, если хотите начат давать ребенку таблетки - заменители железа (как дополнительный источник железа).

БАЗЕДОВА БОЛЕЗНЬ

В странах Центральной Азии процент концентрации йода в почве, воде и пище недостаточен. В связи с этим большинство детей недополучают йода в их дневном рационе. Недостаток йода негативно отражается на умственном и физическом развитии ребенка.

К счастью, употребляя в пищу йодированную соль можно избежать данной проблемы. Продукты, содержащие йод: грецкие орехи, хурма, водоросли и настой из грецких орехов.

Для получения достаточного количество йода, дети Центральной Азии должны принимать «антиструмин» (йодид калия). Врач вам скажет, как и в каких дозах Вашему ребенку нужно принимать этот препарат.

У ЗДОРОВЫХ МАМ - ЗДОРОВЫЕ ДЕТИ

Беременные женщины должны лучше заботиться о себе. Если вы в положении, Вам необходимо:

1. Чаще отдыхать и дышать свежим воздухом.
2. Есть хорошо сбалансированную пищу. Не запивайте чаем во время приема пищи, так как он препятствует усвоению организмом железа.

3. Принимайте витамины, такие как железосодержащие препараты и кальций в таблетках, какие рекомендует Ваш врач.

4. Употребляйте йодированную соль и пройдите лечение по устранению базедовой болезни.

5. Не курите и не употребляйте алкоголь.

6. Регулярно ходите на прием к врачу.

После того, как родится ребенок, кормящие матери должны продолжать сбалансированное питание, пить много чистой воды.

ГРУДНОЕ ВСКАРМЛИВАНИЕ

Лучшим источником питания для малышей является молоко матери. Мамы не должны поить своих детей чаем или соком. Грудное молоко содержит весь объем жидкости, необходимый ребенку. Если вы кормите грудью и плохо питаетесь, молоко все равно будет содержать все необходимые элементы и витамины, необходимые Вашему малышу. Грудное молоко прохладная и надежная еда даже летом, когда на улице жарко. Грудное молоко – это самое лучшая пища для вашего ребенка.

В первые шесть месяцев жизни ребенку необходимо только грудное молоко! Дети, вскормленные им, растут более здоровыми: меньше страдают от аллергии, простуд и инфекционных заболеваний.

После шести месяцев, начните давать ребенку кашицеобразную пищу. Тем не менее, продолжайте его кормить до двухлетнего возраста. Поговорите с врачом о питании Вашего малыша. **Помните, что здоровье Вашего малыша в Ваших руках.**

Для получения большей информации о том как вырасти здоровых людей, прочитайте брошюру «Факты из жизни», выпущенную ЮНИСЕФ.

Этот буклет был опубликован при поддержке «Общества по защите прав ребенка, живущих в сельских районах», «Корпус Мира» США, ЮСАИД, Абт Ассоусиэйтс, ЗдравПлюс.

Текст И. Аверкиной, Р. Талмейдж.

Иллюстрации: С. Марченко

Дизайн: А. Гриденко

Тонкая брошюра по диарее

КАК ВЫЛЕЧИТЬ ДИАРЕЮ В ДОМАШНИХ УСЛОВИЯХ

Памятка для родителей

Диарея – это частый жидкий стул. Диарея – кишечное заболевание, вызванное бактериями, вирусами или паразитами, занесенными ребенком через пищу. Неочищенная вода и грязные руки могут быть средой обитания вредных организмов. **Диарея может вызвать обезвоживание организма.**

Обезвоживание – это большая потеря воды и минералов из организма человека. Этот факт чрезвычайно важен, так как обезвоживание приводит к младенческой и детской смертности по всему миру. Как только вы заметили у Вашего ребенка диарею давайте ему больше жидкости небольшими порциями в течение дня и ночью.

В каких случаях необходимо срочно обратиться к врачу:

Если у ребенка проявляются следующие симптомы:

Ребенок не может пить/сосать грудь, очень плохо пьет или испытывает мучительную/усиленную жажду.

Состояние ребенка ухудшается: ребенок вялый или раздражительный

Высокая температура (37,5 С или больше)

Частая рвота

Кровь в стуле

При этих симптомах необходимо принять соответствующие меры

Что должен пить ребенок:

Ребенку с диареей необходимо пить следующее:

Водно-солевой раствор ОРС/Регидрон – лекарство в виде порошка его можно найти в аптеке, Очень важно соблюдать инструкции к применению препарата перед его употреблением. ОРС/Регидрон усваивается намного быстрее и полностью, чем простая вода.

Жидкости на основе пищевых продуктов. Если ребенку шесть месяцев или больше, рекомендуется кормить его пищей на воде, к примеру, супами, рисовой водой (вода, остающаяся после варки риса) и кефиром (йогуртом), при условии, что ребенок получал эти продукты.

