

УДК 008.616
ББК 53.4
Λ 55

Редакція прикладної літератури «KM Publishing»

Головний редактор В. В. Александров

Лібманн-Сміт Джоан, Еган Жаклін Нарді

Λ 55 **Знаки тіла в дітей : Порадник для батьків з питань здоров'я / Пер. з англ. — К. : KM Publishing, 2014. — 248 с. : іл.**

ISBN 978-617-538-329-2

Оскільки малюки не завжди можуть розповісти про негаразди, що відбуваються з їхнім тілом, знаки тіла стають надзвичайно цінним джерелом медичної інформації.

Так само як дорожні знаки повідомляють водієві важливу інформацію про дорогу попереду, ця книга пояснює батькам, як за допомогою зовнішніх ознак зрозуміти, що відбувається або може статися в організмі дитини, а отже, і запобігти багатьом проблемам. Уважні та турботливі дорослі не лише навчаться вчасно розпізнавати та інтерпретувати ознаки, що можуть виявитись небезпечними, а й позбудуться низки власних страхів та занепокоєння. Озброївшись цими цінними знаннями і маючи підтримку педіатрів, вони зможуть краще розуміти і оберігати свою малечу, дбати про її здоров'я.

Для люблячих і турботливих батьків.

**УДК 008.616
ББК 53.4**

All rights reserved. No part of this publication may be reproduced or stored in a retrieval system or transmitted in any form or by any means, whether electronic, mechanical, photocopying, recording or other kind, without the prior permission in writing of the owners.

Усі права застережено. Жодну частину цієї публікації не можна відтворювати, зберігати в системі пошуку інформації чи передавати в будь-якій формі будь-яким способом — електронним, механічним, ксерокопіюванням або іншим — без попереднього письмового дозволу власника.

ISBN 978-0-553-80507-9 (США)

© Joan Liebmann-Smith and Jacqueline Nardi Egan, 2010

ISBN 978-617-538-329-2

© ТОВ «Видавництво «Країна Мрій», 2014

ЗМІСТ

Передмова	7
Вступ	9
Розділ 1. ГОЛІВКА ДИТИНИ	17
Випнуте тім'ячко ■ Запале тім'ячко ■ Додаткове тім'ячко ■ Велике тім'ячко ■ Маленьке тім'ячко або його відсутність	
Форма і розмір черепа	22
Конусоподібна голова ■ Видовжена, вузька голова ■ Пласка голова ■ Деформована голова у старших дітей ■ Велика голова ■ Маленька голова	
Особливості поведінки, пов'язані з ростом голови і розвитком мозку	29
Удари головою	
Підсумки	31
Розділ 2. Волосся та шкіра голови дитини	33
Колір волосся	35
Безбарвне волосся ■ Біле пасмо у волоссі	
Текстура волосся	37
Скуйовжене волосся ■ Надміру ламке волосся ■ Волосся, що легко випадає	
Волосся, якого немає	42
Народжений лисим ■ Трикутна алопеція ■ Лисини в дітей ■ Повільне облісіння	
Проблеми зі шкірою голови	46
Відсутність частини шкіри на голові ■ М'яка гуля на шкірі голови ■ Білі лусочки на шкірі голови ■ Плямиста, луската шкіра голови	
Шкідливі звички, пов'язані із волоссям	50
Накручування волосся	
Підсумки	51
Розділ 3. Очі дитини	53
Значення кольору очей	54
Очі різного кольору ■ Занадто світлі чи рожеві очі ■ Червоні очі ■ Жовті очі ■ «Білі очі» на фотографіях ■ «Жовті очі» на фотографіях ■ Зіниці різного розміру ■ Зіниці неправильної форми ■ Подвійна зіниця	
Проблеми з повіками	63
Червоні повіки ■ Луски на повіках ■ Набряки чи гупі на повіках ■ Очі з опущеними повіками ■ Подвійний ряд вій	
Кола, мішки під очима та набряки	67
Дитячі синці ■ Мішки під очима у немовлят ■ Витрішкуваті очі	
Проблеми зі сльозами	69
Надмірна сльозливість ■ Відсутність сліз ■ Сльози щастя	
Незвичні рухи та розташування очей	72
Метушливі очі ■ Косоокість ■ Око, що косить назовні ■ Око, що косить угору ■ Очі янгола ■ Око, що косить униз	
Особливості поведінки, пов'язані з очима	79
Примружування ■ Часте моргання і підморгування ■ Відсутність зорового контакту	
Підсумки	82

Розділ 4. Вуха дитини

Форма вух

Вушний свищ ■ Вушна бородавка ■ Вушні гуглі ■ Зморшкувате вухо

Проблеми зі слухом

Слух у недоношених дітей ■ Народжений глухим ■ Вушні інфекції та втрата слуху

Вуха, слух та пов'язана з ними поведінка

Сторонні предмети у вухах ■ Глухота чи аутизм?

