



Қазақстан Республикасы Денсаулық сақтау министрлігі
«Денсаулық сақтауды дамыту республикалық орталығы» РМҚ
Дәрі-дәрмек ақпараттық-талдау орталығы

ДӘРІЛІК БЮЛЛЕТЕНЬ

Өмірге қауіп тудыратын белгілерді дер кезінде анықтай біліңіз!

«Халық денсаулығы және денсаулық сақтау жүйесі туралы» Қазақстан Республикасы Кодексінің 87-бабы. Мемлекет Қазақстан Республикасының азаматтарына:

- 1) денсаулық сақтау құқықығына;
- 2) тегін медициналық көмектің кепілдік берілген көлемін ұсынуға;
- 3) медициналық көмекке тең қолжетімділікке;
- 4) медициналық көмектің сапасына;
- 5) дәрілік заттардың қолжетімділігіне, сапасына, тиімділігіне және қауіпсіздігіне;
- 6) ауруды алдын алу, саламаты өмір салтын қалыптастыру және дұрыс тамақтану бойынша іс-шаралар өткізуге;
- 7) адамның жеке өміріне қол сұқпауға, дәрігерлік құпияны құрайтын мәліметтерді сақтауға



КЕЗЕКТІ ШЫҒАРЫЛЫМДА:

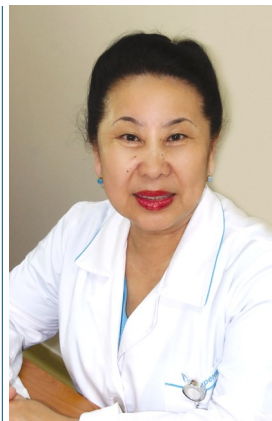
ЕСЕПКЕ ЕРТЕ ҚОЮ НЕҮШІН ҚАЖЕТ?	2
ЖҮКТІ ӘЙЕЛГЕ БЕРЛЕТІН АҚЫЛ - КЕҢЕС	3
ЖҮКТІЛІК КЕЗІНДЕГІ ӨМІРГЕ ҚАУІП ТУДЫРАТЫН БЕЛГІЛЕР	4
ЖАҢА ТУҒАН НӨРЕСТЕ МЕН БАЛАЛЫҚ ШАҚТАҒЫ ҮРЕЙ ТУДЫРАТЫН БЕЛГІЛЕР	5
ДАТО ТУРАЛЫ АҚПАРАТ	8

Әртүрлі аурулар мен жағдайлардың үрей туғызатын, қауіпті белгілерін дер кезінде байқап-анықтау қаншалықты өзекті?

Бәрінен бұрын, үрей туғызатын, қауіпті белгілерді адам білмегендіктен сол алғашқы белгілер ескерілмейді, соның салдарынан медициналық көмек кеш көрсетіліп, тіпті өлімге душар етуі мүмкін.

«Жүктілік—әрбір отбасы өміріндегі маңызды әрі керемет оқиға. Ана мен бала ұлттық ғылыми орталығының акушерлік және гинекология бөлімінің басшысы Талшын Үкібасова бұл мезгілді барынша сақ, ұқыпты болатын, өте жауапты кезең деп есептейді. Үрей туғызатын белгілерді тани білу және кез-келген жағдайда қажетті іс-әрекеттер қолдануды шешу, жүктілікті қадағалап-қараудың анағұрлым дұрыс стратегиясын әзірлеуге көмектеседі.

Бүгінде, отбасын жоспарлау және ана мен бала денсаулығын қорғау саласындағы халықтың медициналық сауаттылығы әсіресе қала жағдайында жоғарлады. Отбасы және айналасындағылары жүкті әйелдің денсаулығына көбірек көңіл бөле бастады. Алайда, отбасының барлық мүшелерінің денсаулығына соның ішінде жүктіліктің соңына дейінгі ынтымақтық жауапкершілік әлі жеткіліксіз деңгейде. Бүгінгі таңда, халық арасында адам денсаулығына және ең алдымен жүктілік кезеңіне толықтай дәрігерлер жауапты деген ескі діл



Талшын Мұқадесқызы Үкібасова

АБҰҒО
акушерлік және гинекология бөлімінің басшысы
м.ғ.д., профессор

басым болып тұр. Есіңізде сақтаңыз! Дәрігер сіз қаралуға келген кездегі нақты сол жағдайға жауап беріп, диагнозды анықтап, тиісті ем жазып беруге міндетті. Осы орайда, айта кететін маңызды жәйт — дәрігерге уақытында қаралған жөн. Ал жүктілік дұрыс және асқынусыз өтуі үшін әйел, өз кезегінде, қатерлі белгілердің алдын-алуға жауапты. Әртүрлі ақпарат көздерінің көмегімен адамдардың өз денсаулығына жауапкершілігі, айналасындағылардың денсаулығына қамқор болудың дұрыс жолын қалыптастыру үшін бізге бірнеше жыл жұмыс істеу қажет.

Екпін—жас ұрпаққа бағытталуы тиіс. Дені сау аналардан денсаулығы жақсы ұрпақ туылады, қоғамымыздың ертеңгі күні қаншалықты саламатты болатынын, бүгінгі жастардың өзіне байланысты.

Өзі және өсіп келе жатқан ұрпақтың денсаулығының мықтылығына жауапкершілікпен қарап, тек стационар жағдайында ғана емес, сонымен қоса, денсаулығымызға дер кезінде қамқорлық танытайық!

8 800 080 88 87

ҚАЗАҚСТАН БОЙЫНША ҚОҢЫРАУ ШАЛУ ТЕГІН

- ДӘРІ-ДӘРМЕК ТУРАЛЫ ДӘЙЕКТІ АҚПАРАТ АЛУ
- ТЕГІН ДӘРІ-ДӘРМЕККЕ СІЗДІҢ ҚҰҚЫҒЫҢЫЗ
- ЖАҒЫМСЫЗ ӘСЕРЛЕРДІҢ МҮМКІНДІГІ ТУРАЛЫ АҚПАРАТ
- ДӘРІЛІК ЗАТТАРДЫ ПАЙДАЛЫ, ТИІМДІ ЖӘНЕ ҚАУІПСІЗ ПАЙДАЛАНУ
- МЕДИЦИНА ҚЫЗМЕТКЕРЛЕРІ ҮШІН ДӘЛЕЛДІ МЕДИЦИНАҒА НЕГІЗДЕЛГЕН АҚПАРАТ



Жүктілікті шын ниетпен жоспарлаңыз!