Грудное молоко. Если вы кормите ребенка грудью, продолжайте кормить его чаще и больше каждый день и ночь и давайте ему ОРС. Кормление грудью остается лучшей пищей для Вашего ребенка.

Вода (кипяченая и охлажденная): однако, она не дает полезного результата, как ОРС.

Избегайте жидкости с повышенной концентрацией сахара: фруктовые соки, которые могут ухудшить диарею.

Чем и как должен питаться ребенок:

При диарее ребенку необходимо давать достаточно еды в соответствии с его возрастом.

Грудное молоко: Кормите ребенка чаще и больше. Помните, что молоко матери содержит в себе все самые необходимые элементы, необходимые ребенку.

Твердая питательная пища: если ваш ребенок отнят от груди или ему шесть месяцев или больше, и он получает твердую пищу в дополнение к грудному молоку, продолжайте давать ему пищу, богатую питательными веществами, при условии, что ребенок уже получал эти продукты:

- **Протертые крупы,** смешанные с овощами или мясом. Добавьте 1-2 чайные ложки растительного или сливочного масла, чтобы сделать пищу более богатой энергией.
- **Овощное пюре** (картофель, морковь)

Кормите ребенка часто и разнообразно не менее 6 раз в день небольшими порциями, когда он болен чтобы помочь сохранить питательные вещества в организме и вес ребенка.

Дополнительное кормление: В течение двух недель после выздоровления, добавляйте одно ежедневное кормление для восстановления потерь в весе во время болезни.

Лекарства

Не давайте вашему ребенку никаких лекарств, кроме водно-солевого раствора – ОРС/Регидрона, приобретенного в аптеке, до тех пор пока не покажете ребенка врачу. Лекарства являются сильнодействующими средствами и могут нанести вред ребенку, если вы их применяете неправильно или без назначения врача. **В большинстве случаев в лекарствах нет необходимости.**

Как предотвратить диарею:

Исключительное грудное кормление в течение первых 6 месяцев и его продолжение до 2-летнего возраста.

Кормление ребенка свежеприготовленной пищей и чистой кипяченой питьевой водой.

Использование чистой чашки и ложки вместо бутылочки.

Мытье рук перед приготовлением и приемом пищи и после посещения туалета (касается всех членов семьи) .

Правильное уничтожение испражнений маленьких детей (слить в туалет или закопать).

Тонкая брошюра по диарее

КАК УХАЖИВАТЬ ЗА РЕБЕНКОМ ПРИ КАШЛЕ ИЛИ ПРОСТУДЕ (ОРИ) В ДОМАШНИХ УСЛОВИЯХ

Памятка для родителей

Простуда (ОРИ) – это острая респираторная инфекция дыхательных путей, а также носа, ушей и горла.

Простудные инфекции вызываются вирусами или бактериями. Вирусы являются наиболее распространенной причиной простуды.

Когда необходимо немедленно обратиться в медицинское учреждение:

Если у ребенка наблюдаются следующие признаки:

Если ребенок не может пить/сосать грудь, плохо пьет или наоборот, испытывает сильную жажду.

Состояние ребенка ухудшается: выражены вялость или беспокойство

Повышенная температура (37.5 и выше) в течение 3 дней не снижается

Затрудненное дыхание

Учащенное дыхание

Оставаться без медицинской помощи при наличии этих симптомов опасно для жизни ребенка

Помните

Кашель или простуда могут перейти в воспаление легких, если не лечить ребенка правильно.

Прочищайте нос ребенка

Смягчайте боли в горле и облегчайте кашель при помощи безопасных средств: грудное молоко, теплые кипяченая вода, молоко, минеральная вода.

Держите ребенка в тепле, но не кутайте его.

Чаще и дольше прикладывайте ребенка к груди днем и ночью

Давайте ребенку как можно больше теплого питья.

Если кашель или простуда вызваны вирусами, то антибиотики не помогут, так как они убивают вирусы. Следуйте рекомендациям вашего врача:

Вашему ребенку антибиотики не нужны. Ему нужно следующее лечение:

-

-

-

Если кашель или простуда вызваны бактериями, помогут антибиотики. Следуйте рекомендациям вашего врача

☐Вашему ребенку необходим антибиотик

Доза:

Как часто:

Сколько дней:

☐Прийти для повторного осмотра

Дата:

ПЛАКАТ ДЛЯ МАМ

Плакат

Дорогие родители,

Чтобы сделать вашего ребенка счастливым:

Любите его,

Любите друг друга,

Любите себя!

Здесь может быть фотография вашего ребенка

Ребенок – это не только радость, но и большая ответственность.

Берегите его здоровье

Берегите свое здоровье,

Ведь ребенку нужны здоровые родители.

