

# *Все, о чем Вы хотели спросить педиатра*

научно-популярный журнал

№ 3 (3)-2007

Синдром  
хронической  
усталости

Фебрильные  
судороги

Витамины и  
минералы

Гомеопатия

Ортопедический  
режим для  
беременных

Наркомания – вход  
бесплатный



*Журнал для тех, кому дороги дети*



**Н. Ю. Кожушко**, кандидат биологических наук,  
научный сотрудник Института мозга человека РАН,  
Санкт-Петербург

## В РАДОСТЬ ИЛИ В ТЯГОСТЬ?

**Волнительное ожидание ребенка позади.** Вот он – плод мучительной (или радостной) беременности и не менее мучительных родов (про радость разрешения от бремени из уст пациентов слышать не приходилось). Одни умиляются: «Какая лапочка, какой красивый...», другие трясущимися от страха руками держат сверток, разглядывая красное с синевой сморщенное лицо, и думают: «Господи, да что же это такое?»

Тем не менее это – совершившийся факт, и здесь ничего нельзя исправить по целому ряду параметров: это человек определенного пола, у него определенные родители, которых он не выбирал. Он мог не захотеть повернуться к миру передом (головой), а решил показать ему голую попу, или руки, или ноги. Мировая общественность не очень приветствует отклонения от протокола первой встречи, и такое положение плода в процессе родовой деятельности – один из первых факторов риска возникновения возможных проблем в будущем. Но давайте по порядку.

Практика показывает, что, хотя протекание беременности в значительной мере влияет на ее исход, из этого правила возможны исключения: тяжелая беременность заканчивается рождением здорового малыша, а внешне не омраченный период декретного отпуска неожиданно завершается угрозой для здоровья (а то и жизни!) как матери, так и ребенка.

Есть грубые нарушения в формировании и развитии ребенка, которые видны любому врачу и родителю. Бывают отклонения, кото-

рые не выявить при врачебном осмотре, поскольку проявляются они непостоянно в течение дня (мама может их видеть, но не придавать этому значения). Есть дипломированные врачи, которым жалобы родителей на беспокойный сон и срыгивания у ребенка кажутся мелкой перестраховкой: «Да не волнуйтесь вы, все дети плачут. Все пройдет со временем». Иногда это правда, а иногда – начало отсчета упущенных возможностей.

Тяжело протекающая беременность может стать причиной возникновения у ребенка проблем со здоровьем. Основные факторы риска: угроза прерывания беременности, инфекционные заболевания, тяжелые токсикозы и проч. Нужно насторожиться, если малыш не сразу закричал, был синеватым или даже фиолетовым при рождении, в том числе из-за обвития пуповины вокруг шеи. Что будет источником проблем, каковы шансы ребенка выйти из данной ситуации – сказать трудно. Кто-то рождается чуть тепленьkim, но быстро нагуливает румяные щечки, а кто-то, имея неплохие показатели при рождении (8 баллов по шкале Апгар), чуть ли не на глазах начинает «таять», сея панику среди медперсонала.

На что надо делать упор? Наблюдая много лет детей с отдаленными последствиями тяжелых и легких родовых повреждений, становишься крепок задним умом: а вот, оказывается, что явилось причиной нынешних проблем! Если бы так легко было их прогнозировать в раннем возрасте... Однако есть некоторые общие моменты, которые следует отметить.

# Проблемы детей грудного возраста

Во-первых, нужно помнить о том, что материнская любовь имеет свойство «материализовываться». Мама дает ребенку силы и поддержку – не только питанием, но и теплом своего тела. Когда я возилась со своим чадом, мне помогла одна переводная книжка, ее авторы рекомендовали для переноски детей использовать перевязь через плечо. Я приспособила для этого старый широкий шарф, в котором мой сын благополучно почивал, пока я стирала, готовила, стучала на пишущей машинке (он мирно спал под этот стук, но мгновенно открывал глаза, как только я его вместе с шарфом бережно опускала в кроватку). Период зависимости проходит, когда мама первой идет на зов и ребенок слышит ее дыхание и голос, ощущает нежное прикосновение. Он чувствует своим крохотным сердечком: «Не бойся, я с тобой».

Во-вторых, не надо безоговорочно верить первому эскулапу: это будет только так и никак иначе. Дети обладают колossalным запасом прочности и огромным потенциалом. Конечно, не у всех есть шанс стать веселыми, здоровыми и благополучными, но оставлять надежду выйти из кризиса все же, наверное, не стоит. Многолетние наблюдения за детьми группы риска заставляют задуматься о превратностях судьбы.

В прошлом году у меня появились пациенты, которых я первый раз увидела в возрасте 1,5 лет. Мальчик родился слепым, родителям сказали, что с его заболеванием современная медицина справиться не сможет. Меня тогда удивило выраженное «оживление», рост активности мозга на электроэнцефалограмме, когда после безуспешных попыток увидеть хоть какую-то реакцию мозга на свет я перешла к звуковой стимуляции – гудкам стимулятора, бренчанию погремушек. Мозгу явно не хватало впечатлений, ощущений. Ведь через зрение в мозг поступает огромное количество информации из внешнего мира, и если канал закрыт, то как узнать, что происходит вокруг? Родители не смогли последовать совету врачей сдать ребенка в Дом малютки, но взяли на себя только заботы о пропитании малыша. Ребенок был некапризный, внимания к себе не требовал, и на том спасибо.

