**Десять советов родителям**

**Совет 1.** По всем вопросам относительно здоровья вашего ребенка следует обращаться к врачу-педиатру, который назначает лечение или при необходимости направляет ребенка на обследование к другим врачам-специалистам. В особых случаях, чтобы не было задержки сроков начала лечения, при появлении первых характерных признаков заболеваний рекомендуется сразу обращаться к специалисту в данной области медицины.

**Совет 2**. Если вы замечаете, что ваш ребенок в кругу своих сверстников отличается неловкостью движений, плохой речью, если у него бывают обмороки, головокружения, головные боли, рвота, его укачивает в транспорте, необходимо проконсультировать ребенка у невропатолога.

**Совет 3**. Обратите внимание на поведение ребенка: чрезмерная подвижность, гипервозбудимость или, наоборот, вялость, утомляемость, плаксивость, страхи, нарушенный сон, навязчивые движения - это наиболее распространенные симптомы психического напряжения еще слабой нервной системы ребенка-дошкольника. При появлении этих признаков обязательно следует показать ребенка детскому психиатру.

**Совет 4.** Ваш ребенок часто переспрашивает или не всегда реагирует на обращенную к нему речь, у него бывают частые ангины, потеря голоса, кашель, постоянный насморк, если ребенок спит с открытым ртом, храпит во сне, гнусавит при разговоре - проконсультируйте ребенка у ЛОР-врача *(отоларинголога)*.

**Совет 5**. Если у ребенка плохой аппетит, часто возникает тошнота, рвота, нарушения стула *(запор, жидкий стул)*, боли в животе *(до еды, после еды)*, следует обратиться за квалифицированной помощью к врачу-гастроэнтерологу.

**Совет 6**. Обращение за консультацией врача-аллерголога необходимо в тех случаях, если в дошкольном периоде у ребенка возникает реакция ( *сыпь, отек, затрудненное дыхание, внезапный насморк, чихание)* на какую-то пищу, запахи, пыльцу цветов, лекарства, прививки.

**Совет 7**. Воспаление кожи на разных участках тела *(чаще на руках и ногах)*, сопровождающееся покраснением, зудом, шелушением, экссудацией - возможно, это признаки хронического дерматита или экземы, вылечить которые поможет врач-дерматолог. К дерматологу следует обращаться при любых видимых изменениях состояния кожных покровов, ногтей, волос.

**Совет 8**. Если вы замечаете, что ребенок сощуривает веки, когда рассматривает отдаленные предметы, или низко наклоняется над листом альбома или книги, близко садится к экрану телевизора, если он издалека *(с расстояния 5 метров)* не различает мелкие *(до 1 см в диаметре)* предметы, необходимо проверить остроту зрения вашего ребенка - обратитесь к окулисту *(офтальмологу)*.

**Совет 9.** Постоянно обращайте внимание на осанку ребенка. При ходьбе он сутулится, у него одно плечо ниже другого, лопатки сильно выступают при выпрямленной спине. Сидя на стуле, он заметно прогибается в ту или иную сторону, пытается часто менять позу, низко наклоняется *(почти ложится на стол)* во время рисования и т. п. - обследование состояния позвоночника должен произвести специалист-ортопед.

**Совет 10**. Не забывайте о необходимости обязательных профилактических осмотров вашего ребенка следующими специалистами: эндокринологом *(предупреждение заболеваний щитовидной железы, диабета, ожирения, нарушений роста)*, хирургом *(обнаружение врожденных аномалий)*, стоматологом *(выявление и лечение кариеса)*, кардиологом *(диагностика нарушений функции сердца и сосудов)*, логопедом *(нарушения речи и восприятия звуков)*.