

ОГЛАВЛЕНИЕ

Предисловие	8
Глава 1. Здоровье и болезни	18
Биологическое значение болезни.....	22
Подавлять ли симптомы?	23
Болезнь и духовное созревание.....	23
В чем нуждается больной ребенок.....	24
Несколько основных принципов, которыми должны руководствоваться родители	25
Глава 2. Границы самолечения	27
Самопомощь — богатство столетий	27
Надо ли идти с ребенком к врачу?.....	29
Глава 3. Естественные средства в практике домашнего лечения	32
Гомеопатия	33
Антропософская медицина.....	41
Целебные растительные средства.....	45
Натуропатия	51
Цветочная терапия доктора Баха.....	65
Глава 4. Проблемы мам в послеродовом периоде	68
Недостаточное количество грудного молока.....	68
Болезненные соски.....	70
Воспаление молочных желез — мастит	71
Недержание молока	74
Отлучение от груди	75
Глава 5. Болезни новорожденных и маленьких детей	76
Некоторые проблемы у новорожденных	77
Почему наш ребенок плачет?.....	83
Проблемы пищеварения	88
Прочие проблемы этого возраста	98
Глава 6. Нужно ли бороться с температурой?	100
Температура — важнейшая защитная реакция.....	101
Что же надо делать при повышенной температуре у ребенка?	102
Последствия температуры	105
Глава 7. Классические детские инфекции	107
Корь	109
Скарлатина	113
Краснуха	115

Свинка (эпидемический паротит).....	116
Коклюш	117
Ветряная оспа	123
Глава 8. Простудные заболевания	126
Острая респираторно-вирусная инфекция.....	127
Как остановить развитие простуды	128
Насморк.....	132
Острый ларингит	136
Отит	138
Ангина (острый тонзиллит).....	141
Глава 9. У нашего ребенка аллергия	145
Наиболее распространенные аллергены	148
Тренировка иммунной системы	149
Аллергический конъюнктивит (воспаление слизистой оболочки глаз)	151
Аллергические кожные реакции немедленного типа ..	152
Крапивница (крапивная лихорадка).....	152
Солнечная аллергия	153
Холодовая аллергия	154
Световая аллергия.....	154
Сенной насморк (аллергический ринит, вазомоторный ринит)	155
Аллергия на продукты	157
Лекарственная аллергия	160
Глава 10. Неотложные состояния у детей	162
Аллергический шок (анафилактический шок)	162
Ложный круп	163
Судороги	166
Обморок.....	168
Солнечный и тепловой удары	170
Отравления.....	172
Ожоги пищевода	174
Глава 11. Ребенку требуется первая помощь	176
Болезни органов пищеварения	176
Заболевания органов мочеполовой системы.....	191
Проблемы у девочек.....	202
Проблемы у мальчиков	203
Зубные боли	207
Заболевания глаз.....	210
Абсцесс.....	214
Перегревание.....	216
Морская болезнь (укачивание в транспорте)	217
Детский спастический плач.....	218

Кровотечения у маленьких детей.....	220
Носовые кровотечения.....	221
Страхи.....	223
Глава 12. Доврачебная помощь при несчастных случаях у детей.....	228
Предупреждение несчастных случаев.....	231
Поведение в дорожных ситуациях.....	239
Первая помощь при повреждениях и несчастных случаях.....	240
Заключение.....	272
Приложение.....	275
Таблица применения важнейших гомеопатических средств.....	275
Список литературы.....	279

ПРЕДИСЛОВИЕ

Medicus curat, natura sanat.
Врач лечит – природа исцеляет.

Воспитание ребенка дает прекрасный жизненный опыт, но порой перед родителями возникают трудные задачи, решить которые далеко не просто. Естественно, что всем родителям хочется, чтобы их дети получили в жизни больше, чем они. Это касается также и здоровья. Однако многие из них не обладают достаточными знаниями, необходимыми для воспитания здорового ребенка. У некоторых родителей были не совсем приятные воспоминания об использовании методов классической медицины, поэтому понятно желание познакомиться с возможностью применения естественных лечебных средств, в том числе гомеопатических и антропософских лекарственных препаратов.

