

СОВЕТЫ РОДИТЕЛЯМ ПО ПОДГОТОВКЕ РЕБЕНКА К ДИАГНОСТИЧЕСКИМ ИССЛЕДОВАНИЯМ В АМБУЛАТОРНЫХ УСЛОВИЯХ

ПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА РЕБЕНКА ПЕРЕД СДАЧЕЙ КРОВИ

1. Основное требование к родителям – сохранение полного спокойствия. Дети, особенно малыши, очень остро чувствуют настроение матери и тоже начинают нервничать, если она боится предстоящей процедуры. С ребенком, который уже достиг старшего дошкольного или школьного возраста, обсудите то, что будет происходить. Не следует пугать его, особенно если он сдает кровь в первый раз. Можно также предупредить, что вероятнее всего у ребенка будут неприятные ощущения.
2. Позаботьтесь о том, чтобы ребенок не скучал перед взятием крови. Возьмите с собой книжку, его любимую игрушку, раскраску с фломастерами – в зависимости от возраста ребенка. Это не только займет его время, но и не позволит сконцентрироваться на страхе от предстоящей процедуры.
3. Решите, нужно ли ваше присутствие в кабинете во время анализа. Безусловно, оно понадобится, если ребенок совсем маленький, но некоторым школьникам, даже из младших классов, присутствие родителей может только помешать и спровоцировать слезы или протест. Ориентируйтесь на психологические особенности ребенка.
4. Во время проведения процедуры взятия крови, маленьких детей нужно держать на руках. Если ребенок чувствует тепло и защиту своей матери, он рефлексивно успокаивается даже в незнакомой и пугающей обстановке.
5. Желательно начинать взятие крови не сразу после входа в процедурный кабинет. Нужно дать малышу пару минут на ознакомление с обстановкой и незнакомым человеком, который будет брать его за ручки.

АНАЛИЗ КРОВИ: КАК ПОДГОТОВИТЬ РЕБЕНКА

Подготовка всегда начинается дома. Чем меньше неожиданностей для ребенка в процедурном кабинете, тем лучше.

- Как можно раньше получите информацию о правилах подготовки к анализу, который предстоит сдать. В некоторых случаях их предстоит соблюдать в течение нескольких дней.
- Расскажите ребенку, в чем заключается процедура, порепетируйте вместе.
- Соотнесите время процедуры с чем-то привычным и позитивным («Это будет быстрее, чем мы допоем первый куплет», «Быстрее, чем спуститься по лестнице от лифта»).