Кез келген отбасы белгілі бір уақытта бала туралы ойлана бастайды. Уақыт ағымымен жаңа бір мүшенің келуі туралы шешім қабылданып, болашақ ата-аналар ойдан іске көшуге дайын екендіктерін сезінетін күн де туады. Қазіргі заманғы ерлі-зайыптылар бала көтеруді жоспарлауға және оның дүниеге келуіне дайындықтардың қажеттілігін ескеріп, қазіргі тілмен айтқанда жоспарлауға кіріседі. Бала көтеру кезінде, сондай-ақ баланы күту уақытында әйел көптеген пайдалы және қызықты қажетті мәліметтерді білуі тиіс. Біз Дәрілік бюллетеннің осы санын, жүктілікті жоспарлау және баланың дүниеге келуіне байланысты пайдалы кеңестермен, сонымен қатар ерлі-зайыптыларға қажетті көптеген ақпаратпен толтыруға тырыстық. Олармен таныс болу, сізге, әрі сіздің отбасыңызға жағымды әсерін тигізеді деген үміттеміз.

Болашақ ата-аналардың өміріндегі, қарым-қатынасындағы негізгі өзгерістер жүктілік кезінде болады - олар ана мен әке болуға эмоционалды, физикалық тұрғыдан дайындала бастайды. Басқа сөзбен айтқанда, баланың жатыр ішіндегі бірінші күнінен бастап ерлі-зайыптылар өздерін тек болашақта емес, осы кезде өздерін ата-ана ретінде сезінуі қажет, өйткені баланың өсуі мен дамуына деген жауапкершілік жүктілік кезеңінен басталады.

Жүкті әйел шамадан тыс ауыр жұмыстардан бас тарту қажет, отбасындағы қолайсыз жағдайларды байсалды шешкен өте маңызды. Отбасыда бір-біріне деген қамқорлық пен сүйіспеншілік үйде жағымды, үйлесімді жағдайларды қамтамасыз етеді. Таза ауада, саябақта бірге серуендеу болашақ ата-аналардың денсаулығын нығайтып қана қоймай, сонымен қатар, көңіл-күйді көтеріп, демалуға мүмкіндік береді. Жамандыққа көңіл бөлмей, жақсылыққа назар аударуы өзара қарым-қатынастарын жақсартып, салауатты эмоционалды фон құрастырады.

Есепке ерте қою не үшін қажет?

Болашақ сәбидің дүниеге келуін ең бірінші болып жанұяда кім біледі? Әрине, болашақ ана. Әдетте өзінің жүкті екенін ол алғашқы 2-4 аптада сезе бастайды. Алайда, көптеген жүкті әйелдер, ағзадағы түрлі көрсеткіштерді анықтап және тексерулерден өтуге әліде үлгіремін деген оймен, әйелдер консультациясына есепке тұруға асықпайды.



Әрине, бұндай қатынас көп уақытты, күшті және жүйкені үнемдейді, дегенмен, бұл—дұрыс емес.

Жүкті әйел бірінші күнінен бастап дәрігердің бақылауында болуы қажет, сондықтан ана болатындығы туралы мәлім болған сәттен, кез-келген әйел мекен жайы бойынша тиісті емханаға

қабылдауға баруы тиіс. Бұл қажеттілік бірнеше себептермен түсіндіріледі. Жүктіліктің ерте кезеңінде қандай да бір ауруларға бейімділігін, патологияның туындау мүмкіндігін айқындауға және жағдайдың келеңсіз дамуын уақытылы алдын алуға болады. Осындай міндетті шараларға салғырттықпен қарап, бір-екі ай созып жүру, келеңсіз, өзгермейтін жағдайларға алып келуі мүмкін.

Тағыда бір маңызды шарт - тамақтану, дәрі-дәрмектер мен дәрумендерді қабылдау, рұқсат берілген жүктемелер — білікті медицина қызметкерлерімен анықталуы қажет, олай болмаған жағдайда, болашақ ана өзіне және балаға залал келтіруі ықтимал.

Сондай-ақ, жүктіліктің ерте кезеңдерінің балаға ең қауіпті болып табылатындығын ұмытпаған жөн. Кез-келген абайсыз қозғалыс, белгілі бір дәрілерді қабылдау, қан қысымының кенеттен көтерілуі—бұның бәрі жүктілікті үзуге әкеліп соқтыруы мүмкін, сондықтан, болашақ ананың бойына бала біткен бірінші күндерінен бастап консультацияға бару маңызды. Бала белсенді дамығандықтан—жүктіліктің бірінші үш айы өте маңызды кезең екенін түсіну керек. Даму мінсіз болуы үшін дәрігердің кеңестерін қатаң сақтау қажет.

Сонымен қоса, әйелдер консультациясына есепке тұрып, қажетті тексерулерді жүктіліктің ерте кезінде өту әйелге анағұрлым жеңіл болады.

Асқынған ауруды басында емдеу жеңіл, бірақ дер кезінде анықтау қиын. Ол өршіген кезде анықтау жеңіл де, ал емдеу қиынға түседі.

Никколо Макиавелли

Құрметті әйелдер! Сәбиіңіздің дүниеге келуін күтіп жүргенде, көңіліңіз ерекше сезімге бөленеді. Бұл тек қана Сіз үшін емес, сондай-ақ Сіздің отбасыңыз үшін үлкен жауапкершілік. Бұл — сүйіспеншіліктің, бақыттың және керемет сезімдердің уақыты. Өзіңізді күтіңіз!

