

ПРИМЕРНЫЕ РЕКОМЕНДАЦИИ

для детей детских дошкольных учреждений, имеющих II-III группу здоровья, направленные на профилактику рецидивов острых респираторных инфекций и предупреждение обострений хронических заболеваний

Разработано:

Филиал № 3 Учреждение «Гомельская центральная городская детская поликлиника»

Зав. школьно-дошкольным отделением

Гапеенко Н. Г.

2009 год

Рекомендации № 1
 Для детей с заболеваниями органов дыхания
 (бронхиальная астма, рецидивирующая инфекция верхних дыхательных путей)

Задачи по сопровождению ребенка						
Старшая мед.сестра	Воспитатель	Руководитель физвоспитания	Музыкальный руководитель	Психолог	Учитель-дефектолог	Семья
<p>1. Медицинский контроль за проведением физк. занятий, утренней гимнастики, включение элементов дыхательной гимнастики.</p> <p>2. Ежедневное закаливание детей на «дорожке здоровья» по щадящей методике при температуре не ниже + 20С.</p> <p>3. С витаминизация первых или третьих блюд по схеме.</p> <p>4. Проведение работы с родителями по ФЗОЖ у детей.</p> <p>5. Рекомендовать родителям ежегодную вакцинацию этой группы детей против гриппа.</p>	<p>1. Во время прогулки избегать переохлаждений и перегреваний. Если ребенок вспотел, необходимо немедленно переодеть в сухое белье.</p> <p>2. Дневной сон по возможности более продолжительный. Кровать желательно расположить дальше от окон, дверей.</p> <p>3. Ежедневное закаливание детей на «дорожке здоровья» по щадящей методике при температуре не ниже + 20С.</p> <p>4. Проведение работы с родителями по ФЗОЖ у детей.</p>	<p>1. При проведении физк. занятий, утренней гимнастики избегать переутомления ребенка. Включать элементы дыхательной гимнастики под руководством медработника.</p> <p>2. Летом желательны занятия на свежем воздухе.</p> <p>3. В спортивном зале соблюдать все правила санит. режима - уборка, проветривание</p> <p>4. Детям данной патологии при назначении подготовительной группы программа физ. обучения растягивается с 1 до 2 лет с ограничением спортивных соревнований, бега.</p>	<p>1. Соблюдать голосовое щажение при пении (избегать высоких и низких звуков).</p> <p>2. Пение данной группе детей показано, т.к. является элементом дыхательной гимнастики.</p>	<p>1. Рекомендованы индивидуальные занятия.</p>	<p>1. Рекомендованы коррекционные занятия по необходимости.</p>	<p>1. Рекомендован осмотр педиатра 2 раза в год.</p> <p>2. Рекомендован осмотр аллерголога, лор врача, стоматолога, физиотерапевта 1 раз в год.</p> <p>3. Проведение лабораторных анализов 2 раза в год.</p> <p>4. Реабилитация в условиях отделения мед. реабилитации в поликлинике по месту жительства.</p> <p>5. Проведение ежегодной вакцинации против гриппа.</p> <p>6. Курс поливитаминов по 1 месяцу в осенне-весенний период.</p>

Рекомендации № 2

Для детей с заболеваниями мочеполовой системы (пиелонефрит, ИМВП, в т. ч. цистит и др.)

