

БАЛДАРДЫН ДЕН СОЛУГУН ЧЫҢДОО ҮЧҮН ЭМНЕ КЕРЕК?



Аш болумдуу тамак, тазалык жана эмдөө жөнүндө кеңири маалыматтар 11, 12- бөлүмдөрдө айтылат. Ата-энелер бул бөлүмдөрдү көңүл коюп окуп, аларды балдарына жардам берүүдө же үйрөтүүдө колдонушу керек. Кээ бир пайдалуу сунуштарды бул бөлүмдөн да табууга болот, бирок алар жөнүндө кыскача гана айтылат.

Аш болумдуу тамак

Балдарды оорутпай, жакшы өстүрүү үчүн аларга тамактын аш болумдуусун берүү маанилүү.

Ар кандай жаштагы балдарга берилүүчү тамактын эң жакшылары төмөнкүлөр:

- алгачкы 6 айда: эненин **эмчек сүтү** (башка эч нерсе);
- 6 айдан 1 жашка чейин: эненин **эмчек сүтү** жана **башка аш болумдуу тамактар** (кайнатылып бышырылган дан азыктары, сүрүп жасалган ашбуурчак же төөбуурчак, кайнатып бышырылган жумуртка, эт, мөмө-жемиштер жана жашылча жемиштер);
- 1 жаштан баштап: балага **чоңдор жеген тамактан тез-тез бере башташ керек**. 11-бөлүмдө айтылгандай, негизги тамактарга (күрүч, жүгөрү, буудай, картөшкө) «жардамчы тамактарды» кошуп берген оң;
- эң негизгиси, балдар **жетиштүү өлчөмдө** тамактанышы керек;
- бардык ата-энелер балдарынын начар тамактануусуна жакшылап көңүл буруп, аларды колдон келишинче жакшы тамактар менен камсыз кылышы керек.

Тазалык

Эгерде биз балдар жашаган айылды, үйдү жана балдардын өздөрүн тазалыкта кармаса, алардын ден соолугу да дайыма чың болот. 12-бөлүмдө айтылган тазалык эрежелерин сактоо керек. Аларды балдарга да үйрөтүп, алардын жардамы чоң экендигин түшүндүрүңүз. Тазалык эрежелеринин негизгилерин кайталап айта кетели:

- балдарды бат-бат жуундуруп, кийимдерин алмаштырып туруңуз;
- балдарга эртең менен турганда, дааратканадан чыкканда, тамак ичер алдында же эшиктен үйгө киргенде дайыма колдорун жууп турууну үйрөтүңүз;
- дааратканага барышты, аны туура пайдаланышты үйрөтүңүз (эгерде жер үй болсо, анда сыртка даараткана салып, аны пайдаланышты үйрөтүңүз);
- мүмкүн болсо, балдарды жылаңайлак бастырбаңыз; буттарына сандал же бут кийим кийип жүрсүн;
- тиштерин жууп жүргөнгө үйрөтүңүз; таттуу, момпосуй же газдалган ширин суусундуктарды бербей;
- тырмактарын кыска кылып алыңыз;
- ооруган, биттеген, сары чакалай болгон же жарасы, котуру бар балдарды башка балдар менен бирге жаткырбаңыз; алардын кийимдери, сүлгүлөрү (чачыктары) да өз-өзүнчө болушу керек;
- котур, чакалай болгон жана ичеги курттардан (же бир баладан экинчисине оңой жугуп тараган башка инфекциялардан) жапаа чеккен балдарды тезинен дарылаңыз;
- ооздоруна кир нерселерди салдырбаңыз; беттерин иттерге, мышыктарга жалаттырбаңыз;
- ит, чочко (башка мал-жаныбарларды), тоок, жөжөлөрдү үйдөн алыс жерде кармаңыз;
- ичкенге таза, кайнатылган же чыпкаланып тазаланган гана сууну пайдаланыңыз; бул айрыкча, ымыркайлар үчүн өтө маанилүү;
- ымыркайларга шише менен тамак бербей, себеби аларды дайыма таза сактоо кыйын, андыктан ар кандай ооруларды алып келиши мүмкүн; ымыркайларды чыны же кашык менен тамактандырган оң.

Эмдөө

Балдарды көк жөтөл, кептөөр, селейме, баланын шал оорусу (полиомиелит), кызылча жана кургак учук сыяктуу көптөгөн коркунучтуу оорулардан - эмдөө сактайт.

147-бетте көрсөтүлгөндөй, ымыркайлар жашоосунун биринчи айларында эле түрдүү эмдөөлөрдөн өтүшү керек. Адегенде баланын шал оорусуна каршы тамчылатма дарыны (мүмкүн болсо, төрөлгөндө эле, же болбосо 2 айдан ашырбай) берүү керек, себеби 1 жашка чейинки балдарда шал оорусу менен ооруп калуу коркунучу чоң болот.

Муну билип алыңыз: Толук сактануу үчүн кептөөргө, көк жөтөлгө, селеймеге жана баланын шал оорусуна каршы эмдөөнү бир айда бир же эки жолу (3 маал) алуу керек. Акыркы эмдөөнү алгандан бир жыл өткөндөн кийин кайрадан кайталап эмдөө керек.

Жаңы төрөлгөн балдар селейме оорусу менен оорубашы үчүн аялдарды кош бойлуу кезинде эле селеймеге каршы эмдөөдөн өткөрүп коюу керек (250-бетти караңыз).



Балаңызды зарыл болгон эмдөөлөрдүн бардыгынан өткөрүп турушуңуз керек.

ЖАКШЫ ӨСКӨН БАЛАНЫН ДЕНИ ДА СОО

Дени соо баланын өсүшү да бир калыпта болот. Эгерде аш болумдуу тамактарды жетиштүү өлчөмдө жесе, оорусу жок болсо, анда бала ай сайын салмак кошот.



Жакшы өсүп жаткан баланын ден соолугу да чың болот.

Башка балдарга караганда кыйла жай салмак кошкон, салмак кошуусу токтогон же салмагын жогото баштаган баланын дени соо эмес. Ал бала же катуу ооруйт же тамакты жетиштүү өлчөмдө ичпейт же эки себеп тең болушу мүмкүн.

Баланын жетиштүү өлчөмдө тамак жеп жатканын, ден соолугунун чың экендигин текшерүүнүн эң жакшы жолу – баланы ай сайын таразага түшүрүп, салмагын текшерип туруу. Эгерде баланын салмагын “Баланын ден соолук картасына” ай сайын жазып жүрсөңүз, анда картаны бир карап эле баланын салмагынын өсүшүн оңой текшерип алууга болот.

Туура толтурулган карта энелер менен медициналык кызматкерлерге чоң жардам берет. Алар картанын негизинде баланын туура эмес өсүп жатканын аныкташып, эртерээк чара көрүүгө жетише алышат. Ошондой эле, баланын тамакты аз же көп жеп жатканын да аныктап, эгерде бала ооруса, анын оорусун да текшерип, айыктыра алышат.

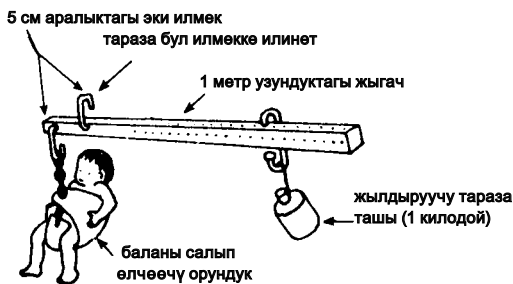
Кийинки бетте “Баланын ден соолук картасынын” үлгүсү берилген. Аны кыркып алып, көчүрмөсүн жасап алыңыз. Же болбосо, андан чоңураак келген, даяр карталарды “Арзан баада окутуп-үйрөтүү кызматтарынан” (АБОК, дарегин алуу үчүн 429-бетти караңыз) алууга болот (англис, француз, испан, португал же араб тилдеринде). Ушундай эле карталарды көптөгөн өлкөлөрдүн саламаттыкты сактоо министрликтери же бөлүмдөрү да жергиликтүү тилдерде даярдашат.

5 жашка чейинки балдары бар бардык энелердин колунда “Баланын ден соолук картасынын” болгону жакшы. Эгерде жакын жерде медициналык борбор же балдар эмканасы болсо, анда эне балдарын ден соолук картасы менен кошо ал жакка алып барып, таразага түшүрүп, текшерүүдөн өткөрүшү керек. Картаны жана аны кандайча колдонушту медициналык кызматкерден сурап алсаңыз болот.

“Баланын ден соолук картасын” жоготпой, таза кармаш үчүн, аны пластик буюмдун (пакеттин) ичинде (мисалы, конвертте) сактоо керек.

КОЛГО ЖАСАЛГАН ЖЫГАЧ ТАРАЗА

Жыгач таразаны кургак жыгачтан же талмыз жыгачынан (бамбуктан) жасап алсаңыз болот. Жылдыруучу тараза таштын ордуна баштыкты, бөтөлкөнү же кум толтурулган банканы колдонуңуз.

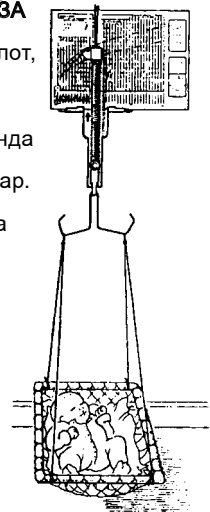


Жыгач туурасынан (горизонтал абалга) келгенде салмак туура өлчөндү деп эсептелинет.

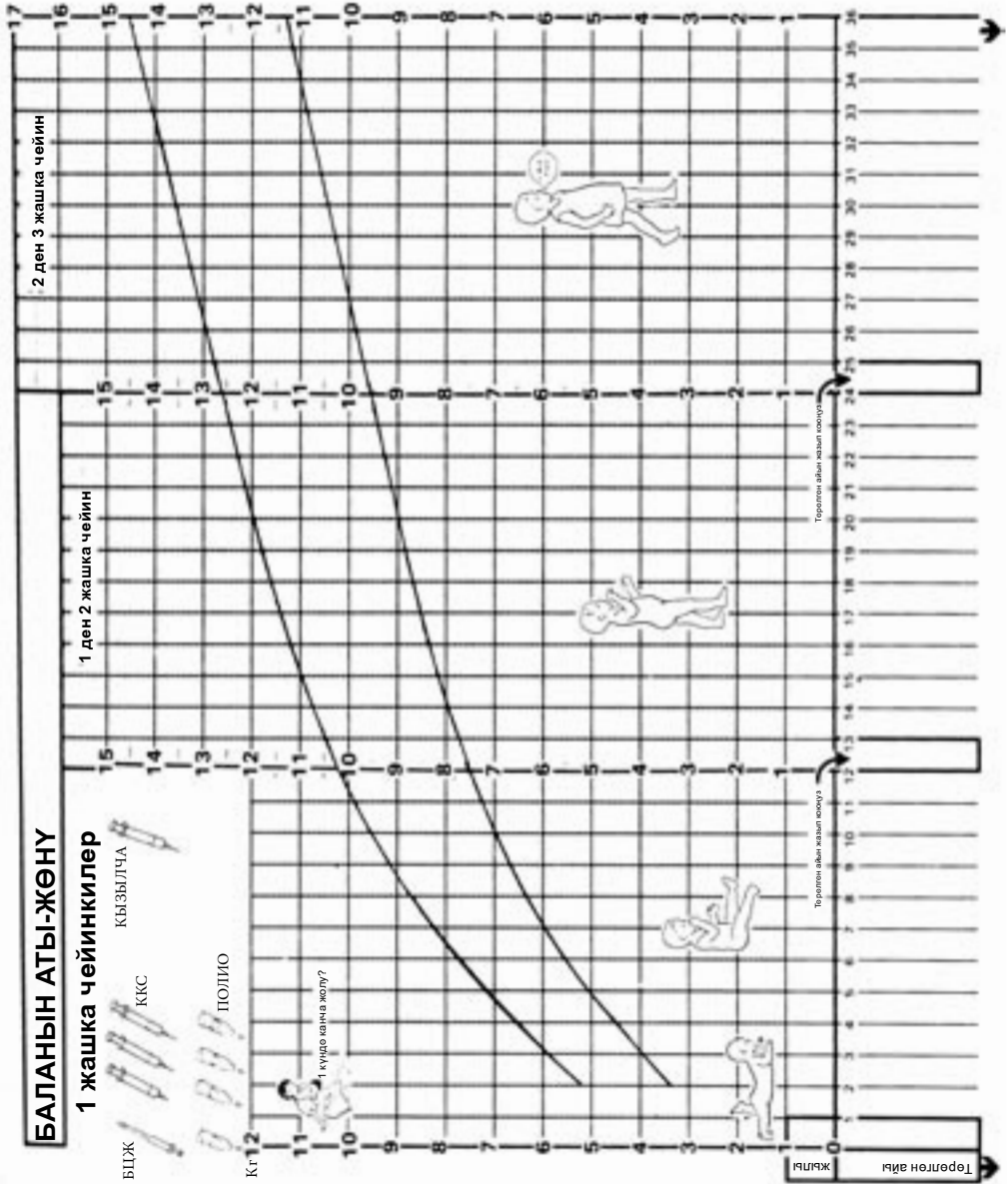
АВТОМАТТЫК ТҮРДӨ КӨРСӨТҮҮЧҮ ТАРАЗА

(АБОК аркылуу алса болот, 429-бетти караңыз)

Таразанын жогору жагында салмактын өзгөрүшүн көрсөтүп турган карта бар. Ага баланын салмагын жазып, белгилеп турууга болот.