ЖҮКТІ ӘЙЕЛГЕ НАҚЫЛ СӨЗ



1. Әйелдер консультациясындағы белгіленген келулерді және ұсынылған тексеріс-қарауларды өткізіп алмаңыз.
2. Әрбір қабылдауға алмастыру картасын әкеліңіз, ол жерде зертханалық анализдердің және қараулардың барлық мәліметтері жазылуы тиіс.
3. Емдік шынықтыру жаттығуларын үйреніп алыңыз және қыс мезгілдерінде ультракүлгін сәулесін қабылдаңыз.
4. Жүктіліктің бірінші жартысында—жалпы тамақтану, екінші жартысында—сүт-өсімдік өнімдерін, қайнатылған майсыз етті, балықты, тауықты, ірімшікті, жұмыртқаны пайдалану ұсынылады. Жүктілік бойы жемістерді, жеміс шырындарын, көкөністерді пайдалану қажет.
5. Жүктіліктің қалыпты болуы және ұрықтың дұрыс дамуы үшін су ішу, тамақтану, еңбек және демалыс тәртібін сақтаңыз.
6. Есіңізде болсын жүктілік бойы Сіз 10 кг артық салмақ қоспауыңызға тиіссіз.
7. Жүктілік кезінде спирт ішімдіктерін, тұзды және татымды тамақтарды мүлдем пайдаланбаңыз.
8. Тұрақты—күнделікті ішектің босауын қадағалап отырыңыз. Жүктілік кезінде несепті тексерту керек.
9. Тістеріңізді күтіңіз және ауыз қуысын таза ұстаңыз.
10. Әсіресе тері тазалығын қадағалаңыз — тәулігіне екі рет гигиеналық душ қабылдау қажет. Сүт бездерін күнделікті жуып отырыңыз.
11. Күнделікті қайнатылған сумен, сабынмен жыныс мүшелерінің жуып отырыңыз.
12. Мүмкүндігінше жыныстық қатынасқа түсуді тежеңіз. Жүктіліктің соңғы екі айында жыныстық қатынасқа рұқсат етілмейді.
13. Ауыр дене жұмысынан бойыңызды аулақ ұстаңыз, Сізге жеңіл жұмыс және серуендеу пайдалы.
14. Ыңғайлы киім және аяқ-киім киіңіз:
 - а) ішіңізді қысып тұратын киім кимеңіз;
 - ә) жүктіліктің екінші жартысынан бастап ішіңізді бандажбен ұстап жүріңіз;
 - б) сүт бездеріңізді арнайы төс тартқышпен ұстатыңыз;
 - в) аласа өкшелі аяқ-киім киіңіз.
15. Босанар алдында туу кезіндегі ауырсынудың психологиялық профилактикасын жүргізіңіз.
16. Толғақ басталғанда, ауырсынғанда, қан кеткенде, қағанақ суы кеткен кезде шұғыл түрде 103 телефоны бойынша жедел жәрдем шақыртыңыз.
17. Перзентханаға түскен кезде өзіңізбен бірге алмастыру картасын алып барыңыз. Перзентханадан шыққан соң 10-12 күннен кейін әйелдер консультациясына барыңыз және өзіңізбен бірге стационардан шыққандағы қағазыңызды алып барыңыз.
18. Ауырсынғанда, қан кеткенде, дене қызуы көтерілген кезде дәрігерді үйге шақыртыңыз.
19. Егер Сізге перзентханадан шыққаннан кейін алғашқы күндері педиатр келмесе немесе балада асқынулар туындаса, педиатрды телефон арқылы үйге шақыртыңыз.

Босану үйіне түсетін әйелдердің есіне

Өзіңізбен бірге паспорт, жүктілік картасы, иіс сабын, тіс щеткасы және паста, тарақ, шоколад немесе 2 алма, былғары уй аяқ-киімі, басқа тартатын ақ орамал болуы қажет. Барлығын целлофан қалтаға салыңыз. Қасыңызда серіктестің болғаны жөн. Ақша және бағалы заттарыңызды үйде қалдырыңыз. Үйде аяқ-қолыңыздың тырнағын алып, лакты



БАРУ ҚАЖЕТ!

Әйелдер консультациясында босануға психопрофилактикалық дайындау кабинеті бар. Жүкті әйелдердің босануға психофизикалық дайындаудың негізгі мақсаты: әйелдердің жүктілікке деген саналы көзқарасын қалыптастыру және босануды физиологиялық үдеріс ретінде қабылдау; эмоционалды жайлы жағдай жасау және жүктілік пен босанудың қалыпты өтуіне сенімді болу; жүкті әйелдерде босанар алдындағы қорқынышты жеңуге өз жігерін жұмылдыра білуді қалыптастыру болып табылады.

Жүктілік кезіндегі үрей туғызатын белгілер



Жүктілік жайлы көптеген ақпаратпен танысып, жақын-туыстар және достарыңызбен пайдалы ақпаратпен алмасып, ғаламторды аралап, пайдалы кеңестерді жаттап алсаңыз да жүктіліктің тоғыз ай бойы сіздің сезімдеріңіз қаншалықты қалыпты екенін түсіну кей-кезде мүмкін емес. Төменде көрсетілген ақпаратпен мұқият танысып, үрей туғызатын белгілерді танып алыңыз. Егер Сіз төменде келтірілген мәселелердің кез-келгеніне тап

болсаңыз, жедел дәрігерге көрініп немесе 103-ке хабарласыңыз!

Үрейлі сезімдер

Егер мазаңыз кетіп, үрей әрі қобалжуға бөленіп, жайсыз күйде болсаңыз, ішкі сезімдеріңізге сеніп дәрігерге көрініңіз. Егер жағдайыңыз дұрыс болмаса, Сізге көмек көрсетіледі. Ал егер денсаулығыңыз дұрыс болып, дәрігер жалпы күйіңізді жақсы деп таныса, жүрегіңіз орнына түсіп, қобалжымай үйге қайтасыз.

Лоқсу немесе құсумен (міндетті емес) болатын іштің жоғарғы немесе ортаңғы тұсындағы қатты ауырсыну.

Бұл жедел асқорыту бұзылысының, асқазан-ішек инфекциясының, аспен уланудың немесе **преэклампсияның** - қауіпті белгілері болуы мүмкін. Бұл кезде дереу шара қолдану керек. Жедел 103 телефон бойынша қоңырау шалыңыз!

Дене қызуының көтерілуі

Егер дене қызуыңыз 37,5 градустан жоғары болса, бірақ тұмау мен суық тиудің белгілері болмаса, сол күні шұғыл түрде дәрігерге хабарласу қажет. Егер Сіздің дене қызуыңыз 39 градустан жоғары болса онда тездетіп «жедел жәрдем» шақыртыңыз. Бұл инфекцияның белгілері болуы мүмкін, ол өз тұрғыда Сіздің және балаңыздың денсаулығына қауіпті.

