 **Психологическая подготовка ребенка к прививке.**

# «Я прививок не боюсь, если надо – уколюсь!»

Рекомендации, которые возможно помогут сделать этот процесс менее болезненным для ребенка, как в психологическом, так и в физическом плане.

 ** Нельзя пугать!**

Очень часто на улице слышу, как родители воздействуют на детей:  «если ты не будешь слушаться — отведу на укол!» ребенок пугается, плачет, и у него заранее формируется страх и негативное отношение к уколам. Наоборот, нужно мотивировать: укол нужен, чтобы не болеть и гулять, играть, быть сильным ит.д.

**** **Нельзя обманывать!**

Уколы не бывают совсем безболезненными, поэтому говорить, что это совсем не больно – не правильно. Нужно предупреждать – «как комарик укусит», тем самым вы сможете морально подготовить ребенка.

**** **Расслабить ребенка.**

 Маленьких детей лучше приласкать, отвлечь новой игрушкой, книжкой. Посадить на колени, чтобы он чувствовал защиту, а вы могли контролировать его движения.

**** **Играть в доктора.**

Этот способ очень помогает – если ребенок не хочет даваться врачу, даже послушать его. Подарите игрушечный набор «медсестры», и ваш ребенок дома переслушает все игрушки,  сделает всем прививки и вылечит всех кукол, ребенок с удовольствием побежит в кабинет к «доброму доктору Айболиту» и откроет рот на осмотр.

# Как подготовить ребенка к прививке

1.Не посещать людные места, потому что одно из требований для успешной вакцинации – не допускать контакта с больными инфекционными заболеваниями. Воздержаться от походов в магазин и прочие места массового скопления людей вместе с малышом.

2.Если у ребенка есть аллергическая реакция на пищевые продукты, то соответственно, нужно будет придерживаться диеты, дабы избежать возможных осложнений. Врач назначает антигистаминные препараты примерно за три дня до прививки. С вашей же стороны будет разумным не давать ребенку в этот период редко употребляемых или вообще новых для него продуктов. Потому что нельзя предсказать, как поведет себя детский организм. Лучше придержаться обычного рациона.

3.Наблюдайте за ребенком в дни перед прививкой. Если заметите температуру, появится насморк или другие симптомы, то, конечно, нужно будет проконсультироваться с врачом. Вообще наличие температуры – уже противопоказание к прививке, да и насморк в данном случае попадает под подозрение. Не стоит делать прививку, если кто-то из членов семьи болен инфекционным заболеванием. Если ребенок болел ОРВИ, то прививка делается после полного выздоровления.

4.Накануне дня вакцинации проконсультируйтесь с врачом о том, какие осложнения или реакции может дать данный вид вакцины. Известно, что наиболее болезненно детским организмом воспринимается [прививка АКДС](http://www.privivki-detyam.ru/privivka-akds-detyam-protivopokazaniya.-vaktsina-infariks.html) (иногда сопровождается температурой, вялостью, болезненностью и отеком в месте укола). Если будете знать о возможных проявлениях на вакцину, то сможете сориентироваться, как действовать. Врач вам подскажет, в каких случаях после прививки нужно обращаться за медицинской помощью.

5.Если на прививку идете не первый раз, и ребенок уже не грудничок, помнит, что тетя в белом халате ему уже однажды ставила больной укол, подготовьтесь к тому, чтобы быстрее успокоить и отвлечь ребенка после прививки. Для этого захватите с собой игрушку. Объясните, что прививки ставятся всем детям, нужно только чуть-чуть потерпеть.

6.Сразу же после прививки не спешите уходить домой, побудьте еще в поликлинике минут тридцать, понаблюдайте за состоянием ребенка (это делается для того, чтобы вовремя оказать помощь при возникшей аллергической реакции). Как правило, врачи рекомендуют не купать ребенка в течение суток (и даже дольше, если это была [проба Манту](http://www.privivki-detyam.ru/reaktsiya-mantu-detyam.-proba-mantu.html)) а также воздержаться от выходов в людные места. Однако, если самочувствие у малыша хорошее, то гулять на свежем воздухе не запрещается, правда, время прогулки лучше сократить.

Если дома у ребенка поднялась температура - вызовите врача.

**Вакцинация:**

**5 легких шагов для детей и родителей**

** 1. Планируйте визит заранее**

Если вы знаете, что вам предстоит поход в поликлинику на прививку, постарайтесь заранее собраться и спланировать время так, чтобы ребенок к моменту посещения поликлиники был отдохнувшим от прогулки или другой активности, поел и был одет по погоде.

 ** 2. Оставайтесь спокойными**

Так как дети чувствуют, когда вы расстроены или нервничаете, постарайтесь оставаться расслабленными и спокойными во время визита к врачу. Если вы все же чувствуете легкое волнение, несколько раз медленно глубоко вздохните.

** 3. Развлекайте вашего малыша**

Хорошо захватить с собой в кабинет к врачу детскую книжку. Пока врач или медсестра делают вашему ребенку прививку, читайте вслух вашему ребенку мягким ровным и спокойным голосом. Если у вас нет с собой книжки, расскажите малышу историю, отвлекайте и развлекайте его, делайте все, чтобы малыш улыбался!

** 4. Оставайтесь рядом с ребенком**

Попросите врача или медсестру, чтобы Вам разрешили держать ребенка или прижать его спиной к себе во время вакцинации. Бережное прикосновение любимого человека поможет малышу легче пережить страх и боль, а вакцина против дифтерии - болезнь.

** 5. Без спешки - у вас есть время**

Если ребенок расстроен и плачет после прививки, дайте ему время успокоиться, снова почувствовать себя в безопасности в кабинете врача. В таком случае в следующий раз малыш бесстрашно пойдет к доктору снова.

|  |
| --- |
|  |
| http://im3-tub-ru.yandex.net/i?id=138990073-46-72&n=21  |
| **Полезные советы  родителям:** |
| Что нужно сказать врачу  до  прививки:1.Не болел ли ребёнок  чем - либо  в течение  месяца, не  повышалась ли  температура.2.Не было ли  у  ребёнка  ранее  судорог, тяжёлых  аллергических  реакций  на  антибиотики,  другие  лекарственные  препараты, пищевые продукты.3.Нет ли острых  инфекционных  больных  в  окружении  ребёнка (семья). |
|  |
| Что нужно знать  после  прививки:  1.Ребёнку  следует измерять  температуру.2.Режим  менять  не  нужно, так как  состояние  ребёнка  после  прививки  обычно  не нарушается.3.Если  температура  повысилась, самочувствие  ухудшилось, то  от  купания  и  прогулок  следует  воздержаться  и  обратиться  к  врачу.4.В месте  введения  вакцины может  появиться  уплотнение. Это  не  опасно  и  должно  пройти   через  несколько  дней. Если  уплотнение держится  дольше 4 дней, появилось  значительное  покраснение  - обратитесь  к  врачу. |
|  |
| Противопоказания  к  проведению  вакцинации:Противопоказаний  к  проведению  вакцинации  очень  мало. Врачи  и  средний  медицинский  персонал  хорошо осведомлены об  этих  немногочисленных  противопоказаниях  и, учитывая  их, принимают решения  о  возможности  вакцинации  вашего  ребёнка. |
| **Отказываясь от  проведения  прививки, помните, что вы нарушаете право ребенка быть защищенным от всего, от чего он может быть защищен!** |
|  |