**ОБИРАЄМО ДОМАШНЬОГО УЛЮБЛЕНЦЯ :**

Вибір домашнього улюбленця — це дуже відповідальне завдання. Перш за все, потрібно з'ясувати, чи всі члени родини згодні завести тварину, оскільки так чи так доглядати за нею доведеться кожному. Якщо ж рішення прийняте, то варто зважити всі “за” і “проти”.

**Особливості догляду за деякими домашніми тваринами.**

Зазвичай, обираючи домашню тварину, діти надають перевагу собакам, котам, птахам або гризунам. Кожен із цих придставників тваринного світу має свої особливості.

Домашня тварина, яку обирає більшість дітей, - собака, адже ця істота хоробра, вірна, волелюбна і завжди готова захистити своїх господарів. Обираючи собаку, перш за все, потрібно зважати не на зовнішній вигляд, а на її темперамент та розмір. Варто ознайомитися з характеристиками порід собак та вибрати ту, яка підходить найбільше. Недоцільно зупиняти свій вибір на собаках бійцівських порід або на дуже великих собаках. Ліпше обрати собаку зі спокійним темпераментом.

Зазвичай собака стає для дитини вірним другом. До того ж медичні дослідження з каніттерапії показали, що взаємодія дитини з собакою сприяє лікуванню від емоційних травмдитини. Зокрема, психотерапевти рекомендують завести собаку, якщо у дитини виявляють депресію та нервозність. Собаки здатні підвищити самооцінку дитини та додати їй впевненості. Психологи наголошують, що діти почуваються в безпеці, якщо вдома є собака.

Собаки також позитивно впливають на опорно-рухову системудитини. У дошкільника, котрий вигулює разом із дорослими свого улюбленця двічі на день, значно підвищується рухова активність, він проводить більше часу на свіжому повітрі, що, у свою чергу, зміцнює імунітет. Лікарі стверджують, що діти, котрі мають собак, менше хворіють на інфекційні хвороби та рідше звертаються по медичну допомогу.

Однак, попри всі позитивні чинники, не варто забувати і про правила поводження з собаками. Якщо в помешканні з'явився собака, необхідно навчити дитину правилам спілкування з нею, зокрема не допускати, щоб дитина била тварину, тягала її за хвоста чи за шерсть, адже навіть у найтерплячіших собак це може викликати агресію. Слід показати дитині на власному прикладі, як треба пестити собаку, і чого робити не можна. На перших етапах спілкування дитини з собакою не залишайте їх на самоті.

Коти — незалежні, самостійні, але напрочуд розумні тварини. На відміну від собак, вони є менш терплячими і можуть проявляти агресію, якщо дитина ображає тварину. Сім'ям, де є діти раннього віку, можливо, ліпше утриматися від придбання кота. Якщо все є таки обрали кота, то для дитини безпечнішою буде доросла тварина — вона спокійніша. Крім того, дорослому котові дитина не зможе завдати шкоди — ненароком наступити, надто сильно притиснути, як це може статися з кошеням.

На сьогодні наукою вже доведено факт : коти позитивно впливають на здоров'я своїх господарів. У медичну практику увійшов термін “фелінотерапія”. Спілкування з котами сприяє лікуванню запальних процесів в організмі та хвороб опорно-рухової системи, а їхнє муркотіння допомагає зняти стрес, заспокоює дітей з синдромом дефіциту уваги і гіперактивності та, загалом, зміцнює нервову систему дитини.

Папуги як домашні улюбленці вже давно не рідкість. Їх найліпше заводити для спокійних, спостережливих і відповідальних дітей, тому що птахи потребують чіткої організації харчування і теплового режиму. Спілкування з ними формує у дитини терплячість. Наприклад, щоб навчити папугу говорити, потрібно докласти чимало зусиль, завзяття та наполегливості. Це буде особливо корисно для дітей з логопедичними проблемами**,** адже навчаючи папугу тим чи тим словам, дошкільник і сам буде намагатися вимовляти їх якомога ліпше.

Для маленьких дітей спілкування з великими птахами може бути небезпечним через те, що вони мають великий сильний дзьоб та гострі кігті.

Якщо немає можливості тримати тварину середнього розміру, як-от собака чи кіт, то вибір гризуна є оптимальним рішенням. Якщо дитина дуже активна і рухлива, слід одразу їй пояснити, що грають із хом'яком або морською свинкою обережно і спокійно, адже гризуни лякаються різких рухів і можуть вкусити.

Доглядаючи за маленьким домашнім улюбленцем, дитина стає відповідальнішою і терплячішою, що допоможе їй у подальшому житті.

**Медичні протипоказання для утримання домашніх тварин.**

Психологи і лікарі погоджуються з тим, що спілкування з домашніми тваринами позитивно впливає на фізичне та психічне здоров'я дитини. Однак, все ж таки є певні медичні протипоказання для утримання домашнього улюбленця, перш за все, це алергія на шерсть тварин, лусочки їхньої шкірищо є на пір'ї птахів.