Правильное питание является одним из основных факторов здорового развития Вашего ребенка:

0-6 месяцев

Самая лучшая еда для Вашего малыша первые 6 месяцев - грудное вскармливание. Грудное молоко легко усваивается, защищает от инфекции, снижает риск аллергических заболеваний, и ничего не стоит. Кормите грудью столько раз, сколько ребенок просит, а не по часам, не менее 8 раз за 24 часа.

Не давайте ему никакой другой пищи и жидкости: воды, чая, соков (морковных, свекольных или фруктовых), искусственных смесей и других видов молока и каш. (например, манная каша).

6-12 месяцев

Лучшая еда для малыша в этот период жизни – грудное вскармливание. После 6 месяцев грудное молоко все еще является основным продуктом и источником 1/3 всех питательных веществ, требуемых ребенку в первый год жизни. Кормите грудью столько раз, сколько ребенок просит, а не по часам, по меньшей мере 8 раз в день.

Начинайте давать прикорм после кормления грудью. Прикорм нужно давать осторожно (последовательно каждый продукт с интервалом 3-4 дня) чтобы не вызвать риск возникновения аллергии.

Давайте пищу такую, как:

- густая рисовая, манная или гречневая каша.
- пищу с семейного стола: картофель, морковь, свекла, тыква, лапша, тесто и хлеб, которые должны быть хорошо приготовлены и размяты.

Когда в рацион ребенка введены продукты, указанные выше, начните давать творог и вареное протертое нежирное мясо. Кормите три раза в день, если ребенок вскармливается грудью.

12 месяцев и старше

Давайте ребенку еду с семейного стола, содержащую:

- Вареные, мелко порезанные овощи, как, например, картофель, морковь, свекла и тыква.
- Вареное протертое или мелко порубленное нежирное мясо.
- Яйцо и молочные продукты, такие как творог и кефир.
- Кормите ребенка пять раз в день, включая кормление утром:
- 3 раза пища с семейного стола.
- 2 дополнительных кормления: фрукты, овощи или кефир.

Давайте ребенку на каждое кормление не менее 300-350 мл. пищи (1,5-2 стакана).

Вносите разнообразие в ежедневный рацион ребенка.

Пища должна быть только свежеприготовленной.

Вашему ребенку нужна здоровая диета для того чтобы он рос здоровым, сильным, умным и счастливым!

Пирамида еды - это рекомендуемые пропорции питания ребенка после 1-го года жизни.

Календарь прививок в Республике Казахстан

Отмечайте все прививки, сделанные Вашему ребенку.

Возраст: 0-4, 2 месяца, 3 месяца, 4 месяца, 12 месяцев, 18 месяцев.

Прививки против: гепатита, туберкулеза, коклюша, дифтерии, столбняка, кори, паротита.

Помните! Вовремя сделанные прививки – залог здоровья Вашего ребенка!

Каждый месяц измеряйте и отмечайте соответствующие показатели роста и веса Вашего ребенка, для того, чтобы быть уверенным, что Ваш малыш развивается нормально.

Диаграмма веса – кг на возраст (месяцы), **диаграмма роста** – сантиметры на возраст (месяцы). Следите за тем, чтобы рост и вес малыша увеличивались каждый месяц.

Ваша История:

Первая улыбка:

Когда впервые стал держать голову:

Когда впервые перевернулся:

Когда начал ползать:

Когда впервые начал садиться:

Когда сказал первое слово:

Когда впервые встал:

Когда сделал первый шаг:

Забавные слова и выражения Вашего ребенка:

Приложение 7: Конкурс медсестер

КОНКУРС СРЕДИ МЕДИЦИНСКИХ СЕСТЕР/СВА

Цель конкурса:

Создать стимулы для всего персонала СВА, в частности, медицинских сестер для активного участия в кампании. Медицинские сестры получат баллы в соответствии с тем, как они справятся с каждым из четырех заданий. Будут отмечены те СВА, где за время кампании будет проведена просветительская работа.

Трем медицинским сестрам, набравшим наибольшее количество баллов, будет предоставлена возможность **поездки в Алматы на учебный семинар** по вопросам интегрированного ведения болезней детского возраста. В дополнение к этому, СВА, в которых работают победившие медицинские сестры, получат **весы для взрослых, детские весы, тонометр и стетоскоп.**

Конкурс будет состоять из нескольких компонентов с акцентом на обучение и просвещение населения по вопросам сохранения и укрепления здоровья детей.

1. Лекции в детских садах, университетах, предприятиях и т.д. (темы: ОРИ, диарея, здоровые привычки, правильное питание, грудное вскармливание, анемия иммунизация)
2. Распространение информации (брошюра, листовки, плакат)
3. Информационные стенды-уголки
4. Создание групп матерей, родителей и/или групп дедушек и бабушек.