Еще через 3 года мама позвонила, чтобы узнать, нет ли каких-нибудь быстрых (видимо,

даже лучше дистанционных, по телефону) способов борьбы со слепотой. И хотя в городе уже существовали детские центры, специализирующиеся на восстановлении зрения, родители даже не попытались начать лечение, а предпочли отвезти мальчика к бабушке в деревню. Пожилая женщина, как могла, тянула внука, и к 7 годам ребенок предстал передо мной довольно высоким, крепким. Видит он крупные, яркие предметы, но не понимает речи, не играет, и, соответственно, имеет весьма серьезное отставание в психическом развитии. Родители наконец «созрели» для того, чтобы заняться сыном, но время легких успехов ушло безвозвратно. Психические процессы, как поезд: если он проехал мимо своей станции, обратной дороги уже нет, есть лишь объездные пути, но из графика он все равно выбился.

По закону парных случаев, почти в это же время проходил обследование другой мальчик со сходным диагнозом. Напутствие официальной медицины было то же: сдать ребенка на гособеспечение. Родители посещали частных врачей и центры реабилитации, лечили сына, где могли и чем могли. Исход их героической деятельности таков: на следующий год мальчик идет в школу для слабовидящих детей (он пользуется линзами на +3), а первый диагноз дефектолога в 2,5 года – «грубое отставание в психомоторном развитии» – к 6 годам сменился другим (в том числе и за счет использования нами транскраниальных микрополяризаций) – «общее недоразвитие речи III уровня речевого развития».

Чем младше ребенок, тем пластичнее его мозг: малыш легче обучается («впитывает, как губка»), быстрее «зализывает» следы болезней. И если несколько месяцев могут не сделать погоды в развитии ребенка, то несколько лет отсрочки адекватного вмешательства в патологический процесс могут привести к不可逆的 последствиям.

Что принято называть в истории болезни факторами риска? В двигательном развитии: ребенок с большим опозданием начинает держать голову, переворачиваться, вставать и ходить. В психическом развитии: не появляется вовремя комплекс оживления на знакомое лицо, нет реакции на свет и звук, фиксации взгляда и слежения за игрушками, нет естественного интереса к событиям во внеш-



нем мире и т.д. В соматическом и неврологическом развитии: обильное срыгивание (фон-таном), дрожание ручек и подбородка во время плача, короткий и беспокойный сон – как дневной, так и ночной (иногда ребенок может перепутать день с ночью). К концу первого года жизни может быть заметно, что малыш ходит на цыпочках или передвигается так, будто «бережет» одну ногу...

Мама должна быть наблюдательной. Обращать внимание нужно на все: когда и как ребенок засыпает, когда и как ест и проч. Есть вещи, типичные практически для всех детей (например, младенцы едят часто, а спят много), а есть индивидуальные особенности: кто-то охотнее и быстрее засыпает на руках и продолжает спокойно спать в кроватке, а кто-то моментально «отключается» в своей колыбельке, но посреди ночи требует маму с молоком. Довольно трудно определиться, где надо обязательно учитывать индивидуальность ребенка, а где можно «перековать» его пристрастия, чтобы облегчить жизнь родителям без ущерба для психики малыша.

Дети, независимо от возраста и умственных способностей, чувствуют, из кого какие веревки можно вить. И от родителей требуется определенная работа, чтобы понять, в какой момент удовлетворение насущных потребностей ребенка может превратиться в потакание любой прихоти «мелкотравчатого тирана», который имеет все шансы стать «великим и ужасным». Когда мой сын был маленьким, я довольно строго придерживалась режима дня, но как-то раз мы не успели вернуться домой

к началу тихого часа. Ребенок, едва научившись ходить, отказался находиться в коляске и ходил пешком, не просясь на руки (а весил он уже немало). А поскольку время спать уже наступило, и я видела, что мальчик засыпает прямо на улице, я перед лестницей, ведущей в подъезд, взяла его на руки, чтобы он в сонном состоянии не завалился на ступени. После этого «гуманистического» эпизода в любое время бодрствования при возвращении домой сын решительно отказывался подниматься по лестнице самостоятельно и просился на руки (при том, что пару минут назад он бегал без малейших признаков усталости). Понадобился почти месяц, чтобы отучить ребенка от этого.

Таких способов манипулирования родителями будет много – и при укладывании спать, и при кормлении, и во время прогулок... Если вы не хотите идти у ребенка на поводу, последнее слово должно быть за вами («Я сказала...», «Я обещала...»)... А если вы сказали: «Я тебя накажу, если ты...» – исполните свое обещание, иначе грош цена будет вашим угрозам. Если же вы хотите сделать свою жизнь целиком зависимой от ребенка – начинайте во всем ему потакать.

