

Моето дете

бр.8/август 2013

ЛЯТНА
ПРОМО ЦЕНА**0,99 лв.**

ПЪРВИТЕ ЗЪБКИ

- * кога да ги очакваш?
- * как да облекчиш болката?

СПЕЦИАЛНИ СТРАНИЦИ

**ДОБРЕ ДОШЛО,
БЕБЕ!** (всичко
най-важно за
новороденото)

**АПЕНДИЦИТ
ПРИ ДЕЦАТА -
разпознай
симптомите
навреме!**

**От Брой в Брой
ЕНЦИКЛОПЕДИЯ НА
Бременността
(осми месец)**

**ОПИТАЙ
ТОВА!**

**ХОМЕОПАТИЯ
ПРЕЗ 9-ТЕ
МЕСЕЦА**

10 БЕЗЦЕННИ СЪВЕТА

**за майки на
прохождащи мъници**

ISSN 1312-8736



1312-8736 8

Това е откъс от списанието.

**Цялото списание може да намерите в
Библио.бг**

www.biblio.bg



СТАНИ НИ ПРИЯТЕЛ
facebook
СПИСАНИЕ МОЕТО ДЕТЕ



92

ВАКАНЦИЯ С
МАЛЪК БЮДЖЕТ

88

КАК СТАНАХ
ТАТКО



80

ОЩЕ
ПО-КРАСИВА



- 74 Детската стая
- 76 Шопинг: Сладки сънища

СПЕЦИАЛНО ЗА МАМА

- 78 Профилактичните прегледи
- 80 Още по-красива
- 82 Упражнения с бебе
- 84 Козметика: По-бляскаво лято

ЗА ЦЯЛОТО СЕМЕЙСТВО

- 86 Светото кръщение
- 88 Как станах татко
- 92 Ваканция с малък бюджет
- 94 На баба гетето!
- 96 Чист въздух и прохладата
- 98 Конкурс: Виж колко съм сладък

КАКВО МОЖЕШ ДА СПЕЧЕЛИШ ТОЗИ МЕСЕЦ



* Плушена играчка ще спечели писмото на месеца, на стр. 14.

* Най-добрият съвет ще получи книга „Откъде идва това?“ на изд. „Джи Би Груп“, на стр. 68.

* Всяка публикувана снимка в конкурса „Виж колко съм сладък!“ ще получи Мек измиващ гел ABCDerm на BIODERMA + гумена играчка пингвинче, на стр. 98.

В киното не всичко е така, както в реалния живот, особено що се отнася до раждането. Доколко „кинематографическото“ раждане се доближава до реалното?

Като на КИНО

(какво знаем за раждането)

Целта на хомеопатията е да възстанови естествения баланс в организма и да повиши съпротивителните му сили срещу заболявания.

Аумата „хомеопатия“ произхожда от гръцките думи „homeos“, което означава „подобен“, и „pathos“ – „заболяване“. Или заболяването се лекува със средства, които в големи количества при здрав човек предизвикват характерните симптоми на същото заболяване. Хомеопатията е подходяща и за бременни, и за бебета, тъй като не



Хомеопатия и бременност

може да предизвика страничните реакции, познати при алопатичните (конвенционални) медикаменти. Но това не означава, че употребата на хомеопатични лекарства може да бъде безразборна. Разбира се, за да има максимален ефект, е нужна консултация със специалист-хомеопат.

ПРЕДИМСТВА НА ХОМЕОПАТИЯТА

❁ Лекарствата се приготвят само от натурални вещества с растителен, минерален или животински произход.

❁ Хомеопатичните средства са напълно безопасни, нямат токсично действие и са хипоалергични.

❁ Лекарството се подбира индивидуално

според признаците на заболяването, начина на живот и особеностите на характера на пациента.

❁ Предозирането на хомеопатичните лекарства е невъзможно.

МОЖЕМ ДА ПОПЪРСИМ ПОМОЩТА НА ХОМЕОПАТИЯТА ПРИ:

❁ храносмилателни проблеми – гадене, пов-

По време на бременност хомеопатията се прилага при най-различни неразположения. Тя помага при гадене, повръщане, запек. Хомеопатичните лекарства противодействат на наследствената предрасположеност на бъдещото дете към някои заболявания на родителите. Използват се и за профилактика.

Булка...

Често се случва влюбената двойка, след като осъзнае по-добре своето бъдещо родителство, да реши да узакони взаимоотношенията си.