Қолдың, беттің және көздің ісінуі

Жеңіл ісулер мен ісінулер жүкті әйелдердің шамамен 80%-да кездеседі және көбінесе қауіпті белгілер болып табылмайды. Алайда егер ісінулер ерекше сипат алып, немесе бас ауруымен және көз көрудің нашарлауымен бірге кенеттен туындаса, олар **преэклампсияның** болғанын дәлелдеуі мүмкін. Шұғыл 103-ке телефон шалыңыз!

Екі - үш сағаттан артық уақытқа созылған бастың ауырсынуы

Егер бастың ауырсынуы көз көрудің нашарлауымен немесе кенеттен қолдың, беттің және көздің айналғанында пайда болған ісінулермен бірге болса, бұл **преэклампсияның** белгілері болуы мүмкін. Шұғыл 103-ке телефон шалыңыз!

Жыныс жолдарынан қан аралас бөлінулер

Жүктілік кезінде жыныс жолдарынан қан аралас бөлінулер болса шұғыл түрде дәрігерге хабарласу қажет, өйткені осындай қан аралас бөлінулер қатерлі асқинулардың белгілері болуы мүмкін, оның ішінде:

Қатты қан кету, әсіресе белдегі немесе іштегі тоқтаусыз қатты ауырсынумен ұштасқанда, мүмкін болатын түсіктің белгісі болып табылады. Жүктіліктің кеш мерзімдерінде қан кету ұрықтық шарананың дұрыс бітпеуі немесе ажырауы, ерте босанудың (37-ші аптада босанған кезде) белгісі болуы мүмкін. Шұғыл 103-ке қоңырау шалыңыз!

Қағанақ судың кетуі

37-ші аптадан бұрын қағанақ судың кетуі ұрық қабының ерте жыртылуын білдіреді. Сізге инфекцияның алдын-алу және баланы мүмкін болатын ерте босануға дайындау мақсатында емдеу курстарын өткізу үшін ауруханаға жатқызу ұсынылуы мүмкін.

Зәр шығарудың толық немесе жартылай тоқтауымен ұштасқан кенеттен басталған шөлдеу сезімі

Бұл ағзаның Сізде және Сіздің балаңызда асқинулардың даму қаупін арттыратын сусыздаудың немесе гестациялық диабеттің белгілері болуы мүмкін.

Дене қызуының көтерілуімен, қалтырау және белдің ауырсынуымен ұштасатын зәр шығару кезіндегі ауырсыну немесе күюі сезімі

Бұндай белгілер антибиотиктермен емдеуді талап ететін зәр шығару жолдарының инфекциясы болуы мүмкін. Тез арада дәрігерге көрініңіз!

Бастың айналуы немесе талып қалу

Осындай белгілер егер сіз бір күн бойы тамақ ішпесеңіз болуы ықтимал, алайда бұл қан қысымының төмендеуінен де болуы мүмкін. Жүктілік кезіндегі жеңіл бас айналу – анағұрлым өзіндік құбылыс. Егер Сіз талып қалған болсаңыз, басқа да мүмкін себептерді болдырмау үшін дәрігерге көрініңіз.

Іштің төменгі тұсындағы бір жақты немесе екі жақты қатты ауырсынулар

Мұндай ауырсынулар жатыр байламдарына күш түскен кезде, жатырдан тыс жүктілік болған кезде, түсікте, ерте босануларда, миома түйінінің дегенерациясында, миома түйініне қан құйылғанда, дұрыс орныққан шарананың ерте ажырауында болуы мүмкін.

Жүктіліктің 21- аптасынан кейін ұрық қозғалысының 24 сағаттан артық болмауы немесе бәсеңдеуі

Бұл ұрық жағдайының нашарлағанын білдіруі мүмкін. Егер Сіз ұрық қозғалысының әдеттегіден неғұрлым бәсеңсігенін байқасаңыз дәрігерге көрініңіз.

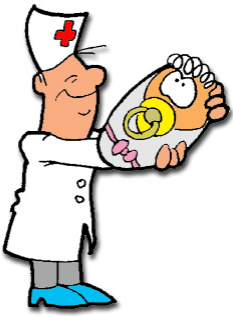
Жүктіліктің үшінші тоқсанында терінің қышынуы

Бұл симптомдар жүкті әйелдердің холестазы сияқты бауыр ауруларын немесе гепатиттің болуын мәлімдеуі мүмкін. Жүктілік кезінде шамалы қышынудың болуы қалыпты деп саналады. Ол іштің ұлғаюына қарай терінің созылуымен байланысты. Дегенмен, қышынудың жиілігі артып, түнгі кезде табан мен алақанға таралып жатқанын байқасаңыз міндетті түрде қышынудың себебін анықтағаныңыз жөн.

Сіз құлап немесе ішіңізді соғып алсаңыз

Жүкті әйелдерге құлау өте қауіпті, сондықтан да міндетті түрде, тіпті өзіңізді жақсы сезінсеңіз де Сізге жедел дәрігерге көрініп және оған болған жағдайды айтып беру қажет. Егер Сіз толғақты, қағанақ судың кетуін немесе қан кетуді байқасаңыз шұғыл түрде жедел гинекологиялық көмекті шақыртыңыз.

Жаңа туған және балалық шақтағы үрей туғызатын белгілер



Ерте балалық шақтағы балалар арасындағы ауру мен өлім жиілігін төмендету және «Қазақстан Республикасының Денсаулық сақтау министрлігінің 2008 жылғы 19 желтоқсанның «Қазақстан Республикасында балалар ауруларын жүргізудің ықпалды әдісін енгізу туралы» №656 бұйрығын орындау мақсатында медициналық мекемелерде Дүниежүзілік денсаулық сақтау

ұйымы және Біріккен Ұлттар ұйымының балалар қорымен ұсынылған балалардың дұрыс дамуы мен балалар ауруларын жүргізудің ықпалды әдісі (БАЗЫӨ) енгізілді.

Сәбилерде үрей туғызатын белгілер. Есте сақтаңыз!