Задачи по сопровождению ребенка						
Старшая мед.сестра	Воспитатель	Руководитель физвоспитания	Музыкальный руководитель	Психолог	Учитель-дефектолог	Семья
<p>1. Медицинск. контроль за проведением физк. занятий, утренней гимнастики.</p> <p>2. Ежедневное закаливание детей на «дорожке здоровья» по щадящей методике при температуре не ниже + 20С.</p> <p>3. С витаминизация первых или третьих блюд по схеме.</p> <p>4. Проведение работы с родителями по ФЗОЖ у детей.</p> <p>5. Рекомендовать родителям ежегодную вакцинацию этой группы детей против гриппа.</p>	<p>1. Во время прогулки избегать переохлаждений и перегреваний. Если ребенок вспотел, необходимо немедленно переодеть в сухое белье.</p> <p>2. Дневной сон по возможности более продолжительный.</p> <p>3. Ежедневное закаливание детей на «дорожке здоровья» по щадящей методике при температуре не ниже + 20С.</p> <p>4. Проведение работы с родителями по ФЗОЖ у детей.</p>	<p>1. При проведении физк. занятий, утренней гимнастики избегать переутомления ребенка.</p> <p>2. Летом желательны занятия на свежем воздухе.</p> <p>3. В спортивном зале соблюдать все правила санит. режима - уборка, проветривание, соблюдение t`C режима помещения.</p> <p>4. Детям данной патологии при назначении подготовительной группы программа физ. обучения растягивается с 1 до 2 лет с ограничением спортивных соревнований, бега.</p>	<p>Нет дополнительных рекомендаций.</p>	<p>1. Рекомендованы индивидуальные занятия.</p>	<p>1. Рекомендованы коррекционные занятия по необходимости.</p>	<p>1. Рекомендован осмотр педиатра 2 раза в год.</p> <p>2. Рекомендован осмотр нефролога, лор врача, стоматолога, физиотерапевта 1 раз в год.</p> <p>3. Проведение лабораторных анализов 2 раза в год.</p> <p>4. Реабилитация в условиях отделения мед. реабилитации в поликлинике по месту жительства.</p> <p>5. Проведение ежегодной вакцинации против гриппа.</p> <p>6. Курс поливитаминов по 1 месяцу в осенне-весенний период.</p>

Рекомендации № 3

Для детей с нарушением осанки, сколиозом, плоскостопальной установкой стоп, плоскостопием.

Задачи по сопровождению ребенка						
Старшая мед.сестра	Воспитатель	Руководитель физвоспитания	Музыкальный руководитель	Психолог	Учитель-дефектолог	Семья
<p>1. Медицинский контроль за проведением физк. занятий, утренней гимнастики.</p> <p>2. Ежедневное закаливание детей на «дорожке здоровья» по общей схеме.</p> <p>3. С витаминизация первых или третьих блюд по схеме.</p> <p>4. Проведение работы с родителями по ФЗОЖ у детей.</p> <p>5. Рекомендовать родителям проведение и обучать их элементам коррекционной гимнастики.</p>	<p>1. Ежедневное закаливание детей на «дорожке здоровья» по общей схеме.</p> <p>2. Мебель должна соответствовать росту и пропорциям тела детей согласно санитарным правилам и нормам.</p> <p>3. Во время занятий, для разгрузки позвоночника – физкультминутки.</p> <p>4. Желательно спать на жестком матрасе.</p> <p>5. Проведение работы с родителями по ФЗОЖ у детей.</p>	<p>1. При проведении физк. занятий, утренней гимнастики с включением элементов коррекционной гимнастики: упражнений для плечевого пояса и укреплений мышц спины и укрепления мышц свода стопы.</p> <p>2. Летом желательны занятия на свежем воздухе.</p> <p>3. В спортивном зале соблюдать все правила санит. режима - уборка, проветривание</p> <p>4. Детям данной патологии при назначении подготовительной группы программа физ. обучения растягивается с 1 до 2 лет с ограничением спортивных соревнований, бега.</p>	<p>Нет дополнительных рекомендаций.</p>	<p>1. Рекомендованы индивидуальные занятия.</p>	<p>1. Рекомендованы коррекционные занятия по необходимости.</p>	<p>1. Рекомендован осмотр педиатра 2 раза в год.</p> <p>2. Рекомендован осмотр ортопеда, стоматолога, физиотерапевта 1 раз в год.</p> <p>3. Проведение лабораторных анализов 2 раза в год.</p> <p>4. Реабилитация в условиях отделения мед. реабилитации в поликлинике по месту жительства.</p> <p>5. Занятия ЛФК в условиях поликлиники</p> <p>6. Коррекционная гимнастика в домашних условиях после обучения у врача ЛФК.</p> <p>7. Спать на жестком матрасе.</p> <p>8. Рекомендованы занятия в бассейне.</p>