с коремче

Причините да решиш да бъдеш бременна булка, могат да са най-различни.

Но основната може би си остава – желанието на бъдещата майка детето да расте в „пълно и истинско“ семейство. И да не забравяме, че за всяка жена узаконяването на връзката е още едно доказателство за мъжката отговорност и любов, разбира се. Между другото, сватбата за бременната жена не е леко изпитание. По-добрият вариант е може би да оставите събитието за „след като бебето се роди“. Но ако си решила да кажеш своето заветно „Да“, е добре от рано да помислиш за възможните трудности.

Избор на сватбена рокля

Няма по-прекрасен момент за всяка жена от този, когато сбъдва момичешките мечти „да бъде принцеса“. Но когато под сърцето ти расте малък живот, трябва да се съобразяваш.

♥ **Основното правило за бременната булка – избери роклята не по-рано от две седмици преди плануваното тържество.** Да я купиш по-рано е все едно да не си купила нищо, тъй като рискуваш просто да не ти стане :). Все пак никой не може да ти каже колко точно ще нараснат гръдната обиколка и коремчето ти, за колко време колко килограма ще качиш и т.н.

♥ **Второ правило – никакви стягащи корсети.** В случая е важна най-вече безопасността, а не толкова ефектът. Твоята сватбена рокля трябва да бъде достатъчно широка, за да може тялото да се чувства комфортно.

♥ **Обърни внимание и на материята.** Най-добре е да избереш естествени материали – лен, коприна, памук, както и техните съчетания. Способността на тъканите да пропускат въздух е твърде важна, особено ако сватбата се планира през летните месеци. Относно кройката на роклята, като начало трябва да решиш искаш ли да скриеш „положението си“ или обратно – чувстваш

АПЕНДИЦИТ при децата

От апендицит страдат хора в различни възрасти, но възпалението се среща по-често при децата.

Най-разпространеното коремно хирургично заболяване при децата е апендицитът. Характерни неразположения са:

- » Болка в корема;
- » Гадене;
- » Повръщане;
- » Повишена температура.

Диагностицирането на заболяването при мъниците не винаги е лесно и бързо. Задължителна е консултация със специалист, за да се избегнат възможни усложнения.

КАКВО ПРЕДСТАВЛЯВА ЗАБОЛЯВАНЕТО?

В началото на дебелото черво, там където се влива тънкото, се разполага малък червен израстък, подобен на червей. Именно той е причината за най-големите проблеми при децата. Неговото възпаление се нарича остър апендицит.

Апендиксът (или наричан още червеобразен израстък) се счита за ненужен орган, но неговата роля за стопиране на инфекциите е съществена. Не случайно го наричат

„сливицата на коремната кухня”. Неговият лимфен апарат се развива окончателно към 3-годишна възраст. След този период апендиксът е готов да реагира на всякакви инфекциозни процеси в организма, което често води до неговото възпаление. То се дължи на застой и повишено налягане в неговия просвет, при което започва бурно разрастване на микроби и ангажиране на апендикуларната стена. Този процес може да се наблюдава и при други предпоставки – сраствания, усукване, задръжка на червено съдържимо, чужди тела (например глисти).

СИМПТОМИ

Оплакванията при остър апендицит започват постепенно, с неразположение и болезненост по корема. Болката първоначално е неопределена, като малките деца сочат областта около пъпа. По-късно тя се локализира в апендикуларния район или по-точно в долната дясна коремна област. Тя се засилва при движение или кашлица, а също така и по време

Важно

Не трябва да се забравя, че в по-късен период могат да възникнат усложнения, свързани с операцията на апендиксита. Обикновено това са сраствания на червата, което води до пречка в нормалното им движение и в изхождането. Може да се наложи повторна операция и отстраняване на тези сраствания.

Спомняш ли си колко безпомощно беше малкото човече, а вече е толкова подвижно, че не застава на едно място :).



СМЕЛО НАПРЕД

Обикновено към 9-10 месец кърмачето вече пълзи достатъчно бързо и постепенно преминава към следващия стадий на физическото развитие – изправяне и придвижване в пространството във верти-



Очакването на малко човече у дома обикновено е съпроводено с трепетни вълнения. Списъците с „необходими“ вещи обаче те изпълват с тревога – наистина ли имаш нужда от всичко това?



