

Профилактика заболеваний нервной системы у детей до 3 лет

✗ ВРЕДНО
✓ ПОЛЕЗНО

Обязательное посещение невролога и педиатра в декретированные сроки:

- невролог – 1 мес, 1 год, 3 года;
- педиатр – ежемесячно на первом году жизни, 1 г 3 мес, 1 г 6 мес, 2 г, 3 г.
- психиатр – 2 года

Пусть мой ребенок играет и спит, когда сам захочет!



Соблюдение режима дня:
сон/бодрствование



Пусть ребенок посидит дома, на улице пыль, грязь, бактерии и вообще там холодно / жарко!



Прогулки на свежем воздухе



Зачем моему ребенку витамины?! У него и так все хорошо!



Профилактика дефицита витамина D

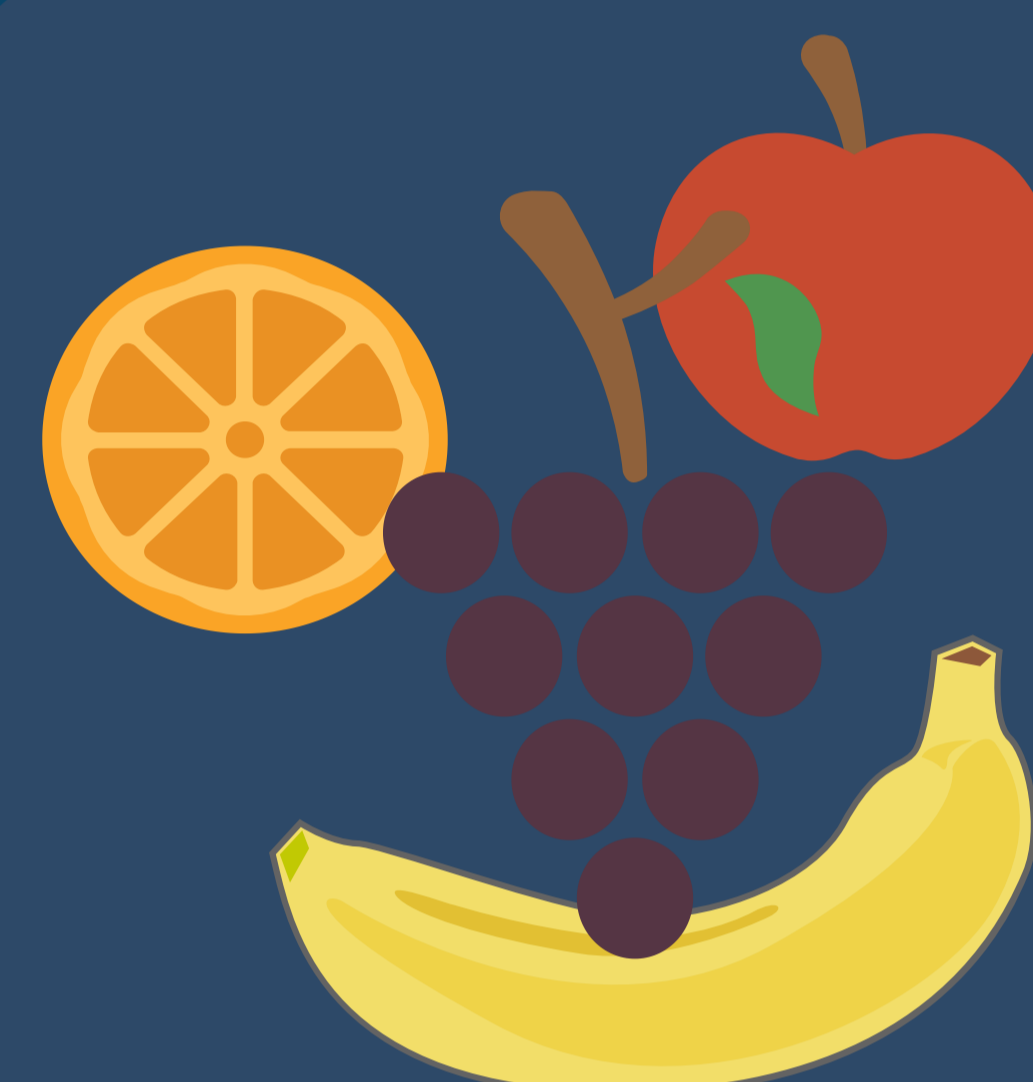
Для здоровых доношенных детей

- 1 - 12 мес - 1000 ЕД в сутки
- 1 - 3 лет - 1500 ЕД в сутки

Не хочу творог и рыбу, хочу конфету и шоколадку!!!