Якщо невідомо, чи виникне у дитини алергічна реакція після спілкування з домашньою твариною, то з'ясувати це можна, сходивши в гості друзів або родичів, котрі вже мають обрану тварину. Перебування з домашнім улюбленцем покаже, чи проявляться в дитини симптоми алергії. У разі появи клінічних проявів алергії слід звернутися до алерголога, імунолога.

**РЕКОМЕНДАЦІЇ**

**для батьків у разі появи в дитини симптомів алергії на шерсть,**

**лусочки шкіри тварин або на пір'я птахів.**

Алергія на шерсть тварин, лусочки їхньої шкіри або ж на пір'я — це не причина довічної відмови від спільного перебування дитини з домашніми тваринами. У разі діагностування алергічної реакції варто спробувати подолати її як головну перешкоду для спілкування дошкільника з домашнім улюбленцем.

* За появи перших алергічної реакції зверніться до алерголога чи імунолога.
* Після встановлення точного діагнозу чітко дотримуйтеся рекомендаційлікаря,який за необхідності призначить імунотерапію чи лікування антигістамінними препаратами.
* Постійно підтримуєте чистоту в помешканні:

- щоденно позбавляйтеся від пилу за допомогою пилососу та вологого прибирання;

- встановіть у приміщенні зволожувач повітря.

* Не пускайте тваринув ті місця помешкання, де дитина проводить багато часу, - в дитячу кімнату, на кухнютощо.
* Не дозволяйте домашньому улюбленцю перебувати на ліжках, кріслах та диванах.
* Привчіть дитинуретельно мити рукипісля контакту з твариною.
* Уважно стежте за здоров'ям домашнього улюбленця, зокрема регулярнокупайтейого та перевіряйте стан шкіри.
* Не стеліть у помешканні, де є дитина-алергік, килими з довгим ворсом, оскільки в ньому накопичуються алергени.
* За відсутності рецидивних алергічних реакцій у дитини та протипоказань лікаря домашню тварину можна залишити в помешканні.

Домашні тварини, переважно собаки та коти, також можуть стати переносниками такого смертельно небезпечного захворювання, як сказ. Хвороба вражає нервову систему людини і не піддається лікуванню. Вона передається зазвичай через укуси хворих котів та собак. Тому в групі ризику — домашні тварини, які контактують із вуличними. Основним методом профілактики сказу є вакцинація домашніх улюбленців та уникнення їх контакту з дикими тваринами.

Отже, заводити домашню тварину для дошкільника чи ні — вирішувати батькам. Однак варто зважати на те, що домашні улюбленці гарно впливають на емоційний стан дитини, а отже, на її здоров'я. Спілкування з тваринами сприяє розвитку сенсорних процесівдитини — через органи чуття дитина сприймає форму об'єкта , його величину, колір, запах, властивості тощо. Дитина стає впевненішою і щасливою.

**ПАМ'ЯТКА**

**ДЛЯ БАТЬКІВ У РАЗІ ВИЯВЛЕННЯ В ДИТИНИ**

**АЛЕРГІЇ НА ХОЛОД**

**Кріоалергія —** це підвищена чутливість дитячого організму на низьку температуру, зумовлена порушенням теплообміну між тілом дитини та навколишнім середовищем. За текої алергії розрізнюють гіперчутливість негайного або сповільненого типу. До кріоалергії може призвести порушення роботи серцево-судинної або ендокринної системи.

За алергії на холод спостерігають такі **симптоми:**

* + - *кропив'янка* — червоні плями на шкірі, свербіння і пухирі на відкритих частинах тіла;
    - *блідуватий висип —* висип, що проявляється на холоді та зникає в теплі;
    - *алергічний дерматит —* червоні плями на обличчі, шиї, вушних раковинах і руках дитини, а також почервоніння та припухлість губ і щік;
    - *алергічний кон'юнктивіт —* почервоніння, свербіння очей і сльозотеча;
    - *утруднення дихання —* кашель, закладення носу;
    - *мігрень —* сильний головний біль.
* За виявлення симптомів кріоалергії одразу після повернення додому дайте дитині будь-який дозволений їй антигістамінний препарат;
* Скоротіть тривалість наступної прогулянки — у разі алергічних реакцій перебування дитини на вулиці в холодну пору року не принесе їй користі;
* Перед прогулянкою намастіть обличчя дитини тонким шаром дитячого крему, а губи — гігієнічною помадою. Узимку використовуйте жирний гіпоалергенний крем;
* Одягніть на руки дитини рукавички, що не промокають, а на голову — капюшон так, щоб обличчя було максимально закрите;
* Не проводьте загартувальних процедур для дитини з алергією на холод, адже зниження температури води для купання може спричинити алергічну реакцію;
* не допускайте переохолодження дитини, навіть під час купання у водоймах улітку, оскільки можливий розвиток шоку;
* Якщо дитина здорова, то для позбавлення від кріоалергії займайтеся з нею фізичними вправами, давайте вітаміни А, С, Е, РР, які сприяють поліпшенню кровообігу;
* За кріоалергії подавайте дитині теплу їжу, насичену жирними кислотами;
* Пам'ятайте, що сильний холод може спровокувати розвиток тахікардії, проблеми з кровообігом і підвищення артеріального тиску;
* За виявлення у дитини симптомів кріоалергії якнайшвидше зверніться до лікаря-алерголога та перевірте дитину на наявність захворювань, що могли призвести до алергії на холод.