2-БЕТ



БАЛАНЫН ӨСҮШҮН КӨРСӨТКӨН СЫЗЫКТАРДЫН БАГЫҢА КӨНҮЛ БУРУҢУЗ

ЖАКШЫ
Баланын өсүшү жакшы

КОРКУНУЧТУУ
Бала салмак кошпой жатат, себебин аныктаңыз

ӨТӨ КОРКУНУЧТУУ
Бала салмагын жоготуп жатат, себебин аныктаңыз. Кашууча кым коюуңуз муктаж болуп жатышы мүмкүн

КАРТАГА БЕЛГИЛЕП, ЖАЗЫП ТУРУҢУЗ:

соруусун, мисалы: ич өткөк, кызылча

Бал талкалаган жеппелен, кызылча, сары сабак, баланын эмгектен чыксапай, мийинки баланын төрөлүшүн

Булларды бардык төмөндөгү крестте жазуу керек:

“А” ант. берилди
Кызылча
Ич өткөк
2-7-Сент:
Бөтөлкөдө жатты
Көшүмгө тамак берилди
Ичегин күрт дапысы

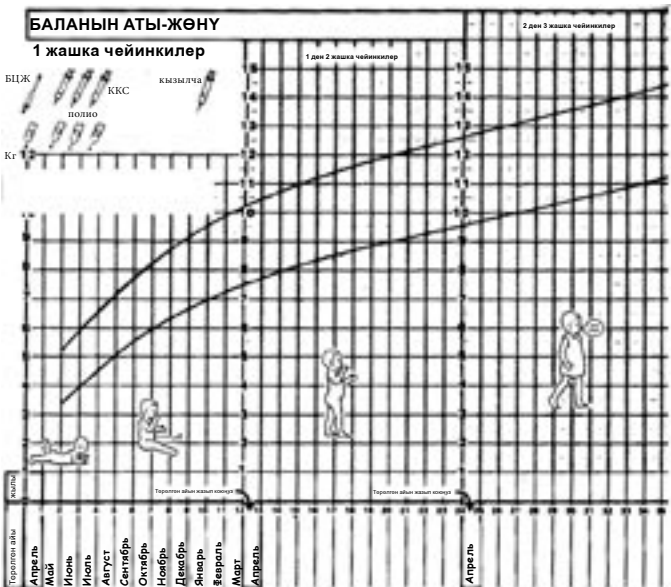
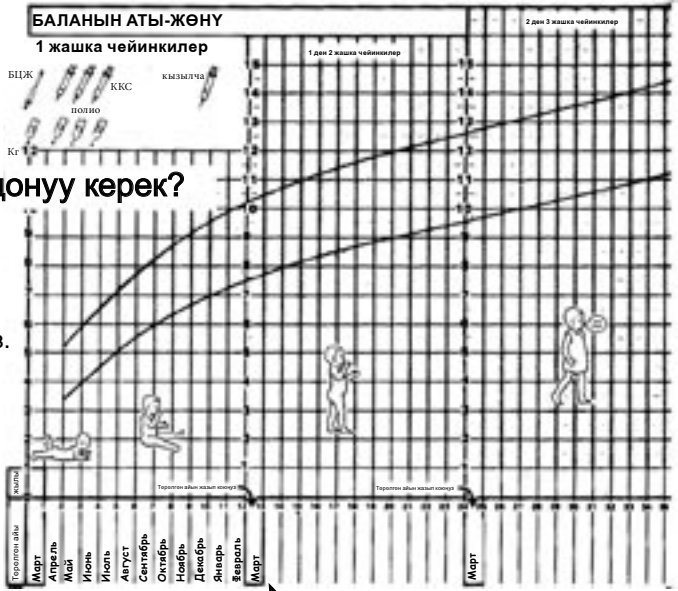
“Баланын ден соолук картасын” кандай колдонуу керек?

БИРИНЧИДЕН, жыл-айларын картанын төмөн жагындагы кичинекей бош орундарга (чарчыларга) жазып чыгыңыз.

Баланын төрөлгөн айын ар бир жылдын башталышына жазып туруңуз. Бул карта баланын жалган куран (март) айында төрөлгөндүгүн көрсөтүп турат.

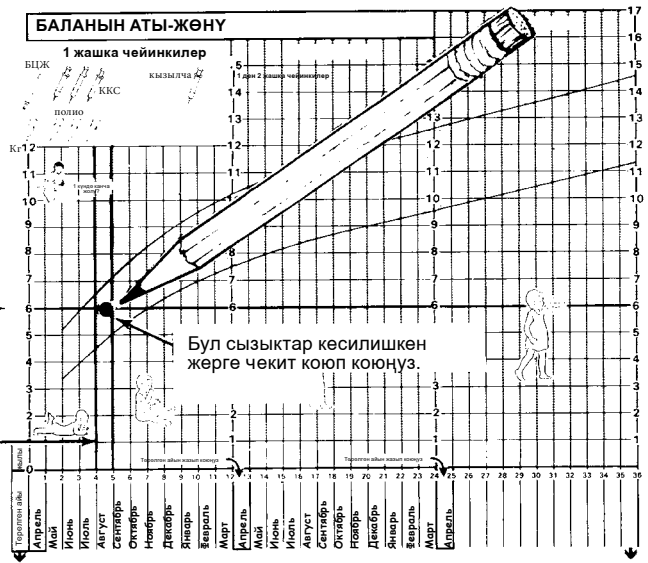
ЭКИНЧИДЕН, баланын салмагын текшерипиз. Бала чын куран (апрель) айында төрөлдү дейли. Азыр баш оона (август) айы, демек баланын салмагы 6 килограмм.

ҮЧҮНЧҮДӨН, картага көз чаптырып көрүңүз. Килограммдар картанын каптал жактарында жазылган. Баланын салмагын көрсөткөн килограммды караңыз (биздин мисал боюнча бул – 6 килограмм).



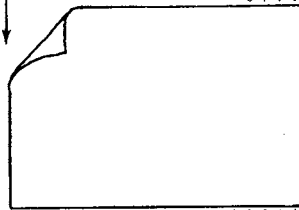
Эми, азыркы айды караңыз (картанын төмөн жагындагы тизмеден); (биздин мисал боюнча бул биринчи жылдын август айы).

ТӨРТҮНЧҮДӨН,
6 килограммдан ары
карай
жана баш оона айынан
жогору карай кеткен
сызыктарга көңүл
буруңуз.



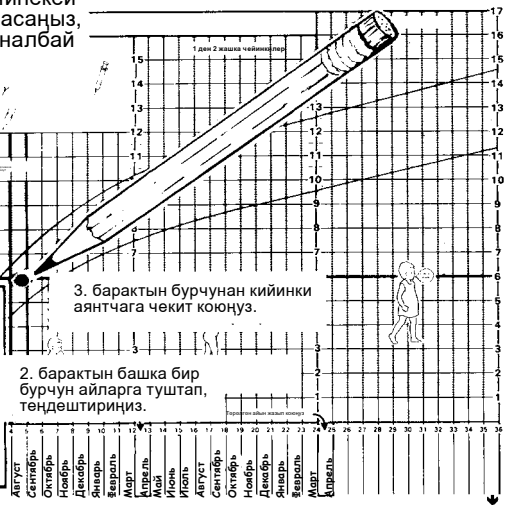
Эгерде төрт бурчтуу (чарчы), кичинекей баракча менен картаны жаап карасаңыз, чекитти кайсы жерге коюшту кыйналбай эле билип аласыз.

1. барактын бир жак бурчун баланын салмагына туштап, теңдештириңиз.



3. барактын бурчунан кийинки аянтчага чекит коюңуз.

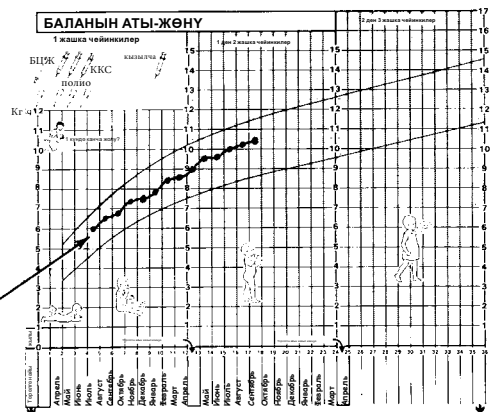
2. барактын башка бир бурчун айларга туштап, теңдештириңиз.



Ай сайын баланын салмагын өлчөп, чекит менен белгилеп туруңуз.

Эгерде жаңы коюлган чекиттер улам жогорулай берсе, бул – баланын ден соолугу чың экендигинин белгиси.

Баланын канчалык жакшы өсүп, өнүгүп жатышын аныктоо үчүн, чекиттерди сызык менен туташтырыңыз.



“Баланын ден соолук картасын” кантип окуш керек?

Узунунан кеткен 2 ийри сызык “Ден соолук жолун” билдирет (дени соо баланын салмак кошуусу ушул сызыктар боюнча аныкталышы керек).

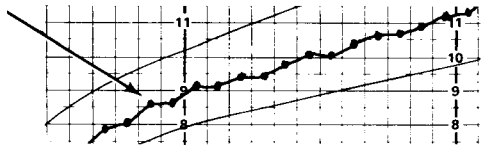
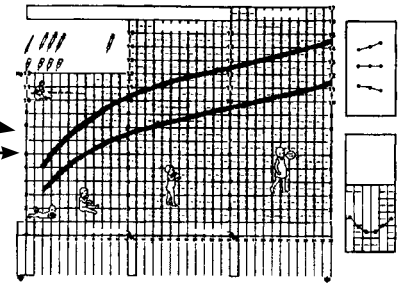
Чекиттердин жайгашуусу болсо, баланын салмагынын айдан айга жана жылдан жылга өзгөрүшүн көрсөтүп турат.

Ден соолугу чың, өсүшү нормалдуу балдардыкында чекиттер узун, 2 ийри сызыктын ортосу менен кетет.

Ошондуктан бул сызыктардын ортосундагы аралык “Ден соолук жолу” деп аталат. Эгерде чекиттердин жогорулашы айдан айга өзгөрбөй, бир калыпта болуп, узун, ийри сызыктардын багыты боюнча кетсе, бул да баланын дени соо экендигинин белгиси.

Аш болумдуу тамактарды жетиштүү өлчөмдө жеген, **ден соолугу чың баланын** отуруп калышы, басышы жана тилинин чыгышы адатта төмөндө көрсөтүлгөн мезгилдерге (убактарга) жараша башталат.

ЖАКШЫ ТАМАКТАНГАН, ДЕН СОЛУГУ ЧЫҢ БАЛАНЫН картасы.



Бирөөнүн жардамсыз 10 кадамдай шилтеп баса алат.

12-16 айларда

Бир өңчөй сөздөрдү сүйлөп калат.