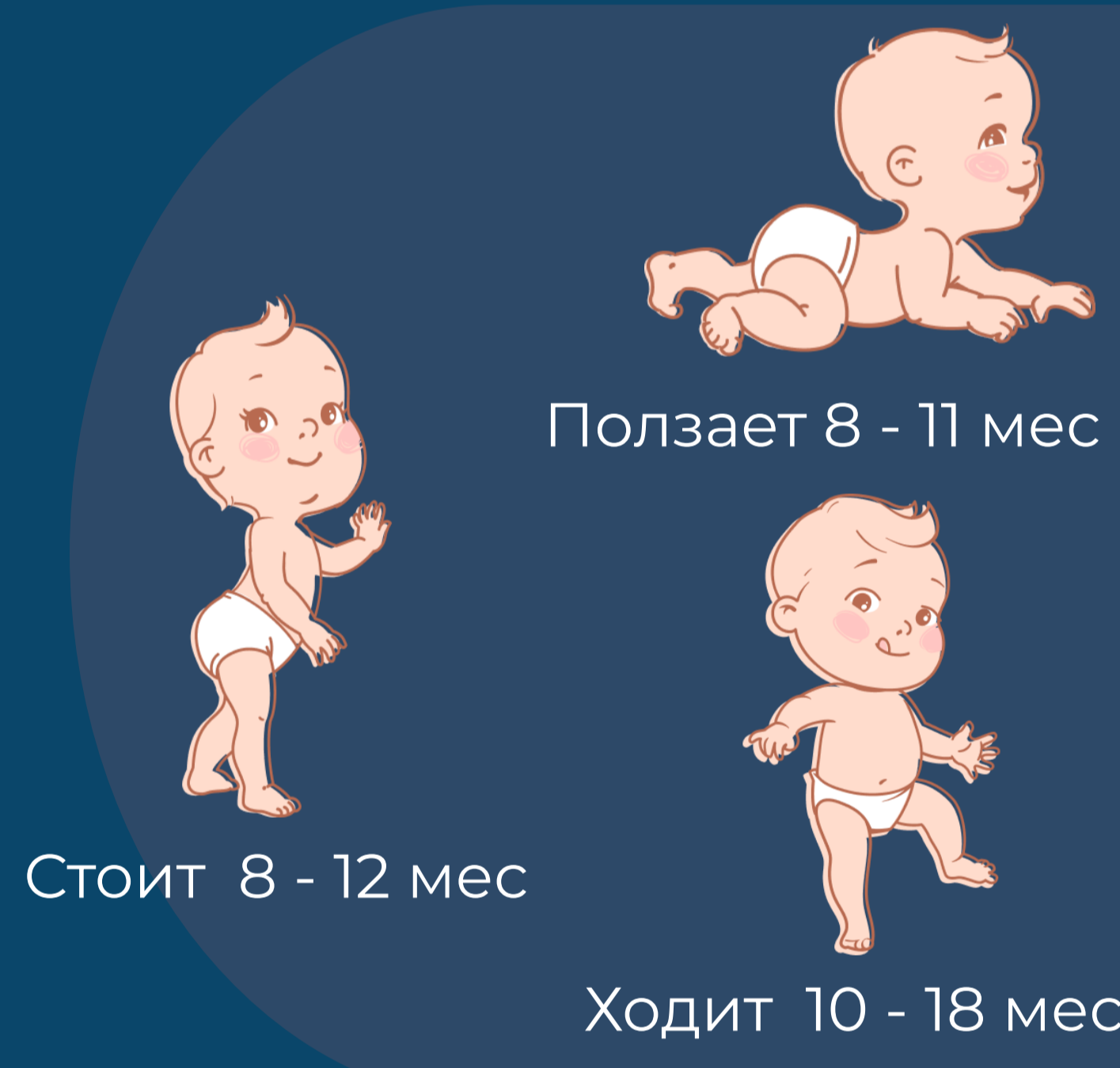
Правильное и сбалансированное питание



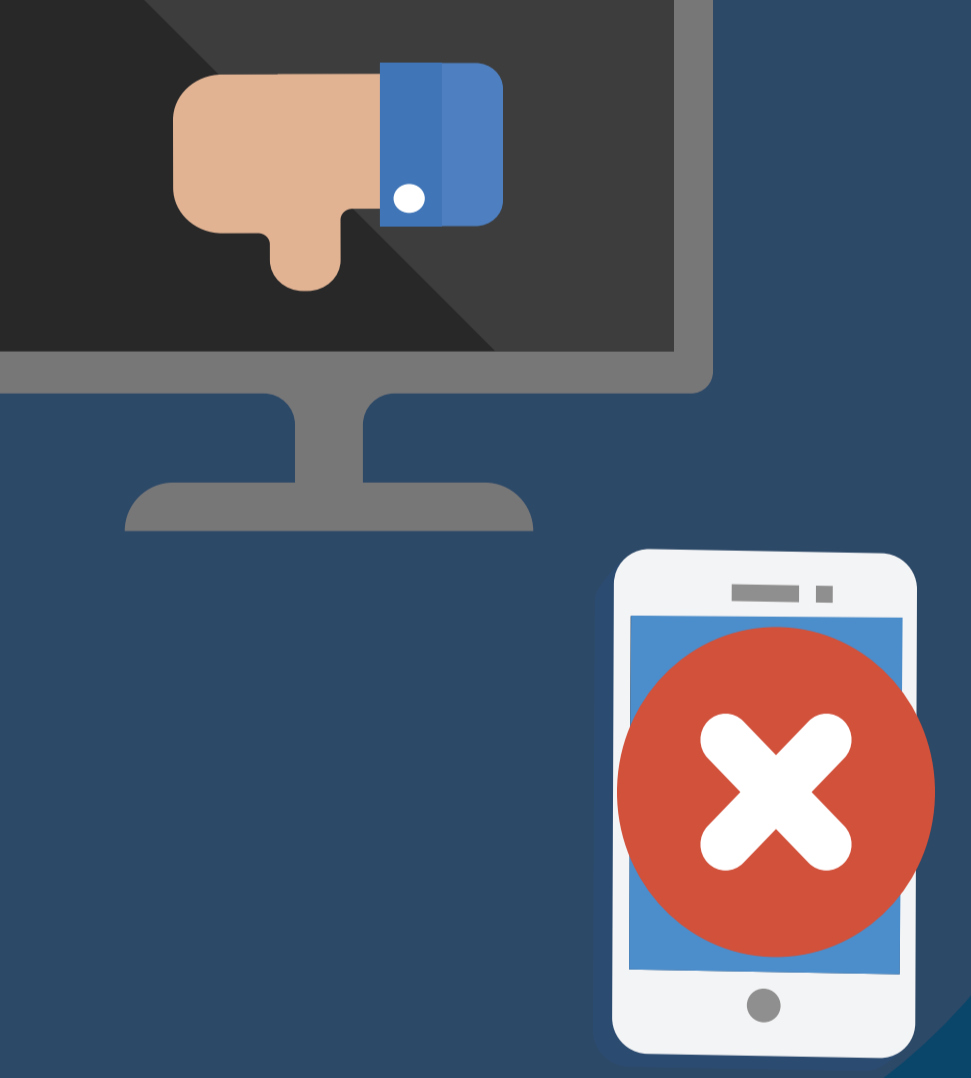
Ребенок не говорит еще и ходит плохо, но это просто не доросли! Вот у соседей так же было и ничего...



Контроль сроков формирования двигательных и речевых навыков



Вот тебе планшет и телевизор, играй и смотри...



Исключение гаджетов и телевизора

Рекомендации Всемирной Организации Здравоохранения (ВОЗ)

У него есть планшет и смартфон! Зачем ему какие то кубики?!



Развивающие игры



Ну увидел ребенок, что мы ругаемся, что такого!



Избегайте семейных конфликтов

