

# ЗДОРОВЫЙ РЕБЁНОК – СЧАСТЛИВАЯ СЕМЬЯ!



Служба  
здоровья

# СОБЛЮДЕНИЕ ПРИНЦИПОВ ЗОЖ - ОСНОВА ПРОФИЛАКТИКИ!

- Индивидуальный режим
- Полноценный сон 8-10 часов
- Прогулки вдали от шумных и загазованных улиц
- Физические нагрузки полезны для укрепления костей, мышц и суставов
- Правильное питание
- Позитивная и комфортная обстановка в семье



Служба  
здоровья

# ПЕРВЫЕ 1000 ДНЕЙ В ЖИЗНИ РЕБЕНКА ОПРЕДЕЛЯЮЩИЕ ЕГО ЗДОРОВЬЕ: РАЦИОНАЛЬНОЕ ПИТАНИЕ



280 дней  
Беременность  
Правильное  
питание



360 дней  
1 год жизни  
В первые 6 месяцев  
исключительно  
грудное  
вскармливание



360 дней  
2 год жизни  
Своевременное и  
правильное введение  
прикорма



Служба  
здоровья

# НЕОНАТАЛЬНЫЙ СКРИНИНГ - МЕТОД РАННЕГО ВЫЯВЛЕНИЯ ТЯЖЕЛЫХ ЗАБОЛЕВАНИЙ НОВОРОЖДЕННЫХ В ПЕРВЫЕ 7 ДНЕЙ ЖИЗНИ

С 2023 года в Республике Коми введены программы расширенного неонатального скрининга на 36 наследственных и врожденных заболеваний новорожденных (в том числе орфанные заболевания).



Служба  
здоровья

# ОРФАННЫЕ ЗАБОЛЕВАНИЯ

- это группа редких, чаще генетических, заболеваний, которые имеют распространенность не более 10 случаев заболевания на 100 тысяч населения, и способны приводить к ранней инвалидизации и сокращению продолжительности жизни.

Лица, страдающие орфанными заболеваниями, имеют право на получение ряда социальных услуг и льготное лекарственное обеспечение.



Служба  
здоровья



# ВАКЦИНАЦИЯ - ПЕРВЫЙ ШАГ В ПРОФИЛАКТИКЕ ИНФЕКЦИОННЫХ ЗАБОЛЕВАНИЙ У ДЕТЕЙ

Вакцинация детей производится согласно Национальному календарю прививок:

гепатита В, туберкулеза, пневмококковой инфекции, коклюша, дифтерии, столбняка, полиомиелита, гемофильной инфекции, кори, краснухи, эпидемического паротита.



Служба  
здоровья

# ОСТОРОЖНО, МИФ! НИ ВЕЙП, НИ ЭЛЕКТРОННАЯ СИГАРЕТА НЕ ЯВЛЯЮТСЯ БЕЗОПАСНЫМИ ДЛЯ ЧЕЛОВЕКА

К сожалению, в последнее время распространенность вейпов и электронных сигарет среди детей и подростков неуклонно растет. Однако важно помнить, что любой курительный девайс содержит никотин, токсические химикаты и канцерогены, которые могут вызывать воспаление дыхательных путей.

Вейпы и электронные сигареты не заменяют обычные сигареты и не помогают бросить курить!



Служба  
здоровья

# ЗДОРОВЫЕ РОДИТЕЛИ - ЗДОРОВЫЙ РЕБЁНОК

- Соблюдайте здоровый образ жизни
- Своевременно проходите диспансеризацию и профилактические медицинские осмотры

Это вклад в здоровое будущее  
вашего ребенка!



Служба  
здоровья