11-18 айларда

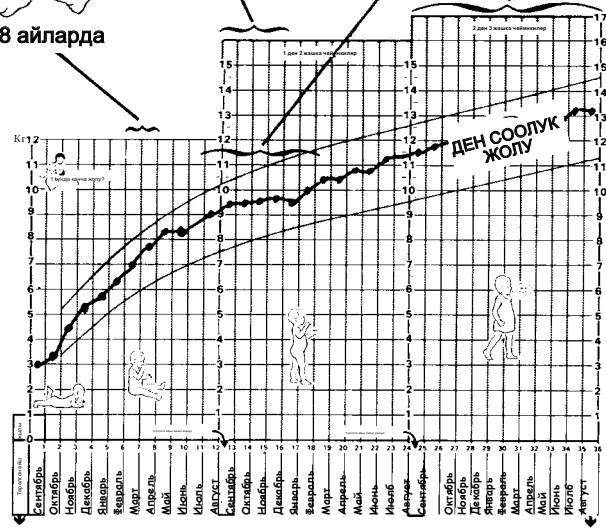
Кыска сүйлөмдөрдү айта алат.

3 жашында

Бирөөнүн жардамсыз отуруп калат.

6-8 айларда

Жакшы тамактанган, ден соолугу чың баланын салмак кошуусу бир калыпта өсөт. Демейде чекиттер “Ден соолук жолун” көрсөтүп турган сызыктардын ортосу менен кетет.



Начар тамактанган, ден соолугу да начар баланын картасы төмөнкүдөй болушу мүмкүн. Чекиттер (баланын салмагын көрсөтүүчү) “Ден соолук жолунун” төмөн жагында жайгашканына көңүл буруңуз. Мындан тышкары, чекиттердин жайгашуусу да бирдей эмес жана анча жогорулабайт. Мындай көрсөткүч баланын өмүрү коркунучта экендигинен кабар берет.

НАЧАР ТАМАКТАНГАН ЖЕ САЛМАГЫ КЕМ БАЛАНЫН картасы

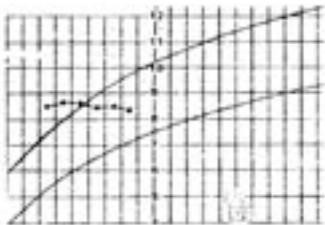


Жогорудагыдай көрсөткүчтөр менен мүнөздөлгөн баланын ден соолугу начар, салмагы кем болот. Мунун себеби, балага жетиштүү өлчөмдө тамак берилбей жаткандыктан, же болбосо бала кургак учук же безгек оорусу менен ооругандыктан болушу мүмкүн. Кээде экөө тең себепкер болот. Андыктан балага **күчтүү (витаминдүү, кубаттуу, энергияга бай) азыктардан бат-бат жана көбүрөөк** берип туруш керек. Ошондой эле баланы атайын тесттерден өткөрүп, текшертип, салмак кошуусу нормалдуу жолго түшө баштаганга чейин медициналык кызматкерге тез-тез алып барып туруу зарыл.

МУНУ БИЛИП АЛЫҢЫЗ: Чекиттердин багытына көңүл буруңуз.

Чекиттердин багытынын жайгашуусу аркылуу баланын ден соолугу жөнүндө көп маалымат алса болот (ал үчүн чекиттердин ийри сызыктардын асты жагы менен же ичи менен өтүүсүн айырмалап билүү керек). Мисалы:

КОРКУНУЧТУУ! Бул бала салмак кошо албай жатат.



Чекиттер ийри сызыктардын ичинде жайгашканы менен, баланын бир нече ай бою салмак кошо албай келгенин көрсөтүп турат.

ЖАКШЫ! Бул баланын салмак кошуусу жакшы жүрүп жатат.



Чекиттер ийри сызыктардын астында жайгашканы менен, алардын жогору карай кеткен багыттары баланын жакшы өсүп жатканынан кабар берип турат. Кээ бир балдар жаратылышынан эле кичинекей болушат. Андай балдардын ата-энелери да кичинекей болушу мүмкүн. Мындан чочулабаш керек.



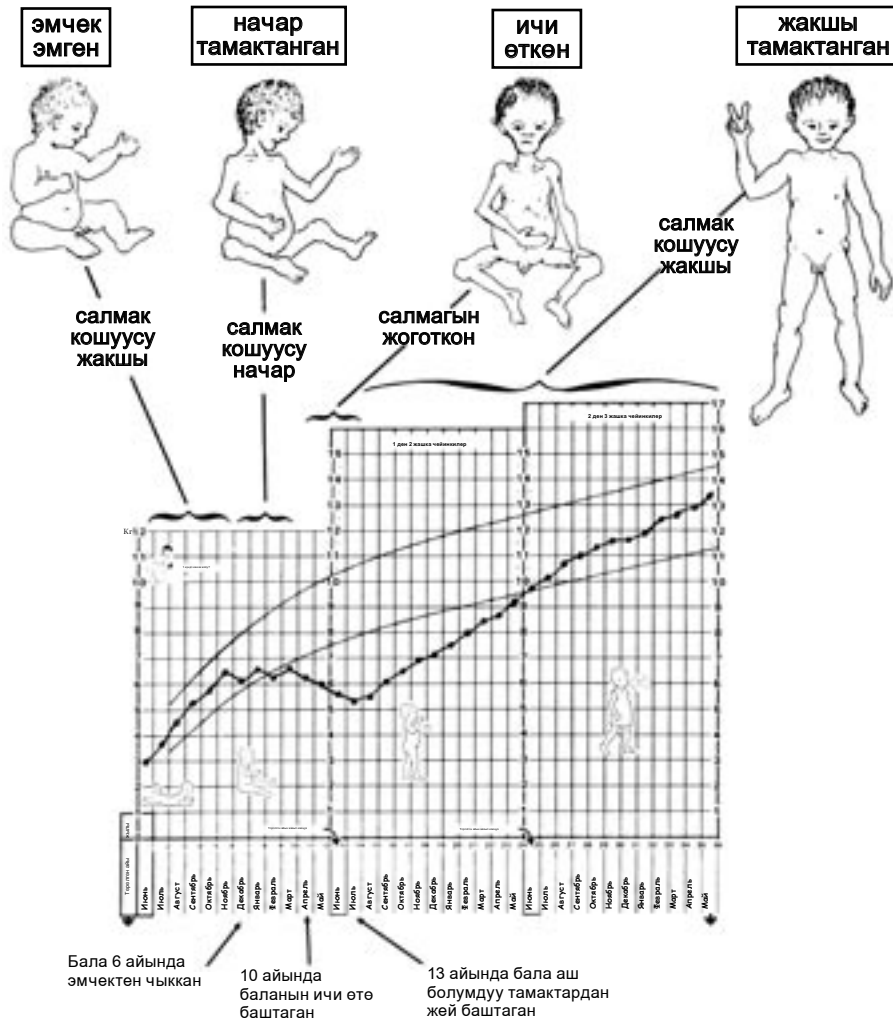
БАЛАНЫН ӨСҮП ЖАТКАНЫН КӨРСӨТКӨН “ДЕН СОЛУК КАРТАСЫ”.

Биринчи 6 ай ичинде бул баланын ден соолугу чың болуп, салмак кошуусу да жакшы жүргөн, себеби апасы аны эмчек сүтү менен багып келген.

Балага 6 ай болгондо, апасынын кайрадан боюна бүтүп, баланы эмизүүнү токтоткон. Баланын тамактануусу начарлап, бала негизинен күрүч жана дан азыктарын жеп калган. Баланын салмак кошуусу токтогон.

10 айында ичи өтүп, ал өнөктөгө айланып, бала салмагын жогото баштаган. Бала аябай арыктап, катуу ооруп калган.

Качан бала 13 айга толгондо гана, апасы балага жетиштүү тамак берип туруу абдан маанилүү экендигин түшүнгөн. Ошондон кийин бала кайрадан тез салмак кошо баштаган. 2 жашка келгенде, баланын өсүшү баштапкы нормалдуу калыбына (“Ден соолук жолуна”) түшкөн.



“Баланын ден соолук картасы” өтө маанилүү нерсе. **Анын туура толтурулушу энелерге качан, кайсы учурда балдардын аш болумдуу тамакка муктаждыгын жана аларга бөтөнчө мамиле кылуу керектигин билүүгө жардам берет.** Ал эми медициналык кызматкерлерди болсо, баланын жана анын үй-бүлөсүнүн муктаждыктарын жакшылап түшүнүүгө үйрөтөт. Ошондой эле, картанын жардамы менен энелер өздорүнүн тигил же бул ишти туура кылып жаткандыктарын да билсе болот.

БАШКА БӨЛҮМДӨРДӨ АЙТЫЛГАН БАЛДАР ООРУЛАРЫН КАЙРАДАН КАРАП ЧЫГУУ

Китептин башка бөлүмдөрүндө каралган оорулардын көбүн балдардан жолуктурууга болот. Бул жерде көп кездешүүчү оорулардын кээ бирлери жөнүндө, кыскача гана сөз болмокчу. Ар бир оору жөнүндө кошумча маалымат алуу үчүн атайын көрсөтүлгөн беттерди караңыз.

Жаңыдан төрөлгөн балдардын оорулары жана аларга бөтөнчө кам көрүү жөнүндөгү маалыматтарды 270-275- жана 405-беттерден таба аласыз.

Эсиңизде болсун: Көп учурларда жаш балдардын оорулары тез эле күчөп, оорунун коркунучтуу түрүнө айланып кетет. Чоңдорду бир канча күндөп, жумалап кыйнаган же аларды өлүмгө алып келген оорулар жаш балдарды бир заматта эле өлтүрүп коюшу мүмкүн. Андыктан кеч болуп кала элегинде, **оорунун алгачкы белгилерин аныктап, аларга дароо көңүл буруу** керек экендигин унутпаңыз.

Начар тамактанган балдар

Көп балдардын начар тамактануусунун себеби – тамакты жетиштүү өлчөмдө ичишпегени. Алар көбүнчө шылдыр суу менен чарымы көп тамактарды (мисалы, жүгөрү буламыгын) жегендиктен, денеге зарыл болгон калориялуу азык заттарды албай калышат. Ошондой эле кээ бир балдардын тамагында «А» витамини (226-бетти караңыз) же йод (130-бетти караңыз) сыяктуу зарыл нерселер жетишпейт. Балдарга керектүү азык заттар туурасында толук маалымат алуу үчүн 11-бөлүмдү (айрыкча, 120-122-беттерин) окуп чыгыңыз.

БУЛ ЭКИ БАЛА ТЕҢ НАЧАР ТАМАКТАНГАНДЫКТАН КӨТӨРӨМ БОЛУП КАЛЫШКАН

БУЛ БАЛАНЫН АБАЛЫ
АНЧА ООР ЭМЕС



бою кичинекей
салмагы көм
ичи чоңоюп кетет
колу-буту ичкерип,
арыктайт

БУЛ БАЛАНЫН
АБАЛЫ ООР



көңүлү чөгүнкү
салмагы көм (шишип
көткөндиктен бир нече
убакытка чейин салмак
кошушу мүмкүн)
кара тактар же ачык
жаралар пайда болуп,
териси түлөйт
бутунун аягы (таман
менен согончок жагы)
шишип көтөт

21-бөлүм

Баланын начар тамактануусу төмөндөгүдөй, ар түрдүү көйгөйлөргө алып келиши мүмкүн:

Жеңил учурларда:

- ◆ бою жай өсөт;
- ◆ ичи көөп кетет;
- ◆ арыктайт;
- ◆ тамакка болгон табити жоголот;
- ◆ күч-кубаттан таят;
- ◆ өңү кубарат (каназдык);
- ◆ топурак жегиси келет (каназдык);
- ◆ жамажайы тилине баштайт (жаралар пайда болот);
- ◆ тез-тез суук тийет же башка инфекцияларга чалдыгат;
- ◆ түн киргенде көрбөй калат.

Өтө коркунучтуу учурларда:

- ◆ салмакты аз кошот же таптакыр салмак кошпой калат;
- ◆ буттары, кээде бети да шишип кетет;
- ◆ денесинде кара, көк-ала тактар же ачык жаралар пайда болуп, териси түлөйт;
- ◆ чачы суюлат же түшө баштайт;
- ◆ ойногонго же күлгөнгө көңүлү келбейт;
- ◆ ооз ичине жаралар чыгат;
- ◆ аң-сезимдин нормалдуу өнүгүшү бузулат;
- ◆ көздөрү кургап кетет (ксерофтальмия);
- ◆ көзү көрбөй калат (226-бет).