- анасының төсін емуге шамасының келмеуі;
- бұлшық еттердің тырысуы;
- ұйқышылдық немесе есінің болмауы;
- тыныс алу жиілігі 1 минутта 30-дан кем немесе апноэ (тыныс алудың > 15с тоқтауы);
- тыныс алу жиілігі минутына 60-тан жоғарылауы;
- сырылдап тыныс алуы;
- тыныс алу кезінде кеуде тұсын ішке қатты тартуы;
- орталық цианозы (тыныс алу бұзылысы салдарынан баланың көгеруі).

Жаңа туған нәресте

Егер бір жастағы баланың ағзасы кейбір ауруларды өздігінен жеңе алса, жаңа туған нәресте үшін бұл ауырға түседі. Ауыр туғызатын үдерістер кішкентай ағзада жылдам дамйтындықтан үй жағдайында дер кезінде шара қолданып үлгіре алмауыңыз мүмкін. Дене қызуының көтерілуінің өзі – үрей туындататын себеп болып табылады!

Ана төсін ембесе

Дені сау жаңа туған нәрестенің басты мақсаты - уақытылы тамақтану. Егер нәресте енжарланып, анасының төсін ембей қойса 103 нөмірін теріңіз немесе өзіңіздің дәрігеріңізді үйге шақырыңыз.

Есте сақтаңыз! Мұндай жағдайда дәрігер ауруханаға емдеуге жатқызуды ұсынуы мүмкін. Кішкентай баламен ауруханаға барудан бірден бас тартпаңыз: нәрестенің жағдайы күрт нашарлап кетуі мүмкін!

Баланың сарғаюы

Жаңа туған нәрестелерде физиологиялық, басқаша айтқанда, қалыпты сарғаю болуы мүмкін бе? Егер жаңа туған баланың терісі және көз склерасы сарғайып кетсе не істеу керек? Жаңа туған нәрестелерде физиологиялық және патологиялық сарғаю түрлері болады. Физиологиялық сарғаю қысқы уақыт арасында өздігінен қайтады. Ал патологиялық сарғаю аурудың белгісі болып, қатаң медициналық бақылауды талап етеді. Жаңа туған нәрестелердің терісінің, көз склерасының және көзге көрінетін шырышты қабаттардың сарғаюы 50-ден артық патологиялық жағдайлардың белгісі болып табылады! Бірақ, жаңа туған нәрестелер арасында физиологиялық

сарғаю - сарғаюдың ең жиі кездесетін түрі болып табылады. Ол нәрестелердің шамамен 60-70% кездесіп, туғаннан кейін 3-4 күні пайда болады. Бұл жағдай - сырқат емес және уақыт өте өздігінен кетеді. Бұл бала ағзасындағы билирубин алмасуына жауапты кейбір жүйелердің жетілмегендігіне байланысты.

Патологиялық сарғаю. Бала терісінің қалыпты түсінің өзгеруімен жүретін бірқатар аурулар бар. Нәрестенің қалыпты ашық – қызғылт түсті терісі кенеттен сарғая бастаса, бұл бауыр қызметінің бұзылғандығын білдіреді. Көп жағдайда сарғаю кенеттен дамымайды. Сарғаюдан бұрын аурудың басқа белгілері біліне бастайды, мысалы, енжарлық, дене қызуының жоғарлауы, ас-қорту бұзылыстары. Сарғаю көбіне вирусты гепатиттің белгісі болып табылады. Қорытып айтқанда, патологиялық сарғаю - ауыр сырқаттың белгісі.

Ауырсыну салдарынан баланың шыңғырып жылауы

Нәресте ауырсынуын немесе сырқаттануын айта алмайды. Көптеген эмоциялары мен сезімдерін шыңғыру немесе жылау арқылы білдіреді. Монотонды, ұзаққа созылған тоқтаусыз жылау, «ыңырсып» тыныс алу немесе кенеттен, күтпеген жерден шыңғыру күдік туғызады. Сәбидің дене қызуын өлшеңіз, бала бірнеше күн бұрын құлаған жоқ па соны есіңізге түсіріңіз. Өзіңіздің дәрігеріңізді шақыртыңыз!

Жаңа туған нәрестедегі апноэ

Жаңа туған нәрестеде тыныс алудың кенеттен 5-10 секундқа тоқтап қалып, содан кейін іле-шала жиі-жиі тыныс алып, жүрек соғыуының жиілеуі - кең таралған құбылыс. Әсіресе мұндай жағдай шала туған балаларда жиі кездеседі. Бұл кең таралған құбылыс болғанымен, әсіресе, тыныс алудың 15 секундтан артық уақытқа тоқтауы үрей туғызатын белгі болып табылады. Осы құбылыс бала ұйықтап жатқан кезде кенеттен бала өліміне әкеліп соқтыруы мүмкін. Сондықтан апноэ – дәрігерге көрінудің себебі.

Тыныс алу кенеттен тоқтаған кезде Сіз не істей аласыз? Қасыңызда дәрігер жоқ, «жедел жәрдем» үлгірмеуі мүмкін. Баланы бірнеше секунд бойы «жұлқылауға» тырысыңыз. Егер тыныс алу қалпына келмесе ауызға-ауыз жасанды тыныс алу жасаңыз (тыныс алу әрбір 3-4 секунд сайын). Егер жүрек қағысы болмаса, жүрекке жабық массаж жасау қажет. Саспаңыз және әрекетті батыл әрі нақты жасауға тырысыңыз. Бұл сізге қиын түспейді, сіздің қолыңыздан келеді.

Бір жасқа дейінгі балаларда жүректің жабық массажы үлкен саусақтармен жасалады, қалған саусақтарыңыз баланың арқасында оның денесін ұстап тұрғандай болуы керек. Минутына 100 рет жиілігімен баланың төсіне (төс сүйегінің төменгі үштігіне) 1,5-2,5см терендікке үлкен саусақтармен басыңыз. 4-5 түрткіден кейін ауызға ауыз тыныс алуды жүргізіңіз, содан кейін қайтадан төске 4-5 түрткі жасаңыз. Осы циклды тыныс алу және қанайналым толық қалпына

Есте сақтаңыз! Сұрақ қоюға қысылмаңыз! Барлық медициналық ұйымдарда сенім телефондары бар. Егер Сізде баланың жағдайына қатысты күмәніңіз болса – қоңырау шалыңыз!