**ПАМ'ЯТКА**

**для батьків щодо догляду за вухами, очима та носом дитини**

Існує низка гігієнічних процедур, які батьки мають проводити дитині після нічного чи денного сну, зокрема, догляд за вухами, очима та носом дошкільника. Перед проведенням кожної з процедур батьки мають ретельно вимити руки з милом.

**Догляд за очима дитини**

* Для догляду за очима дитини використовуйте відвар ромашки або кип'ячену воду та стерильні ватні кульки. Для кожного ока використовуйте окремі ватні кульки
* Змочіть ватну кульку в одному з розчинів. Протріть почергово очі дитини від зовнішнього кута ока до перенісся;
* Осушіть кожне око сухою стерильною кулькою.

**Догляд за носом дитини**

* Використовуйте вату, стерильне вазелінове масло для догляду за носом дитини або спеціальний назальний аспіратор;
* Приготуйте з вати джгутики для кожного носового ходу. Змочіть джгутик у стерильному вазеліновому маслі;
* Зафіксуйте лівою рукою голову і носик дитини, а правою рукою обертальними рухами введіть джгутик у носовий хід на 1-1,5 см і одразу обережно виведіть його;
* Повторіть маніпуляцію для другого носового ходу, використовуючи окремий джгутик;
* Закапайте 1-2 краплі стерильного теплого вазелінового масла в порожнину носа дитини, якщо в ній утворилися скоринки, а потім за допомогою ватних джгутиків прочистіть носові ходи.

**Догляд за вухами дитини**

* Використовуйте для догляду за зовнішнім слуховим ходом дошкільника стерильну вату. Приготуйте зі стерильної вати джгутика для кожного вуха. Очищайте кожне вухо дошкільника окремим джгутиком;
* Поверніть голову дитини вбік: під час очищення правого вуха — на лівий, лівого вуха — на правий;
* Зафіксуйте лівою рукою голову дитини, а правою — обертальними рухами введіть джгутик у зовнішній слуховий прохід і одразу обережно виведіть джгутик.

**ПАМ'ЯТКА**

**для батьків щодо питного режиму дитини вдома**

Вода — це найважливіша рідина в раціоні людини, вона ж є основою всіх інших напоїв. Для більшості процесів в організмі вода незамінна**.** Зокрема, нестача води негативно впливає на всмоктування поживних речовин у кишківнику і призводить до швидкої втомлюваностіза незначних фізичних чи розумових навантажень. Тому для забезпечення нормального функціонування дитячого організму слід дотримуватися раціонального питного режиму.

* Давайте дитині пити чисту воду — спеціальну дитячу, фільтровану або ж бутильовану. До речі, не зберігайте відкриті бутлі з водою довше за два тижні і не ставте їх у холодильник;
* Наскільки корисними не були б соки або трав'яні чаї, не замінюйте ними воду в раціоні дитини;
* Не поїть дитину кип'яченою водою, шкоди вона не завдасть, але й користі від неї замало;
* Навіть якщо вам здається, що дитина п'є забагато, не обмежуйте її в цьому. Дитина сама відчує, скільки води їй потрібно;
* Якщо у дитини виявлено хронічне захворювання нирок або серця, обмежте пиття та чітко дотримуйтеся рекомендацій лікаря;
* Під час активного відпочинку та фізичних навантажень пропонуйте дитині пити частіше, ніж зазвичай, адже вона пітніє та втрачає чимало рідини;
* Максимально урізноманітнюйте питний раціон дитини, утім не віддавайте перевагу солодким напоям;
* Виключіть із питного раціону дитини міцний чай та солодкі газовані напої;
* Не давайте дитині забагато газованої мінеральної води, оскільки її надмірне вживання може порушити водно-сольовий баланс дитячого організму, який тільки формується;
* Пропонуйте дитині пити часто і потроху;
* не дозволяйте дитині випивати значну кількість напою чи води одразу, адже рідина не зможе повністю всмоктатися в кров, що спричинить тривале навантаження на серце, допоки її надлишок не виведуть з організму нирки;
* Правильно вживати напої — це ціла культура. Проконсультуйтеся з вихователем або медичною сестрою щодо питного режиму, встановленого в дошкільному навчальному закладі, та відповідно до нього унормуйте вживання напоїв удома.