Начар тамактануунун (көтөрөмдүн) оор түрлөрү: «куркак көтөрөм» жана «нымдуу көтөрөм» деп аталат. Алардын пайда болуу себептери жана алдын алуу жөнүндө 112, 113-беттерде айтылат.

Начар тамактануунун белгилери көбүнчө ич өткөк же кызылча сыяктуу коркунучтуу ооруларга чалдыккан балдарда даана байкалат. Ден соолугу чың балага караганда ооруп жаткан же жаңыдан айыгып келе жаткан балага сапаттуу тамактарды көбүрөөк берүү керек.

Балдарыңыздын курсактарын ТЕЗ-ТЕЗ тойгузуп, аларга ЖЕТИШТҮҮ ӨЛЧӨМДӨ ТАМАК БЕРҮҮ менен начар тамактануунун алдын алсаңыз болот. Баланын негизги тамагына жогорку калориялуу (өсүмдүк майына же тоң майга жасалган) тамактарды кошуп беришиңиз керек. Ошондой эле денени чыңдоочу жана коргоочу касиеттери бар азыктарды да (мисалы, буурчак, жасмык, мөмө-жемиш, жашылча-жемиш жана мүмкүнчүлүк болсо сүт, жумуртка, балык же эт) кошуп бергенге аракет кылыңыз.

Ич өткөк жана дизентерия

(Толук маалымат алуу үчүн 153-160-беттерди караңыз)

Ич өткөк менен ооруган балдар үчүн **дененин суусуздануусу** (денедеги суюктуктун көп өлчөмдө жоголушу) өтө коркунучтуу. Эгерде бала куса баштаса, анда коркунуч ого бетер күчөйт. Мындай учурда регидрон суусунун (152-бет) берген жакшы. Эгерде ооруган бала эмчектеги бала болсо, анда **эмизүүнү уланта берүү керек** (бирок регидрон суусунун берүүнү да унутпаңыз).

Ич өткөк менен ооруган балдар үчүн дагы бир чоң коркунуч бул – начар тамактануу (арыктоо). **Тамак ичкиси келген балага көбүрөөк тамак берүүгө аракет кылыңыз.**



Ысытма (75-бетти караңыз)

Эгерде бала ысытмалап, денетабы көтөрүлүп кетсе (39°тан ашса), анда бул тез эле туталакка же мээнин жабыркашына алып келиши мүмкүн. Денетабын түшүрүү үчүн баланы **чечиндирип салыш керек**. Эгерде бала ыйлай берсе, анда ага **парацетамолдун** же аспиридин тийиштүү дозасын берип (380-бетти караңыз), суюктукту көп ичириңиз. Эгерде баланын денеси аябай ысып, өзү калчылдай баштаса, анда денесин **мөлүүн суу менен сүртүп, баланы желпүү керек**.



Туталак (диртилдөө) (178-бетти караңыз)

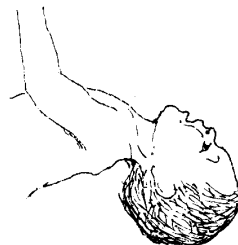
Балдардагы туталакты же диртилдөөнү көбүнчө катуу ысытма, дененин суусуздануусу, талма жана менингит козгойт. Эгерде денетабы көтөрүлсө, анда аны тезирек түшүргөнгө аракет кылып

(76-бетти караңыз), менингиттин (185-бет) жана дене суусуздануунун (151-бет) белгилерин текшерип. Ысытма же башка белгилери байкалбай туруп эле, туталак капыстан кармай калса, анда аны талма (178-б.) деп эсептесе болот (айрыкча, бала ошол мезгилде өзүн жакшы сезип жаткандай болсо). Ал эми туталагы кармаганда же карышма болгондо, адегенде баланын жаак сөөктөрү, андан соң денесинин бардык жери ийкемсиз болуп, сенейе баштаса, бул селейме оорусунун белгиси болушу мүмкүн (182-бет).



Менингит (185-бетти караңыз)

Менингит кызылчанын, төпкинин же башка коркунучтуу оорунун өтүшүп (күчөп) кетишинен улам пайда болот. Кургак учуктан жабыркаган энелердин балдары кургак учук менингити менен ооруп калышы мүмкүн. Эгерде бала аябай катуу ооруп, мойну сенейип катып калса, башын алдыга тарта албай артка карай кылчайта (кежейте) берсе жана денеси кызыктай кыймылдарды жасаса (мисалы, туталагы кармагандай болуп), анда бул менингит болушу мүмкүн. Менингит дайыма катуу баш ооруу менен коштолгондуктан, бала оорулуудай жана кыжырданып жаткандай көрүнөт.



Каназдык (анемия) (124-бетти караңыз)

Балдарда көп учураган белгилери:

- өңү кубарат (айрыкча, кабактар киртейет жана тиш бүйлөсү менен тырмактар бозорот);
- шайы кетет, тез чарчайт;
- топурак жегиси келет.

Көп кездешкен себептери:

- тамак-аштын курамында темир жетишпейт (124-б.);
- өнөкөткө айланган ичеги оорулар (145-б.);
- мите курт (нематода 142-б.);
- безгек (186-б.).



Алдын алуу жана дарылоо:

♦ Эт жана жумуртка сыяктуу, темирге бай азыктарды жеш керек. (Буурчактын, жасмыктын, жер жаңгактын жана кээ бир жашылча-жемиштердин курамында да темир болот.)

♦ Каназдыктын себебин аныктап, аны дарылоого аракет кылыңыз. Эгерде сиз жашаган аймакта ичеги курттары көп кездешсе, анда баланы жылаңайлак жүргүзбөш керек.

♦ Эгерде мите курттар болушу мүмкүн деп шектенсеңиз, анда медициналык кызматкерге кайрылыңыз. Ал микроскоп аркылуу баланын заңын текшерип, аныктап берет. Эгерде мите курттардын жумурткалары табылса, анда баланы дарылаш керек (374-376-беттер).

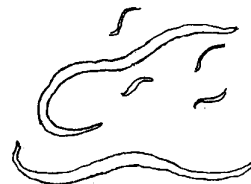
♦ Эгерде зарылчылык болсо, балага оозу аркылуу темир туздарынан (темирлүү күкүрт кычкылын, ферросульфат, 393-б.) бериңиз.

САК БОЛУҢУЗ: Ымыркайлар менен жаш балдарга темир кошулмасы бар таблеткаларды бербейиз. Балдар ууланып калышы мүмкүн. Андан көрө темирдин суюк түрүндөгүсүн бериңиз же таблеткаларды эзип, майдалап, тамак менен кошо берген жакшы.

Ичеги курттары жана башка ичеги мителери (140-бетти караңыз)

Эгерде балдардын биринен ичеги курттары табылса, анда үй-бүлөнүн бардык мүчөлөрү дарыланууга тийиш. Ичеги курттардын алдын алуу үчүн, балдар төмөнкүлөрдү сөзсүз аткарууга тийиш:

- ◆ тазалык эрежелерин сактоо (133-б.);
- ◆ даараткананы пайдалануу;
- ◆ эч качан жылаңайлак жүрбөө;
- ◆ эч качан чийки же чала бышырылган этти (же балыкты) жөбөө;
- ◆ таза же кайнатылган гана сууну ичүү;
- ◆ жашылча-жемиштерди жээрден мурун, аларды сууга (агын сууга) бир нече жолу жакшылап жууп алуу керек.



Тери оорулары (15-бөлүмдү караңыз)

Балдарда көп учураган тери ооруларына төмөнкүлөр кирет:

- котур (199-б.);
- жугуштуу жаралар жана тери ириң жарасы (импетиго, 201, 202-беттер);
- сары чакалай жана башка кычыткы инфекциялары (205-б.).

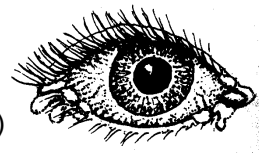


Тери ооруларынын алдын алуу үчүн тазалык эрежелерин сактаңыз (133-б.).

- ◆ балдарды тез-тез жуундуруп, желпип (биттерден арылтып) туруңуз;
- ◆ кантала, бит жана котурду дайыма текшерип туруңуз;
- ◆ котуру, бити, сары чакалайы же башка жугуштуу жарасы бар балдарды башка балдар менен бирге ойнотпоңуз, чогуу да жаткырбаңыз; аларды оорунун белгилери пайда болор замат дарылаңыз.

Көз кызаруу (конъюнктивит) (219-бетти караңыз)

Көздүн каректерин таза, ным чүпүрөк менен күнүнө бир нече жолу аарчып, тазалап туруш керек. Каректердин **ички жагына** күнүнө 4 маал антибиотик көз майын (379-б.) сыйпаңыз. Көзү ооруган бала башка балдар менен бирге ойнобошу керек, чогуу да жатпашы керек. Эгерде баланын абалы бир нече күндөн кийин деле оңолбосо, анда медициналык кызматкерге кайрылыңыз.



Суук тийүү жана сасык тумоо (163-бетти караңыз)

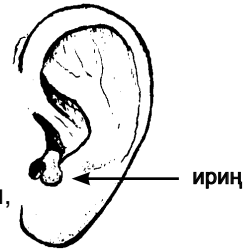
Суукка урунган бала демейде жөтөлөт, мурду агат, денеси бир аз ысыйт, көбүнчө тамагы ооруйт же кээде ичи өтөт. Мындай көрүнүш тез-тез болуп турат, бирок бул өтө деле коркунучтуу эмес. Мындай учурда суюктукту көп ичирип, парацетамол же ибупрофен (аспирин) бериш керек (379-бетти караңыз). Эгерде бала өзү кааласа, төшөктө жата бергени жакшы. Эң негизгиси, жакшы тамактандырып, мөмө-жемиштерден көп берип турсаңыз, бала суукка туруштук берип, тез эле жакшы болуп кетет. Суук тийгенде же сасык тумоологондо пенициллин, тетрациклин жана башка антибиотиктер жакшы жардам бербейт, ал эми ийне сайып дарылоонун зарылдыгы жок. Эгерде суук тийген баланын абалы оорлоп, денеси катуу ысыса, жөтөлсө, кыйналып дем алса, бул **өпкө сезгенүү** болушу мүмкүн (171-бетти караңыз). Мындай учурда балага антибиотиктерден бериңиз. Ошондой эле кулак оорусу (кийинки бетте) менен тамактын стрептококктук сезгенүү (310-б) белгилерин да текшерип.



БАШКА БӨЛҮМДӨРДӨ АЙТЫЛБАГАН БАЛДАР ООРУЛАРЫ ЖӨНҮНДӨ

Кулак оорусу жана кулак инфекциялары

Кулак инфекциялары жаш балдарда көп кездешет. Инфекция көбүнчө суук тийип ооругандан же мурун бүтүп кыйналгандан бир нече күн өткөндөн кийин башталат. Баланын эти ысып, көп ыйлайт же башынын бир жагын тырмай берет. Кээде кулактан ириң агып, баланын ичи өтүп, кусат. Эгерде баланын ичи өтүп, ысытмалай берсе, анда дароо кулактарын текшерүүнү унутпаңыз.



Дарылоо:

◆ Кулак инфекциясын эртерээк дарылаган жакшы. Пенициллин (351-б.) же ко-тримоксазол (358-б.) өңдүү антибиотиктерден берүү керек. 3 жашка чейинки балдарга ампициллин берген жакшы (353-б.). Оорууну басаңдатуу үчүн парацетамол (380-б.) же ибупрофен бериңиз. Аспирин деле жардам берет, бирок ал өтө ишенимдүү дары эмес.

◆ Кулактагы ириңди көбөз менен этияттап тазалаңыз, бирок көбөзди, таякчаны, жалбыракты же башка нерселерди кулакка тыкпаңыз.

◆ Кулагынан ириң агып жүргөн балдарды тез-тез жуундуруп туруңуз. Ал эми кулагы жакшы болуп кеткенден кийин, жок дегенде 2 жума бою сууга түшүрбөңүз.

Алдын алуу:

◆ Балдарга суук тийгенде мурдун чимкиргенге **эмес**, аарчып жүргөнгө үйрөтүңүз.