келгенше қайталаңыз.

Жылау

Бала өмірінің бірінші айларындағы жылау – оның мазасызданғандығын білдіре алатын жалғыз ғана тәсіл.

Есте сақтаңыз! Жағдайға қарай әрекет етіңіз. Егер дене қызуы 38°C жоғары болса жедел жәрдем келгенше дене қызуын түсіру іс-шараларын жасаңыз. Баланы шешіндіріңіз, оған қауіпсіз қызу түсіретін дәрілік затты беріңіз (12 жасқа толмаған балаларға дене қызуын түсіретін дәрілік зат ретінде аспирин беруге қатаң тыйым салынады). Егер баланың дене қызуы төмен болса баланы жылытыңыз. Дәрігерді шақыртыңыз!

Уақыт өте келе сіз баланың мазасыздану себептерін біліп, өзара түсінушілік—сәби көңіл-күйінің негізі екендігін түсінесіз. Жылап жатқан баланы қолға алып кеудеге құшып ішкі сезімге қарсылық білдірмеңіз! Оны еркелетіп аламын деп қорықпаңыз!

Айқын бозару

Енжарлық, ұйқышылдық, термореттелу бұзылыстарымен бірге жүретін терінің бозаруы-үрей туғызатын белгі болып табылады. Бала жатуға ыңғайланса – қарсылық білдірмеңіз. Дене қызуын өлшеңіз. Бозару дене қызуының жылдам жоғары көтерілгендегі қан тамырларының тарылуы салдарынан туындайды. Бірақ, Сіз дене қызуының төмендеуі сияқты жағдайға да тап болуыңыз мүмкін. Егер термометр 36°C төмен сызықты көрсетсе, ол бала өміріне қауіп туындағанының белгісі болып табылады.

Айқын енжарлық

Балалар табиғатынан белсенді болып келеді. Сабырлы, аз қозғалатын балаларды сирек кездестіруге болады. Әрбір ана өз баласының қылық ерекшеліктерін біледі. Егер балаңызға көп ұйықтау тән болмаса немесе бала ойыннан бас тартса – онда оған көңіл аударыңыз! Дене қызуын өлшеңіз, тамақтануын қадағалаңыз. Анық енжарлық және әлсіздік, қатты терлеу, баланың көңілін өзіңізге аудара алмасаңыз - қауіпті жағдай болып табылады. Уақыт өткізбей жедел жәрдем шақыртыңыз.

Тоқтаусыз құсу

Құсу – бұл қорғаныш рефлексі, осылайша ағза өзін токсиндерден тазартуға тырысады. Тіпті жаңа дайындалған, дәмі татымсыз тағам да балада құсу себебі болуы мүмкін. Егер құсу бірнеше рет қайталанса, бұл әртүрлі интоксикациялардың белгісі. Мысалы: бактериалды, вирустық немесе экзогендік (яғни қандай да бір басқа заттардың әсерінен болған) интоксикациялар.

Дене қызуының жоғарыламауы баланың басқа да токсикалық заттармен байланыста болғанын көрсететін жанама белгісі болуы мүмкін.

Есте сақтаңыз! Балаға сұйықтық ішкізе алмайсыз ба? Бала тоқтаусыз лоқсып-құсып жатыр ма? Шұғыл түрде дәрігерге хабарласыңыз. Ең бастысы баланың сусыздануына жол бермеу керек.

Инсульттен сақтануды есте сақтаған жөн

Жүйке жүйесі қантамырларының аномалиясы— кішкентай балаларда жиі кездесетін ми қан айналымының жедел бұзылыстарының (МҚЖБ) жиі кездесетін себебі болып табылады. Жасөспірімдер мен балалардағы МҚЖБ себептерін анықтау қиын болғандықтан, 20–30% жағдайда әр түрлі қате диагноздар қойылады. Инсульттің жиілігі жайлы мәліметтер әр түрлі. Инсульттің табиғаты, қайталану жиілігі және инсульт салдары туралы қазіргі уақыттың өзінде де толық түсінік жоқ.

Балаларда кездесетін инсульттің жиілігі әдеби мәліметтер бойынша әртүрлі және толығымен алғанда жылына 100 000 балаға 2-7 құрайды. Ерте жастағы балаларда геморрагиялық инсульттер анағұрлым ауыр өтеді: емізіп отырған кезде, сырт қарағанда сап-сау балада кенеттен жалпы тоникалық тырысу, есінен тану, апоноэ эпизодтары, бірнеше рет қайталанатын құсу байқалып, уақыт өте бас сүйек ішілік гипертензияның клиникасы ұлғаяды.

Баланың үлкен еңбегі (родничек) сыртқа шығып, керілуі, бас сүйек тігістерінің ажырауы, пульстың жоқтығы, бас теріасты тамырларының бейнесі айқын көзге көрінеді.

МҚЖБ диагнозы науқас балалардың көбінде дер кезінде қойылады, бірақ, жедел медициналық көмек және қабылдау-диагностикалық бөлім мамандарымен қойылатын диагноз қайшылықтары 36% құрайды.

Ми қанайналымы - жаңа туған балаларда жиі кездесетін гипоксикалық жағдай, сирек жағдайда синустар мен көк тамырлардың тромбпен бітелуі салдарынан

Есте сақтаңыз! Дәрігер келгенше сәбиді керуетке жастықсыз жатқызыңыз. Оның дене қызуын өлшеңіз. Бұның бәрі неден басталғанын бастан-аяқ еске түсіріңіз.

нашарлайды. Шала туған балаларға бас миының қарыншаішілік қан құйылулары тән.

Ми қандағы оттегі мен глюкозаның жеткіліксіздігіне өте сезімтал, бұл тапшылық мидың қан айналымы төмендегенде пайда болады. Қан айналымының 5-6 минутқа тоқтауы ми жасушаларының қайтымсыз өліміне әкеліп соқтырады.

Субарахноидальды қан құйылу - бір жас шамасындағы балаларда қатты мазасыздану және жалпы гиперестезиямен көрініс береді. Баланың жатқан күйін ауыстырған кезде (орау, киіндіру) ол жағымсыз эмоция танытады. Үлкен еңбегі сыртқа қарай керіледі, басты перкуссиялау ауырсыну реакциясын туындатады, желке бұлшық еттерінің ригидтілігі байқалады.