Никто не ставит вопрос так, что естественные и классические методы лечения должны конкурировать между собой в предупреждении и лечении заболеваний. В определенных обстоятельствах будет большой ошибкой принципиально отказаться от общепринятых мер оказания скорой медицинской помощи. Заслуги фармакотерапии перед человечеством неоспоримы. Во многом благодаря ее достижениям люди справились с инфек-

ционными заболеваниями, бывшими в прошлом основной причиной смертности.

Последние десятилетия наложили особый отпечаток на развитие общества. Усиливается отрицательное влияние окружающей среды, растет число детей с повышенным весом, различными заболеваниями, в том числе аллергическими и диабетом, все больше детей страдают от недостатка движения, связанного с повышенными нагрузками школьной программы, излишним увлечением электронными играми и Интернетом. Заметно возросло отрицательное влияние средств массовой информации.

Агрессивная аллергизация населения, появление все новых и новых «лекарственных» болезней, а также микроорганизмов, устойчивых к антибиотикам, нарастание тяжести последствий классического лечения все настойчивее заставляют пересмотреть границы показаний к фармакотерапии и, наконец, обратить внимание на другие, более щадящие методы лечения, включающие в себя элементы природной медицины.

Во многих случаях задача врача состоит не в борьбе с заболеванием, а в помощи больному человеку, чтобы он смог справиться с ним самостоятельно, используя защитные силы организма. Другими словами, врач достаточно часто должен использовать не только и не столько фармакотерапию, сколько какие-то другие регулирующие методы воздействия, позволяющие больному организму самому восстановить равновесие.

Современная медицина характеризуется двумя почти противоположными тенденциями. С одной стороны, активно создаются все более специализированные узко действующие сильные лекар-

ства. С другой — крепнет осознание того, что человеческий организм един и нельзя лечить только один какой-то орган или отдельную систему. Успех чаще приходит там, где лечат не отдельное заболевание, а человека как единое социально-биологическое существо.

Наиболее близко к решению этих вопросов подошли представители комплексной терапии, то есть врачи, активно использующие в своей практике достижения гомеопатии, антропософии, фитотерапии, натуропатии, акупунктуры и многих других естественных методов. Однако на сегодняшний день все эти направления рассматриваются пока как альтернативные или, в лучшем случае, как дополнительные. Основным же считается фармакотерапевтический путь воздействия на организм, то есть применение различных сильнодействующих препаратов.

Между тем, известно, что комплексная медицина в своих терапевтических усилиях основывается на единстве тела, души и духа. Главной ее задачей является восстановление человека как целостной системы, а не лечение от определенной болезни, исцеление отдельного органа или подавление симптома. Она не отвергает полностью академическую (аллопатическую) медицину, а взаимодействует с ней. Комплексная медицина применяет естественные методы лечения, целью которых является активизация собственных защитных сил организма и противодействие возможным нарушениям в организме. Ее задача — исцеление человека в целом.

Есть такая притча. Однажды столетний старик пригласил к себе всех своих докторов. Он

открыл один из шкафов, и удивленные лекари увидели, что все полки этого шкафа заполнены до отказа разными лекарствами. «Это то, что вы мне выписывали в течение жизни, — сказал им старик. — Сколько бы я прожил, если бы принимал все эти лекарства?»

В былые времена естественные методы лечения неплохо вписывались в штатный арсенал врачей. Опыт их применения основывался на имеющихся знаниях и передавался из поколения в поколение. К сожалению, большой скачок в развитии классической медицины, связанный с рядом открытий в XX веке, в том числе пенициллина, послужил причиной забвения богатого опыта применения естественных методов оздоровления. А ведь натуральная терапия особенно показана при лечении маленьких детей благодаря своему мягкому и щадящему действию и отсутствию осложнений.