- **Придумайте, чем заняться после процедуры: чем интереснее и привлекательнее планы, тем меньше беспокойства перед исследованием и короче воспоминания о недолгом дискомфорте в процессе.**
1. Помните, что для сдачи анализа крови лучше всего подходит утреннее время, нормы всех анализов разрабатывались именно под временной интервал 8-11 часов утра.
 2. Сдавать кровь для анализов следует строго натощак. Между последним приемом пищи и взятием крови должно пройти не менее 8-ми часов. С детьми этого правила придерживаться довольно сложно, но вполне возможно. Пить утром соки, чай, есть печенье нельзя, это может значительно исказить результаты. Пить нужно только воду. Перед походом в лабораторию возьмите с собой что-нибудь вкусное, чтобы сразу после выхода из процедурного кабинета была возможность поесть.
 3. Взятие крови на анализ у грудных детей постарайтесь приурочить между кормлениями, ближе ко второму кормлению.
 4. Питание ребенка за 1-2 дня до анализа крови должно исключать жирную и жареную пищу, сладости.
 5. Если у малыша слишком сухая кожа (что обычно бывает при атопическом дерматите), боль в месте прокола при заборе крови может доставить больше дискомфорта, чем обычно. В этом случае стоит обсудить с педиатром или семейным доктором возможность локального применения специального крема для снижения болевых ощущений при визите в процедурный кабинет (самостоятельно использовать такие препараты не стоит).
 6. Если на улице прохладно, захватите с собой свитер с длинными рукавами — чтобы руки оставались теплыми.
 7. Без спешки — важное правило. Время посещения лаборатории лучше планировать с запасом.
 8. Начните с небольшой прогулки, физическая активность помогает активизировать кровоток. В клинике у ребенка должно быть время, чтобы спокойно раздеться, посидеть и освоиться.
 9. Если руки у ребенка прохладные, можно подержать в ладонях стаканчик с теплой водой и сделать простую пальчиковую гимнастику. А вот растирать кожу ни в коем случае не нужно.
 10. Предупредите ребенка, что в момент прокола он почувствует дискомфорт, и это нормально. При взятии крови из пальца биоматериал собирается самотеком. Медицинская сестра избегает давления на палец, чтобы в пробирку не попала тканевая жидкость — это может привести к преаналитическим ошибкам. Если ребенок достаточно пил, спокоен, у него теплые руки, процедура пройдет быстро и легко. Если малышу сложно справиться с собой, мама может помочь на мгновение зафиксировать руку, но без излишнего давления.
 11. Если ребенок когда-либо жаловался на слабость во время медицинских процедур или терял сознание, предупредите об этом персонал клиники. Бывает, что с проявлениями вегетативной нервной системы человеку невозможно справиться самостоятельно. В этом случае медицинская сестра подскажет, как помочь ребенку.
 12. При необходимости во время процедуры подключится второй специалист, готовый контролировать самочувствие ребенка и оказать первую помощь.

13. При анализе крови из вены существует ряд индивидуальных факторов, которые не зависят от профессионализма медсестры. Например, скорее всего не избежать синяка на фоне приема кроворазжижающих препаратов. При взятии крови из вены место прокола тут же фиксируется тугой повязкой, которую нельзя снимать или сдвигать в течение 15 минут. В этот период не стоит нагружать руку.
14. Хорошее решение — не покидать медицинский центр сразу, а спокойно посидеть 5-10 минут после процедуры.

После анализа подумайте, чем можно порадовать ребенка за хорошее поведение. Небольшой подарок-сюрприз поможет сгладить неприятные впечатления о больнице.

ОБЩИЙ АНАЛИЗ МОЧИ: КАК ПОДГОТОВИТЬ РЕБЕНКА

1. Проще всего собрать мочу в душе, после легких водных процедур без мыла или геля. Шум и расслабляющий эффект теплой воды помогут процессу, а чтобы все прошло удачно с первого раза, можно потренироваться в игровой форме накануне. Предложите ребенку попробовать выпустить немного мочи, а затем остановиться.
2. Если малышу все равно сложно расслабиться, используйте отвлекающий момент, сосредоточив его внимание на другой части тела.
3. В решающее мгновение можно погладить руку, положить ладонь на лоб или играючи ущипнуть ребенка. Если сбору мочи мешают зуд, сыпь или болезненное мочеиспускание, помочь может просьба сделать глубокий вдох перед очередной попыткой.
4. Если ребенок спит ночью в подгузнике, то утром стоит только расстегнуть подгузник, как малышу станет прохладно, и он пописает.
5. Включите воду — журчание воды ускорит мочеиспускание.
6. Надавите легонько теплой рукой на низ животика, сделайте небольшой массаж.
7. Если ребенок уже умеет стоять, то утром, заранее, включите теплую воду, чтобы подогреть дно ванны. Как только малыш проснется, отнесите его в ванную комнату, поставьте в ванну и держите под ним контейнер. Результат не заставит себя долго ждать.
8. Обычно для исследования нужна первая утренняя моча, если же требуется специальный анализ (по Нечипоренко), то надо собрать среднюю порцию. Но у маленького ребенка трудно собрать мочу вообще, а уж первую утреннюю — тем более. Поэтому для анализа подойдет просто любая утренняя порция мочи.

