

## Как подготовить ребенка к прививке – 10 простых правил



Прививки – это эффективный способ защиты ребенка от инфекционных заболеваний, которые могут быть опасны для жизни и здоровья ребенка, например, коклюш, полиомиелит, дифтерия, столбняк, корь и другие. При этом сама прививка тоже не совсем безопасна и сопряжена с риском осложнений и побочных эффектов. Если вы сторонник вакцинации и понимаете важность этих процедур, то давайте поговорим о том, как правильно подготовить ребенка к прививке, чтобы она не вызвала тяжелой реакции или осложнения.

Как подготовить ребенка к прививке – 10 простых правил:

**1. На момент прививки ребенок должен быть абсолютно здоров**, за несколько дней ребенок не должен контактировать с большим количеством людей, изменять среду и режим питания ребенка. За 2-3 дня до прививки и столько же дней после нее не ходите с малышом в гости, на концерты и т.п. мероприятия, где бывает большое количество людей. Малыш может подхватить там инфекцию, инкубационный период которой составляет тоже 2-3 дня, т.е. в день прививки или на следующие сутки малыш уже может заболеть, а в сочетании с вакциной болезнь может принять сложную форму, например ОРВИ перерастет в пневмонию. То же можно сказать и о режиме дня, малыш должен быть голоден, но и не накормлен до отвала, он должен быть выспавшимся и не перевозбужденным. За несколько дней до вакцинации не давайте крохе пробовать новый прикорм, он должен получать только привычную для него еду. Новый продукт может вызвать аллергическую реакцию, которая может быть усилена вакцинацией. Если малыш недавно ходит в детский сад, и пока еще часто болеет, то оптимальным будет забрать его за несколько дней до вакцинации, например не водить его в сад со среды, а прививку сделать в пятницу, до понедельника вы сможете проследить за реакцией ребенка.

**2. Если ребенок аллергик, то на момент прививки аллергия должна быть в стадии ремиссии** (высыпания отсутствуют в течение 3 недель). Если ваш доктор настаивает на принятии антигистаминных препаратов до и после вакцинации, то не давайте ребенку супрастин и тавегил, так как они слишком высушивают слизистые, что нежелательно при повышении температуры, которая часто бывает после прививки. Но в принципе эти препараты не нужны, и панацеей от поствакцинальных осложнений не являются. Для предотвращения аллергических реакций лучше за 3 дня до прививки прекратить давать ребенку витамин Д, который может усилить реакцию, и наоборот, подавать малышу препарат кальция, чтобы снизить риск аллергии.

3. **В день прививки малыш должен обязательно сходить в туалет по-большому.** [Запор](#) повышает риск осложнений. Даже если ребенок находится на грудном вскармливании и какает раз в 2-3 дня, то в день прививки дайте ему утром сироп лактулозы или поставьте очистительную клизму, чтобы кишечник крохи был опорожненным к моменту вакцинации.

4. **В день прививки обязательно следите за состоянием здоровья, настроением ребенка,** если вы заметили что-то странное, то обязательно сообщите об этом своему врачу. Доктор может и не знать, что ребенок сегодня отказался утром от еды, а вместо дневного сна истерично плакал. В таких случаях лучше перенести вакцинацию на пару дней, чтобы быть уверенными в здоровье ребенка. Если в доме есть кто-то из родственников, болеющих ОРВИ или другим заразным заболеванием, то лучше также отложить вакцинации. После прививки организм ослаблен и может легко подхватить любую инфекцию.

5. **В поликлинике старайтесь минимизировать контакты с другими детьми.** Лучше всего, если в ожидании очереди к врачу или в прививочный кабинет вы будете гулять с малышом на улице, а папа или бабушка постоят в очереди и вызовут вас к моменту ее подхода к финалу. Если вы не можете пойти в больницу с кем-то, то возьмите с собой спрей с соленой водой и орошайте ребенку слизистую носа каждые 15 минут. Ведь зачастую бывает так, что после прививки ребенок заболевает и переносит ОРВИ или грипп с тяжелыми осложнениями, например пневмонией или бронхитом. Вы должны понимать, что прививка тут не причем, тут виновата вирусная инфекция, которую кроха подхватил в больнице.

6. **После прививки не уходите сразу домой, но и стоять в поликлинике не нужно, выйдите на улицу и погуляйте с малышом 30 мин- 1 час после прививки рядом с больницей.** Внимательно следите за малышом, при любых признаках нестандартного поведения обратитесь немедленно к врачу.

7. **Не колите прививки [в сильную жару](#), в мороз, в период эпидемии.**

8. **Дома поддерживайте для ребенка оптимальные показатели температуры и влажности воздуха.** Не перевозбуждайте его. Если ребенок постарше и уже все понимает, подготовьте его морально к манипуляции, объясните, зачем нужен этот укол.

9. **В поликлинике поинтересуйтесь обязательно у врача, каким препаратом будет проведена вакцинация, какие у него есть побочные эффекты и осложнения,** помните, что знаком, значит вооружен. В прививочном кабинете проверьте, достала ли медсестра вакцину из холодильника, спросите, соблюдены ли правила ее хранения и транспортировки, вы имеете право попросить почитать инструкцию на препарат. В день прививки не купайте малыша.

10. **Если у ребенка начала повышаться температура (даже при 37.1) дайте ему жаропонижающее.** В случае образования затвердения в месте укола сделайте йодовую сетку. При всевозможных других осложнениях и реакциях, вызывайте врача или скорую помощь.

Таким образом, нормальный здоровый образ жизни ребенка до и после вакцинации – вот самый лучший способ подготовить ребенка к прививке.