



Bild verkleinert, wegen
Platzproblemen.

Не нужно бояться играть

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

Информация и консультации

- Немецкий союз защиты детей, Ассоциация земли Бремен
Экстренный телефон для родителей
Тел. 04 21 - 24 01 12-20
Телефон для родителей Тел. 0800-111 05 50
- При службе неотложной медицинской помощи для детей и молодежи
Бремен: Тел. 04 21 - 340 44 44
Бремен Норд: Тел. 04 21 - 66 06 18 00
Бремерхафен: Тел. 04 71 - 192 92
- Департамент здравоохранения города Бремен, семейный акушер
Тел. +49 4 21 361 - 152 45
- Департамент здравоохранения г. Бремерхафена, при бюро семейных консультаций и мероприятий по укреплению здоровья в раннем детском возрасте,
Тел. 04 71 - 661 28; - 521 33; - 386 33
- У друзей, родителей и родственников, а также у Вашего
детского и подросткового врача
Дополнительные адреса: www.tk.de
(Интернет-код 521234)

В сотрудничестве с

Департаментом здравоохранения г. Бремена
Тел. 04 21 - 361 - 151 15
E-Mail: sozialpaediatrie@gesundheitsamt.bremen.de

Департаментом здравоохранения г. Бремерхафена
Тел. 04 71 - 590-29 68
E-Mail: natalie.root@magistrat.bremerhaven.de

Издатель

Techniker Krankenkasse (TK) –
Техникер Кранкенкассе (TK)
Представительство в земле
Бремен
Тел. 04 21 - 305 05-400
E-Mail: lv-bremen@tk.de

Деловой партнер

Die Senatorin für Wissenschaft,
Gesundheit und Verbraucherschutz
 Freie
Hansestadt
Bremen



Не трясите
грудных детей!

Тряска опасна
для жизни



Уважаемые родители!

Первые месяцы с Вашим малышом – совершенно особенный период в жизни с множеством счастливых моментов, но и с серьезными испытаниями. Иногда родители бывают доведены до предела: например, когда ребенок плачет и не хочет успокаиваться. Родителям станет легче справляться с раздражением и злостью, если они будут знать, что они не оставлены наедине с этой проблемой. Иметь мужество для того, чтобы поделиться своими проблемами с другими и получить для себя совет и помочь, - в таких случаях это правильный путь.

Желаем Вам и Вашему ребенку всего наилучшего!

Ваш/а

Проф. д-р Ева Кванте-Брандт
Сенатор по вопросам науки, здравоохранения и
защиты потребителей, Бремен

Зёрен Шмидт-Боденштайн
Руководитель представительства ТК в земле Бремен



Мой ребенок постоянно плачет

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

Здоровые младенцы плачут, если

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

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

Следите за изменениями плача

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

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

Не знаете, как быть дальше?

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

Тогда именно сейчас крайне важно сохранять самообладание.

Что еще Вы можете сделать

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

Попытайтесь отвлечься на другие мысли

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

Почему так опасно трясти ребенка:



Во время тряски головка ребенка беспорядочно движется из стороны в сторону. У маленьких детей мозг очень легко уязвим. Даже резкие движения без поддержки головы могут представлять опасность. При встряхивании происходит разрыв кровеносных сосудов мозга. Эти кровотечения могут привести к необратимым повреждениям мозга, в том числе к тяжелым

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