

Страна Детства



В ПОМОЩЬ МАМАМ

Безопасный детский загар

СОВЕТЫ ПЕДИАТРА

Детские колики:
причины, симптомы, профилактика

СПРАШИВАЛИ? ОТВЕЧАЕМ!

Пустышка: за и против

ДОБРАЯ СКАЗКА

Экзамен на самостоятельность



СПРАШИВАЙТЕ
В АПТЕКАХ

COSFO



**НОВИНКА:
УВЛАЖНЯЮЩИЙ
КРЕМ ДЛЯ РУК**



ВСЕ ДЛЯ МАМ И МАЛЫШЕЙ В ОДНОМ МЕСТЕ



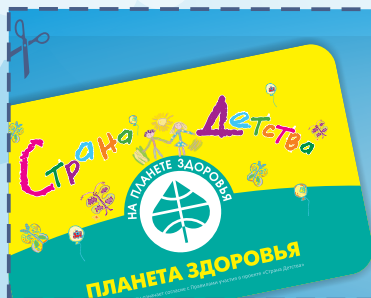
ДЛЯ ВАС:

РАСШИРЕННЫЙ
АССОРТИМЕНТ ТОВАРОВ
ДЛЯ МАМ И ДЕТЕЙ:

лекарства, витамины,
подгузники и средства гигиены,
лечебная косметика, питательные
смеси, а также разнообразные
детские аксессуары
и товары для мам.

**ЖДЕМ ВАС В АПТЕКАХ
«СТРАНА ДЕТСТВА»**

Информацию об организаторе мероприятия, сроках, месте
и правилах его проведения уточняйте
у сотрудников аптек.



ОБМЕНЯЙ КУПОН

НА КАРТУ УЧАСТНИКА ПРОЕКТА «СТРАНА ДЕТСТВА»*

*Обменять купон на карту участника проекта «Страна Детства» можно в указанных аптеках «Страна Детства»
в период с 1 июня 2018 г. по 30 сентября 2018 г.

Информацию об организаторе мероприятия, сроках, месте и правилах его проведения уточняйте у сотрудников аптек или на сайте planetazdorovo.ru. Скидки не суммируются.

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. НЕОБХОДИМО ОЗНАКОМИТЬСЯ С

АПТЕКИ-УЧАСТНИКИ ПРОЕКТА «СТРАНА ДЕТСТВА»

МОСКВА

ул. 2-я Владимирская, 38
ул. А. Монаховой, 105
ул. Ак. Понtryгина, 19
ул. Венёвская, 7
ул. Д. Донского, 11
Зеленоград, корп. 931
ул. Изюмская, 50
р.п. Киевский, 236
ул. Лукмановская, 17
ул. Малая Филевская, 54
ул. Маршала Мерецкова, 4
ул. Митинская, 23
Осенний 6-р, 16
ул. Остафьевская, 8
ул. Рудневка, 12
ул. Савицкого, 12
Стрельбищенский пер., 5
ул. Суздальская, 12
ул. Сходненская, 25
ул. Фестивальная, 41
Челобитевское ш., 10

АНДРЕЕВКА
Солнечногогорский р-н

АПРЕЛЕВКА
Цветочная аллея, 11

БАЛАШИХА
ул. Заречная, 41
пр-т Ленина, 72
мкр. Железнодорожный
пр-т Героев, 5
пр-т Героев, 6
ул. Граничная, 32
ул. Пролетарская, 2
ул. Смелчан, 17
ул. Свердлова, 52/2
ул. Советская, 8
ул. Сходненская, 25
ул. Троицкая, 1
ул. Юбилейная, 2

БЕЛООЗЕРСКИЙ
ул. Молодежная, 12а

ВИДНОЕ
ул. Завидная, 9
ул. Завидная, 24

ВНИССОК
ул. Давыдова, 11п

ДЗЕРЖИНСКИЙ
ул. Лесная, 11

ДМИТРОВ
ул. Московская, 8

ДУБНА
пр-т Боголюбова, 15

ЕГОРЬЕВСК
ул. Советская, 167

ЖУКОВСКИЙ
ул. Баженова, 2а
ул. Гудкова, 20

ЗАРАЙСК
ул. Советская, 37

ИВАНТЕЕВКА
Бережок, 3

КЛИН
ул. Гагарина, 266

КОПОМНА
ул. Захарова, 2
ул. Октябрьской Революции, 368

КОММУНАРКА
ул. Липовый парк, 8
ул. А. Монаховой, 96, корп. 2

КОРОЛЕВ
пр-т Королева, 3

КРАСНОГОРСК
ул. Геологов, 17
Подмосковный 6-р, 5

ЛОБНЯ
ул. Текстильная, 16
ул. Физкультурная, 6

ЛУХОВИЦЫ
ул. Жуковского, 9а

ЛЮБЕРЦЫ
Комсомольский пр-т, 10/1
Октябрьский пр-т, 1

МОСКОВСКИЙ
3-й мкр., 12
ул. Москвитина, 3
ул. Радужная, 14
ул. Татьянин Парк, 15, корп. 1

МЫТИЩИ
ул. 2-я Институтская, 26
Новомиיתיцинский пр-т, 82

НЕКРАСОВКА
пр-т Защитников Москвы, 10

ОДИНЦОВО
ул. Кутузовская, 23
Можайское ш., 87
ул. Триумфальная, 4

ПОДОЛЬСК
ул. Комсомольская, 3
ул. Ленинградская, 11
Электромотажный пр-д, 11

ПУТИЛОВО
ул. 70-летия Победы, 1
ул. Новотушинская, 3

ПУШКИНО
Московский пр-т, 8/2
ул. Набережная, 35
ул. Просвещения, 11, корп. 3

РАМЕНСКОЕ
ул. Крымская, 5
ул. Михалевича, 5
ул. Чугунова, 15/1
д. Островцы, ул. Подмосковная, 32

РЕУТОВ
Носовихинское ш., 27
Юбилейный пр-т, 47

РОМАШКОВО
ул. Никольская, 10

СВЕРДЛОВСКИЙ
ул. Молодежная, 1

СОЛНЕЧНОГОРСК
ул. Держинского, 18

СОСЕНСКОЕ
ул. А. Монаховой, 97

СТУПИНО
ул. Калинин, 2

ХИМКИ
ул. 9-го Мая, 8а
ул. Совхозная, 13

ЩЕЛКОВО
Пролетарский пр-т, 126

ЭЛЕКТРОСТАЛЬ
ул. Победы, 1
ул. Ялгина, 13

ЕКАТЕРИНБУРГ
ул. 8-го Марта, 118
ул. Вильгельма де Геннина, 31
ул. Вильгельма де Геннина, 44
пр-т Ленина, 24

КАМЕНСК-УРАЛЬСКИЙ
ул. Строителей, 25

КАЧКАНАР
Микрорайон 5а, 5

КРАСНОУРАЛЬСК
ул. Ленина, 33

РЕВДА
ул. Горького, 35

ИЖЕВСК
ул. 9-го Января, 215
ул. 9-я Подлесная, 29
ул. Ленина, 138
ул. Пушкинская, 169
ул. Школьная, 41

ВОТКИНСК
ул. 1-го Мая, 77
ул. Луначарского, 206
ул. Ст. Разина, 7

ГЛАЗОВ
ул. Кирова, 18

МОЖГА
Базарная пл., 16
ул. Устожанина, 14

САРАПУЛ
ул. Советская, 116

КАЗАНЬ
ул. Бигинчева, 2а
ул. Декабристов, 114
ул. Р. Зорге, 67

ЛЕНИНОГОРСК
ул. Ленинградская, 38а

НАБЕРЕЖНЫЕ ЧЕЛНЫ
ул. Мира, 24
пр-т Сююмбике, 53

НИЖНЕКАМСК
ул. Баки Урманче, 15

ЧИСТОПОЛЬ
ул. Ленина, 2а

КИРОВ
ул. Воровского, 135
ул. К. Маркса, 48
ул. Краснополянская, 6
ул. Ленина, 190
ул. Мостовицкая, 4
ул. Мостовицкая, 5
ул. Сурикова, 14а

ВЯТСКИЕ ПОЛЯНЫ
ул. Гагарина, 5

КИРОВО-ЧЕПЕЦК
ул. Мира, 70

ЛЯНГАСОВО
ул. Спортивная, 14

НОВОВЯТСК
ул. Советская, 45

ОМУТНИНСК
ул. 30 лет Победы, 23

САДАКОВСКИЙ
ул. Московская, 40

СПОБОДСКОЙ
ул. Советская, 75

СЫКТЫВКАР
ул. Советская, 30
ул. Чкалова, 23

СОЧИ
ул. Гагарина, 48
ул. Туапсинская, 12

САНКТ-ПЕТЕРБУРГ
ул. Нахимова, 5
ул. Турку, 13

СУРГУТ
ул. Гагарина, 12
ул. Киртбга, 18
Комсомольский пр-т, 13
Комсомольский пр-т, 31
ул. Лермонтова, 11а
ул. Мелик-Карамова, 4
пр-т Мира, 19
Набережный пр-т, 80
ул. Островского, 26/3
ул. Сибирская, 15
ул. Университетская, 7

