

❖ Дорогие родители!

Каждый из нас мечтает, чтобы ребёнок рос сильным, здоровым и счастливым. Иногда организм малыша подаёт сигналы, что ему нужна особая забота. Важно вовремя замечать эти подсказки.

🔍 1. Слушайте и наблюдайте

* Вы лучшие всех знаете привычки и характер своего ребёнка.

* Если он стал быстро уставать, часто капризничать без причины, перестал радоваться играм или жалуется на дискомфорт — это повод присмотреться.

👁 2. Обратите внимание на внешние изменения

Иногда тело подсказывает нам о переменах внутри:

- * частые синячки без падений,
- * необычные высыпания,
- * резкое похудение или быстрый набор веса,
- * появление шишек или уплотнений.

📋 3. Следите за привычными процессами

- * изменения аппетита,
- * проблемы со сном и частые ночные пробуждения,
- * потливость,
- * длительные температуры без простуды.

📋 4. Проверки — это забота, а не тревога

- ✓ Регулярные визиты к педиатру и простые обследования — как техосмотр для машины. Они помогают убедиться, что всё в порядке, или заметить неполадки на ранней стадии.



💖 5. Атмосфера в семье — лекарство № 1

Поддержка, объятия, совместные игры и спокойные разговоры:

- * укрепляют иммунитет ребёнка,
- * помогают ему легче справляться с трудностями,
- * делают его счастливее.



♥ Главное, что нужно помнить. Вы — главный союзник своего ребёнка.

- * Не бойтесь задавать вопросы врачам.
- * Доверяйте своим наблюдениям и интуиции.
- * Любовь и внимание родителей — лучшая защита здоровья малыша

➤ Как говорить об онкологии с ребёнком 5-7 лет?

просто, честно и с учётом возраста

1. Упростите объяснение:

- Вместо слова "рак" можно сказать, что "в организме есть маленький шарик, который мешает быть здоровым".
- Лечение можно объяснить как "лекарство, которое помогает избавиться от этого шарика".
- Не нужно углубляться в сложные детали и подробности болезни, сосредоточьтесь на общих понятиях.



Важно использовать понятные слова, избегать сложных медицинских терминов и давать информацию дозированно.

2. Используйте конкретные примеры:

- Объясните, что из-за лечения у человека могут выпадать волосы, но это временно, и они отрастут.
 - Скажите, что человек, несмотря на болезнь, остается тем же самым человеком, которого они любят.
 - Можно рассказать, что из-за лечения человек может быть более уставшим и ему нужно больше отдыхать.
- ### 3. Проявите поддержку:
- Важно, чтобы ребенок чувствовал, что он не одинок и что вы рядом с ним.
 - Объясните, что врачи делают все возможное, чтобы помочь выздороветь.
 - Поддерживайте ребенка, отвечайте на его вопросы, признавайте его чувства.

Подчеркните, что это не заразно, и что врачи будут помогать справиться с болезнью.

📖 Буклет для родителей старших дошкольников

Памятка заботливым мамам и папам



как беречь здоровье ребёнка

Эта памятка не для того, чтобы пугать, а чтобы помочь вам быть чуть более внимательными и уверенными в своём родительском чувстве.