Підсумки

Розділ 5. Ніс дитини

Розширені ніздрі ■ Гладенька гуля на носі ■ Волохата гуля на носі ■ Носова складка ■ Нежить ■ Небезпечні застуди ■ Чхання на сонці

Дихання дитини

Маленькі хропунці ■ Паузи в диханні ■ Маленькі свистуни ■ Повільне чи швидке дихання

Поведінка дітей, пов'язана з носом

Засування предметів у ніс ■ Длубання в носі

Підсумки

Розділ 6. Рот дитини

Губи дитини

Сині губи ■ Пухирі в дітей

Язик дитини

Чорний язик ■ Борозенчастий язик ■ Язик у формі серця ■ Гладенький язик ■ Мігруючі плями на язиці (плями-мандрівники) ■ Тремтячий язик

Ясна дитини

Білий наліт у роті ■ Викривлені ясна ■ Дрібні цятки на яснах ■ Неприємне дихання

Зуби дитини

Крихітні зуби ■ Пізні зуби ■ Зміна кольору зубів ■ Зуби з блакитним відтінком

Звички та особливості поведінки, пов'язані з ротом

Надмірне позіхання ■ Надмірне слиновиділення ■ Сторонні предмети у роті ■ Нічні звуки

Голос дитини

Хрипкий голос ■ Заїкання під час розмови

Підсумки

Розділ 7. Тулуб і кінцівки дитини

Груди дитини

Збільшені грудні залози у немовлят-дівчат ■ Збільшені грудні залози у немовлят-хлопчиків ■ Одна збільшена грудна залоза ■ Третя грудна залоза

Соски новонароджених

Виділення з сосків ■ Третій сосок ■ Невидимі соски

Грудна клітка

Запала грудна клітка ■ Опукла грудна клітка

Пупок у немовлят

Випнутий пупок ■ Залишок пуповини

Кінцівки дитини

Гнучкі кінцівки ■ Зігнутий великий палець ■ О-подібні ноги ■ Х-подібні ноги ■ Клишоногість ■ Качина хода ■ Ходіння навшпильки ■ Плоскостопість

Інші проблеми, пов'язані з тулубом

Конвульсивне здригання ■ Туге сповивання

Підсумки

Розділ 8. Шкіра дитини	157
Родимі плями	158
Червона чи рожева родима пляма ■ Велика опукла родима пляма ■ Винна пляма ■ Синя родима пляма ■ Чорно-сині родимі плями	
Веснянки	163
Велика кількість веснянок ■ Великі веснянки ■ Веснянки на губах	
Пухирі та папули	167
Дитячі прищі ■ Дитяче акне ■ Дитячі пухирі ■ Імпетиго ■ Попрілість, що мігрує	
Дитячі гулі та пухлини	171
Волохаті бородавки ■ Складка на шиї ■ Помаранчева гуля на обличчі	
Дитячі ямочки	173
Ямка на носі ■ Ямка на спині	
Зміни кольору шкіри	175
Синя шкіра ■ Жовта чи оранжева шкіра ■ Мармурова шкіра ■ Світлі плями на шкірі	
Синці у дітей	179
Засоси в дітей ■ Схильність до утворення синців	
Інші шкірні проблеми	181
Перетяжки на ногах ■ Пітлива, солоня шкіра	
Підсумки	183
Розділ 9. Геніталії дитини	185
Хлопчик чи дівчинка?	
Вагінальні порушення	188
Набряк піхви ■ Зайва шкіра ■ Дитячі місячні ■ Неприємний запах з піхви	
Особливості пеніса	191
«Перлини» на пенісі ■ Вузька крайня плоть ■ Неприємний запах пе- ніса ■ Викривлений пеніс ■ Маленький пеніс ■ Маленька мошонка ■ Збільшена мошонка ■ Набрякла мошонка ■ Зміщений отвір уретри ■ Мимо цілі	
Поведінка, пов'язана зі статевими органами	200
Дотики до геніталій ■ Ігри з пенісом ■ «Схованка» у підгузку	
Підсумки	202
Розділ 10. Випорожнення дитини	203
Сеча дитини	203
Мала кількість сечі ■ Надмірне сечовиділення ■ Темно-жовта сеча ■ Оранжева сеча ■ Червонуваті чи рожеві цятки в сечі ■ Солодка сеча ■ Сеча з неприємним запахом	
Кал дитини	213
Зміни кольору	214
Жовтий кал ■ Оранжевий кал ■ Зелений кал ■ Блідий кал ■ Чорний кал ■ Червонуватий кал	
Інші проблеми із фекаліями	220
Водянисті випорожнення ■ Часті випорожнення ■ Нерегулярні випо- рожнення ■ Флотація фекалій ■ Надмірне газоутворення	
Підсумки	227
Додаток. Мультисистемні захворювання у дітей та їхні ознаки	229
Рак у дітей ■ Муковісцидоз ■ Ювенільний діабет 1 типу ■ Гіпотиреоз	
Подяки	233
Алфавітний покажчик	235