БЕЛЫЙ ЯР
ул. Горького, 1а

ЛАНГЕПАС
ул. Ленина, 42/2

НЕФТЕЮГАНСК
1-й микрорайон, 2
8-й микрорайон, 24
13-й микрорайон, 67

НИЖНЕВАРТОВСК
ул. Мусы Джалиля, 25
пр-т Победы, 14

ТВЕРЬ
ул. Победы, 39
Тверской пр-т, 13
ул. Чайковского, 17

ТЮМЕНЬ
ул. Кремлевская, 102а
ул. Н. Ростовцева, 2
ул. П. Осипенко, 73
ул. Пермякова, 69

ЧЕЛЯБИНСК
ул. 250-летия Челябинска, 17
Комсомольский пр-т, 32
Комсомольский пр-т, 69
пр-т Ленина, 67
ул. Островского, 64
пр-т Победы, 170

ЯРОСЛАВЛЬ
ул. Комсомольская, 14

ПЕРМЬ

ул. Веденеева, 84
ул. Вильямса, 8а
ул. Вильямса, 39
ул. Гашкова, 24
ул. Героев Хасана, 11
ул. Героев Хасана, 149/3
ул. Гусарова, 5
ул. Докучаева, 32
ул. Дружбы, 30
ул. Екатерининская, 88
ул. Карпинского, 67
ул. Карпинского, 112
Комсомольский пр-т, 47
Комсомольский пр-т, 65
ул. Кроншта, 13
ул. Куйбышева, 67
ул. Ласвынская, 11
ул. Ласвынская, 19
ул. Лебедева, 37
ул. Ленина, 83
ул. Маршала Рыбалко, 42
ул. Маршала Рыбалко, 113
ул. Мильчакова, 10
ул. Мильчакова, 19
ул. Мира, 12
ул. Мира, 91
ул. Муромская, 16
пр-т Парковый, 2а
ул. Революции, 5
ул. Революции, 6
ул. Ретина, 29
ул. Солдатов, 15
ул. Социалистическая, 24
ул. Уинская, 31
ул. И. Франко, 46
ул. Хабаровская, 66
ул. Холмогорская, 2
ул. Целинная, 43
ул. Цимлянская, 9
ул. Чернышевского, 78

БАРДА
ул. Ленина, 48

БЕРЕЗНИКИ
ул. Пятилетки, 40
ул. Пятилетки, 114а

ВЕРЕЩАГИНО
ул. К. Маркса, 58
ул. Ленина, 33
ул. Энгельса, 119

ГРЕМЯЧИНСК
ул. Молодежная, 7

ГУБАХА
ул. Ленина, 35

ДОБРЯНКА
ул. Герцена, 43
ул. Победы, 37

ЗВЕЗДНЫЙ
ул. Ленина, 8

КРАСНОКАМСК
Комсомольский пр-т, 13

КУДЫМКАР
ул. Горького, 18а
ул. Данилова, 2а
ул. 50 лет Победы, 32

КУЛТАЕВО
ул. Октябрьская, 18

ЛЫСЬВА
ул. Делегатская, 32
ул. Победы, 20
ул. Федосеева, 33

МОСТОВАЯ
ул. Мира, 19

НОВЫЕ ЛЯДЫ
ул. Мира, 8

НЫТВА
ул. К. Маркса, 60
ул. Ленина, 3

ОВЕРЯТА
ул. Молодежная, 1

ОСА
ул. Гоголя, 152а

ПОЛАЗНА
ул. Дружбы, 3
ул. 50 лет Октября, 8

СОЛИКАМСК
ул. 20 лет Победы, 13

ЧАЙКОВСКИЙ
ул. Декабристов, 4а
ул. Ленина, 36
ул. Советская, 24

ЧЕРНУШКА
ул. Коммунистическая, 29

ЧУСОВОЙ
ул. 50 лет ВЛКСМ, 13

ИНСТРУКЦИЕЙ ИЛИ ПРОКОНСУЛЬТИРОВАТЬСЯ СО СПЕЦИАЛИСТОМ

Називин®



НАЗИВИН. НЕ НАДО ЖДАТЬ, ЧТОБЫ ДЫШАТЬ!

Називин устраняет заложенность носа
с 25-й секунды и действует до 12 часов*

* Инструкция по медицинскому применению препарата Називин Сенситив спрей назальный 22,5 мкг/доза

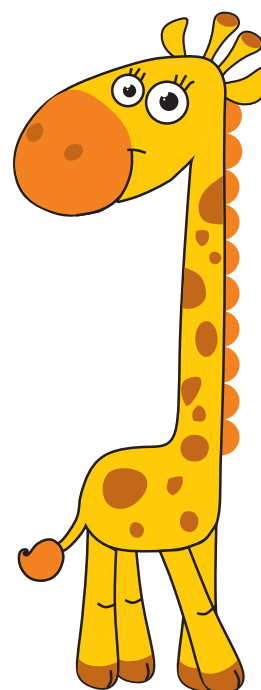
ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ, НЕОБХОДИМО ОЗНАКОМИТЬСЯ С ИНСТРУКЦИЕЙ
ПО МЕДИЦИНСКОМУ ПРИМЕНЕНИЮ ИЛИ ПРОКОНСУЛЬТИРОВАТЬСЯ С ВРАЧОМ



Здравствуйте, друзья!

На дворе — лето, и это значит, что «Страна Детства» вновь подготовила очередной сезонный номер. Надеемся, что время отпусков и каникул проходит так, как вы планировали, — увлекательно и разнообразно, а главное — без болезней!

Наш летний выпуск как всегда порадует маленьких читателей новой доброй сказкой и занятными страничками с ребусами и загадками. А для родителей мы составили рекомендации по летнему чтению и прослушиванию музыки. И — конечно — полезные статьи, которые помогут сохранить и приумножить здоровье наших любимых деток.



Искренне ваш, жираф Здоровей.

Приятного чтения!



Адрес редакции: 614990, Пермский край,
г. Пермь, ул. Максима Горького, 34, оф. 412
e-mail: stranadetstva.magazine@gmail.com

Журнал «Страна Детства» зарегистрирован
в Управлении Федеральной службы по надзору
в сфере связи, информационных технологий
и массовых коммуникаций по Пермскому краю.
Свидетельство ПИ № ФС 77 - 69960
Дата регистрации: 29.05.2017 г.

Все права защищены. Воспроизведение
текстов или их фрагментов, опубликованных
в журнале «Страна Детства», допускается
только с разрешения авторов (издателя)
и с письменного разрешения редакции.
Редакция не несет ответственности за содер-
жание материалов, опубликованных на правах
рекламы. Рекламируемые товары и услуги
подлежат обязательной сертификации.
Подписано в печать по графику:
№5(7)____.2018 г.

Фактическое время: _____.2018 г.
Заказ №_____
Отпечатано в ООО «Медиа-агентство «Лица»
Тираж номера 7 000 экз.
Распространяется бесплатно.
Главный редактор: Алексей Черепанов.
Верстка и дизайн: Лидия Иванцова.
Фотограф: Ксения Кузнецова.
Авторы сказок: Лидия Петухова
и Алексей Черепанов



**ПЛАНЕТА
ЗДОРОВЬЯ**

МОЯ ПЛАНЕТА ЗДОРОВЬЯ

«Планета Здоровья» приглашает тебя
принять участие в конкурсе детского рисунка.

Что такое для тебя «Планета Здоровья»?

Может быть, это воздушный шарик, улетающий в небо?

Может быть, что-то большое и мягкое, что хочется обнять?

А может быть, это твои друзья, с которыми всегда весело и интересно?

Нарисуй «Планету Здоровья» такой, какой ее представляешь именно ты.



Правила конкурса

1. Приноси свой рисунок в аптеку «Планета Здоровья»¹, участвующую в акции², до 31.12.2018 г.
2. Подпиши свой рисунок на обороте (должны быть указаны фамилия и имя ребенка, возраст, контактный телефон, e-mail одного из родителей)³.
3. 1-го числа каждого месяца три лучшие работы будут размещены в аптеке.
4. Авторы лучших работ (или их законные представители) получат **ПОДАРОК**⁴ в аптеке не позднее 5-го числа следующего месяца.
5. Лучшие работы будут опубликованы на страницах журналов «Планета Здоровья» и «Страна Детства на «Планете Здоровья».

¹ Аптеки «Планета Здоровья» — это аптеки, заключившие договор с ООО «АСП» и работающие под товарными знаками по свидетельствам № 268923 и № 323856.

² Полный список аптек, участвующих в акции, информацию об организаторе мероприятия, правилах проведения, количестве призов, сроках, месте и порядке их получения смотрите на сайте planetazdorovo.ru

³ При передаче рисунка в аптеку необходимо подписать согласие на использование рисунков в журналах «Планета Здоровья», «Страна Детства на «Планете Здоровья», в официальных группах ВКонтакте, в Facebook.

⁴ Подарок — набор продукции под брендом «Планета Здоровья»: влажные салфетки «Страна Детства», 15 шт, детская зубная паста Dr. Dente, журнал «Страна Детства на «Планете Здоровья», раскраска «Страна Детства».

С Положением о проведении конкурса рисунков можно ознакомиться у сотрудников аптек «Планета Здоровья».