Комплекс коррекционных упражнений при плосковальгусной установке стоп и плоскостопия:

1. Ходьба на носках.
2. Ходьба на наружных краях стоп.
3. Ходьба с поворотом стоп пятками наружу, носками внутрь.
4. Ходьба с поворотом стоп и приподниманием на носки.
5. Ходьба на носках в полуприсяди.
6. Ходьба на носках с высоким приподниманием коленей.
7. Ходьба босиком по «дорожке здоровья».
8. Стоя на месте перекал с пяток на носки.
9. Захват пальцами стопы мелких предметов и перекалывания их в сторону другой стопы и обратно.

Комплекс упражнений для формирования и закрепления правильной осанки:

1. Исходное положение стоя; правильная осанка обеспечивается за счет касания стены ягодичной областью, икрами ног и пятками.
2. Исходное положение стоя; отойти от стены и сохранять правильную осанку.
3. Исходное положение стоя; ходьба с мешочком на голове с различными движениями: в полуприсяди, с высоким подниманием коленей и т. д.

Рекомендации № 4

Для детей с нарушением зрения (миопией, астигматизмом, косоглазием).

Задачи по сопровождению ребенка						
Старшая мед.сестра	Воспитатель	Руководитель физвоспитания	Музыкальный руководитель	Психолог	Учитель-дефектолог	Семья
<p>1. Медицинский контроль за проведением учебных занятий, правильной рассадкой детей в соответствии мебели росту и пропорциям тела, освещением, остроте зрения.</p> <p>2. Ежедневное закаливание детей на «дорожке здоровья» по общей схеме.</p> <p>3. С витаминизация первых или третьих блюд по схеме.</p> <p>4. Проведение работы с родителями по ФЗОЖ у детей.</p> <p>5. Рекомендовать родителям проведение и обучать их коррекционной гимнастики для глаз.</p>	<p>1. Ежедн. закаливание детей на «дорожке здоровья» по общей схеме.</p> <p>2. Осуществлять правильную рассадку детей соответствии мебели росту и пропорциям тела, освещением, остроте зрения.</p> <p>3. Во время занятий проводить гимнастику для глаз.</p> <p>4. Сокращать время занятий, требующих зрительного напряжения: рисование, штриховка, конструирование.</p> <p>5. Проведение работы с родителями по ФЗОЖ у детей.</p>	<p>1. Детям данной патологии при назначении подготовительной группы программа физ. обучения растягивается с 1 до 2 лет с ограничением спортивных соревнований, бега.</p>	<p>Нет дополнительных рекомендаций.</p>	<p>1. Рекомендованы индивидуальные занятия.</p>	<p>1. Рекомендованы коррекционные занятия по необходимости.</p>	<p>1. Рекомендован осмотр педиатра 2 раза в год.</p> <p>2. Рекомендован осмотр офтальмолога 2 раза в год.</p> <p>3. Проведение лабораторных анализов 2 раза в год.</p> <p>4. Реабилитация в условиях центров мед. реабилитации офтальмологического профиля.</p> <p>5. Коррекционная гимнастика для глаз в домашних условиях.</p> <p>6. Выполнять рекомендации офтальмолога по использованию средств оптической коррекции с целью восстановления зрения и доводить рекомендации до мед. работника ДДУ.</p>

Комплекс упражнений для зрительной гимнастики

1. Медленно перевести взгляд вправо-вверх, затем влево-вниз и обратно, после этого перевести взгляд по другой диагонали—влево-вверх, вправо-вниз и обратно. Повторить 3-4 раза.
2. На счет 1-4 закрыть глаза, сильно напрягая глазные мышцы, на счет 5-6 раскрыть глаза, расслабив мышцы глаз, посмотреть вдаль. Повторить 2-3 раза.
3. Колебательные движения глазами по горизонтали справа-налево, затем слева-направо в свободном ритме.
4. Колебательные движения глазами по вертикали вверх—вниз и вниз—вверх.
5. Круговые вращательные движения глазами слева-направо и справа-налево.

