



ЧТО ЗНАЧИТ БЫТЬ ХОРОШИМИ РОДИТЕЛЯМИ

COSA VUOL DIRE ESSERE GENITORIPIÙ?

Вы, родители, являетесь протагонистами здоровья ваших детей: начиная с момента зачатия, день за днем в период беременности, шаг за шагом в первые годы жизни. Ежеминутная забота о ребенке, которую в состоянии дать внимательный и знающий родитель, является бесценным благом. В помощь вам мы выбрали 7 правил, способствующих здоровью вашего ребенка: 7 основных действий, важных для вас, но в первую очередь для него. Каждое из этих правил защищает его от каких-либо проблем. А все вместе составляют солидный капитал здоровья для его будущей жизни. Вы, родители, должны сделать очень многое: сделанное вами утраивается, если каждое ваше действие поддерживается всеми остальными правилами. Какой-нибудь важный пример? Пожалуйста! Вакцинация: действие простое, эффективное и надежно защищающее ваших детей от опасных заболеваний, против которых нет эффективного лечения. Вакцинация ваших детей означает защиту здоровья всех детей, и здесь необходимо участие всех родителей. Быть хорошими родителями означает быть протагонистами здоровья собственного ребенка и максимально использовать Систему здравоохранения. Предлагая вашему вниманию 7 правил, мы вместе с вами участвуем в кампании по защите здоровья ваших детей и всего общества в целом. Содействовать распространению 7 правил через операторов компетентных служб, чтобы гарантировать всем детям защиту здоровья путем вакцинации при сотрудничестве служб вакцинации и семейных педиатров.

È UNA CAMPAGNA DEL



*Ministero del Lavoro della Salute
e delle Politiche Sociali*

www.ministerodellasalute.it
www.genitoripiu.it

Regione capofila:



При поддержке

ACP Associazione Culturale Pediatri
AICPAM Associazione Italiana Consulenti Professionali in Allattamento Materno
ASNAS Associazione Nazionale Assistenti Sanitari
FNCO Federazione Nazionale dei Collegi delle Ostetriche
IPASVI Federazione Nazionale Collegi Infermieri Professionali Assistenti Sanitari, Vigiliatrici d'Infanzia
SIGO Società Italiana di Ginecologia e Ostetricia
SIN Società Italiana di Neonatologia
SIP Società Italiana di Pediatria
SITI Società Italiana di Igiene

In collaborazione con:



Coordinamento Campagna: Azienda ULSS 20 Verona

genit  ri più

prendiamoci più cura della loro vita

Versione Russo



Stampa Cierre Grafica - Verona

7 **7 PAVIL NA BLAGO REBENKA**
IDEALNOE CHISLO DLYA JIZNI

ДЛЯ ТОГО ЧТОБЫ БЫТЬ ХОРОШИМ РОДИТЕЛЕМ ДОСТАТОЧНО ВЫПОЛНЯТЬ 7 ПРОСТЫХ ПРАВИЛ. 7 ПРОСТЫХ ПРАВИЛ, СТОЯЩИХ ЦЕЛОЙ ЖИЗНИ

PER ESSERE GENITORIPIÙ,
BASTANO SETTE SEMPLICI AZIONI. SETTE SEMPLICI
AZIONI CHE VALGONO UNA VITA INTERA

1 КУПИТЕ ЗАРАНЕЕ ФОЛИЕВУ КИСЛОТУ

PRENDERE PER TEMPO L'ACIDO FOLICO

Готовьтесь к рождению ребенка, прежде чем его зачать: "l'acido folico" фолиевая кислота является витамином, прием которого перед зачатием и на протяжении первых 3-х месяцев беременности поможет исключить риск возможных аномалий в формировании плода. Применение данного витамина является безопасным. За информацией обратитесь к вашему врачу

2 НЕ КУРИТЕ В ПЕРИОД БЕРЕМЕННОСТИ И В ПРИСУТСТВИИ РЕБЕНКА

NON FUMARE IN GRAVIDANZA E DAVANTI AL BAMBINO

Защитите вашего ребенка от курения: курение в период беременности подвергает риску здоровье плода. Пассивное курение особенно опасно, когда ребенок маленький: не позволяйте курить дома и в присутствии ребенка. За информацией обратитесь к вашему врачу или вашей акушерке.

3 ГРУДНОЕ ВСКАРМЛИВАНИЕ

ALLATTARLO AL SENO

Вскармливайте вашего ребенка грудью. Грудное вскармливание является самым натуральным, так как материнское молоко содержит все необходимые элементы: в первые 6 месяцев жизни вашему малышу не нужно ничего другого. Продолжайте кормить его грудью и после года. Материнское молоко защищает ребенка от многих болезней. Грудное вскармливание оказывает положительное влияние и на здоровье матери. Поговорите на эту тему в семье и с медицинскими работниками.



4 РЕБЕНОК ДОЛЖЕН СПАТЬ НА СПИНЕ

METTERLO A DORMIRE A PANCIA IN SU

Спать ребенок должен вверх животом: эта позиция наиболее безопасна. Данное правило вместе с грудным вскармливанием и защитой от курения поможет избежать «смерти в люльке» (синдром внезапной смерти ребенка SIDS). Температура в комнате должна быть около 20°. Избегайте чрезмерного укутывания.

5 ПЕРЕВОЗИТЕ МАЛЫША В МАШИНЕ В СПЕЦИАЛЬНОМ КРЕСЛЕ

PROTEGGERLO IN AUTO CON IL SEGGIOLINO

Усаживая малыша в машину, используйте специальное кресло, даже при перемещении на небольшие расстояния. Убедитесь в том, что кресло соответствует принятым нормам: весу, размерам и хорошо установлено. Проконтролируйте наличие на кресле европейской марки ECE R44/03.

6 СДЕЛАЙТЕ ВСЕ РЕКОМЕНДУЕМЫЕ ПРИВИВКИ

FARE TUTTE LE VACCINAZIONI CONSIGLIATE

Вакцинация защитит вашего ребенка и других детей от многих инфекционных заболеваний. Некоторые из заболеваний очень опасны, но, благодаря вакцинации, находятся под контролем. Для дополнительной информации обратитесь к вашему педиатру или в прививочный кабинет и попросите брошюру по детской вакцинации.

7 ЧИТАЙТЕ РЕБЕНКУ КНИГИ

LEGGERGHI UN LIBRO

Обязательно найдите время почитать книгу вашему малышу: ребенку нравится слушать ваш голос, кроме этого чтение стимулирует познавательное и межличностное развитие. Начинать можно с 6 месяцев. Посоветуйтесь с вашим педиатром.