РИСУЕМ САМИ

КОНКУРС ДЕТСКИХ РИСУНКОВ



ДЕТИ очень любят рисовать. Они изображают на бумаге все, что чувствуют и замечают вокруг. В аптеках «Планета Здоровья» объявлен конкурс детских рисунков. Акция уникальна тем, что не ставит участникам никаких преград: тема рисунка может быть любой, требований к оформлению организаторы не предъявляют. Это сделано для того, чтобы дать широкий простор для авторской фантазии маленького художника, обеспечить максимальную свободу его творческому выражению. Наиболее удачные образцы детского творчества родители обычно сохраняют на память. Мы тоже решили запечатлеть их в нашем журнале. Кроме того, мы дарим авторам лучших работ подарки от аптеки «Планета Здоровья». Их можно получить там, куда ребенок принес рисунок.



● СЛАТИНИН МИША, 8 ЛЕТ



● КЛЕЩЕВ ЖЕНЯ, 10 ЛЕТ



● ХОМЯКОВА ЛИЗА, 6 ЛЕТ



● ШАРМА ШЕЛЛИ, 9 ЛЕТ



● ШАДРИН ДЕМИД, 8 ЛЕТ



● РУСИНОВ АРТЕМ, 9 ЛЕТ



пер

Идеальный вый подгузник



PampersTM
premium care

СПРАШИВАЛИ? ОТВЕЧАЕМ!

ПУСТЫШКА: ЗА И ПРОТИВ



СОСКА успокаивает малыша, он лучше спит и не беспокоит родителей. Она удовлетворяет сосательный рефлекс грудничка. Однако некоторые мамы и врачи утверждают, что пустышка приводит к неправильному прикусу. Кроме того, младенца потом трудно отучить засыпать и успокаиваться без соски. Как быть? Давайте рассмотрим все за и против.

С уверенностью по поводу пустышек можно утверждать только одно: каждый человек имеет свое мнение по этому вопросу. Основные аргументы в пользу отказа или применения соски отражены в таблице.

ЗА

- Предотвращает западение языка во время сна, защищает от синдрома внезапной детской смерти.
- Налаживает прикус у детей на искусственном и смешанном вскармливании.
- При правильном подборе формы и материала устраняет дефекты прикуса.
- Притупляет болевые ощущения и отвлекает от дискомфорта.
- Успокаивает и снимает возбудимость, ребенок перестает плакать и капризничать, налаживает сон и помогает малышу быстрее уснуть.
- Предотвращает появление вредной привычки сосать палец.

ПРОТИВ

- Длительное сосание вызывает инфекцию среднего уха и появление дефектов в структуре рта.
- Негативно влияет на процесс грудного вскармливания, ухудшает стимуляцию лактации, что приводит к уменьшению объема грудного молока.
- Неправильный выбор пустышки приведет к проблемам в прикусе.
- Требуется постоянной стерильности, так как является источником бактерий и инфекций.
- Вызывает привыкание, иногда малыша трудно отучить от соски.
- Приводит к раннему прекращению грудного вскармливания.



РОДИТЕЛЯМ МАЛЫША НУЖНО ЗАПОМНИТЬ НЕСКОЛЬКО ПРОСТЫХ СОВЕТОВ:

- Не давайте соску ребенку по каждому поводу. Дождитесь, пока она будет действительно нужна малышу (например, при коликах, нарушении стула, температуре или других проблемах со здоровьем).
- Не давайте малышу соску до тех пор, пока не наладите грудное вскармливание.
- Тщательно следите за чистотой соски.
- Регулярно проверяйте пустышки на целостность. Трещины и дыры собирают микробы!
- Отучать малыша от соски лучше до одного года. После года это сделать труднее.

Первые три-четыре месяца сосательный рефлекс особенно силен. Педиатры считают: если вовремя удовлетворить эту потребность, в течение года она исчезнет. Активное сосание способствует развитию челюстно-лицевого аппарата, и пустышка участвует в этом. Лучше всего дать малышу соску, когда он уже поел, но еще пытается сосать. Основной признак этого — причмокивания языком, движения ногами и руками. Если ребенок плохо засыпает, возбужден, дайте ему пустышку, но когда заснет, непременно уберите ее.

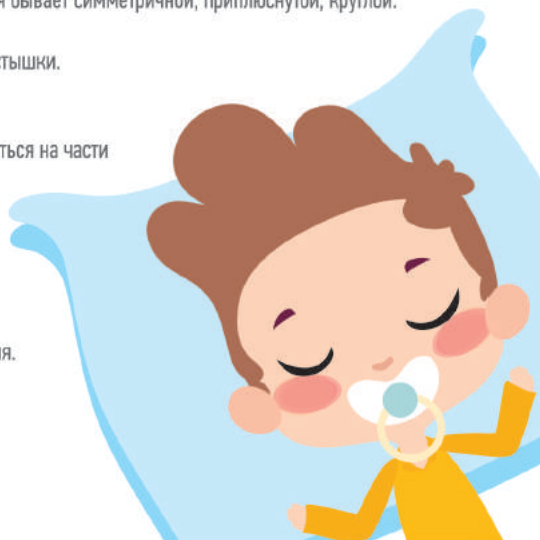


ПУСТЫШКА ДОЛЖНА СТАТЬ ПОМОЩНИКОМ, А НЕ ЗАМЕНОЙ МАМЫ, НЕ ДАВАЙТЕ ЕЁ ВМЕСТО ЕДЫ, ВНИМАНИЯ ИЛИ КОНТАКТА С МАЛЫШОМ. МНОГО НОСИТЕ ЕГО НА РУКАХ И ДЕРЖИТЕ У ГРУДИ. ПУСТЫШКА ПОНАДОБИТСЯ ТОГДА, КОГДА МАМА НЕ ИМЕЕТ ВОЗМОЖНОСТИ ДАТЬ МАЛЫШУ ГРУДЬ ПРЯМО СЕЙЧАС, — ЧТОБЫ МАЛЫШ НЕ НЕРВНИЧАЛ И НЕМНОГО ПЕРЕЖДАЛ.

Каждый родитель сам решает, давать ребенку пустышку или нет. Но если вы решили применять соску, вот несколько рекомендаций по её выбору. Соски из латекса нужно менять каждый месяц и нельзя кипятить. Резиновые почти ушли в прошлое, но могут быть полезны при прорезывании зубок. Силиконовые — тверды, но зато поддаются кипячению и антиаллергенны; менять их можно раз в 1,5 месяца. По возрасту малыша соски тоже градируются. Размер А (0–6 мес.), В (7–18 мес.), С (старше 18 мес.). Наиболее популярны сейчас соски ортодонтической формы — ребенок захватывает подобную соску, как мамину грудь. У них скошенный сосочек, а форма с одной стороны выпуклая, а со второй — чуть приплюснутая.

В ПОДБОРЕ ПОДХОДЯЩЕЙ ПУСТЫШКИ
ДЛЯ НОВОРОЖДЕННОГО МАЛЫША
НУЖНО ОРИЕНТИРОВАТЬСЯ
НА СЛЕДУЮЩИЕ КРИТЕРИИ:

- ★ Возраст малютки, а также величину ребенка.
- ★ Форму изделия, которая бывает симметричной, приплюснутой, круглой.
- ★ Размеры основания пустышки.
- ★ Безопасность изделия. Оно не должно разбираться на части и легко ломаться.
- ★ Материал, из которого сделана пустышка.
- ★ Название производителя. Купив изделие от известного бренда, вы будете уверены в качестве пустышки.



ДЕТСКИЕ КОЛИКИ: ПРИЧИНЫ, СИМПТОМЫ, ПРОФИЛАКТИКА



ВРАЧИ РЕКОМЕНДУЮТ ВЕСТИ ДНЕВНИК ПЛАЧА МЛАДЕНЦА. В НЕМ ЗАПИСЫВАЕТСЯ, КАК ЧАСТО РЕБЕНОК ПЛАЧЕТ, КАКОВА СВЯЗЬ МЕЖДУ ПРИЕМОМ ПИЩИ И СТУЛОМ. ТАКАЯ ДИАГНОСТИКА ПОМОГАЕТ ПОНЯТЬ, ЧЕМ СТРАДАЕТ МЛАДЕНЕЦ – КИШЕЧНОЙ КОЛИКОЙ, СВОЙСТВЕННОЙ 95% ДЕТЕЙ, ЛИБО КАКОЙ-НИБУДЬ ПАТОЛОГИЕЙ, ПРИСУЩЕЙ 5% ДЕТОК.

КИШЕЧНЫЕ колики отмечаются у 80% новорожденных и в большинстве случаев являются не патологией, а приспособлением ЖКТ к новым условиям внеутробного существования. Понятие «колики» врачи толкуют по-разному и относят к нему, пожалуй, любые проявления нервозности ребенка в возрасте от рождения до полугода, связанные с дискомфортом во время пищеварения.

Младенческие колики обычно пугают родителей — еще бы, малыш может болезненно хныкать часами, плач сопровождается покраснением лица, ноги малыша согнуты и приведены к животику —

неужели что-то серьезное? Не стоит отчаиваться понапрасну: всё это симптомы обычных неурядиц в пищеварительной системе, с которыми можно справиться достаточно легко.

Колики возникают по разным причинам: голод, холод, стресс, испуг, нарушение микрофлоры кишечника или его спазм, неправильное питание кормящей мамы, неправильное прикладывание к груди (ребенок наглатывается воздуха), непереносимость лактозы или аллергия на коровье молоко и др. Всё это, как правило, приводит к повышенному газообразованию и раздуванию кишечника, что, в свою очередь, и провоцирует спазмы — колики.

