



КАК ПОДГОТОВИТЬ РЕБЁНКА К ПРИВИВКЕ ИЛИ УКОЛУ



Прививка или укол – обязательная, но крайне неприятная манипуляция, которая может испортить малышу настроение. Чтобы избежать этого, важно подготовить его к данной процедуре. Воспользуйтесь нашими советами!

1. Чтобы ребенок был спокойным, спокойными, прежде всего, должны быть его родители. Если же сами они находятся в напряжении, и тревожатся, такое состояние тут же передастся ребенку. Визит к врачу не должен напрягать, по уровню спокойствия он должен быть таким же, как поход в магазин.

2. Ребенку нужно говорить правду, даже если нам хочется успокоить малыша перед процедурным кабинетом. Обещать, что «будет ни капельки не больно», не следует. Ложь вызовет недоверие малыша, а будущие визиты к доктору пройдут в еще большем нервном напряжении. Нормально и естественно сообщить ребенку, что укол – это немного больно, но быстро проходит.

3. Необходимо в доступной форме объяснить ребенку, почему важны уколы. Нередко дети сильно расстраиваются и переживают, потому что не понимают, зачем и почему уколы необходимы. Родители должны в адаптированной под детское восприятие форме объяснить ребенку такую необходимость. Уколы помогают стать здоровым и сильным. Такое объяснение обязательно поможет при визите к доктору.

4. Обсуждайте эти темы заранее и практикуйтесь. Укол, сделанный дома «понарошку», — хороший способ наглядно продемонстрировать, что произойдет в процедурном кабинете. Укол кукле или мягкой игрушке покажет все детали будущей процедуры.

5. Спросите врача про обезболивающие кремы и гели. Обычно врачи не считают их использование необходимым, так как боль от инъекции быстро проходит. Но если ребенок слишком сильно расстраивается, такой крем локально снижает чувствительность. Сам факт наличия такого крема, который может уменьшить боль, уже подействует на ребенка успокаивающе.

6. Постарайтесь отвлечь ребенка. Сделать это можно самыми разными способами: пригодится все: книжка, фильм, наклейки, раскраска, музыка на телефоне. Все это отвлечет внимание от действий врача.

7. Большую роль играет похвала. Хвалите и поощряйте малыша при посещении врача. Обязательно говорите, что он ведет себя храбро, и вы им гордитесь. Это снизит уровень стресса, так как ребенок поймет, что сделал что-то важное и хорошее. Наградите ребенка после укола. Малыш может получить леденец, или любой другой маленький приз.



Помните, что в самых редких случаях ваш ребенок с первого раза избавится от страха. Это долгая, систематическая работа, которая, при должном усердии родителей, обязательно даст свои плоды.