◆ Ымыркайларды шише (бөтөлкө) менен тамактандырбаңыз. Эгерде шише менен тамактандыргыңыз келсе, анда ымыркайды чалкасынан жаткырбай тамактандырыңыз, себеби ичкен сүтү мурдунан куулуп, кулакка инфекция кирип кетиши мүмкүн.

◆ Баланын мурду бүткөндө, мурун ичиндеги былжырды туз кошулган тамчылатма дары менен 164-бетте көрсөтүлгөндөй кылып сордуруп алыңыз.

Кулак каналындагы инфекция:

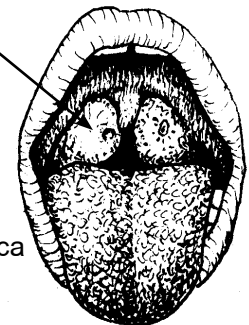
Кулак каналына же көңдөйүнө (түтүкчөсүнө) инфекция киргенин аныкташ үчүн, кулакты акырын чоюп көрүңүз. Эгерде оорутса, демек каналда инфекция бар. Анда сирке сууга (уксуска) суу кошуп, аны күнүнө 3 же 4 маал кулакка тамчылатуу керек (1 кашык сирке суу менен 1 кашык кайнак сууну аралаштырасыз). Эгерде денетабы көтөрүлүп, кулактан ириң акса, анда антибиотик бериңиз.

Алкым (тамак) безинин сезгенүүсү (ангина, тонзиллит)

Бул оорулар көбүнчө суук тийүүдөн башталат. Тамак кызарып, жутунган сайын ооруйт. Алкым бездери (тамактын арткы жагында жайгашып, эки жагына тең дөмпөктү пайда кылган эки лимфа түйүнү) чоңоюп, оорутат же ириңдей баштайт. Денетабы 40°ка чейин көтөрүлүшү мүмкүн.

Дарылоо:

- ◆ туз кошулган жылуу суу менен тамакты чайкаш керек (1 стакан сууга 1 чай кашык туз кошосуз);
- ◆ ооруганын басаңдатуу үчүн парацетамол же ибупрофен ичиңиз;
- ◆ эгерде тамак капыстан ооруп, адам ысытмалай баштаса же ысытма жана ооруганы 3 күндөн ашык убакытка созулса, анда бул туурасында кийинки бетти (төмөнкү текстти) караңыз.



Алкым безинин сезгенүүсү (ангина) жана кызыл жүгүрүк коркунучу

Демейде суук тийүүдөн же сасык тумоодон болгон ангинаны дарылоодо антибиотиктер жардам бербейт. Андан көрө тамакты чайкап, парацетамол же ибупрофен ичкен жакшы.

Бирок ангинанын “**стрептококктук ангина**” деп аталган түрүн пенициллин менен дарыласа болот. Бул оору көбүнчө балдар менен жаштарда көп кездешип, демейде тамактын капыстан, катуу оорутушу жана денетабынын көтөрүлүшү менен башталат. Мындайда адам жөтөлбөйт, суук тийүүнүн белгилери да байкалбайт. Ооздун арткы жагы менен тамак бездери катуу кызарып, жаак астындагы жана моюндагы лимфа бездери шишип, оорушу мүмкүн. Тамак бездерин көбүнчө агыш (саргыч) тарткан оозул жаап калат.

Балага 10 күн бою пенициллин бериңиз (351-б.). Эгерде пенициллинди эрте берип, аны берүүнү 10 күн бою улантсаңыз, анда кызыл жүгүрүк оорусуна чалдыгуу коркунучу азаят. Стрептококктук ангинасы бар балага башка балдар менен чогуу тамактанууга же жатууга болбойт. Бул, оорунун башкаларга жугуп, таралып кетишинин алдын алууга жардам берет.

Кызыл жүгүрүк (ревматизм)

Бул оору көбүнчө балдар менен жаштарда көп кездешип, демейде стрептококктук ангина (жогору жакты караңыз) менен жабыркагандан 1-3 жума өткөндөн кийин башталат.

Негизги белгилери (демейде 3 же 4 түрлүү белгиси болот):

- ысытмалайт;
- муундар ооруйт (айрыкча, кырк муун менен кызыл ашык, андан соң тизе менен чыканак. Муундар шишип, тез-тез ысыйт жана кызарат);
- теринин астына дөмпөктөр же ийри кеткен кызыл сызыктар пайда болот;
- өтө оор учурларда алсырайт, дем алуу оорлойт же жүрөк оорушу мүмкүн.



Дарылоо:

◆ Кызыл жүгүрүк деп шек санасаңыз, анда медициналык кызматкерге кайрылыңыз. Эгерде созулуп кетсе, жүрөккө зыян келтириши мүмкүн.

◆ Аспириндин чоң дозасын ичириңиз (380-б.). 12 жашар бала 300 миллиграммдык таблеткадан 2 же 3 төн күнүнө 6 маал ичсе болот. Ашказанды оорутуп албаш үчүн, аларды сүт же тамак менен бирге ичкен жакшы. Эгерде кулак шуулдай баштаса, анда дарынын дозасын азайтыңыз.

◆ Пенициллин бериңиз (351-бетти караңыз).

Алдын алуу:

◆ Кызыл жүгүрүктүн алдын алуу үчүн адегенде “стрептококктук ангинаны” пенициллин менен 10 күн бою дарылоо керек.

◆ Кызыл жүгүрүктүн кайталанышынын алдын алуу жана жүрөккө кошумча зыян келтирбөө үчүн, буга чейин кызыл жүгүрүк менен ооруган баланы ангинанын алгачкы белгилери пайда болгондон тартып, 10 күн бою пенициллин менен дарылоо керек. Эгерде балада жүрөк жабыркоосунун белгилери байкалса, анда пенициллинди такай ичип же ай сайын денеге сайма бензатин пенициллин дарыларын алып турушу зарыл (353-б.). Тажрыйбалуу дарыгердин же медициналык кызматкердин да кеңештерин эске алыңыз.

БАЛДАРДЫН ЖУГУШТУУ ООРУЛАРЫ

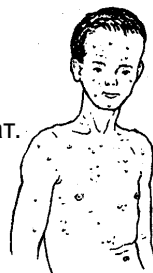
Суу чечек

Жеңил вирустардын катарына кирген бул инфекция оорулуу бала менен жакындашкандан 2-3 жума өткөндөн кийин башталат.

Белгилери:



териде тактар,
ыйлаакчалар
жана карттар
пайда болот



Адегенде көптөгөн майда, кызыл, кычыштырган тактар пайда болот. Алар барып майда безеткиге же ыйлаакчага айланат. Андан ары ыйлаакчалар (же безеткилер) жарылып, карттарды пайда кылышат. Булар көбүнчө дененин борбордук бөлүгүнө чыгып, бара-бара бетке, колдорго жана буттарга тарай баштайт. Так, ыйлаакча, карт – үчөө тең бир эле учурда байкалышы мүмкүн. Мындай учурда денетабы анча көтөрүлбөйт.

Дарылоо:

Оору демейде 1 жумага созулат. Баланы күн сайын самындап, жылуу суу менен жуундуруп туруңуз. Кайнатылып сүзүлгөн сулу акшагынын суусуна чүпүрөктү малып, аны кычышкан жерге басыңыз. Баланын тырмактарын кыска кылып алыңыз. Эгерде карттар ириңдей баштаса, аларды таза кармаганга аракет кылуу керек. Аларга антибиотик майларын сүйкөп, нымдуу, ысык компресс басыңыз. Баланын жараларды тырмап, ырбатып албашына көз салыңыз.

Кызылча

Мындай күчтүү вирус айрыкча, кургак учукка чалдыккан же начар тамактанган балдар үчүн өтө коркунучтуу. Кызылча, оорулуу адам менен жакындашкандан 10 күн өткөндөн кийин, кадимки суук тийүүнүн белгилери (ысытма, мурундан суу куюлуу, көздүн кызарып оорушу жана жөтөл) менен башталат. Оорулуу баланын абалы улам начарлай берет жана оозу катуу ооруп, ичи өтүшү мүмкүн. 2-3 күндөн кийин ооздо туз сымал, майда, ак тактар пайда болот. Андан 1-2 күн өткөн соң адегенде моюн менен кулактын артына, андан кийин бет менен дененин борбордук бөлүгүнө, акырында кол менен буттарга бүдүрлөр чыга баштайт. Денеге бүдүрлөр чыккандан кийин бала өзүн жакшы сезип калат. Бүдүрлөрдүн чыгышы 5 күнгө созулат. Кээде алар кара так түрүндө дененин ар кайсы жерине чачыранды болуп чыгышы мүмкүн; бул, тери астына кан кетип калуудан улам пайда болот да (“кара кызылча”), кызылчанын өтө коркунучтуу түрү экендигинен кабар берет. Мындай учурда тезинен медициналык жардамга кайрылуу керек.



Дарылоо:

◆ баланы төшөккө жаткырып, суюктукту көп ичирип, аш болумдуу тамактардан берүү керек; эгерде бала коюу тамактарды жей албаса, анда шорпо сыяктуу суюк тамактардан бериңиз; эгерде бала эмчек эме албай кыйналса, анда сүттү саап, кашык менен бериңиз (120-бетти караңыз);

◆ мүмкүн болсо, көзгө зыян келтирип албаш үчүн “А” витаминин бериңиз;

◆ эгерде бала ысытмаласа же тынчы кетип кыйнала берсе, парацетамол (же аспирин) дарысын бериңиз;

◆ эгерде кулагы ооруп, ооруганы күчөп баратса, анда антибиотик ичириңиз (351-б.);

◆ эгерде өпкө сезгенүүнүн, менингиттин же кулактагы, ашказандагы башка катуу оорулардын белгилери байкалса, анда медициналык жардамга кайрылыңыз;

◆ эгерде ичи өтүп жатса, регидрон суусунун бериңиз (152-б.).

Кызылчанын алдын алуу:

Кызылча менен ооруган балдарды башка балдардан (ал тургай бир туугандарынан да) бөлөк кармаш керек. Айрыкча, начар тамактанган, кургак учугу же башка өнөкөт оорусу бар балдарды коргогонго аракет кылуу керек. Кызылча менен ооруп жаткан баласы бар үйгө башка үй-бүлөнүн балдары барбашы (жолобошу) керек. Эгерде үйдөгүлөр кызылча менен ооруп калса, бирок оору балдарына жуга элек болсо, анда балдары 10 күн бою мектепке, дүкөнгө же башка коомдук жайларга барбай, үйдө отурушу керек.

Балдардын өмүрүнө коркунуч туудурган кызылча оорусунун алдын алуу үчүн, балдарды жакшы тамак менен камсыз кылуу керек. Балдарды кызылчага каршы эмдөөнү 8-14 айларында баштаңыз.

Кызамык

Кызамык демейдеги кызылчага караганда жеңил өтөт. Ал 3-4 күнгө созулат. Бүдүрлөр көп чыкпайт. Көбүнчө желке жана моюн лимфа бездери чочуп, оорутат.

Баланы төшөккө жаткырып, зарыл болгон учурда парацетамол же аспирин дарыларын бериңиз.

Кош бойлуулуктун алгачкы 3 айында кызамык менен ооруган аялдардын балдары жарым жан болуп төрөлүшү мүмкүн. Андыктан кызамык менен ооруй элек же ооруганын билбеген **кош бойлуулар** кызамыгы бар балдардан **алыс болушу керек**. Аялдар менен кыздардын кызамыгы бойго бүтүүгө чейин болгону жакшы. Кызамыкка каршы эмдөөлөр бар, бирок аларды табуу кыйын.

Тепки (паротит)

Тепкинин алгачкы белгилери оорулуу менен жакындашкандан 2-3 жума өткөндөн кийин байкала баштайт. Адегенде адам ысытмалайт; оозун ачканда же тамак жегенде оорутат. 2 күндөн кийин кулактын ылдый жагында, жаак капталында жумшак шишик пайда болот. Шишик адегенде бир жак капталдан башталып, кийинчерээк экинчи капталына өтөт.