Дети, которых кормят материнским молоком, часто страдают от колик по причине неправильного рациона мамы.



**В ПЕРВЫЕ ТРИ МЕСЯЦА
КОРМЛЕНИЯ ГРУДЬЮ
НУЖНО ЗАПОМНИТЬ
СЛЕДУЮЩИЕ ПРОСТЫЕ
ПРАВИЛА:**

- Мучное и хлебобулочное исключить по возможности.
- Бобовые и сахар исключить полностью.
- Лучше всего полностью перейти на крупы.
- Овощи (нечасто): картофель, кабачок, капуста.
- Фрукты: только зеленые яблоки (не сладкие).
- Зелёный, не черный чай (у многих малышей от черного чая — запор).



ЕЩЁ НЕСКОЛЬКО СОВЕТОВ: МОЛОКО СТОИТ ПИТЬ ОСТОРОЖНО, ЛУЧШЕ ПЕРЕЙТИ НА КИСЛОМОЛОЧНЫЕ ПРОДУКТЫ, А ЧИСТОЕ МОЛОКО ДОБАВЛЯТЬ В ЧАЙ И КАШИ. НЕОБХОДИМО ВВЕСТИ В СВОЙ РАЦИОН ЧАЙ С ФЕНХЕЛЕМ ИЛИ УКРОПОМ. ЭТО БЛАГОПРИЯТНО ПОВЛИЯЕТ НА КОЛИЧЕСТВО МОЛОКА И ПОМОЖЕТ БОРЬБЕ С КОЛИКАМИ У МАЛЫША. НУЖНО ТАКЖЕ УБЕДИТЬСЯ, ЧТО РЕБЕНОК ПРАВИЛЬНО БЕРЕТ ГРУДЬ: СОСОК ДОЛЖЕН ВХОДИТЬ В РОТИК МЛАДЕНЦА ВМЕСТЕ С АРЕОЛОЙ, НИЖНЯЯ ГУБКА НЕМНОГО ВЫВЕРНУТА НАРУЖУ.



ВАЖНО:

СЛЕДУЕТ СРОЧНО ОБРАТИТЬСЯ ЗА МЕДИЦИНСКОЙ ПОМОЩЬЮ, ЕСЛИ РЕБЕНОК ПЛОХО ЕСТ, СТОНЕТ ИЛИ ТИХО ПЛАЧЕТ, ГРОМКО КРИЧИТ БОЛЕЕ 2 ЧАСОВ ИЛИ ЕСЛИ У МАЛЫША ПОВЫШАЕТСЯ ТЕМПЕРАТУРА, НАЧИНАЕТСЯ РВОТА И/ИЛИ ДИАРЕЯ.

Среди профилактических мер, помогающих не допустить или уменьшить газообразование, педиатры называют выкладывание ребеночка на живот через полтора-два часа после кормления, а непосредственно при кормлении — отслеживание, чтобы головка малыша не оказывалась ниже туловища (это приводит к заглатыванию воздуха). Также не стоит забывать держать младенца вертикально после каждого кормления.

Для того чтобы исключить попадание воздуха при кормлении, врачи настоятельно рекомендуют использовать специальные бутылочки с системой «Антиколики».

Если колики всё же случились, есть пара способов облегчить состояние малыша. Во-первых, это тепло — приложить его к животу. Во-вторых — лёгкий массаж живота кончиками пальцев по часовой стрелке. Купание в ванне также способствует снятию болевых ощущений.

Современные фармацевтические фирмы предлагают широкий выбор всевозможных средств от колик — это и сиропы, и порошки, и эмульсии. Но помните: перед тем как давать какое-либо лекарство грудничку, проконсультируйтесь с педиатром. Здоровья вам и вашему малышу!

саб® симплекс

СИМЕТИКОН

- ✓ Устраняет пузырьки газа и затрудняет их образование
- ✓ Разрешён с первых дней жизни
- ✓ Не всасывается и полностью выводится из организма
- ✓ Может применяться длительно
- ✓ Может приниматься до, во время или после кормления
- ✓ Хорошо смешивается с жидкостями – например, с молоком

Малыш снова спокоен и безмятежен!

WWW.SABSIMPLEX.RU



PP-SAB-RUS-0081, 30.03.2017



Хорошо без колик. С первых дней.^{1,2}



ООО «Пфайзер»: 123112, Москва, Пресненская наб., 10, БЦ «Башня на Набережной» (блок С)
Тел. +7 (495) 287 50 00, факс +7 (495) 287 53 00

1. Инструкция по медицинскому применению препарата Саб Симплекс П N014203/01.

2. Кешишян Е.С., Бердникова Е.К. Эффективность использования препаратов Симетикона (Саб Симплекс) у детей раннего возраста с явлениями кишечных колик, с повышенным газообразованием, срыгиванием // Врачебный контроль за здоровьем ребенка: настольная книга врача-педиатра / [Блохин Б. М. и др.]; Департамент здравоохранения г. Москвы, 2010

Краткая инструкция по медицинскому применению лекарственного препарата Саб® Симплекс.

Международное непатентованное название: Симетикон. **Лекарственная форма:** Суспензия для приема внутрь. **Фармакотерапевтическая группа:** ветрогонное средство. **Показания к применению:** Применяется в качестве симптоматической терапии при усиленном газообразовании, метеоризме (в том числе в послеоперационном периоде). **Противопоказания:** Повышенная чувствительность к активному веществу симетикону или к любому из вспомогательных компонентов препарата, обструктивные заболевания желудочно-кишечного тракта, кишечная непроходимость. **Беременность и кормление грудью:** Саб® Симплекс можно применять во время беременности и кормления грудью. **Способ применения и дозы:** Внутрь. **Повышенное газообразование. Новорожденные и дети грудного возраста (до 1 года жизни),** получающие кормление из детской бутылочки: в каждую бутылку добавляют 15 капель (0,6 мл) суспензии. Саб® Симплекс хорошо смешивается с другими жидкостями, например, молоком. **Дети от года до 6 лет:** по 15 капель (0,6 мл) во время или после еды. При необходимости, дополнительно 15 капель на ночь. **Дети от 6 до 15 лет:** 20 - 30 капель (0,8 - 1,2 мл). **Взрослые:** 30 - 45 капель (1,2 - 1,8 мл). Эту дозу следует принимать каждые 4 - 6 ч; при необходимости она может быть увеличена. Саб® Симплекс лучше всего принимать во время или после еды и, при необходимости, перед сном. Саб® Симплекс можно давать новорожденным перед кормлением с чайной ложки. Перед применением следует активно встряхнуть флакон. Чтобы суспензия начала поступать из пипетки, флакон следует перевернуть вверх дном и постучать по дну. Длительность применения зависит от динамики жалоб. Саб® Симплекс при необходимости можно принимать в течение длительного времени. **Побочное действие:** Возможны аллергические реакции. **Передозировка:** Случаи передозировки препаратом не известны. **Взаимодействие с другими лекарственными средствами:** Не установлено. **Особые указания:** Препарат Саб® Симплекс может применяться, в том числе и у больных сахарным диабетом, т.к. не содержит углеводов. **Форма выпуска:** Суспензия для приема внутрь 69,19 мг/мл. По 30 мл во флаконы светозащитного стекла с капельным устройством (25 капель в 1 мл). Каждый флакон вместе с инструкцией помещают в картонную пачку. **Условия хранения:** при температуре не выше 25°C. Хранить в недоступном для детей месте. **Срок годности:** 3 года. Не использовать по истечении срока годности, указанного на упаковке. **Условия отпуска из аптек:** без рецепта. **Перед применением препарата необходимо ознакомиться с полной инструкцией по медицинскому применению П N014203/01.**

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. ПЕРЕД ПРИМЕНЕНИЕМ СЛЕДУЕТ
ОЗНАКОМИТЬСЯ С ИНСТРУКЦИЕЙ, ПРОКОНСУЛЬТИРОВАТЬСЯ СО СПЕЦИАЛИСТОМ.



Бережная забота о нежной коже



для ухода за кожей
взрослых и детей
с первых дней жизни

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. НЕОБХОДИМО ОЗНАКОМИТЬСЯ С ИНСТРУКЦИЕЙ ИЛИ ПРОКОНСУЛЬТИРОВАТЬСЯ СО СПЕЦИАЛИСТОМ.

БЕЗОПАСНЫЙ ДЕТСКИЙ ЗАГАР



ЗАЩИТНЫЕ СРЕДСТВА

Нежная детская кожа очень уязвима на солнце, поэтому необходимо обзавестись средствами с максимальным SPF, они будут активно противостоять UVB и UVA-лучам. Для деток с сухой кожей подойдут кремообразные варианты: гель/молочко/мусс — они наиболее универсальны, при этом равномерно наносятся на кожу, не оставляя следов. Спрей отличается простым использованием и довольно компактен. Стики и карандаши применяют для особо чувствительных участков кожи — губы, нос, уши и родинки.