Хайде на пазар

Нека бъдем честни – бебета са се раждали, раждат и ще продължават да се раждат в много по-бедни и слаборазвитите общества. Растат без безброй играчки и купища дрешки, но също толкова обичани и обграждани с родителско внимание. Да, твоят принц или принцеса заслужават най-доброто, но то не е онова, което можеш да купиш от магазина. И все пак – време е за пазар. Позволи ни да ти помогнем :). Вземхе за пример стандартен списък, който можеш да срещнеш във всеки магазин за бебешки стоки. Ще се водим по него с кратки обяснения кое действително ще ти трябва, кое можеш да си позволиш на по-късен етап и кои са наистина излишните разходи.

За бебето:

- Комплект за изписване – нужно, но не е необходимо да купуваш готов такъв. Можеш да си харесааш дрешки, пелена, шапка и каквото още ти трябва по твой вкус и да ги комбини-

- раш както ти харесва;
- Шишета 2-3 броя – ненужно. Ако кърмиш не ти трябва шишета. Ако ти потриват има в денонощните аптеки, така че са достъпни по всяко време;
- Четка за шише и биберон – ненужно. И да имаш шишета, могат да се мият и без специални принадлежности;
- Стерилизатор за шишета – можеш да вземеш, ако не кърмиш. Иначе няма смисъл от него;
- Нагревател за шишета – ненужно. И да приготвяш мляко за кърмачета, нямаш нужда от нагревател. Млякото се разтваря в топла вода и само чакаш да изстине до необходимата температура. Престои ли, се хвърля. Не се нагрява отново. Ако размразяваш кърма, отново не ти е необходим, защото там технологията е друга;
- Пелени – нужно – еднократни или многократни – ти избираш. Ние те съветваме да вземеш и от двата вида;
- Мокри кърпи – нужно;

- Лепенки за пъпче – ненужно – използват се само при проблемни ситуации (пълна херния) и дори тогава се изписват „с едно на ум“, защото разраняват деликатната кожа около пъпчето;
- Спирт и пудра за пъпче – нужно, но като ги изпише педиатърът;
- Бебешки прах за пране – нужно, но и да переш с вашия, пак не е проблем. Така или иначе и в единия, и в другия случай е добре да пускаш два пъти програмата за изплакване;
- Бебешки сапун – нужно;
- Шампоан за коса

- и тяло – можеш да купиш и в последствие. Първоначално може да къпете малчо само с водичка;
- Крем против подпичане – нужно;
- Олио, мляко или лосион – нужно, но може да се замени със зехтин;
- Клечки за уши с ограничител – ненужно. Ушите на малчо само се попиват с кърпичка. А ушният отвор е толкова малък, че и да няма ограничител, пак няма как да го нараниш, ако попиваш с обикновена клечка;
- Аспиратор за нос, физиологичен разтвор – нужно;

Водни забавления

Играта с вода, освен че е много забавна за мъниците, им дава незаменим опит, както и възможности за първите „научни“ експерименти.

до 1 г.

Цап-пляс

Да пляскаш с длан по водата е любимо развлечение за най-малките. Покажи на мъничето, че това може да се случва по различен начин – да пляскаш само с дясната или само с лявата ръка, с двете заедно или като ги редуваш една след друга. Темпото също може да бъде различно – бързо или бавно, а и можеш да прилагаш различна сила. По време на играта вземи ръцете на детето в своите, цапкайте по водата и преговаряйте - с едната ръка, с двете, бързо, бавно и т.н. Така мъничето ще получи не само нови усещания, но ще се учи да се вслушва в думите ти, а след това да изпълнява и зададените от теб задачи-закачки.

Къде е рачето?

Гумените играчки за вана са прекрасни за мъничето. Вземи малкото раче и му покажи как то плува над водата, а после се крие под нея. Междувременно можеш и да предложиш забавно стихче:

Раче – осмокраче

*Аз съм раче – осмокраче
с червено мустаче.
По морета плувам,
по брега лудувам.
Всички ме обичат,
но от мене тичат
да си крият крачетата,
да си пазят нослетата.*

Албена Потова

Водата притежава уникални свойства. Тя почиства, успокоява, отпуска. Дава възможност за всевъзможни тактилни усещания, тъй като може да бъде и студена, и гореща, да тече на тънка струя или да се излива с весели пръскания. И всичко това е интересно и забавно за малкото човече. А несъмнено летните месеци са най-подходящите за полезни игри с водата.