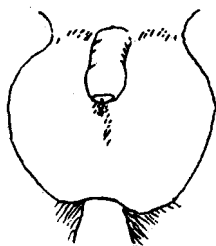
Дарылоо:

Шишик эч кандай дарылоосуз эле, 10 күндүн ичинде өзүнөн-өзү жоголуп кетет. Ысытманы жеңилдетип, ооруганын басаңдатуу үчүн парацетамол же аспирин берген жакшы. Баланы жеңил, аш болумдуу тамактар менен тамактандырып, оозун чайкап, таза кармаңыз.

Өтүштүрүү:

Чоңдор менен 11 жаштан ашкан балдарда ооругандан бир жума өткөндөн кийин ичтин төмөн жагы жана энектер (эркектин жумурткалары) шишип, оорутушу мүмкүн. Мындай учурда сабыр кылып, оору менен шишикти басаңдатуу үчүн шишиген жерлерге музду же нымдуу, муздак чүпүрөктү басып туруу керек.

Эгерде менингиттин белгилери байкалса, анда дароо медициналык жардамга кайрылыңыз (185-б.).



Көк жөтөл

Көк жөтөл ооруган бала менен жакындашкандан 1-2 жума өткөндөн кийин, ысытма менен коштолгон суук тийүү, мурундан суу куюлуу жана жөтөл менен башталат.

Эки жумадан кийин жөтөл күчөй баштайт (көк жөтөл башталат). Бала көпкө чейин жакшы дем ала албай кыйналып, какырыгына какап калгыча тез-тез жөтөлө берет, бирок катуу жөтөлгөндө, какырыгы өпкөсүнө кирип кетиши мүмкүн. Бала жөтөлүп жатканда аба жетишпей калгандыктан, эрини менен тырмактары көгүш тартып кетет. Көк жөтөлдөн кийин бала кусушу мүмкүн. Ал эми жөтөлдөрдүн аралыгында баланын ден соолугу чың болуп көрүнөт. Демейде көк жөтөл 3 айга же андан да көп убакытка созулат. Көк жөтөл **айрыкча, 1 жашка чейинки балдар үчүн коркунучтуу**. Андыктан аларды эмдөөдөн эртерээк өткөргөн жакшы. Ымыркайлардын көк жөтөлү билинбей өткөндүктөн, анын көк жөтөл же көк жөтөл эмес экендигин ажыратып билүү кыйын. Эгерде ымыркай көп жөтөлсө, анын көздөрү киртейип шишип кетсе жана ошол аймакта көк жөтөл менен ооругандар кездешсе, анда ымыркайды **дароо** дарылатыңыз.



Дарылоо:

◆ Антибиотиктер көк жөтөлдүн алгачкы баскычында гана (чыныгы көк жөтөл баштала элек учурда) жардам берет. Эритромицинди (355-б.) же ампициллинди (353-б.) колдонушуңуз керек. Левомецетин (хлорамфеникол) да жардам бериши мүмкүн, бирок ал коркунучтуу дары. Ымыркайларга берилүүчү доза жөнүндө 358-бетти караңыз. Айрыкча, 6 айга чейинки ымыркайларды көк жөтөлдүн биринчи белгилери байкалары менен эле дарылоонун мааниси өтө чоң.

◆ Көк жөтөлдүн оор учурларында, айрыкча, жөтөлдүн айынан бала уктай албай кыйналса же калчылдай берсе, фенобарбитал дарысы жардам берет (389-б.).

◆ Эгерде жөтөлдөн кийин ымыркай дем ала албай калса, анда аны өзүңүзгө буруп, колуңуз менен оозундагы какырыкты алып таштаңыз. Андан соң алаканыңыз менен артына (дал ортосуна) акырын ургулаңыз (таптап коюңуз).

◆ Ымыркай начар тамактанып, арыктап кетпеш үчүн, аш болумдуу тамактардан бериңиз. Эгерде ичкендерин куса берсе, анда кускандан кийин тамак менен сууну аз-аздан бергенге аракет кылыңыз.

Өтүштүрүү:

Көздүн агына кан куюлуу (кан кетүү) жөтөлдөн болушу мүмкүн. Мындай учурда дарылоонун зарылдыгы жок (224-бетти караңыз). Эгерде өпкө сезгенүүнүн (171-б.) же туталактын белгилери байкалса, анда медициналык жардамга кайрылыңыз.

**Балдардын баарын көк жөтөлдөн сактаңыз.
Аларды 2 айында эле көк жөтөлгө каршы
биринчи эмдөөдөн өткөрүңүз.**

Кептөөр (дифтерия)

Кептөөрдө бала кадимки суук тийгендей ысытмалайт, башы менен тамагы ооруйт. Тамагынын арткы жагында, кээде мурду менен эриндеринде коңур сары, жука катмарлар (кабыкчалар) же **жаргакчалар (мембраналар)** пайда болуп, баланын мойну шишип, оозунан жагымсыз (сасык) жыт келет.



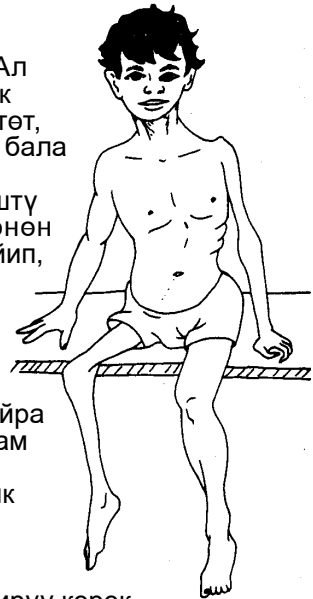
Эгерде баланын оорусу кептөөр деп шектенсеңиз, анда:

- ◆ баланы өзүнчө бир бөлмөгө жаткырыңыз;
- ◆ тезинен медициналык жардамга кайрылыңыз; кептөөргө каршы атайын антитоксин дарысы болот, ошону колдонуңуз;
- ◆ пенициллин бериңиз (чоң балдарга 400 000 бирдиктеги 1 таблетканы күнүнө 3 маал бересиз);
- ◆ жылуу сууга бир аз туз салып, тамагын чайкатыңыз;
- ◆ буу менен дем алдырыңыз (муну бат-бат кайталаңыз, 168-б.);
- ◆ эгерде баланын деми кыстыгып, өңү көгөрүп баратса, анда колуңузга (сөөмөйүңүзгө) оролгон чүпүрөк менен тамагындагы жаргакчаны алып салганга аракет кылыңыз.

Кептөөр – коркунучтуу жугуштуу оору. Бирок ККС (көк жөтөл, кептөөр, селейме) вакцининин жардамы менен оңой эле анын алдын алууга болот. **Балдарыңыздын баарын эмдөөдөн өткөрүүнү унутпаңыз.**

Балдардын шал оорусу (полио, полиомиелит)

Бул оору 2 жашка чейинки балдарда көп кездешет. Ал вирустук инфекция аркылуу берилип, ооруган бала суук тийгендегидей болуп, тез-тез ысытмалайт, кусат, ичи өтөт, булчуң эттери ооруйт. Демейде бир нече күндөн кийин бала толук айыгып кетет. Бирок, кээде дененин бир бөлүгү бейкаруу (алсыз) же шал болуп калат. Мындай көрүнүштү көбүнчө буттардан байкоого болот (бир буттан же экөөнөн тең). Убакыт өткөн сайын бейкаруу (алсыз) бут кичирейип, экинчи соо бутка караганда ичкерип, кемий берет.



Дарылоо:

Эгерде бала шал оорусуна кабылса, ага эч кандай дары жардам бералбайт. (Чанда гана бала аз-аздан кайра күч-кубатына келиши мүмкүн.) Антибиотиктер да жардам бербейт. Оорунун башталышында парацетамол же ибупрофен (аспирин) берип, ооруган булчуңдарды ысык сууга малынган чүпүрөк менен басып, ооруганын басаңдатууга болот. Баланын абалы ыңгайлуу болуп, жаткан жери тар болбоого тийиш. Колу-бутун этияттап түздөп, жатканда ийилбей түз жата турган абалга келтирүү керек. Ооруганын басаңдатуу үчүн, жатканда тизесинин алдына жаздык коюп койсоңуз болот, бирок тизесин түз абалда кармаган жакшы.

Алдын алуу:

- ◆ Сактануунун эң жакшы жолу – балдарды шал оорусуна каршы эмдөөдөн өткөрүү.
- ◆ Суук тийүүнүн, ысытманын же шал оорусу (полио вирусу) козгогон башка оорулардын белгилери байкалса, балага ийне саюу жолу менен эч кандай дары бербейсиз, себеби ийне сайганда дене дүүлүгүп, оору күчөп кетиши мүмкүн (жеңил түрүнөн оор түрүнө өтүп кетет). **Өтө чоң зарылчылык болмоюнча, балдарды эч качан ийне сайып дарылабаңыз.**
- ◆ Суук тийүү менен ысытманын белгилерин алып жүргөн балдарды өзүнчө бөлмөдө кармаңыз. Баласын кармалап, ага кол тийгизгенден кийин, атасы да, энеси да сөзсүз колдорун жуушу керек.

Балдарды шал оорусуна каршы эмдөөдөн 2,3-ЖАНА 4-айларында эле өткөрүү керек.

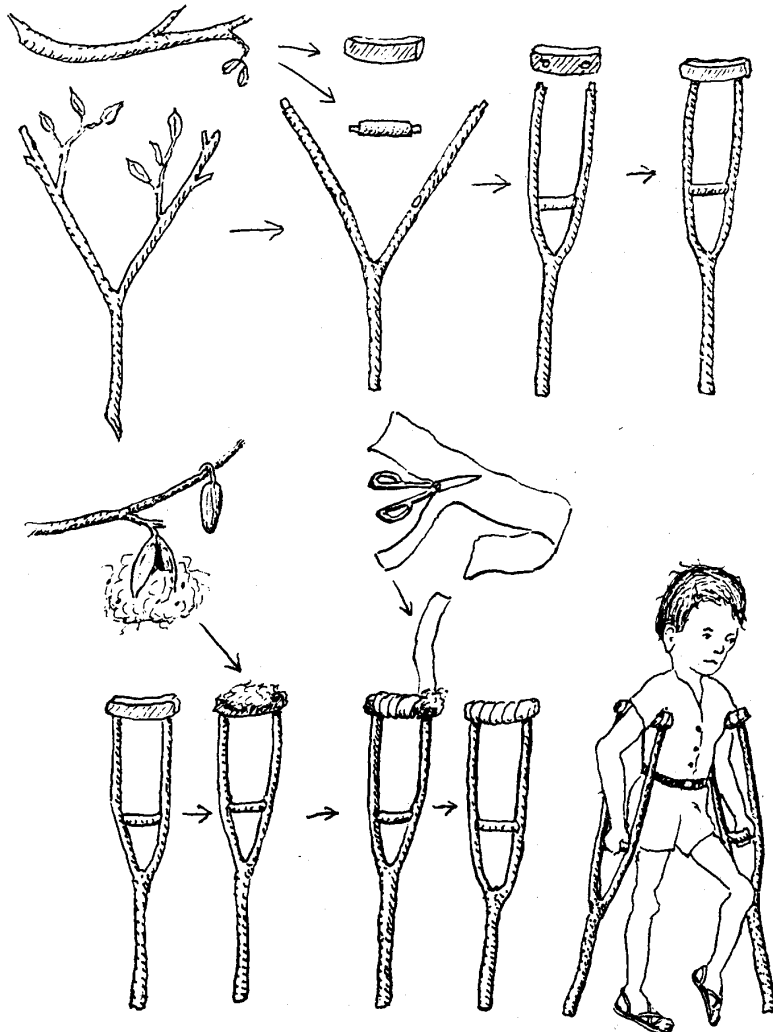
Шал оорусуна кабылган бала аш болумдуу тамактарды жеп, булчуңдарын калыбына келтирүү үчүн ар кандай көнүгүүлөрдү жасашы керек.

Балага өзү каалагандай басканды үйрөнүүгө жардам бериңиз. Сүрөттөгүдөй кылып, 4 кырдуу устун жасап берсеңиз, баланын таянып басышына жакшы жардам болот. Кийинчерээк балдак жасап бериңиз. Балдак, бут тирегич жана башка кошумча куралдар баланын жакшы басып кетишине жардам берип, буттарынын ийрейип калуусунан сактайт.



Балдардын шал оорусу жана башка оорулары (майыптыгы, кемтиктери) жөнүндө көбүрөөк маалымат алгыңыз келсе, Геспериан фондусу тарабынан чыгарылган *“Айыл жериндеги майып балдар”* аттуу китепти алып окуңуз.