Защитные средства для чувствительной детской кожи, разработанные известными лабораториями — Avène, Bioderma, La Roche-Posay — отвечают высоким требованиям: эффективная защита, качество, удобство при использовании, минимальное содержание химических фильтров в составе. Эффективны в отношении всего спектра солнечного излучения (короткие и длинные UVA и UVB-лучи). Не содержат парабенов, водостойкие, 100% фотостабильны. Так, лабораторией Avène разработан уни-

ЛЕТО — это пора солнечных и морских ванн, активных игр на свежем воздухе. Кожа ребенка подвергается дополнительным стрессам: ультрафиолетовые лучи солнца, купание в речной или морской воде, повышенная температура воздуха, ушибы, царапины, укусы насекомых и прочее. Это значит, что в этот период уход за кожей ребенка должен отличаться от обычного.

Если вы не хотите постоянно носить с собой тяжелый баул с разнообразными средствами на любой случай, летнюю детскую косметичку необходимо тщательно продумать.



ДЕРМАТОЛОГИ СЧИТАЮТ, ЧТО ЛЕТОМ РЕБЕНКУ НУЖЕН СЛЕДУЮЩИЙ ПЕРСОНАЛЬНЫЙ «КОСМЕТИЧЕСКИЙ НАБОР»:

- Защитное средство от UV-лучей для тела, а также отдельное средство для лица и чувствительных участков кожи с SPF-50.
- Успокаивающее средство для кожи после пребывания на солнце.
- Заживляющее средство для поврежденной и раздраженной кожи.

кальный комплекс активных компонентов SunSitive, который обеспечивает оптимальную эффективность при минимальном количестве фильтров. А средства Photoderm от лаборатории Bioderma с клеточной биозащитой Cellular BIOprotection® обеспечивают максимально длительную защиту кожи на глубоком, клеточном уровне.

● ● ● **ЧЕМ МЛАДШЕ РЕБЕНОК, ТЕМ НЕЖНЕЕ ЕГО КОЖА. СОЛНЕЦЕЗАЩИТНЫЕ СРЕДСТВА НЕОБХОДИМО НАНОСИТЬ НА КОЖУ ЗА 10–15 МИНУТ ДО ВЫХОДА НА УЛИЦУ. ОТДЕЛЬНОЕ ВНИМАНИЕ УДЕЛИТЕ НОСИКУ, ВЕКАМ, ГУБАМ И КОЖЕ ЗА УШАМИ. ЭТО ВАЖНО ДЕЛАТЬ НЕ ТОЛЬКО В ТЕХ СЛУЧАЯХ, КОГДА ВЫ НА МОРЕ ИЛИ НА ДАЧЕ, НО И ЕСЛИ ВЫ ПРОСТО СОБИРАЕТЕСЬ НА ПЛОЩАДКУ В СОЛНЕЧНЫЙ ДЕНЬ. ВАЖНО ОБЕРЕГАТЬ МАЛЫШЕЙ ОТ ПРЯМЫХ СОЛНЕЧНЫХ ЛУЧЕЙ. С 11 ДО 16 ЧАСОВ НАСТОЯТЕЛЬНО РЕКОМЕНДУЕТСЯ ДЕРЖАТЬ РЕБЕНКА ТОЛЬКО В ТЕНИ.**

УСПОКАИВАЮЩИЕ И ВОССТАНАВЛИВАЮЩИЕ СРЕДСТВА

Положите в детскую косметичку специальный крем или молочко после загара. Такие средства созданы для быстрого восстановления нормального баланса кожи, активные вещества оказывают успокаивающее действие, увлажняют и питают, активизируют восстановление кожного барьера. Легкая и нежирная текстура быстро впитывается, обеспечивая коже комфорт.

SOS-СРЕДСТВА

В детскую косметичку также стоит положить средства, которые могут быстро ликвидировать любое раздражение, покраснение, явления солнечного ожога, — так называемые SOS-средства. И снова незаменимыми помощниками будут средства лечебной косметики — Sensibio forte от Bioderma, Cicaplast B5 от La Roche-Posay. Наряду с лечением раздражения и снятием покраснения в такие средства внесены компоненты ухода, смягчения и увлажнения. Отличным дополнением в такой ситуации будет термальная вода. Благодаря успокаивающему и противовоспалительному действию вода создает комфортные ощущения на коже, смягчает ее. Отсутствие ограничения по частоте применения и возрасту делает термальную воду незаменимой в знойный день.

ЗАЖИВЛЯЮЩИЕ СРЕДСТВА

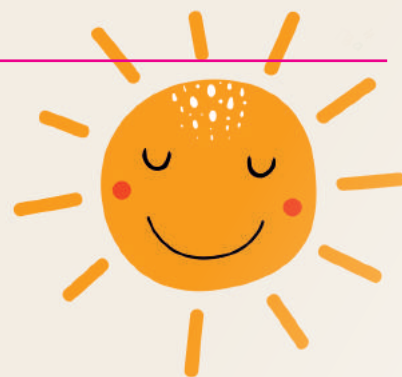
Обязательно положите в летнюю детскую косметичку лейкопластырь и ранозаживляющие средства. Важно знать, что лечебная косметика способна помочь при появлении ссадин, ожогов, укусов насекомых и прочих повреждений кожи, поскольку оказывает заживляющее и антисептическое действие, что способствует устранению воспаления и ускорению эпителизации за счет специальных комплексов активных ингредиентов. Таковы линии Cicalfate (Avène) и Cicabio (Bioderma) — косметика этих линий снимает ощущение дискомфорта и зуда, отлично справляется с последствиями укусов насекомых, обладает «дышащей» текстурой, защищая травмированную кожу от инфицирования.

● ● ● **ВЕРНУВШИСЬ ДОМОЙ, ОБЯЗАТЕЛЬНО ИСКУПАЙТЕ РЕБЕНКА.**



ПЯТЬ КНИГ К ЛЕТУ

«Страна Детства» предлагает вниманию читателя книги для взрослых и детей, которые научат, развлекут и заинтересуют.



Юлия Гиппенрейтер

Общаться с ребенком. Как?

Причины трудностей ребенка часто бывают спрятаны в сфере его чувств. Тогда практическими действиями — показать, научить, направить — ему не поможешь. В таких случаях лучше всего... его послушать. Правда, иначе, чем мы привык-

ли. Психологи нашли и очень подробно описали способ «помогающего слушания», иначе его называют «активным слушанием». Юлия Гиппенрейтер даёт множество ценных советов, которые помогут улучшить взаимопонимание между детьми и родителями, избавят их от конфликтов. Автор — советский и российский психолог, профессор, специалист по экспериментальной психологии, системной семейной психотерапии, нейролингвистическому программированию.



Илья Колмановский

Как груша попадает в мозг?

Как мы едим? Как мы понимаем, что можно есть и что нельзя? Как язык связан с животом, а живот — с мозгом? Как мы решаем, что можно есть, а что лучше сразу выплюнуть? Ощущение острого — это вкус или осязание? Почему

взрослые любят горькое, а дети — нет? Зачем тщательно пережёвывать пищу? Для чего нужна слюна? В каком котле переваривается еда? И когда же, наконец, условная груша так хорошо измельчится, что пролезет в кровеносные сосуды и побежит к мозгу и другим важным органам? Автор книги Илья Колмановский — биолог, популяризатор науки, журналист, школьный учитель, умеет так просто и образно подать информацию, что любой ребенок всё отлично представит и уяснит.



Варвара Помидор, Дарья Агапова

Путешествия по Эрмитажу. Царица тюльпанов

В России вышел первый музейный комикс, рассказывающий о главном музее Петербурга. Тася и Ваня случайно познакомились в зале Рембрандта в Эрмитаже. Разные причины привели их туда: Ваня прятался в музейной толпе от усталости и плохого настроения, а Тася отстала от родителей и заблудилась, когда собирала впечатления для

альбома. Подростки подружились, открыв в себе общую способность путешествовать во времени и пространстве, внимательно вглядываясь в картины. Образы стали для них порталами в иную реальность, в которой они встретили Рембрандта и его героев и познакомились с Царицей тюльпанов. Комикс выполнен цветными карандашами и акварелью. Такая техника добавляет истории некой «детскости» и делает её ближе к главным героям.



Мария Людвика Крюгер

Голубая бусинка

Семья восьмилетней Каролинки переезжает в новую квартиру. Пока взрослые собирают и выносят вещи, девочка случайно находит на полу, в щели, маленькую голубую бусинку. Да не простую, а волшебную – бусинка исполняет любые желания! Так и начинаются невероятные приключения Каролинки

и ее верного друга Пётрека: они летают по воздуху, превращаются в невидимок, оживляют деревянную Бабу Ягу и каменных львов, воюют со злой колдуньей Филоменой. Но число желаний, которые может исполнить голубая бусинка, ограничено, и друзья учатся отличать пустяковые забавы от вещей важных и стоящих. Сказка написана ещё в 1959 году, но с тех пор неоднократно переиздаётся.



Жан-Клод Мурлева

Полождения Мемека-музыканта

Разочаровавшийся в любви козел по имени Мемек отправляется куда глаза глядят. В пути ему встречается выбившийся из сил аист, который несёт в клюве узелок со странным спящим существом — последним представителем вида, уничтоженного кровожадными и коварными когтями. Козлика и его нового спутника ждут мно-

жество лишений и опасностей. Сумеет ли главный герой пройти все испытания, спасти зверька и найти свою любовь? Новая книга Жан-Клода Мурлева — это не только интересный сюжет и трогательные герои: это еще и возможность познакомиться с классикой американского блюза, большим поклонником которого является козлик Мемек.