2-3 жастағы балаларда менингеалдық сиптомдар көрініс береді: бастың ауруы, құсу, желке бұлшықеттерінің ригидтілігі, жалпы гиперестезия және басқалар. Бас миының қабықтық сиптомдары әдетте бірінші күннің соңында байқалып, 3-4 тәулікте өз шегіне жетеді де, 2-3 аптадан соң жоғала бастайды.

Субарахноидальды қан құйылуға дейін – оның даму қаупін болжауға бола ма? Өкінішке орай көптеген қантамыр ауытқулары тамыр жарылғанша дейін көрініс бермейді, яғни симптомсыз өтеді.

Көбіне ата-аналар балаларына қатысты сұрақты шешуде өздеріне сенімсіздік танытып, туған-туыстарының, таныстарының, достарының ақылдарына жүгінеді. Әрине нәресте денсаулығы сияқты мұндай маңызды мәселені өз бетінше емдеуге болмайды. Жоғарыда айтылған белгілердің ең болмаса біреуіне күдік туған болса, бала жағдайын нақты бағалап, сіздің қобалжуыңызға себеп бар-жоғын педиатр анықтауы қажет. Қосымша тексерілудің қажеті бар ма, жоқ па? Диагноз қою – мамандардың ісі! Диагнозды дәрігер қояды!

БАЖЫӘ бағдарламасы

Ерте балалық шақтағы балалар арасындағы ауру мен өлім жиілігін төмендету және «Қазақстан Республикасының Денсаулық сақтау министрлігінің 2008 жылғы 19 желтоқсанның «Қазақстан Республикасында балалар ауруларын жүргізудің ықпалды әдісін енгізу туралы» №656 бұйрығын орындау мақсатында медициналық мекемелерде Бүкіл дүниежүзілік денсаулық сақтау ұйымы және Бірлескен Ұлттар ұйымының балалар қорымен ұсынылған балалардың дұрыс дамуы мен балалар ауруларын жүргізудің ықпалды әдісі (БАЖЫӘ) енгізілді.

Диарея

Іштің өтуі, ғылыми тілмен айтқанда диарея - бастапқыда қорқынышты емес өздігінен басылатын жағдай. Дүниежүзілік статистика мәліметтері бойынша диареямен жүретін аурулар салдарынан жылына 5 миллионға жуық бала қайтыс болады екен. Әсіресе бұл жаңа туған нәрестелер мен 3 жасқа дейінгі балалар үшін өте қауіпті. Көп жағдайда ауру ауыр түрде өтіп, шұғыл емдік шаралардың жүргізілуін қажет етеді. Балалардың ағзасы тез сусызданады, су және электроиттерді жоғалту салдарынан зат алмасу үрдісі бұзылып, жүйелердің қызметі нашарлайды. Бірінші кезекте жүйке жүйесі мен асқазан-ішек трактысінің қызметі бұзылады.

Жедел диарея

Инфекциялық аурулардың белгілері:

- дене қызуының көтерілуі;
- токсикоз (бастың ауруы, жүрек айну, құсу, сүйектердің қақсауы);
- Шырыш не болмаса қан аралас, сұйық үлкен дәреттің бірнеше рет қайталануы.

Міндетті түрде дәрігерге қаралу керек, егер:

- 1 жасқа дейінгі баланың іші өтсе.
- Дене қызуы 38.3 градустан жоғары болса.
- Қара түсті немесе қан аралас үлкен дәрет болса.
- Ісінсе.
- Несеп бөлінбесе (кіші дәрет).
- Диареяның себебі дәріден деген күдік болса.
- Іш қатты ауырса.
- Сусыздану (көп мөлшерде сұйықтық жоғалту)
- Диарея 3 күннен артық уақытқа созылса.

Денсаулыққа зиян келтірмеу үшін

Ауру белгілерін тек дәрігер ғана анықтай алады. Алайда, егер ауру басталған сәтте бұл мүмкін болмаса, балаңызға көмектесу үшін, төмендегі ережелерді есте сақтаңыз.

- Ең болмаса күніне бір рет баланың дене қызуын өлшеніз. Кесте құрыңыз.
- Балаға жаңа сауылған сүт және сүт өнімдерін, жаңа піскен жеміс-жидектерді, кофе, татымды тағамдарды, тұздалған өнімдерді (қайнатылған сорпа), фаст-фудты (қытырлақтарды, жаңғақтарды) бермеңіз.
- Құрамында қанты бар сусындарды, масалы жүзім, өрік немесе алма шырындарды, алкагольсіз газдалған сусындарды, өте тәтті тағамдарды (кәмпит, шоколад, балмұздақ) бермеңіз.

Дәрігер келгенше балаға сұйықтық беріңіз!

- Егер сіз төс емізіп жүрсеңіз міндетті түрде жалғастырыңыз!
- Егер бала – ембейтін болса, бифидобактериялары бар арнайы қоспаларды таңдаңыз.

Регидрацияға арналған ерітінділерді - "Регидрон", "Оралит" – дәріханадан сатып алуға да, болмаса өз бетінше дайындауға болады.

Негізгі рецепт: 1л суға 1 ас қасық қантты, 1 шәй қасық тұзды және жарты қасық ас содасын қосыңыз.

Осы ерітіндіні аздап әрбір 5 минут сайын ішкізу керек.

Егер балаңыздың:

- жағдайы төмендесе;
- сұйықтықты іше алмаса немесе дұрыс ішпесе;
- дене қызуы түспесе;
- үлкен дәретінде қан болса **шұғыл түрде дәрігерге хабарласыңыз.**

Алдын алу онай

Жанұядағы тұрмыс, тәрбие, түрлі дағдылар балада ерте кезден бастап ішек ауруларының туындауына жол бермеуі қажет. Өзіңіз жеке бас гигиенасын сақтаңыз, әйтпесе ешқашан бұған өзіңіздің балаңызды үйрете алмайсыз:

- міндетті түрде етті, жаңа сауылған сүтті, тауық жұмыртқаларын, балықты қайнатып, термикалық өңдеуден өткізіңіз;
- қолданар алдында жеміс – жидектерді жақсылап тұрып жуыңыз;
- ішу үшін таза, реті келсе қайнаған суды пайдаланыңыз;
- тамақтарды таза ыдыстарда тиісті температурада сақтаңыз және оларды көрсетілген жарамдылық мерзіміне дейін пайдаланыңыз;
- тамақтан бұрын, серуеннен оралғаннан кейін қолыңызды жуыңыз.