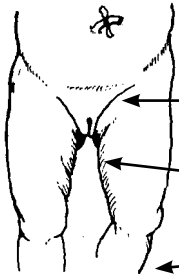
ЖӨНӨКӨЙ БАЛДАКТАРДЫ КАНТИП ЖАСАСА БОЛОТ?



БАЛДАРДЫН ТУБАСА ООРУЛАРЫ

Жамбаш чыкма (жамбаштын чыгып кетиши)

Кээ бир балдар төрөлгөндө эле жамбашы чыгып төрөлүшөт (кашка жилиги муундан чыгып кеткен болот). Эгерде бул жөнүндө эртерээк кам көрүлсө, зыяны азыраак болуп, аксап калуунун алдын алса болот. Андыктан, төрөлгөндөн кийин 10 күндүн ичинде баланы сөзсүз текшерүү зарыл (баланын кашка жилигин текшерүү керек).



1. Эки бутту салыштырып көрүңүз. Эгерде бир жак жамбашы чыгып кеткен болсо, анда төмөнкүдөй белгилерди байкоого болот:

Буттун өйдө жагы (сан) дененин бул жерин жарым-жартылай жаап калат.

Бул жерден бир нече бүгүлүштөрдү (бүгүмдөрдү) байкоого болот.

Бул бут экинчи бутка караганда кыска же кыйшайып, кызыктай болуп көрүнөт.

2. Эки бутту тизесинен, сүрөттөгүдөй кылып бүгүп кармап,

эки жакка жазыңыз.



Эгерде жаза баштаганда буттарынын бири тез эле токтоп, «кырс» эте түшсө же бала ал бутун силкип ийсе, анда баланын жамбашы чыгып кеткен болот.

Дарылоо:

Эки тизесинин арасын көнөн ачып, баланы өйдө көтөрүп туруш керек. Ал үчүн:

төмөнкүдөй, калың жалаякты колдонуп



же уктап жатканда буттарын төөнөгүч менен төмөнкүдөй кылып төөнөп,



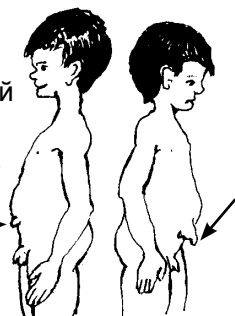
же болбосо төмөнкүдөй кылып, баланы аркага алып жүрүү керек.



Баласы апасынын артына учкашып, эки бутун эки жакка керип алмай адатка айланган жерлерде башкача дарылоонун зарылдыгы деле жок. Ушунун өзү эле жардам берет.

Киндик чуркусу (киндиктин сыртка чыгып калышы)

Бул сүрөттө көрсөтүлгөндөй, киндиктин сыртка чыгып калышы коркунучтуу эмес. Эч кандай дарынын же дарылоонун кереги жок. Чүпүрөк же белдемчи менен ичти катуу таңып салуу да жардам бербейт.



Бул сүрөттөгүдөй, чоң киндик чуркусу деле коркунучтуу эмес. Ал көбүнчө өзүнөн өзү жоголуп кетет. Эгерде ал, бала 5 жаштан өткүчө жоголбосо, анда операция кылыш керек болот. Мындай учурда медициналык жардамга кайрылганыңыз оң. (Демейде, киндик чуркусунун диаметри 3 сантиметрден кичине болсо, анда ал бала 5 жашка толгуча, кайра өзүнүн нормалдуу абалына келип калат.)

«Шишиген энектер» (сары суу оорусу же чурку)

Эгерде баланын **калтасы** бир жагына ооп, шишип кетсе, анда бул – калтага суюктуктун толуп калышын (сары суу оорусу) же ичеги илмегинин калтага түшүшүн билдирет (чурку).

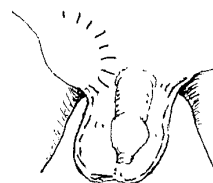
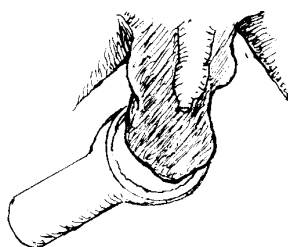
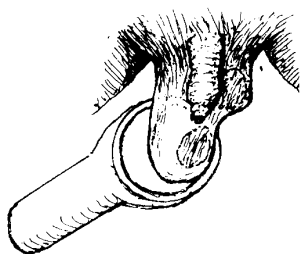
Мунун себебин аныктоо үчүн, шишиген жерди жарык менен караш керек.



Эгерде жарык шооласы шишиктен оңой өтсө, анда бул - **сары суу оорусу**.

Эгерде жарык шишиктен өтпөй, бала жөтөлгөндө же ыйлаганда шишик улам чоңоё берсе, анда бул – **чурку**.

Кээде **чурку** калтанын бир жак бетине (ичине эмес) чыккан шишикке алып келет.



Демейде сары суу оорусу дарысыз эле, бир аз убакыттан кийин өзүнөн өзү жоголуп кетет. Эгерде бир жыл өткөндөн кийин да жоголбосо, анда дарыгерге кайрылыңыз.

Чуркуну хирургиялык жол менен дарылоо керек (177-бетти караңыз).

Мындай шишикти лимфа безинин шишиги (88-б.) деп койсо болот, себеби чурку, бала ыйлаганда же тикесинен турганда чоңоюп, ал эми бала тынч жатканда жоголо баштайт.

АКЫЛ-ЭСИ КЕМ, ДҮЛӨЙ ЖЕ МАЙЫП БАЛДАР

Кээ бир ата-энелердин балдары төрөлгөндө эле дүлөй, **кем акыл** (акыл-эси кеч өнүккөн) же **тубаса майып болуп** (денесинин бир жеринде кемтиги бар) төрөлүшөт. Мунун себебин аныктоо кыйын. Эч кимди күнөөлөөгө болбойт. Булар көбүнчө кокусунан пайда болгон ооруга окшош.

Бирок, тубаса майыптардын көбөйүшүнө белгилүү бир нерселер чоң шарт (мүмкүнчүлүк) түзөт. **Эгерде ата-энелер тийиштүү сактык чараларын көрүшсө, анда балдардын кемтиги менен төрөлүү бактысыздыгы кыйлага азаймак.**

1. Ымыркайлардын кем акыл же тубаса майып болуп төрөлүшү – энеси боюнда бар кезинде **аш болумдуу тамактарды жетиштүү өлчөмдө ичпегендиктен** болушу мүмкүн.

Ден соолугу чың баланы төрөш үчүн, кош бойлуулар аш болумдуу тамактарды жетиштүү өлчөмдө ичиши керек (110-бетти караңыз).

2. Кош бойлуу аялдын тамагындагы баланы **келесоолукка (кретинизм оорусуна)** алып келет. Мындай учурда баланын бети шишип, көз карашы маңыроодой болуп турат. Төрөлгөндөн кийин көпкө чейин териси менен көздөрү саргарып жүрүшү мүмкүн (сарык оорусу). Тили салаңдап, маңдайына чач чыгат. Шайы кетип, начар тамактанат, аз ыйлайт жана көп уктайт. Акыл-эси жагынан өзү теңдүү башка балдардан артта калат же дүлөй болуп калышы мүмкүн. Демейде мындай баланын киндик чуркусу болот. Ал ден соолугу чың балдарга караганда кеч басып, кеч сүйлөйт.

Келесоолуктун алдын алуу үчүн, кош бойлуу аялдар жөнөкөй туздун ордуна йоддолгон тузду колдонушу керек (130-бетти караңыз).

Эгерде бала келесоо болушу мүмкүн деп шектенсеңиз, аны дароо дарыгерге же медициналык кызматкерге көрсөтүңүз. Бала атайын берилүүчү дарыны (тироидди) канчалык эрте алса, ага ошончолук пайдалуу болот.

3. Кош бойлуу кезде **спирт ичимдиктерин ичүү же тамеки чегүү** – ымыркайдын кичинекей болуп төрөлүшүнө же башка көйгөйлөргө алып келет (149-бетти караңыз). Ошондуктан **айрыкча, кош бойлуу кезде ичимдик ичүүгө жана тамеки чегүүгө таптакыр болбойт.**

4. **35 (отуз беш) жаштан ашкан** аялдарда майып балдарды төрөө коркунучу көбүрөөк болот. Кандайдыр бир деңгээлде келесоолукка окшоп кеткен **«МОНГОЛИЗМ»** же «Даун» ооруларына көбүнчө улгайган энелердин балдары чалдыгат.

Ошондуктан 35 жаштан өткөндөн кийин балалуу болбоону пландоонун өзү туура (20-бөлүмдү караңыз).

5. **Дары-дармектерди көп ичүү** кош бойлуу аялдын курсагында жетилип келе жаткан ымыркайга терс таасирин тийгизет. **Кош бойлуу кезде дарыны мүмкүн болушунча аз ичип, ден соолукка зыян келтирбей турган гана дарыларды колдонууга аракет кылуу керек.**

6. **Эгерде күйөөсү менен аялы жакын туугандардан болушса** (мисалы, бир туугандардын балдары, бөлөлөр), анда алардын балдарынын кем акыл же майып болуп төрөлүү коркунучу өтө чоң болот. Кеңири таралган кемтиктерге: **чалыр көздүк, кошумча чыккан манжалар, майрык, жырык эрин (коён жырык) жана жырык таңдай кирет.**



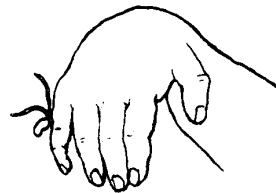
КЕЛЕСООЛУК

Жогоруда аталган кемтиктердин жана башка көйгөйлөрдүн болушун азайтуу үчүн, жакын туугандыгы бар кызга үйлөнүүгө же жигитке турмушка чыгууга болбойт. Эгерде балдарыңыздын көбүнүн тубаса кемтиги бар болсо, анда мындан ары балалуу болбой эле койгонуңуз жакшы («Үй-бүлөнү пландоону» караңыз, 20-бөлүм).

Эгерде балаңыз тубаса кемтиги менен же майып болуп төрөлсө, анда аны медициналык борборго алып барыңыз. Көп учурларда балага жардам берүүгө болот.

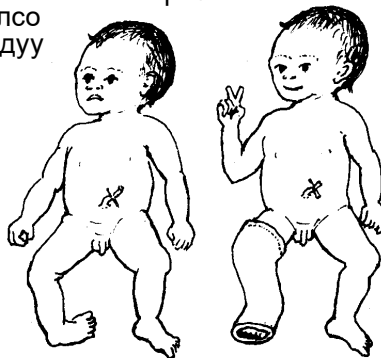
- Чалыр көздүк жөнүндө 225-бетти караңыз.

• Эгерде кол-бутка кошумча чыгып алган манжанын көлөмү өтө кичинекей, сөөгү жок болсо, анда аны жип менен катуу кысып, байлап салыңыз. Ал бара-бара кургап, өзүнөн өзү түшүп калат. Эгерде манжанын көлөмү чоң, сөөгү да бар болсо, анда аны тийбей, жөн калтырганыңыз оң, же болбосо хирургиялык жол менен алып салуу керек.



• Эгерде жаңы төрөлгөн баланын буттары ич жагына кайрылып чыкса же буттарынын жайгашуусу туура эмес абалда болсо (майрык), анда аларды этияттап буруп, нормалдуу абалга келтирүүгө аракет кылыңыз. Эгерде баланын буттары оңой эле буралса, анда муну бир күндө бир нече жолу кайталаңыз. Буттар (же бут) акырындап, нормалдуу абалга келиши мүмкүн.

Эгерде буттарды (бутту) нормалдуу абалына келтире албасаңыз, анда баланы **дароо** медициналык борборго алып барыңыз. Ал жерден баланын буттарын түздөп же гипстеп, таңып алууга болот. Негизи, бала **төрөлгөндөн кийин аны 2 күндүн ичинде медициналык борборго алып барган жакшы.**

МАЙРЫК
БУТГИПСТЕЛГЕН
БУТ

• Эгерде ымыркайдын эрини же үстүңкү таңдайы ажырап (эки жакка бөлүнүп) кетсе, анда анын эмчек эмүүсү кыйын болуп калат. Балага тамакты кашык же тамызгыч (пипетка) менен берүүгө туура келет. Баланын эрини менен таңдайын хирургиялык жол менен нормалдуу абалга алып келсе болот. Ал үчүн балага 4-6 айлыгында (эринге) жана 18 айында (таңдайга) операция жасатуу керек.