LAPIKKA®

НЕЖНАЯ ЗАБОТА О САМОМ ВАЖНОМ

ЗУБНАЯ ПАСТА ДЛЯ САМЫХ МАЛЕНЬКИХ

- Крепкие зубы
- Здоровые десны
- Безопасна при проглатывании



ПРОТЕСТИРОВАНО
В ФИНЛЯНДИИ



BABY 0+

БЕРЕЖНЫЙ УХОД

**С КАЛЬЦИЕМ
И КАЛЕНДУЛОЙ**

KIDS 3+

**МОЛОЧНЫЙ ПУДИНГ
С КАЛЬЦИЕМ**



KIDS 3+

**ЗЕМЛЯНИЧНЫЙ
ДЕСЕРТ**

С КАЛЬЦИЕМ



Johnson's®

ЗАБОТА С ПЕРВЫХ ДНЕЙ!



Более 125 лет экспертизы
в уходе за детьми



* В категории средств по уходу за кожей детей.

Полный текст исследования размещен по адресу: www.johnsonsbaby.ru/pdf/jb1reco.pdf.

КЛАССИКА ДЛЯ МАМ И МАЛЫШЕЙ



МУЗЫКА может умиротворять, расслаблять и активизировать, облегчать печаль и вселять веселье, усыплять и вызывать приток энергии. Выдающийся психоневролог академик Бехтерев считал, что музыка положительно влияет на дыхание, кровообращение, устраняет усталость и придаёт физическую бодрость. Ученые отмечают, что направление лечебного воздействия музыки зависит не только от ее характера, но и от музыкального инструмента, на котором ее исполняют. Например, звучание кларнета положительно влияет на систему кровообращения, струнные инструменты действуют преимущественно на сердечно-сосудистую систему, а флейта позитивно воздействует на легкие и бронхи слушателей.

Исследователи не без оснований считают, что музыкальный вкус и восприятие музыки в целом формируются у малышей под влиянием привычек его родителей. То, что слышит малыш изо дня в день, и составит, скорее всего, его предпочтение. Правильное музыкальное образование в период новорожденности — это предоставление возможности своему ребенку понять и осознать всю глубину классической музыки. Именно классическая музыка для детей незаменима в плане развития слуха и развития в целом. Более того, педиатры рекомендуют слушать классику беременным женщинам — доказано, что младенцы, прошедшие внутриутробное музыкальное «обучение», характеризуются повышенными адаптационными способностями и опережением стандартных темпов физического и речевого развития.

«Страна Детства» рассказывает о нескольких классических произведениях, чей развивающий, терапевтический и облагораживающий эффект был неоднократно замечен и описан.

Прежде всего, это музыка Вольфганга Амадея Моцарта, которая вызывает необъяснимое положительное влияние на развитие ребёнка и в животике у мамы (во время беременности), и после рождения.

Музыка этого гениального композитора, как утверждают учёные, способна не только помогать правильному течению беременности, но и уменьшать болевые ощущения при родах. Слушать: «Времена года». Сонаты. Турецкий марш.

Среди произведений, продуцирующих энергичный настрой, высокоэффективных в работе с апатичными или вялыми детьми, наиболее тонизирующим воздействием обладает музыка Рихарда Вагнера, «Болеро» Мориса Равеля, «Весна священная» Игоря Стравинского с их нарастающим ритмом. А «Каприз № 24» Никколо Паганини в современной обработке повышает тонус организма, настроение. Кстати, всё большую популярность у детей и родителей завоевывает классика именно в современной обработке — переосмысленная и слегка адаптированная к восприятию человека, живущего в XXI веке.

Уравновешиванию нервной системы способствуют записи со звуками природы: шум моря, леса, пение птиц и т. п., седативным эффектом также обладают пьесы из цикла «Времена года» Петра Чайковского, «Лунная соната» Людвиг ван Бетховена.



ПОЛЕЗНОЙ ДЛЯ ЗДОРОВЬЯ МУЗЫКОЙ ТАКЖЕ СЧИТАЮТСЯ:

- Мадригалы Клаудио Монтеверди.
- Сюиты для оркестра Жана-Батиста Люлли.
- Концерт для двух мандолин Антонио Вивальди.
- «Рождественская оратория» Иоганна Себастьяна Баха.
- «Севильский цирюльник» Джоаккино Россини.
- «Прелюдии» Ференца Листа.
- «Риголетто» Джузеппе Верди.
- «Пер Гюнт» Эдварда Грига.
- «Венгерские танцы» Иоганнеса Брамса.

Основоположник научного направления «музыкальная фармакология» американец Роберт Шофлер утверждает, что лечебными свойствами обладают вся музыка Бетховена, увертюры Моцарта, «Лесной царь» Франца Шуберта по мотивам баллады Гёте. Шофлер проводил исследования и пришёл к выводу, что эти произведения способствуют скорейшему выздоровлению. В России, кстати, музыкотерапия признана на официальном уровне уже 15 лет: в 2003 году Минздрав признал её вполне научным методом лечения.

Слушайте классику
и будьте здоровы!

Экзамен на самостоятельность

В лесу наступило настоящее лето — солнечное, теплое и полное приключений. Но наслаждаться каникулами из лесной школы отпускали только тех зверят, кто сдал экзамены в лесной школе. А это было всегда непросто — и для малышей, и для их наставников. В этом году контрольные работы принимали профессор жираф Здоровей, кандидат лесных технических наук бурундук Царапка, доцент домоводства тетушка Совушка и бакалавр хитрости енот Ик. Одним из самых интересных и сложных заданий было такое: провести неделю на острове совсем одним, без мам, пап, учителей и учебников. Лесные школьники сами собирали рюкзаки, сухой и «мокрый» паек, одежду, котелки и аптечку и отправлялись вести самую настоящую дикую жизнь. В этот раз практику по самостоятельной жизни держали совыта, бельчата, лисята, барсучата и бобрята. Отряд зверят отправился в путешествие рано-рано утром на плотах специальной конструкции — их придумал бурундук Царапка. Плоты перевозили учеников и их поклажу, а потом сцеплялись паровозиком и буксировались обратно к лесному причалу.



Первым делом после высадки совенок Ух собрал первое собрание островитян. На собрании они распределили роли: совята оглядывают окрестности с высоты своего полета и составляют карту: где находятся источники пресной воды, где — леса и поля с провиантом. Храбрецы Ус и Хво ведут отряд лисят в разведку — нет ли опасных диких зверей и туземцев, бобрята строят шалашики, барсучата мастерят лодки и удочки, а бельчата готовят угощение, распаковывают рюкзаки и ставят лагерь, разводят и поддерживают огонь в очаге. Совенок Ух сам вел протокол первого собрания и после встречи попросил всех зафиксировать присутствие и согласие с протоколом: обмакнуть лапку в ил у бережка и поставить печатку в знак согласия. Когда всё было готово, путешественники сели обедать овсяной кашей со свежими ягодами и теми самыми галетами, которые должны были не портиться «хоть тысячу лет», как обещали взрослые. Один бельчонок даже спросил, будет ли он теперь всю тысячу лет сытым, если будет бережно хранить галету в своем животике, но ответа не получил. Казалось, что сам остров как будто помогал своим гостям: показывал аккуратные гавани для лодочек, высокую сосну на холме, откуда легко можно было вести наблюдение за всем островом, удобный галечный пляж с гладкими камешками-ступеньками. То тут, то там были спрятаны маленькие сокровища: на суку висело ведро, в норе оказывалась охапка сухого хвороста для костра, а к берегу прибывало бутылочки, но не с записками, как пишут в книжках, а со свежим топленым молочком, напоминавшим о школьном полднике. Несколько



дней малыши наслаждались полной свободой и даже начали задумываться, а не остаться ли им на острове навсегда, как вдруг начался сильный ветер.

Совенок Ух скомандовал укрепить шалашики и накрыть их непромокаемым брезентом, а всем островитянам, даже часовым, занять свои места в домиках. Всё время, пока шел сильный дождь, они весело играли в шашки в тепле и сухости, рассказывали смешные истории, а ночью, пока завывал шторм, — страшилки. К утру всё стихло. Взрослые звери во все глаза глядели на остров и переживали: как там их малыши. Только бурундук с енотом спали крепко-крепко — они знали, что каждый из отправившихся на остров с первого раза сдал дисциплины «Шалашеведение» и спецкурс «Усиление жилищ в шторм».

Утром первым проснулся Хво — у него был самый тонкий слух, настолько тонкий, что он слышал, как у его сестренки Веснушки растут коготки во сне. Ему показалось, будто кто-то хнычет. Хво озадаченно заглянул в каждый шалаш, но всё было в порядке. Тогда лисёнок отправился на приглушенные звуки. В кустах Хво увидел двух нелесных животных: кота и пса, мокрых, грязных, в репьях, которые хныкали и препирались.

— Эй, домашние! Вы что тут шумите? Того и гляди перебудите мне весь лагерь! Ну-ка прекратить перепалку! Кто из вас старший?

Кот смущенно поднял грязную лапку и представился:

— Я котфей Пушок, домосед Иванович, а это мой друг Лохматик, авантюрист и любитель сплавов. Мы потерпели плотокрушение и не знаем, что делать!