Асқазан-ішек жолдары ауруларының профилактикасы үшін баланы ана сүтімен табиғи қоректендіру өте маңызды болып табылады, болашақта бұл нәрестенің, жасөспірімдердің және ересектердің денсаулығының мықты болуына септігін тигізеді. Бүгінгі таңда, жасанды қоректендіруде болған балаларда гастроэнтерологиялық аурулардың даму қаупі жоғары деген мәліметтер пайда болуда. Ана сүтімен қоректендіруді тоқтатқан соң баланың өсуі мен дұрыс дамуы үшін, құрамы дұрыс, ұтымды тамақтану кестесін қолданған жөн. Бала денсаулығының мықты болуына басқа да факторлар әсерін тигізеді: жасына байланысты ұйқтау уақытын, ұзақтығын қадағалау, таза ауада серуендеу, оңтайлы күн режимі, оптимальды қозғалыс және оқу жүктемесі. Егер барлық сақтыққа қарамастан балада диарея дамыса, өзбетімен ем жүргізбей, нәрестенің денсаулығына жауапкершілікпен қараңыз. Өйткені, ағзадағы мұндай өзгерістер оның болашақ өміріне қауіп тудыруы мүмкін.

Дәрі-дәрмек ақпараттық-талдау орталығы еліміздің барлық өңірлерінде жұмыс істейді.

ДАТО негізгі қызметі:

- әртүрлі ақпараттық көздерді пайдалана отырып халыққа дәрілік заттар туралы және жеке сұранымдарға жауап беру үшін дәйекті ақпарат ұсыну;
- халықтың сауалына Call-қызметі бойынша жауап беру;
- халыққа арналған ақпараттық кампаниялар, оның ішінде бұқаралық ақпарат құралдарын пайдалана отырып, ТМККК шеңберінде азаматтардың құқықтары туралы мәліметтер беру;
- медицина қызметкерлерін дәрілік заттарды тиімді пайдалану саласындағы ақпаратпен қамтамасыз ету;
- тегін медициналық көмектің кепілдік берілген көлемі шеңберінде тегін дәрілік заттармен қамтамасыз ету мәселесі бойынша ақпаратты ұсыну;
- кең таралған патологиялар бойынша және дәрілік заттарды қолдану, олардың жағымсыз әсерлері туралы БАҚ мақалалар, дәрілік бюллетендер, буклеттер және плакаттар түрінде халықты хабардар ету;
- дәлелді медицинаға негізделген дәрілік заттар және олардың әсері бойынша дәйекті ақпаратты ұсыну;
- медицина қызметкерлерін дәрілік заттарды ұтымды пайдалану саласындағы ақпараттармен қамтамасыз ету;
- тәжірибелік денсаулық сақтау саласы үшін, дәрілік заттарды ұтымды қолдану бойынша әдістемелік материалдарды және көрнекі құралдарды әзірлеу;
- халыққа арналған дәрілік бюллетендерді әзірлеу және баспаға шығару;
- медициналық және фармацевтикалық білімі бар мамандар үшін білім беру семинарларын, дәрістерін өткізу;
- формулярлық комиссияларға ақпараттық және әдістемелік көмек көрсету.

Біздің консультанттарымыз:

Т.М.Үкібасова—Ана мен бала ұлттық ғылыми орталығының акушерия және гинекология бөлімінің бастығы, м.ғ.д., профессор;

Т.А.Цечоева—Астана қаласының ДСБ штаттан тыс бас инфекционисті, жоғары санатты балалар инфекционисті, м.ғ.к.;

С.К.Смағұлова— Астана қаласының ДСБ штаттан тыс бас терапевті жоғары санатты дәрігер;

У.Е.Асылбеков— жоғары санатты балалар нейрохирург дәрігері, Астана қаласының ДСБ штаттан тыс бас нейрохирургі;

Т.Ю.Саблина — жоғары санатты дәрігер, Астана қаласы ДСБ штаттан тыс бас гематологы;

В.В. Жығайлова—№2 ҚБА емханалық бөлімінің – жоғары санатты балалар эндокринологы;

Л.Л. Чен.— жоғары санатты дәрігер, Астана қаласы ДСБ штаттан тыс бас гастроэнтерологы.

С.Т. Жамукова — жоғары санатты дәрігер, педиатр, №2 ҚБА емдеу мәселелері бойынша бас дәрігер орынбасары;



Осы бюллетенді шығару мақсатымыз үлкен мәселелерге әкеп соқтыратын болмашы белгілердің маңыздылығын әрбір адамға жеткізу болып табылады. Денсаулық сақтау саласындағы беделді мамандардың кеңесін өз қажетіңізге жарата алады деген үміттеміз.



Аман сау болыңыз!

Назар салыңыз! Дәрі-дәрмек ақпараттық-талдау орталығы дәрілік заттарды жарнамалаушылармен және өндірушілермен бірлесіп жұмыс істемейді. Дәрілік бюллетенді шығару және тарату Қазақстан Республикасы Денсаулық сақтау министрлігімен қаржыландырылады. «Денсаулық сақтауды дамыту журналы» журналына қосымша.

Біздің мекенжайымыз: ҚР ДСМ «Денсаулық сақтауды дамыту республикалық орталығы» ШЖҚ РМК Дәрі-дәрмек ақпараттық-талдау орталығы

Астана қ, Иманов көшесі, 13, «Mobil realty» БО, кеңсе 707, 707А

8 (7172) 56 44 03

8 800 080 88 87 (Қазақстан бойынша қоңырау шалу тегін)

e-mail: druginfo-kz@mail.ru

www.druginfo.kz

МАТЕРИАЛДЫ ДАЙЫНДАҒАҢДАР: А.АХИМОВА, Д.ӘБЛҒАЗИНА, С.ДАНИЯРОВА, З.МУШАНОВА, М.ИБРАЕВА, Н.ИБРАИМОВА, Н.ОСПАНОВА, А.ИХАМБАЕВА