ЖЫРЫК ЭРИН
(КОЁН ЖЫРЫК)
ЖАНА ЖЫРЫК
ТАҢДАЙ

7. Төрөткө чейинки же төрөт учурундагы кыйынчылыктардын баары кээде баланын **мээсинин жабыркашына** алып келет. Ушундан улам, бала мээшалдыкка же туталакка чалдыгышы мүмкүн. Эгерде төрөлгөндө ымыркай араң дем алса же төрөлө электе эле энесине аначы (акушерка) окситоцин дарысын сайып ийсе (төрөттү тездетүүчү же энеге күч берүүчү дары, 266-б.), бул мээни жабыркатуу коркунучун көбөйтөт.

Аначыны (акушерканы, акушерди) тандоодо өтө этият болуңуз; бала төрөлгүчө аялга окситоцин дарысын саюуга уруксат бербейиз.

Майып болуп төрөлгөн балдар жөнүндө толук маалымат алгыңыз келсе, **“Айыл жериндеги майып балдар”** аттуу китептин 12-бөлүмүн караңыз.

Мээшал бала (мээшалдык)



Мээшалдыкка чалдыккан баланын булчуңдары ийилбей, тартышып (карышып) калат. Бала булчуңдарын кыймылдата албай кыйналат. Бети, мойну же денесинин бир жери кыйшайып (ийрейип), кыймыл-аракети өзгөрүшү мүмкүн. Көбүнчө буттун ички булчуңдарынын ийилбей, тартышып калуусунан улам буттар кайчылашып калат.

Бала төрөлгөндө нормалдуу же бир аз алсыз көрүнүшү мүмкүн. Булчуңдардын ийилбей, тартышып калышы бала чоңойо баштаганда байкалат. Бул учурда баланын акыл-эси нормалдуу өсө бериши мүмкүн же болбосо артта калат.

Мээшалдыкка себеп болгон мээнин жабыркашы көбүнчө төрөттөн (ымыркай жакшы дем ала албай калганда) же бала кездеги

менингиттин таасиринен улам болот.

Мээнин жабыркашына эм болуучу дары жок. Бирок балага бөтөнчө кам көрүү керек. Буттагы же тамандагы булчуңдардын ийилбей, тартышып (тырышып) калуусунун алдын алуу үчүн, аларды күнүнө бир нече жолу **өтө акырындык менен** кыймылдатып, бүгүп-жазып туруш керек.

Баланын бурулушуна (оңқорулушуна), отурушуна, турушуна, мүмкүнчүлүк (эбин) таап басышына (314-бетте айтылгандай) жардам берип, үйрөтүңүз. Акылын да, денесин да иштетүүгө жасаган баланын бардык аракеттерин колдоңуз (322-бетти караңыз). Сүйлөгөнү начар болгону менен, акылы болсо, бала көп өнөрлөрдү өздөштүрүп кете алат. Андыктан балага шарт түзүп, мүмкүнчүлүк берүү керек. **Баланын өзүн өзү эптеп кетишине жардам бериңиз.** Мээшалдык жөнүндө көбүрөөк маалымат алгыңыз келсе, **“Айыл жериндеги майып балдар”** аттуу китептин 9-бөлүмүн караңыз.

БАЛАНЫН АКЫЛ-ЭСИНИН АРТТА КАЛУУСУНУН ЖЕ ТУБАСА МАЙЫП БОЛУП ТӨРӨЛҮШҮНҮН АЛДЫН АЛУУ ҮЧҮН, ЭНЕЛЕР (АЯЛДАР, КЫЗДАР) СӨЗСҮЗ ТӨМӨНКҮЛӨРДҮ АТКАРЫШЫ КЕРЕК:

1. Жакын туугандардын балдар-кыздары (бөлөлөр, ж.б.) бири-бири менен баш кошпошу керек.
2. Кош бойлуу кезинде мүмкүн болушунча жакшылап тамактануу зарыл (буурчактарды, мөмө-жемиштерди, жашылча-жемиштерди, эт, жумуртка жана сүт азыктарын көп жеши керек).
3. Жөнөкөй туздун ордуна йоддолгон тузду колдонушу керек (айрыкча, кош бойлуу кезинде).
4. Кош бойлуу кезде тамеки тартууга, спирт ичимдиктерин ичүүгө таптакыр болбойт (тыюу салынат, 149-бетти караңыз).
5. Кош бойлуу кезде дары-дармектерден мүмкүн болушунча баш тартуу керек (зиянсыз экендиги белгилүү болгон дарыларды гана колдонууга болот).
6. Кош бойлуу кезде кызамык менен ооругандардан алыс болгон оң.
7. Аначыны (акушерканы, акушерди) тандоодо өтө этият болуп, бала төрөлгөнгө чейин окситоцин дарысын саюуга уруксат бербөө керек (266-бетти караңыз).
8. Эгерде балдарынын көбү тубаса майып болсо, анда мындан ары балалуу болбой эле коюу керек («Үй-бүлөнү пландоону» караңыз, 283-б.).
9. 35 (отуз беш) жаштан өткөндөн кийин төрөбөй эле коюуну ойлонуштуруу керек.

Өмүрүнүн алгачкы айларында баланын акыл-эс жагынан артта калышы

Ден соолугу чың болуп төрөлгөнү менен кээ бир балдардын акыл-эс жагынан жетилүүсү начар болот. Алар аш болумдуу тамактарды жетиштүү өлчөмдө ичпегендиктен, акыл-эси менен денеси жай жетилет. Жашоонун алгачкы айларында (башка учурларга салыштырмалуу) баланын мээси тез өнүгө баштайт. Ошондуктан жаңы төрөлгөн балдарды аш болумдуу тамак менен камсыз кылуунун мааниси өтө чоң. Ымыркай үчүн эң пайдалуу тамак бул – эмчек сүтү («Ымыркайлар үчүн эң сонун мүнөзтамакты» караңыз, 120-б.).

«Орок сымал клетка» оорусу

Африкадагы кээ бир балдар «начар кандуу» болуп төрөлүшөт. Бул «орок сымал клетка оорусу» деп аталат. Мындай оору балдарга ата-энелеринен тукум кууп өтөт. Ата-энелери бул оорунун белгилерин алып жүргөндүктөрүн өздөрү билишпейт. Алгачкы 6 айда баланын ден соолугу чың көрүнүп, андан кийин гана оорунун белгилери байкала башташы мүмкүн.

Белгилери:

- бала ысытмалап, ыйлай берет;
- кээде бутунун таманы (кызыл ашыгы) менен манжалары шишип кетет; бул 1-2 жумага созулат;
- курсагы чоңоюп, анын жогору жагы катуу болуп калат;
- каны азайып, көздөрү саргыч тартат (сарык);
- тез-тез ооруй берет (жөтөл, безгек, ич өткөк);
- бою жай өсөт;
- 2 жашка толгондо башында сөөктүү шишиктер пайда болушу мүмкүн.



Безгек же башка оорулар «орок сымал клетка» оорусун күчөтүп жиберет. Мындай учурда бала катуу ысытмалап, ичи менен колу-буттары катуу оорутат. Кандын азайышы күчөйт. Сөөктөгү шишиктер ириңдеп, бала чарчап калышы мүмкүн.

Дарылоо:

Начар кандуулукка таасир берип, аны өзгөртө турган күч жок. Баланы безгектен жана ооруну күчөтүп жиберет турган башка оорулар менен инфекциялардан сактоо керек. Баланы ай сайын медициналык кызматкерге көрсөтүп, эмдетип туруңуз.

♦ **Безгек.** Безгек көп кездешкен жерлерде, оорунун алдын алуу үчүн балдар безгекке каршы дарыларды такай алып турушу керек (365-бетти караңыз). Ошондой эле аларга фольи кычкылдыгынын күнүмдүк дозасын да берген жакшы (393-б.), бул канды калыбына келтирүүгө жардам берет. Демейде, курамында темири бар дарыларды (күкүрт кычкылдыгын) берүүнүн зарылдыгы жок.

♦ **Инфекциялар.** Бала көрсөтүлгөн убакыт боюнча (алгачкы айларында эле) сөзсүз кызылчага, көк жөтөлгө жана кургак учукка каршы эмдөөдөн өтүүгө тийиш. Эгерде балада ысытманын, жөтөлдүн, ич өткөктүн белгилери байкалса, тез-тез заара ушаткысы келсе, ичи, колу-буту ооруй баштаса, анда баланы дароо дарыгерге көрсөтүңүз. Антибиотиктер керек болушу мүмкүн. Сууну көп ичирип, сөөктөрдүн ооруганын басаңдатуу үчүн парацетамол (380-б.) дарысын бериңиз.

♦ Баланы суук тийүүдөн сактаңыз. Түндөсү ага жууркан жаап (зарылчылык болсо), жылуулап жаткызыңыз. Мүмкүн болсо, жумшак олпокко (матраска) жаткырыңыз.

БАЛДАРДЫН ОКУП-ҮЙРӨНҮШҮНӨ ЖАРДАМДАШУУ

Бала үйрөткөн нерселердин айрымдарын гана үйрөнүп чоңоёт. Кийинчерээк мектептен алган билими менен өнөрү балага көп нерселерди түшүнгөнгө жана жасаганга жардам берет. Андыктан мектепке баруунун балдар үчүн мааниси өтө чоң.

Бирок көп нерселерди бала үйдөн, көчөдөн же талаадан үйрөнөт. Демейде бала бирөөнү карап, угуп же башкалар эмне кылса ошолорду көрүп, туураганга аракет кылат. Ошентип көп нерсени үйрөнөт. Балага айтып гана үйрөтө албайбыз; ал айланасындагыларды көрүү аркылуу да көп нерселерди үйрөнөт. Бирок **адам баласы үчүн эң маанилүү болгон айрым касиеттерди (адамкерчиликти, жоопкерчиликти, боорукердикти) балага жакшы мисал менен гана көрсөтүп, жеткирүүгө болот.**

Бала окуялар аркылуу да көп нерселерди үйрөнөт. Жаңылыштык кетирсе да, ал өзү каалаган нерсени жасагысы келет. Кичинекей кезинде баланы ар кандай коркунучтардан сактоо керек. Бирок чоңойгон сайын өзүнө өзү жооптуу болуусуна, камкордук көрүүсүнө жардам бериңиз. Кээ бир жоопкерчиликти баланын өзүнө тагыңыз. Сиздин оюңуздан айырмаланып турса дагы, анын ой-жүгүртүүсүн колдоого, кубаттоого тырышыңыз.

Кичинекей кезинде бала өзүн гана ойлойт. Кийинчерээк башкалар жөнүндө да ойлонуп, аларга жардам берүүдөн көбүрөөк канагаттанарын сезе баштайт. Баланын мындай аракетин кубаттап, мунун чоң мааниси бар экендигин түшүндүрүңүз.

Балдар көп суроо берүүдөн тартынышпайт. Эгерде ата-энелер, мугалимдер же башкалар атайын убактысын бөлүп, балдардын суроолоруна туура жана так жооп беришсе (билбеген жерин билбейбиз деп ачык айтышса), баланын да кызыгуусу күчөп, улам жаңы нерселерди сурап, чоңойгон сайын өзүнүн тегерегин же жашаган айылын эң сонун (кызыктуу) жайга айландыргысы келет.



Коомдун саламаттыгы жөнүндө кам көрүү иштерине балдарды аралаштыруу жана аларды окутуп-үйрөтүү туурасында эң мыкты ой-максаттар «БАЛАДАН–Балага» программасы аркылуу өнүгүп келет. Бул жөнүндө **«Медициналык кызматкерлердин окуп-үйрөнүшүнө жардам»** аттуу китептин 24-бөлүмүндө кеңири айтылат.



Же болбосо төмөнкү дарек боюнча маалымат алсаңыз болот:

The Child-to-child Trust
Institute of Education
20 Bedford Way
London WC1H 0AL
England
Fax: 44-0-207-612-6645
E-mail: c.scotchmer@ioe.ac.uk
www.child-to-child.org