Хво задумался, что же делать с пришельцами и не надо ли отправить лесным телеграфом сообщение взрослым. Но тут прилетел Ух. Он был в школе второй по слуху и мог различать, какие оценки выводила тетушка Совушка в дневнике по шелесту ручки. Ух узнал своего старого друга Пушка и кинулся его обнимать, правда, тут же перепачкавшись глиной:

— Пушок, Лохматик, пойдёте к нам в лагерь, мы вас (и меня теперь!) отмоём, накормим и проводим в дорогу!

— А ты уверен, что нам не стоит сообщить взрослым? Ведь Пушка и Лохматика потеряли дома, кто-то их ждет! — Хво был очень серьёзен. Но два домашних зверька объяснили:

— Нас ждут не дома, а на другом берегу, мальчик Алеша с друзьями, мы отбились от группы в полосатых купальниках!





Наш плотик перевернулся от течения, и мы еле-еле выбрались на берег.

Тем временем лагерь начал просыпаться, сонные зверьки в ночных колпачках и ночнушках приходили посмотреть на потерпевших плотокрушение Лохматика и Пушка. Хво предложил сначала привести себя в порядок, умыться, позавтракать и провести внеочередное собрание островитян. И дикие, и домашние звери побежали в речку, которая ласково их всех отмыла, особенно постаравшись над котом и псом: они вышли из воды как новенькие. Пока бельчата жарили блины на маленьких сковородочках, барсучата починили то, что осталось от плота Пушка и Лохматика, улучшили вёсла, смазали плотик смолой и прикрепили маленький ящик для коробки с галетами, снасти и спички в специальном непромокаемом мешочке с поплавком. Теперь, если плот еще раз вдруг решит разрушиться, можно будет развести костер и всё высушить у костра. Собрание островитян единогласно решило ничего не рассказывать взрослым: ведь островная жизнь — это был экзамен на самостоятельность.

Выпускники лесной школы снарядили в путь Пушка и Лохматика, и барсучата на своих легких лодочках-плоскодонках повезли новых друзей на другой берег к мальчику Алеше. Алеша и его друзья захлопали в ладошки от радости — ведь они никогда ещё не видели настоящих барсучат, буксирующих свежевystруганный и осмоленный плотик с их любимцами. Мальчишки поделились своими богатствами с барсучатами-спасителями: перочинным ножиком, кукурузными палочками и рогатками.

Оставшиеся несколько дней в лагере прошли спокойно, звери много купались, играли и выросли не по дням, а по часам. Когда пришла пора возвращаться домой, они спрятали на островке маленькие подарки будущим ученикам, махнули лапками и крылышками любимому пляжу и отправились домой к мамам и папам. На причале их ждали родители со сплошь отличными аттестатами самостоятельности и большой посылкой из города, в которой были подарки от родителей Алеши: каждому лесному зверю по книжке «Робинзон Крузо», бортовому блокнотику-непромокайке и пирожному «картошка». Родители и ученики обнимали своих зверят, которые и сами не пропали, и друзей не бросили в беде, и никак не могли насмотреться в их новые, взрослые глаза.



НАТУРАЛЬНЫЕ ЭКСТРАКТЫ ТРАВ



для купания малышей с рождения



1

№1 – Лидер в категории детских экстрактов для купания*



Совместимы с любыми детскими средствами для купания.



Сбалансированный состав натуральных компонентов.



Самая широкая линейка экстрактов для купания.



Имеются клинические испытания.

СПОСОБ ПРИМЕНЕНИЯ

10 секунд – и ванночка готова!



НАЛЕЙТЕ В ВАННУ С ВОДОЙ

1-2 колпачка (15-30 мл) экстракта на 10 литров воды



РАЗМЕШАЙТЕ ЭКСТРАКТ В ВОДЕ

10 сек. до появления устойчивого аромата трав



ИСКУПАЙТЕ МАЛЫША

www.zdravlandiya.ru

@zdravlandiya

* По данным DSM Group за 2014-2017 годы

НУРОФЕН®
ДЛЯ ДЕТЕЙ
ибупрофен 100 мг/5 мл



**НУРОФЕН ДЛЯ ДЕТЕЙ – ПРЕПАРАТ ОТ ЖАРА И БОЛИ С
БЛАГОПРИЯТНЫМ ПРОФИЛЕМ БЕЗОПАСНОСТИ* ДЛЯ СПОКОЙНОГО
СНА МАМЫ И МАЛЫША**

**ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. ПЕРЕД ПРИМЕНЕНИЕМ
НЕОБХОДИМО ПРОКОНСУЛЬТИРОВАТЬСЯ СО СПЕЦИАЛИСТОМ**

*Канабар Д. Практический подход к лечению лихорадки низкого риска у детей. Drugs R D. 2014 Июнь; 14(2):45-5. Регуд: Нурофен для детей суспензия 100 мг, 150 мл, 200 мл - П N014745/01; Нурофен для детей суппозитории №10 – ЛСР-006017/08; Нурофен, таблетки для детей с 6 лет №8 – П N013012/01. Фармакотерапевтическая группа: НПВП. Представитель в России: ООО «Рекитт Бенкизер Хэлскаэр», Россия, 115114, г. Москва, Шлюзовая наб., д. 4, тел. 8-800-200-82-20 (звонок бесплатный). Дата выхода: май 2018. Информацию о способах применения и дозах, противопоказаниях и побочных эффектах смотрите в инструкции по применению препарата. Реклама.



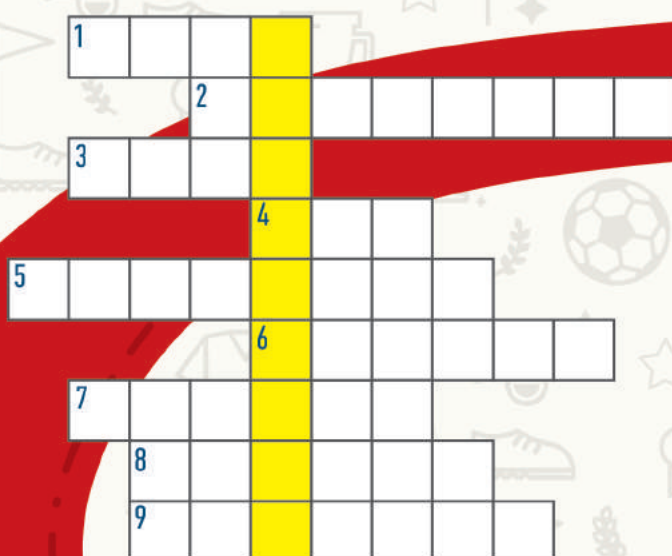
Привет, мой друг!

Ты уже начистил бутсы и выучил финт Зидана?

Советую поторопиться — до Чемпионата мира по футболу — 2018 остались считанные дни!

12 огромных стадионов во всех уголках нашей страны ждут самых преданных болельщиков 32 мировых сборных. Готов ли и ты присоединиться к величайшему празднику футбола на планете?

**ПРЕЖДЕ ВСЕГО, ПРОВЕРИМ ТВОЮ ТЕОРЕТИЧЕСКУЮ ПОДГОТОВКУ.
МОЖЕТ БЫТЬ, ИМЕННО ИЗ ТЕБЯ ВЫЙДЕТ
БУДУЩИЙ ГЛАВНЫЙ АРБИТР МУНДИАЛЯ?**



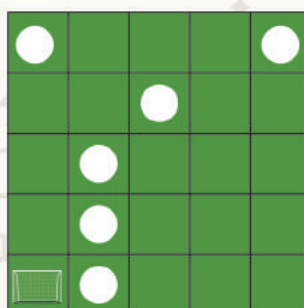
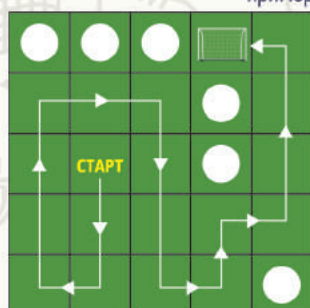
- 1 Состязание двух футбольных команд в течение отведенного футбольными правилами и судьей времени.
- 2 11-метровый штрафной удар.
- 3 Одна из двух частей футбольного матча. Состоит из 45 минут, определенных футбольными правилами, и компенсированного времени, добавленного судьей.
- 4 Передача мяча от одного игрока команды другому игроку этой же команды.
- 5 Игрок, защищающий ворота, вратарь.
- 6 Положение «вне игры».
- 7 Защитное построение игроков для уменьшения площади обстрела ворот, например во время штрафного удара.
- 8 Боковая стойка ворот.
- 9 Мяч, забитый футболистом в свои ворота.

Слово, которое должно получиться по вертикали, — официальные спортивные соревнования, розыгрыш первенства в каком-либо виде спорта с целью выявить победителя.

Кстати, «мундиаль» в переводе с испанского и португальского — всего лишь чемпионат мира, причем речь в 99% случаев идет о футболе.