Почти все мамы на улице образуют группы «по интересам» (по возрасту детей, по общим проблемам). Много интересного и полезного можно увидеть, наблюдая за отношениями в связке (в научной литературе пишут «диаде») «мать-дитя». Одни мамы в ответ на каждый вздох своего чада наклоняются к нему со словами: «Господи, да что тебе опять нужно?!», другие спокойно почитывают книжки,

пока детки мирно спят. Конечно, последний вариант ближе к норме. Тем не менее качество жизни нынешних детей не слишком высокое, и жалобы на самочувствие нередки. Сформулировать их дети в возрасте до года не могут по определению. Пришедший на вызов доктор тоже не всегда сумеет сходу определить характер проблемы, поэтому следить за состоянием ребенка должны родители.

Обратите внимание, когда малыш чаще капризничает



# Проблемы детей грудного возраста

ет – перед едой или после. Если ребенок плачет от голода, то, насытившись, он успокоится; если после приема пищи – следует задуматься о другой причине. У здорового ребенка прием пищи – сигнал для выхода предыдущей порции еды, поэтому почти сразу появляется стул (на мамином молоке он мягкий и не имеет специфического запаха фекалий). Для детского организма характерна высокая скорость многих процессов: например, аллергическая реакция на какой-то продукт может возникнуть буквально сразу. Придется эту еду временно исключить, какой бы вкусной она ни казалась вам и ребенку. Сложнее с готовым молоком: аллергия на некоторые белки проявляется постепенно, по мере их накопления.

Так же обстоит дело и со сном: возбудимые дети спят мало, требуют долгого укачивания, которое усыпляет всех, кроме того, кому нужно спать. Зато ночью ребенок может заснуть часов на 12–14. Поэтому некоторые родители предпочитают укладывать детей вечером. Другие чада едва дотягивают до конца кормления и засыпают с рожком во рту. Сон в жизни малыша имеет огромное значение для роста и восстановления сил. Его необходимо наладить, поскольку от этого напрямую зависит степень устойчивости нервной системы ребенка.

Важна не только биологическая составляющая питания и сна, но и психологическая: если ребенок будет уверен, что его накормят, как только он проголодается, то в дальнейшем ему не захочется постоянно что-то есть, не пережевывая (нередко для того, чтобы успокоиться); отдохнувшая нервная система позволит ребенку с удовольствием предаваться новым впечатлениям, овладевать знаниями и умениями без истерик.

Бывают проблемы эпизодические: например, вы ввели в рацион ребенка новый продукт, который вызвал нежелательные последствия, но после того, как этот продукт был исключен, все пришло в норму; вы впервые приняли в доме гостей, из-за чего малыш не мог заснуть и всю ночь изводил вас душераздирающими криками, но на следующий день возвращение к старому режиму избавило семью от повторения кошмара. Однако если эти проблемы возникают с нарастающей периодичностью, то здесь сменой режима уже не обойтись – надо выяснить, что является причиной беспокойства у ребенка. Не бойтесь того, что из-за болезни малыша вас будут считать невнимательной и беспечной матерью, ведь даже опытный врач не всегда может определить степень серьезности проблемы. А своевременное вмешательство позволит предотвратить многие печальные последствия. Позиция страуса – «не пойду никуда, вдруг пронесет...» – не всегда является достойным выходом из ситуации.

Приведу пример из жизни. Как-то раз мы ехали на юг, и нашими соседями по купе были молодые супруги с грудным младенцем. За двое суток пути малыш почти не умолкал: хныканье сменялось громким плачем, ребенок постоянно сучил ножками, извивался у мамы на руках. Терпение у нас закончилось довольно быстро, и я осторожно поинтересовалась у мамы, с какими проблемами ребенок развивается, что говорят врачи. Мама подробно рассказала о том, что им «столько плохо наговорили, столько всего назначили», поэтому они с мужем решили... ничего не делать, чтобы не мучить мальчика приемом лекарств, инъекциями и массажем. Ребенку, оказывается, было уже около года (на вид он казался 5-месячным), но он не мог даже переворачиваться, не говоря уже о сидении и ходьбе, а тем более – о психическом развитии. Но маме по каким-то причинам весьма импонировала роль «жертвы», и она с особым чувством повторяла: «Ну что же теперь делать! Куда же я теперь с ним таким! Только я одна и могу все это вытерпеть!».

Конечно, терпение – едва ли не важнейшее качество матери после любви к ребенку, но только ли о нем здесь идет речь? Доверяйте своей интуиции: если вас что-то тревожит, попробуйте решить проблему. Если беспокойство вызвано вашей чрезмерной любовью и мнительностью, оно исчезнет после квалифицированной консультации. Если же «предчувствия вас не обманули», то своевременно оказанная помощь сведет к минимуму последствия обнаруженной проблемы.

В заключение хочется дать читателям совет: не принимайте близко к сердцу то, что здесь написано. Настраивайтесь на позитивную волну («У меня все будет хорошо!»), а если исполнится не все задуманное, прочитайте эту статью еще раз.