

Продукты прикорма в отличие от грудного молока и адаптированных смесей содержат в среднем лишь 30% воды. Поэтому детям, получающим прикорм, давайте воду (специализированную детскую или кипяченую) небольшими порциями между кормлениями в объеме 150-200 мл в сутки.

Если говорить о соках, пюре, то лучше покупать готовые продукты в специальных магазинах детского питания. Они лучше переработаны, подобраны под возраст, не содержат вредных для ребенка консервантов, а также обогащаются биологически активными компонентами (витаминами, минеральными веществами, пре- и пробиотиками, длинноцепочечными полиненасыщенными жирными кислотами (омега-3)). Не покупайте питание фирм, название которых видите впервые.

Фруктовые соки в течение многих лет традиционно рассматривались как первый продукт прикорма. В настоящее время, учитывая их незначительную пищевую ценность, их

лучше вводить после всех основных видов прикорма. Кроме того, использование соков, особенно между приемами пищи, повышает риск развития кариеса. Большой объем соков (выше рекомендуемой нормы) в дальнейшем грозит избыточной массой тела.

Одним из последствий неправильного введения прикорма может стать дисбактериоз. Перенапряженная поджелудочная железа, механически грубая пища изменяют моторику кишечника, улучшаются условия для размножения «плохих» микробов и ухудшаются для полезных организму бактерий. Большое количество плохих микробов приводит к диатезу.

Дисбактериоз кишечника, возникший на первом году жизни, в более старшем возрасте приводит к таким заболеваниям, как дискинезия желчевыводящих путей и кишечника, хронические гастродуоденит, колит, атопический дерматит, нейродермит, бронхиальная астма. За счет ослабления иммунной системы ре-

бенок с дисбактериозом кишечника часто и длительно болеет.

Для лечения дисбактериоза применяют **КИП (комплексный иммуноглобулиновый препарат), бактериофаги, бифидумбактерин, ацилакт, бификол, лактобактерин, примадофилюс, линекс**. Если у ребенка кожные проявления (атопический дерматит, крапивница, пиодермия), то наряду с общим лечением (ферменты, стабилизаторы мембран тучных клеток) и коррекцией дисбактериоза кишечника назначают местное лечение.

При правильном вскармливании и уходе уменьшается риск развития дисбактериоза кишечника и хронических заболеваний, возникающих на его фоне. Поэтому старайтесь как можно дольше сохранять грудное вскармливание. Если по каким-то причинам это невозможно, то переход на искусственные адаптированные молочные смеси должен быть постепенным и по согласованию с вашим педиатром.

Екатерина КОРОЛЕВА,
врач-неонатолог, педиатр.

БЕЗ ПОРАЖЕНИЙ НЕ БЫВАЕТ ПОБЕД

Многие родители с раннего детства прививают ребенку мысль, что важно стремиться стать лучше всех. Однако всегда ли нужно учить ребенка быть первым, опережая других?

Желание побеждать – важное качество, которое помогает добиться в жизни успеха. Но мамы и папы чаще всего не учат ребенка проигрывать, не объясняют то, что важно идти к победе только честным путем, не расталкивая на пути других. Аплодируя своему ребенку-победителю, взрослые высмеивают проигравшего.

Я наблюдала за детьми в детских садах, школах. Над проигравшим всегда смеются, подтрунивают, несмотря на его слезы. И чтобы выиграть, ребенок идет на любые хитрости.

Думаю, что не стоит требовать от ребенка всегда и во всем быть лучшим. Порой, нацеливая свое чадо

исключительно на отличные оценки, родители не задумываются о том, как это отразится в дальнейшем на его психике, здоровье. У каждого ребенка индивидуальные способности. Невозможно все делать хорошо и быть талантливым в самых различных областях.

Подумайте: если все время стимулировать ребенка к тому, чтобы быть первым, как он перенесет свои неудачи?

Лучше всего научить ребенка сталкиваться с негативным опытом, разрешать ему ошибаться. А еще – воспитывать трудолюбие, упорство, умение терпеть, преодолевать разочарования. Говорите с ребенком о его проигрыше, анализируйте неудачи, чтобы в дальнейшем меньше допускать ошибок. Как показывает жизнь: без поражений не бывает побед.

Адрес: Ефановой Анне Гурьевне, 454030 г. Челябинск, ул. Александра Шмакова, д. 33, кв. 57.

Иск

Разыскиваю место захоронения брата, Андрея Романовича Мосина, 1922 года рождения. В 1924 году родители переехали на Донбасс из Орловской области. Когда началась Великая Отечественная война, брат только-только окончил среднюю школу. Почти два года, пока длилась оккупация, он вместе со школьным товарищем собирал сведения о передвижении немецких войск, передавая их членам подпольной парторганизации.

В сентябре 1943 года, когда освободили наш поселок, Андрей отправился в город Харцызск, где формировались отряды добровольцев. Попал на фронт, правда, куда – неизвестно. Три месяца исправно присылал домой письма. В своем последнем послании брат сообщил: «Иду в бой»... На этом следы Андрея теряются.

Дорогие жозевцы, помогите найти хоть какую-то зацепочку!

Адрес: Мосиной Нине Романовне, 396030 Воронежская обл., Рамонский р-н, пос. ВНИИСС, д. 58.