**ГОВОРЯТ, ЧТОБЫ МЕЧТЫ СБЫВАЛИСЬ, ИХ НУЖНО НАРИСОВАТЬ. ПОМОГИ СБОРНОЙ
РОССИИ ВЫИГРАТЬ РЕШАЮЩИЙ МАТЧ ЗА КУБОК МИРА!
МЯЧ ЛЕТИТ ПО ВЕРТИКАЛИ И ГОРИЗОНТАЛИ ДО УПОРА В ЗАНЯТУЮ СОПЕРНИКОМ ИЛИ
УЖЕ ПРОЙДЕННУЮ КЛЕТКУ И В КРАЙ ИГРОВОГО ПОЛЯ. ТВОЯ ЗАДАЧА — ПРОЙТИ ВСЕ
КЛЕТКИ И ЗАБИТЬ ГОЛ. С КАКОЙ КЛЕТКИ ЛУЧШЕ НАЧАТЬ ДВИЖЕНИЕ?**

пример



ЧТОБЫ УВЛЕЧЬ ФУТБОЛОМ ТАКИХ ЖЕ ЮНЫХ ЗРИТЕЛЕЙ, КАК ТЫ, У КАЖДОГО ЧЕМПИОНАТА МИРА ЕСТЬ СВОЙ ТАЛИСМАН. ОБЫЧНО ЭТО ЧТО-ТО, ЧТО ОТЛИЧАЕТ СТРАНУ- ХОЗЯЙКУ ЧЕМПИОНАТА, НАПРИМЕР ХАРАКТЕРНОЕ ДЛЯ НЕЕ РАСТЕНИЕ ИЛИ ЖИВОТНОЕ.

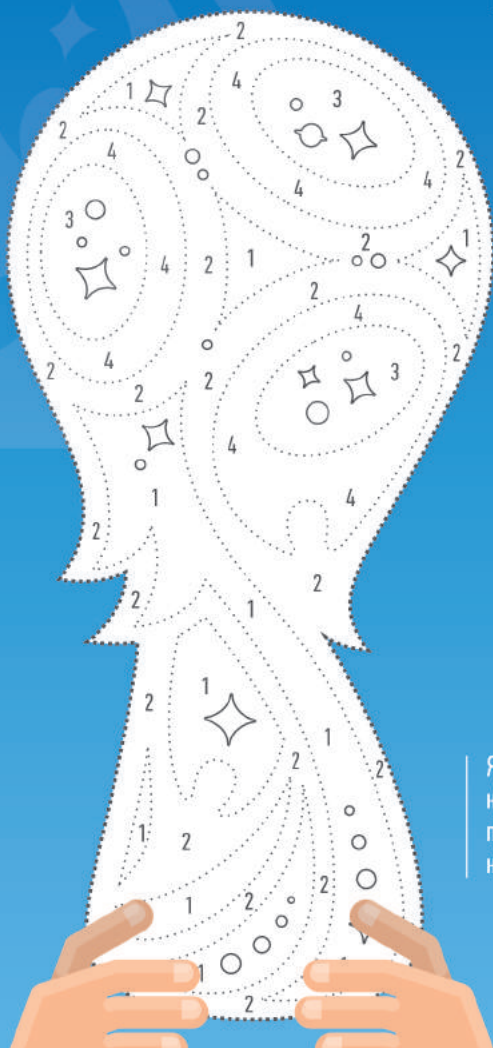
ТАЛИСМАН РОССИЙСКОГО ЧЕМПИОНАТА МИРА — ЭТО ВОЛК ЗАБИВАКА. ЗАБИВАКА ДОБР И ХРАБР, ОН МАСТЕР СВОЕГО ДЕЛА — БЫСТРЫЙ И МАНЕВРЕННЫЙ. ИМЕННО ТАКОЙ, КАКОЙ МЫ ХОТИМ ВИДЕТЬ НАШУ СБОРНУЮ НА ДОМАШНЕМ ТУРНИРЕ.



ЧЕМПИОНАТ МИРА ПО ФУТБОЛУ — ЭТО НЕ ПРОСТО СПОРТИВНОЕ СОСТЯЗАНИЕ. ПРЕЖДЕ ВСЕГО, ЭТО ПРАЗДНИК, В КОТОРОМ УЧАСТВУЮТ МИЛЛИОНЫ ЛЮДЕЙ СО ВСЕГО МИРА. (А ТЕПЕРЬ И ТЫ, МОЙ ДРУГ!) ВСЕ, ЧТО СВЯЗАНО С ПРЕДСТОЯЩИМ ТУРНИРОМ, ПРИОБРЕТАЕТ ОГРОМНУЮ ПОПУЛЯРНОСТЬ. ВОТ ПОЧЕМУ КАЖДОЕ МИРОВОЕ ПЕРВЕНСТВО ОБЯЗАТЕЛЬНО ИМЕЕТ СВОЙ ОФИЦИАЛЬНЫЙ СИМВОЛ.

СИМВОЛ ЧЕМПИОНАТА МИРА ПО ФУТБОЛУ В РОССИИ В 2018 ГОДУ, ПО ЗАДУМКЕ ЕГО СОЗДАТЕЛЕЙ, СОЕДИНЯЕТ В СЕБЕ ТРИ СОСТАВЛЯЮЩИЕ, КОТОРЫЕ БЛИЗКИ ЛЮБОМУ РУССКОМУ: ИСТОРИЮ ПОКОРЕНИЯ КОСМОСА, ЛЮБОВЬ К ИКОНОПИСИ И К СПОРТУ НОМЕР ОДИН — К ФУТБОЛУ.

РАССМОТРИ ВНИМАТЕЛЬНО ЭМБЛЕМУ ЧЕМПИОНАТА МИРА. НАЙДИ НА НЕЙ ВСЕ СИМВОЛЫ, ЕЕ СОСТАВЛЯЮЩИЕ. ОБВЕДИ КОНТУРЫ КУБКА ПО ТОЧКАМ И РАСКРАСЬ ЕГО, ИСПОЛЬЗУЯ ЦИФРОВУЮ ПОДСКАЗКУ.



1 - красный
2 - желтый
3 - синий
4 - черный



Мяч — главный герой турнира, своим обликом напоминающий первый космический спутник.



Яркие звезды, чье сияние создает атмосферу праздника на чемпионате.



Ликование, когда победитель держит над головой заветный кубок.



Мечта человечества. Это энергия футболистов и радость болельщиков, стремление воплощать мечты.



Три окна-иллюминатора символизируют новые открытия и приглашают заглянуть в мир ЧМ-2018.



След ракеты, которая отрывается от Земли, означает ожидание яркого футбольного турнира.

ВКУСНО

Баланс витаминов в рационе ребенка!

Сбалансированный мультивитаминный комплекс TEDDY VIT поможет восполнить дефицит витаминов в организме, а жевательные пластинки в виде мишек со вкусами клубники, яблока и цитрусовых не оставят малышей равнодушными, сделав приём витаминов приятным и полезным.

Важнейшие для здоровья жирные кислоты Омега-3 — неустойчивые вещества, теряющие часть свойств при термообработке. Поэтому употребление в пищу обычных продуктов, богатых Омега-3, нужно дополнять биологически активной добавкой «Вкусная Омега-3». Удобная форма выпуска в виде мягких желатиновых капсул обеспечивает поступление полезных кислот до 50% от суточной потребности. «Вкусная Омега-3» — рыбий жир теперь вкусный!

Спрашивайте в аптеках!



БАД. НЕ ЯВЛЯЕТСЯ ЛЕКАРСТВЕННЫМ СРЕДСТВОМ



МАГНЕ В₆[®]

ЭКОНОМЬТЕ ДО 25%
С КАРТОЙ ЛОЯЛЬНОСТИ
МАГНЕ В₆[®]



ПОЛУЧИТЕ СКИДКУ

15%

Уже при первой покупке

20%

**После покупки
3-х упаковок по карте***

25%

**После покупки
5-ти упаковок по карте***

* На последующие покупки препарата, не ранее чем через неделю после совершения покупки.

С полными правилами программы, информацией об организаторе акции, и сроках ее проведения можно ознакомиться на сайте magneb6.ru. Магне В6[®] предназначен для восполнения дефицита магния. Беременность не всегда сопровождается дефицитом магния. Препарат Магне В6[®] может применяться в период беременности только при необходимости, по рекомендации врача, согласно инструкции по применению лекарственного препарата Магне В6[®], рег. Номер П № 013203/01. АО «Санофи Россия». Москва, Тверская 22. SARU.MGP.17.03.0370

SANOFI 

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВПОКАЗАНИЯ. НЕОБХОДИМО ПРОКОНСУЛЬТИРОВАТЬСЯ СО СПЕЦИАЛИСТОМ



СПРАВОЧНАЯ ЛЕКАРСТВ круглосуточно

(495)	369-33-00	г. Москва
(812)	454-30-30	г. Санкт-Петербург
(343)	289-00-00	г. Екатеринбург
(3412)	31-22-22	г. Ижевск
(843)	211-20-02	г. Казань
(8332)	21-20-00	г. Киров
(3466)	29-11-55	г. Нижневартовск
(342)	219-84-84	г. Пермь
(862)	444-44-00	г. Сочи
(3462)	21-73-33	г. Сургут
(8212)	40-00-44	г. Сыктывкар
(4822)	73-44-44	г. Тверь
(3452)	54-93-03	г. Тюмень
(351)	219-33-33	г. Челябинск

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. НЕОБХОДИМО ОЗНАКОМИТЬСЯ
С ИНСТРУКЦИЕЙ ИЛИ ПРОКОНСУЛЬТИРОВАТЬСЯ СО СПЕЦИАЛИСТОМ