Време за забава

С помощта на водата може да се изобретят безкрайни простички и забавни игри. Дори и най-малките деца сами си ги измислят, а от нас, родителите, се изисква от време на време да им помагаме.

Някак си покрай слънцето, морето и пътешествията, през лятото ни се иска да изглеждаме още по-прелестни и очарователни.

Още по-красива

Да, вече си мама и най-важното за теб е твое-то съкровище, но това съвсем не означава, че чисто женските вълнения са ти чужди. А всяка жена не престава да се вълнува как изглежда и какво може да направи, за да бъде още по-красива.

Проблем:

Ах, тези килограми!

Едно вечно притеснение за много жени – „Дебела съм, как да отслабна?“ Особено ако все още не можеш да си върнеш формата от преди раждането. В повечето случаи, струва ми се, настървената битка с килограмите не винаги е тъй наложителна, както ни изглежда. Защото ако не сме от този тип жени, които винаги си остават идеално слаби, ако ще и 5 деца да родят, то би трябвало да приемем факта, че едва ли можем да бъдем

същите, както преди раждането. Естествено, няма невъзможни неща, но не би трябвало няколко килограма в повече да ни вмяниават и натъжават. Освен това от значение е и времето. Затова имай търпение и всичко ще си дойде на мястото – или ще отслабнеш, или ще свикнеш с новите по-закръглени форми :).

Решение:

Зумба

Ако вече си преминала през няколко диети, може би ще забележиш, че дори и да си отслабнала, тялото ти е отпуснато. Да, защото наред с диетите е нужен и спорт. Като начало бъди внимателна с лишенията. Бъди съобразителна, ако кърмиш, и се спри на разделно хранене и леко ограничение в количествата примерно. Като цяло, ако позабравиш за сладкото, тестеното и пърженото и се раздвижиш под горещите звуци на латиномузиката, резултатите

Как станах татко

Несъмнено новината, че ще ставаш родител, се приема различно от бъдещите майки и татковци. Как се чувстват мъжете и какво е за тях бащинството?

3 ададохме пет въпроса на шестима бащи (със стаж и „новородени“). Ето какво споделиха те с нас. Ако техните разкази те вдъхновят, пиши ни.

ВЪПРОСИ

1 Как научихте, че ще ставате баща (жените са склонни да сътворят всякакви „романтични“ изненади по повода)?

2 9-те месеца на бременността са много добра школа за жената и събуждат

инстинктите в нея. Какво се случва с бъдещия татко през това време?

3 „Честито! Вече си татко!“ Надали тези думи превръщат мъжа в баща. Кога вие се усетихте истински привързани към бебето?

* За тези с по две деца –

има ли разлика втория път и изпитват ли мъжете онзи страх, че няма да могат да обичат второто дете като първото?

4 На какво ви учат децата?

5 Какво означава за вас думата „татко“ и какво искате да означава за децата ви?



Лятото е най-очакваният сезон, заради топлото време, пъстрите грешки и плановете за ваканция.

Ваканция с малък бюджет (LOW COST Ваканция)

Цяла година очаквате с нетърпение момента, когато ще се върнете на онзи чудесен плаж, където прекарахте миналата ваканция, или в планината с най-чистия въздух, където се случват най-веселите пикници и децата се забавляват до късно вечер, а после заспиват уморени под звездите. Тази година обаче е малко по-различна. Поради много причини - купили сте си нов дом или кола, или сте инвестирали в нещо неотложно. Семейният бюджет е намален и не можете да си позволите големи разходи. Ето ни на помощ! Това са нашите предложения за една седмица незабравима почивка с малко средства и шури забавления.

1 Ден - Излет в планината

Близката планина или река са идеална възможност да започнете вашата ваканция. Чистият въздух и природата зареждат с положителни емоции и добро настроение. Тичането на открито и с боси крачета носи не само наслада, но е и много полезно. За още по-весело прекарване, може да поканите да дойдат с вас и приятели. Нали всички знаем как се измерва забавлението: „Колкото повече – толкова повече“ :).

Какво ти е нужно?

Кошница за излет, сандвичи, минерална вода, одеяло, може и палатка, преносимо барбекю, топка, федербал или други играчки, с които да се забавляват децата, книжка за четене, когато стане време за почивка.

**Библио.бг - платформа за електронни
книги и списания**

Чети каквото обичаш!

www.biblio.bg