При выполнении гимнастики воспитатель ручкой проводит движения, согласно комплексу, а дети следят глазами за ручкой воспитателя.

Рекомендации № 5

Для детей с заболеваниями желудочно-кишечного тракта (гастриты, гастроудениты, ДЖВП).

Задачи по сопровождению ребенка						
Старшая мед.сестра	Воспитатель	Руководитель физвоспитания	Музыкальный руководитель	Психолог	Учитель-дефектолог	Семья
<p>1. Медицинский контроль за проведением физкультурных занятий, утренней гимнастики.</p> <p>2. Ежедневное закаливание детей на «дорожке здоровья» по общей методике при температуре не ниже + 20С.</p> <p>3. С витаминизация первых или третьих блюд по схеме.</p> <p>4. При рекомендованном диетпитании – стол №5.</p> <p>5. Проведение работы с родителями по ФЗОЖ у детей.</p>	<p>1. Во время прогулки избегать переутомления, ограничивать прыжки, бег, резкие движения.</p> <p>2. Ежедневное закаливание детей на «дорожке здоровья» по щадящей методике при температуре не ниже + 20С.</p> <p>3. Проведение работы с родителями по ФЗОЖ у детей.</p>	<p>1. При проведении физкультурных занятий, утренней гимнастики избегать переутомления ребенка, ограничивать прыжки, бег, резкие движения.</p> <p>2. Летом желательны занятия на свежем воздухе.</p> <p>3. В спортивном зале соблюдать все правила санитарного режима - уборка, проветривание. Соблюдение t°С режима помещения.</p> <p>4. Детям данной патологии при назначении подготовительной группы программа физкультурного обучения растягивается с 1 до 2 лет с ограничением спортивных соревнований, бега.</p>	<p>Нет дополнительных рекомендаций.</p>	<p>1. Рекомендованы индивидуальные занятия.</p>	<p>1. Рекомендованы коррекционные занятия по необходимости.</p>	<p>1. Рекомендован осмотр педиатра 2 раза в год.</p> <p>2. Рекомендован осмотр гастроэнтеролога 2 раза в год, лор-врача, стоматолога, физиотерапевта 1 раз в год.</p> <p>3. Проведение лабораторных анализов 2 раза в год.</p> <p>4. Реабилитация в условиях отделения медицинской реабилитации в поликлинике по месту жительства.</p> <p>5. Проведение ежегодной вакцинации против гриппа.</p> <p>6. Курс поливитаминов по 1 месяцу в осенне-весенний период.</p>

Рекомендации № 6

Для детей с заболеваниями сердечно-сосудистой системы
(ВПС, МАРС: ПМК, АХЛЖ, кардиопатии и др.)

Задачи по сопровождению ребенка						
Старшая мед.сестра	Воспитатель	Руководитель физвоспитания	Музыкальный руководитель	Психолог	Учитель-дефектолог	Семья
<p>1. Медицинский контроль за проведением физк. занятий, утренней гимнастики, включение элементов дыхательной гимнастики.</p> <p>2. Ежедневное закаливание детей на «дорожке здоровья» по щадящей методике при температуре не ниже + 20С.</p> <p>3. С витаминизация первых или третьих блюд по схеме.</p> <p>4. Проведение работы с родителями по ФЗОЖ у детей.</p> <p>5. Рекомендовать родителям ежегодную вакцинацию этой группы детей против гриппа.</p>	<p>1. Во время прогулки избегать переохлаждений и перегреваний. Если ребенок вспотел, необходимо немедленно переодеть в сухое белье, избегать переутомления, резких движений.</p> <p>2. Дневной сон по возможности более продолжительный.</p> <p>3. Ежедневное закаливание детей на «дорожке здоровья» по щадящей методике при температуре не ниже + 20С.</p> <p>4. Проведение работы с родителями по ФЗОЖ у детей.</p>	<p>1. При проведении физк. занятий, утренней гимнастики избегать переутомления ребенка. Включать элементы дыхательной гимнастики под руководством медработника.</p> <p>2. Летом желательны занятия на свежем воздухе.</p> <p>3. В спортивном зале соблюдать все правила санитарного режима - уборка, проветривание.</p> <p>4. Детям данной патологии при назначении подготовительной группы программа физ. обучения растягивается с 1 до 2 лет с ограничением спортивных соревнований, бега.</p>	<p>1. Пение данной группе детей показано, т.к. является элементом дыхательной гимнастики.</p>	<p>1. Рекомендованы индивидуальные занятия.</p>	<p>1. Рекомендованы коррекционные занятия по необходимости.</p>	<p>1. Рекомендован осмотр педиатра 2 раза в год.</p> <p>2. Рекомендован осмотр кардиолога, лор врача, стоматолога, физиотерапевта 1 раз в год.</p> <p>3. Проведение лабораторных анализов 2 раза в год, ЭКГ.</p> <p>4. Реабилитация в условиях отделения мед. реабилитации в поликлинике по месту жительства.</p> <p>5. Проведение ежегодной вакцинации против гриппа.</p> <p>6. Курс поливитаминов по 1 месяцу в осенне-весенний период.</p>