Как свидетельствует практика, родители нередко приходят к мысли о необходимости поиска альтернативных методов лечения, чтобы избежать известных ныне побочных эффектов химических препаратов. Авторы данной книги стремятся помочь им в этом поиске, показать наиболее эффективные и безопасные методы лечения как при острых заболеваниях, так и при многочисленных несчастных случаях, столь часто происходящих с детьми. О том, что эти методы лечения имеют право на жизнь, говорит тот факт, что все большее число врачей стремится использовать их в своей практике. Не это ли является доказательством необходимости объединения генеральных линий всех известных направ-

лений, нацеленных на оказание помощи пациентам и, что особенно важно, детям?

Как часто родителям приходится сталкиваться с различными проблемами: ребенок вдруг становится очень беспокойным, кричит, внезапно повышается температура, вдруг открывается рвота или возникает понос! Нередко родители просто не знают, что предпринять в этих случаях, как правильно поступить, как помочь ребенку в сложившейся ситуации. Сколько пролито слез, истрачено нервов, сколько страхов пережито, когда состояние ребенка меняется непонятным образом. А детская травма? Разве это уж такое редкое явление? Но когда необходима помощь ребенку, а визит к врачу невозможен, да и таблетками не хочется травить малыша, на помощь придет другая медицина.

И вот возникает естественный вопрос: можно ли заниматься самолечением? Ответить на него можно двояко. Кто-то скажет, что для этого существуют врачи, задача которых — разбираться с состоянием нашего здоровья. Формально это так, и было бы прекрасно, если бы во всех случаях это лечение завершалось удачно. Но найдется немало сторонников другого направления. Они считают, что надо всегда уметь помочь себе и своему ближнему в необходимых случаях. Естественно, для этого надо знать хотя бы некоторые данные как о себе самом, так и о здоровье членов своей семьи.

Право же, уважаемый читатель, вы же не бегите в поликлинику, чуть только поднялась температура, или заболела голова, или вы почувствовали легкое недомогание? Обычно в таких случаях вы назначаете себе знакомое с детства лечение

по собственному усмотрению, которое еще ваша бабушка применяла и которое, как помнится, хорошо помогало.

Понятие «самолечение» существует с незапамятных времен и, хотя и приобрело не совсем лестную репутацию, но, как показывает практика, будет существовать еще очень долго, если не вечно. Ведь доступность информации о действенных естественных методах лечения, получивших значительное развитие за последние годы, возрастает с каждым днем.

Недаром один из героев новелл О. Генри Джек Питерс после удачной торговли каким-то снадобьем с удовлетворением изрекает: «Люди любят лечиться самостоятельно, и потому профессия моя бессмертна». Как часто мы являемся свидетелями того, что совет по лечению той или иной болезни, полученный в очереди, на рынке, от попутчика в поезде вызывает больший интерес и доверие, чем рекомендации академического врача. Об этом же говорит многомиллионная аудитория некоторых телевизионных программ, посвященных проблемам здоровья.

Почему же мы не спешим к врачу? Причин для этого много: врач не всегда близко или неловко его беспокоить (а вдруг это состояние пройдет само), боязнь встречи с представителями медицины и разочарование от ранее проводимого лечения, финансовые соображения и многое другое.

В последнее время людей стали раздражать активные уверения наших СМИ и навязчивой рекламы о том, что есть замечательные средства, безопасные и эффективные: выпил таблетку — и болезнь исчезла (интересно бы узнать, кого из

«великих» они спасли). Увы, практически у любого химического лекарственного препарата всегда есть побочные действия. Даже принимая самый популярный и широко известный аспирин, нужно помнить, что он влияет на слизистую желудка (может вызвать гастрит), разжижает кровь, вследствие чего понижается ее свертываемость и возникает риск кровотечения у некоторых больных. А что же говорить о новых синтетических антибиотиках, которые, борясь с вторжением вредных для здоровья микробов, заодно убивают и всю полезную флору организма!

