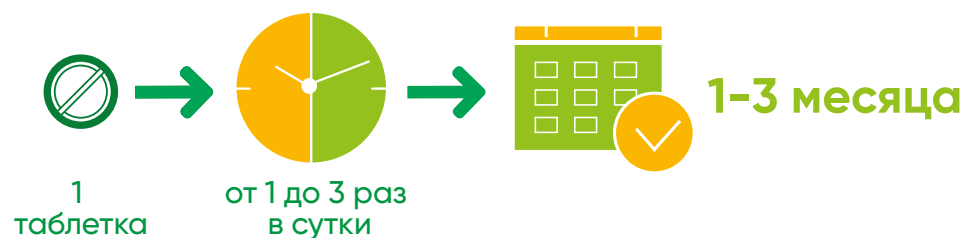


РЕКОМЕНДУЕМАЯ СХЕМА ПРИЕМА:

НЕВРАСТЕНИЯ
И НЕВРОТИЧЕСКИЕ РАССТРОЙСТВА,
СПЕЦИФИЧЕСКИЕ РАССТРОЙСТВА
УЧЕБНЫХ НАВЫКОВ.



При необходимости курс лечения можно продлить до 6 месяцев
или повторить через 1-2 месяца.



ЛП-РГ N (000024) - (RU)

- УЛУЧШАЕТ ПЕРЕНОСИМОСТЬ ПСИХОЭМОЦИОНАЛЬНЫХ НАГРУЗОК
- НОРМАЛИЗУЕТ ПРОЦЕССЫ ОБУЧЕНИЯ И ПАМЯТИ
- НЕ ВЫЗЫВАЕТ ДНЕВНОЙ СОНЛИВОСТИ, ЗАТОРМОЖЕННОСТИ¹

1. Захарова Г. Я., Абрамова Е. В., Ватутова Р. Ш. Оценка эффективности профилактического применения препаратов «Анаферона детского» и «Тенотена детского» в период адаптации детей к началу обучения в детских образовательных учреждениях. Медицинская наука и образование Урала. 2013; 3: 107-11.

Инструкция по медицинскому применению препарата Тенотен детский, ЛП-РГ N (000024) - (RU)



ООО «НПФ «МАТЕРИА МЕДИКА ХОЛДИНГ»
Россия, 127473, Москва, 3-й Самотечный пер., дом 9
Тел./факс (495) 684-43-33

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ
ОЗНАКОМЬТЕСЬ С ИНСТРУКЦИЕЙ

Тенотен
ДЕТСКИЙ

**КАК АДАПТИРОВАТЬСЯ
К ДЕТСКОМУ САДУ?**

рекомендуется курсовой прием



ЛП-РГ N (000024) - (RU)

Как адаптироваться к детскому саду?

Поступление ребёнка в детский сад – важное и волнующее событие в жизни малыша и его родителей. Новая атмосфера, новый круг общения, изменение режима, появление первых обязанностей – всё это приводит к перестройкам в организме ребёнка, направленным на приспособление к изменившимся условиям. Но что, если адаптация затянулась, ребёнок стал раздражительным и капризным, а воспитатели жалуются на его неусидчивость и «неуправляемость»?

Адаптация организма к новой среде проходит в несколько этапов:

1-й этап.

Первые 2-3 недели после поступления в детский сад получили название «физиологической бури». В этот период на все новые воздействия организм отвечает значительным напряжением всех систем, то есть тратит значительную часть своих ресурсов.

2-й этап.

Следующий этап адаптации – неустойчивое приспособление. Организм ребёнка начинает привыкать к новым условиям.

3-й этап.

После этого наступает период относительно устойчивого приспособления. Организм реагирует на нагрузки с меньшим напряжением. В период адаптации к детскому саду родители могут заметить у ребёнка утомляемость, плохой сон, снижение аппетита, тики, изменение поведения. На приёме у врача могут обнаружиться шумы в сердце, нарушения нервно-психического статуса и др. Эти симптомы являются проявлениями тревоги. Если Вы беспокоитесь за физическое и психологическое состояние ребёнка, обязательно проконсультируйтесь со специалистом.

Что же делать, чтобы облегчить период адаптации ребёнка к детскому саду?



1-ЫЙ СОВЕТ

Начинать готовиться к поступлению в детский сад можно и нужно заранее! Запланируйте прогулки на территорию детского сада, изучите распорядок дня и попробуйте максимально следовать ему дома, познакомьтесь с воспитателями. Обязательно говорите с малышом о предстоящем поступлении в садик.



2-ОЙ СОВЕТ

Самое главное, что Вы можете подарить своему ребёнку – это внимание. Выслушивайте его рассказы о том, как прошёл день, интересуйтесь, поддерживайте. Особо акцентируйте внимание на позитивных моментах. И, конечно, не забывайте о прикосновениях и объятиях!



3-ИЙ СОВЕТ

Соблюдайте режим дня. Ваши выходные и праздничные дни старайтесь проводить в том же режиме, который ребёнок соблюдает в детском саду. Особенно важно время и качество дневного сна.



4-ЫЙ СОВЕТ

Не перегружайте ребёнка. В погоне за развивающими активностями не забывайте дать возможность малышу отдохнуть. Кроме того, лучше минимизировать просмотр телевизора и игры на планшете, а вместо этого посвятить время более спокойным занятиям.



5-ЫЙ СОВЕТ

Хвалите ребёнка. Само поступление в детский сад – это уже достижение Вашего малыша! Он вырастет, становится более самостоятельным, учится общаться со сверстниками и каждый день узнаёт что-то новое. Не забывайте хвалить его за это.



6-ОЙ СОВЕТ

Помните, что эмоциональное состояние ребёнка напрямую зависит от Вас! Если Вы уверены, что детский садик – это новый, интересный и яркий период в жизни Вашего ребёнка, - эти чувства передадутся и ребёнку.



7-ОЙ СОВЕТ

Справиться со стрессовой ситуацией при адаптации к детскому саду может помочь детское противотревожное средство. Обратите внимание, чтобы лекарство не вызывало сонливости и заторможенности, ведь малышу нужно много энергии, чтоб познавать окружающий мир! Кроме того, обязательным требованием к препаратам для детей является минимальный риск развития побочных эффектов. Например, такой препарат как Тенотен детский, специально разработанный для лечения тревоги у детей с 3-х лет.

РЕБЁНОК СПОКОЕН – РАЗВИВАТЬСЯ НАСТРОЕН!

ТЕНОТЕН
ДЕТСКИЙ