ОБЩИЙ АНАЛИЗ КАЛА: КАК ПОДГОТОВИТЬ РЕБЕНКА

1. Для обычного анализа достаточно положить на дно унитаза чистый лист бумаги или натянуть под сидением слой пищевой пленки.
2. При сборе кала для посева необходима стерильность. В этом случае используется не впитывающая сторона стерильной одноразовой пеленки. Этот способ применяется при сдаче кала у детей до года, в том числе для исследования при подозрении на лактазную недостаточность.

3. В этом случае в контейнер должна быть собрана жидкая часть стула.

МАЗОК ИЗ ЗЕВА И НОСА: КАК ПОДГОТОВИТЬ РЕБЕНКА

1. Главная сложность, с которой сталкиваются малыши при сдаче этого анализа, — мешающий доступу к зеву язык. Поэтому накануне нужно убедиться, что ребенок может поднять, опустить, высунуть язык по просьбе. Если нет — есть повод поиграть: учимся вытягивать язык вперед, складывать чашечкой, дотягиваться до предметов кончиком языка.
2. Мазок берется с помощью тампона, который ребенок может хорошенько рассмотреть, чтобы убедиться, что тот совсем не страшный и похож на обычную ушную палочку.
Для начала медсестра оценивает подходящее место для забора материала, чтобы в том числе доставить меньше дискомфорта ребенку. Она слегка надавит шпателем на спинку языка, полностью открывая зев. Рвотного рефлекса в данном случае можно не опасаться.
3. А вот когда анализ берется шпателем с задней стенки глотки, прикосновение может вызвать неприятные позывы. Тогда, если ребенок достаточно большой, стоит успокоить, что его не стошнит, — забор мазка производится натошак. Для анализов методом ПЦР нельзя принимать пищу за 3-4 часа (для некоторых достаточно 2 часов), для бактериологического посева — 6-8 часов.

ПОДГОТОВКА ДЕТЕЙ К ЭНДОСКОПИЧЕСКИМ МЕТОДАМ ИССЛЕДОВАНИЯ

Большое внимание следует уделить психологической подготовке ребенка.

1. Постарайтесь объяснить ребенку значимость обследования.
2. Успокойте ребенка спокойным голосом, попробуйте сделать рассказ в виде сказки, чтобы у ребёнка в голове сложился игровой характер процедуры.
3. Исключите прием пищи за 8-9 часов до эндоскопического исследования.
4. Возьмите сменную одежду для ребенка, а также сухие и влажные салфетки, любимую игрушку.
5. Если необходимо проведение ФГДС, попробуйте прорепетировать с маленьким пациентом правильную технику дыхания: малыш должен дышать носом, медленно, равномерно.
6. При необходимости исследование может выполняться под наркозом.

ПОДГОТОВКА ДЕТЕЙ К УЛЬТРАЗВУКОВЫМ МЕТОДАМ ИССЛЕДОВАНИЯ

Самая главная подготовка к УЗИ – положительный настрой ребенка. Согласитесь, провести процедуру рыдающему малышу не самое приятное задание, да и результаты в таком случае вряд ли будут правильными.

Малыш никогда до этого момента не был на УЗИ? Значит, он не знает, что это такое и как мы все боимся неизвестности. Снять страх и настроить ребенка на позитив может спокойствие родителей и необходимая информация. Даже трехлетний карапуз в состоянии понять ваши объяснения о том, что его ждет у врача.

Например, расскажите, что во время обследования доктор будет использовать специальный и может быть холодный гель, которым намажет кожу, может попросить карапуза поворачиваться с боку на бок, задерживать на время дыхание или надувать животик. Об этом ребенку просто нужно знать, быть готовым и воспринимать дружелюбно.

Не произносите «страшно не будет», у таких словосочетаний обратный эффект. Когда нам говорят, что не будет страшно, больно или плохо, мозг не воспринимает частицу «не» и поэтому автоматически настраивается на негатив.

Просто расскажите о том, как все будет и заверьте, что обязательно будете рядом. Сама процедура не займет больше 15-20 минут, если подготовка проведена эффективно.