Очень важно определить круг возможностей самолечения. Родители должны знать, когда следует показать своего ребенка врачу, а когда они вполне могут справиться с его недомоганием самостоятельно. Авторы подробно освещают эти вопросы, неоднократно напоминая, что во всех сомнительных случаях необходимо проконсультироваться с врачом, ибо, как и прежде, детский врач остается вашим главным советчиком. Огромное значение имеют доверительные отношения между родителями, ребенком и детским врачом, которого следует рассматривать как своего партнера. И, тем не менее, чтобы эффективно и самым щадящим способом пролечить ребенка, необходимо использовать все имеющиеся достижения как классической, так и естественной медицины.

Авторы книги ставят задачу научить родителей использовать простые, веками проверенные методы лечения, не прибегая без надобности к жаропонижающим средствам, антибиотикам, гормонам. Человечество использовало естественные методы оздоровления и лечения на про-

тяжении веков, и сегодня наступило время не только сохранить знания предков, но и широко внедрить в практику все самое полезное и действенное, что наработало человечество за тысячелетия. Вы можете быть уверены, что, применяя эти мягкие, щадящие способы самолечения, вы не ухудшите состояние ни печени, ни почек, ни других органов вашего ребенка.

Нелегко нынче ориентироваться в огромном потоке информации. Именно поэтому авторы решили сделать простое и понятное руководство по оказанию экстренной помощи при различных острых состояниях у детей еще на доврачебном этапе, не прибегая к сильнодействующим лекарствам. Это особенно важно, когда визит к врачу затруднителен или вообще невозможен в силу различных обстоятельств, а состояние ребенка требует неотложных мер.

Авторы стремятся предоставить родителям самые необходимые для оказания первой помощи ребенку данные, проверенные многолетней практикой, не описывая общеизвестные методики реанимации, имеющиеся во всех стандартных руководствах. Задача этой книги — помочь родителям разобраться в многообразии имеющихся сегодня естественных лекарственных средств, чтобы с помощью комплексной медицины — гомеопатии, антропософской медицины, натуропатии — избежать беспомощности во многих весьма простых случаях, когда можно эффективно и рационально помочь ребенку, не дожидаясь прихода врача.

Рано или поздно ребенок может заболеть, и обычно нет в этом никакой трагедии. Что касается классических детских болезней, таких как

корь, скарлатина, коклюш, ветряная оспа, паротит и другие, то они являются свидетельством нормального развития наших детей. Некоторые заболевания детей, как ни странно это звучит, следует рассматривать позитивно. Уже давно доказано, что они способствуют правильному развитию ребенка, тренируют его иммунную систему, что позволяет организму выстроить стабильную систему защитных сил, необходимую для здоровой и радостной жизни ребенка. С помощью природных лекарственных средств можно поддержать процесс выздоровления мягко и без побочных эффектов. Они проверены многолетней врачебной практикой и рекомендуются для домашнего лечения детских болезней.

Желание показать, что можно и нужно находить в процессе лечения «золотую середину» между силовым (аллопатическим) воздействием на организм и мягкими методами естественной природной медицины и заставило взяться авторов за этот труд.

Тема этой книги близка авторам не только профессионально. За их плечами опыт воспитания собственных детей и внуков. За этот период во многом изменились взгляды авторов на профилактику и лечение детских болезней. Вместе с миллионами родителей они прошли школу познания различных методов и направлений. Неудовлетворенность результатами классической терапии привела их к необходимости поиска новых путей.

Хотелось бы еще раз напомнить, что, применяя самолечение, надо всегда учитывать состояние ребенка. Если оно вызывает у родителей сильное беспокойство или они сомневаются в

эффективности проведенных мероприятий, то не следует откладывать визит к врачу!

Мы не стали приводить статистические данные о состоянии здоровья наших детей — они известны и часто приводятся в различных источниках. К сожалению, немало наших детей страдает хроническими заболеваниями, что не в последнюю очередь связано с несвоевременным оказанием как медицинской, так и доврачебной помощи, главная роль в которой отводится родителям. Авторы надеются, что представленный материал поможет вам в поиске ориентиров для принятия самостоятельного решения.

Мы желаем здоровья вам и вашим детям!