Рекомендации № 7

Для детей с аллергическими заболеваниями

(атопический дерматит, бронхиальная астма, респираторный аллергоз, аллергический ринит и др.)

Задачи по сопровождению ребенка						
Старшая мед.сестра	Воспитатель	Руководитель физвоспитания	Музыкальный руководитель	Психолог	Учитель-дефектолог	Семья
<p>1. Медицинский контроль за проведением физк. занятий.</p> <p>2. Ежедневное закаливание детей на «дорожке здоровья» по щадящей методике при температуре не ниже + 20С.</p> <p>3. С витаминизация первых или третьих блюд по схеме.</p> <p>4. При наличии справки ВКК подбирается индивидуальная гипоаллергенная диета.</p> <p>5. Проведение работы с родителями по ФЗОЖ у детей.</p> <p>6. Рекомендовать родителям ежегодную вакцинацию этой группы детей против гриппа под контролем аллерголога.</p>	<p>1. Во время прогулки избегать переохлаждений и перегреваний. Если ребенок вспотел, необходимо немедленно переодеть в сухое белье, избегать переутомления, резких движений.</p> <p>2. Дневной сон по возможности более продолжительный.</p> <p>3. Ежедневное закаливание детей на «дорожке здоровья» по щадящей методике при температуре не ниже + 20С.</p> <p>4. В группе не допускается контакта ребенка с кормом для рыб, попугаев и др. аллергенов(устанавливает аллерголог).</p> <p>5. Проведение работы с родителями по ФЗОЖ у детей.</p>	<p>1. При проведении физк. занятий, утренней гимнастики избегать переутомления ребенка. Включать элементы дыхательной гимнастики под руководством медработника.</p> <p>2. Летом желательны занятия на свежем воздухе.</p> <p>3. В спортивном зале соблюдать все правила санитар. режима - уборка, проветривание</p> <p>4. Детям данной патологии при назначении подготовительной группы программа физ. обучения растягивается с 1 до 2 лет с ограничением спортивных соревнований, бега.</p>	<p>1. Пение данной группе детей показано, т.к. является элементом дыхательной гимнастики.</p>	<p>1. Рекомендованы индивидуальные занятия.</p>	<p>1. Рекомендованы коррекционные занятия по необходимости.</p>	<p>1. Рекомендован осмотр педиатра 2 раза в год.</p> <p>2. Рекомендован осмотр аллерголога, лор врача, стоматолога, физиотерапевта 1 раз в год.</p> <p>3. Проведение лабораторных анализов 2 раза в год, проведение аллергопроб.</p> <p>4. Реабилитация в условиях отделения мед. реабилитации в поликлинике по месту жительства.</p> <p>5. Проведение ежегодной вакцинации против гриппа под контролем аллерголога.</p> <p>6. Курс поливитаминов по 1 месяцу в осенне-весенний период.</p>