Чтобы победить каждая медицинская сестра должна получить баллы по ВСЕМ ЧЕТЫРЕМ КОМПОНЕНТАМ:

1. Образовательные лекции

Медицинская сестра вместе с врачом СВА, подготовленным по ИВБДВ, должны провести в своей СВА образовательную лекцию на любую из вышеуказанных тем. В конце каждой лекции-беседы представитель СВА раздаст слушателям лист бумаги, на котором каждый присутствующий напишет свое имя и номер телефона или адрес. Это необходимо для проведения выборочного контроля. Списки должны сдаваться жюри для подсчета баллов. Кроме того, необходимо будет представить конспект лекции с тем, чтобы проверить тему лекции. За каждые 20 слушателей декабря и за каждые 30 слушателей января медицинская сестра получит 3 балла. Нужно поощрять проведение лекций в начале конкурса, а не в конце.

СВА должны предоставить список в жюри конкурса к 20 числу каждого месяца (декабрь, январь). Из предоставленных списков выборочно будут взяты имена и телефоны или адреса, по которым будет проверено посещение лекций слушателями, их мнение о качестве полученной информации и целесообразности такого типа связи с населением. Если при проверке выяснится, что слушатели прослушали лекцию, то баллы будут начислены соответствующим образом. Если хотя бы один указанный слушатель не прослушал лекцию, весь список будет аннулирован. Медицинская сестра в ходе конкурса может получить неограниченное количество баллов.

2. Распространение брошюр

Каждая СВА должна раздать печатные материалы по своей территории в соответствии с количеством прикрепленного населения. Брошюры должны расклеиваться перед входом на лестничные площадки или около почтовых ящиков жилых домов и, второе, вкладываться в индивидуальные почтовые ящики.

Для выборочной проверки, СВА предоставит список адресов, по которым были распространены листовки и количество распространенных листовок. Списки подаются к 20 декабря и 20 января. Далее, контролеры произведут выборочную проверку 10 лестничных площадок и 10 квартир/домов. Жителей спросят, получили ли они печатные материалы. Медицинская сестра получит 0,25 баллов за каждое из 10 проверенное оформление лестничной площадки и каждую из 10 проверенных квартир, жители которой ознакомились с листовками. Всего медицинские сестры смогут получить по 5 полных баллов в течение конкурса. Мониторинг будет проводиться в декабре.

3. Информационные стенды, уголки

Медицинские сестры должны подготовить информационный стенд-уголок, по меньшей мере, в одном учреждении вне СВА и в самой СВА, где постоянно будут находиться новейшие медицинские материалы по интегрированному ведению болезней детского возраста. Информационный стенд-уголок должен содержать информацию о той медицинской сестре/СВА, которая его подготовила, включая адрес и телефон. Примерами учреждений, находящихся вне СВА, могут быть детские сады, вузы, заводы, магазины, базары и т.д., и они могут находиться вне территории, прикрепленной к СВА.

Медицинские сестры должны предоставить Ассоциации семейных врачей списки таких учреждений к 20 декабря и 20 января. Группа по мониторингу будет выборочно посещать эти места для проверки правильности медицинской информации и эстетичности оформления стендов-уголков. За правильную медицинскую информацию медсестра получит 2 балла за каждый созданный стенд-уголок. В целом, за каждый этап мониторинга может быть получено 50 баллов.

4. Создание групп матерей, родителей и/или групп дедушек и бабушек

В настоящее время многие медицинские сестры не прошли обучения по ИВБДВ. Поэтому медицинская сестра вместе с врачом, прошедшим обучение, должна организовать место встречи групп для обсуждения вопросов интегрированного ведения болезней детского возраста. Каждая медсестра получит 2 балла за организацию каждой новой группы и 2 балла за каждую проведенную встречу с группами на темы, указанные в п.1. Встречи должны будут проходить, по меньшей мере, четыре раза за двухмесячный период проведения конкурса и, кроме того, каждая встреча с медсестрой даст ей 2 балла. .

Медицинская сестра должна будет составить график предлагаемых встреч и определить темы для обсуждения. График и темы необходимо передать Ольге до начала собрания групп, а в ходе встречи необходимо дать слушателям лист бумаги, на котором каждый присутствующий напишет свое имя и номер телефона или адрес. Это необходимо для проведения выборочного контроля, как и в случае с проведением лекций. Эти списки должны будут предоставляться Ольге каждую неделю.

Конкурсный период:

21 ноября 2000г. – 21 января 2001г.

Члены жюри

Ольга, Виктория, областное управление здравоохранения, ВОЗ проводят мониторинг результатов конкурса. В начале конкурса обязанности будут разделены между членами комиссии по согласованию. Встречи комиссии будут проводиться каждую неделю конкурсного периода.

Количество набранных баллов будет открыто демонстрироваться с тем, чтобы по окончании каждого двухнедельного этапа медицинские сестры могли видеть, какое место они занимают в конкурсе.