Моїй дочці Ребеці — виховуючи її, я відчула стільки насолоди! Моїй покійній матері, Дороті, яка завжди казала мені: «Ось побачиш, коли сама станеш матір'ю!» Я така рада, що дослухалась до її настанови.

Джоан Лібманн-Сміт

Моїй дочці Елізабет, чие народження змусило мене повірити в «любов з першого погляду» та в пам'ять про мою мати, Антуанетту Нарді, яка навчила мене, що бути матір'ю — це найбільша втіха.

Жаклін Нарді Еган

Ця книжка пропонує корисний та інформативний матеріал на задану тему. Вона жодним чином не може замінити консультації з лікарем чи іншим дипломованим медичним працівником особливо коли справа стосується будь-яких ознак чи симптомів, що можуть потребувати діагностики або лікування. Автори, видавець і група медичних експертів, що брали участь у написанні книжки «Знаки тіла в дітей», не несуть відповідальності за негативні наслідки, пов'язані з невірним трактуванням чи використанням змісту цієї книжки.

ПЕРЕДМОВА

Одна із головних загадок полягає в тому, що, будучи геть несхожими (коли йдеться про людських істот), ми маємо багато спільного. Наше життя починається однаково — з народження. Любов і взаємозалежність між батьками та дітьми універсальні, і те саме можна сказати про безліч складностей, із якими стикаються батьки та діти... Те, ким ви є насправді, диктує вам всі ваші вчинки та дії у житті.

Фред Роджерс, «The World According to Mister Rogers: Important Things to Remember»

Ці проникливі слова мудрості мій друг містер Роджерс присвятив «кожному, хто тебе любить». Фред добре розумів, наскільки важливою є роль, яку батьки, сім'я та сусіди відіграють у створенні здорової атмосфери для росту та розвитку дитини у період її становлення. Хоча в першу чергу Фред ставив у центр уваги емоційне здоров'я, він щиро цінував важливість психологічного самопочуття та міцного фізичного здоров'я. Любити дитину — значить турбуватись про неї, співчувати їй та вміти захищати її від неприємностей, запобігати хворобам, сприяти її емоційному, душевному та фізичному розвитку і благополуччю.

Період турботи про дитину та її виховання — це дивовижна пора. Кожен день є приводом для радості. Всі батьки хочуть для своєї дитини лише найкращого. Розуміючи і правильно інтерпретуючи певні ознаки і симптоми, що можуть з'явитись у вашій дитини, ви зможете забезпечити їй міцне здоров'я і блискуче майбутнє. Більшість з того, що ви помітили, може виявитися цілком нормальним, а може здатись і цікавим, особливо якщо ви стали батьками вперше. Однак деякі спостереження можуть

потребувати подальшого огляду і консультації з педіатром. Знаючи, на що слід звернути увагу, та діючи разом з лікарем, ви можете створити всі умови для того, щоб ваша дитина була здоровою.

Книга Джоан Лібманн-Сміт і Жаклін Нарді Еган «Знаки тіла в дітей» — це обширна збірка інформації про дитину — від кінчиків її пальців до маківки. Інформація викладена у доступній формі її доповнюють наукові дані і малюнки, ви також знайдете точний опис як поширених, так і нетипових ознак чи симптомів, які можна виявити у дитини. Автори детально пояснюють, що ці «знаки тіла дитини» можуть означати, одночасно закликаючи батьків відвідати педіатра, якщо занепокоєння не минає.

«Знаки тіла в дітей» — це вдале інформативне доповнення до бібліотеки молодих батьків. Ця книга написана у змістовному форматі «питання-відповідь», її призначення — допомогти батькам зрозуміти, які ознаки вимагають пильної уваги та що вони можуть означати. Всі застережні ознаки виділено окремо а розділ «Підсумки» узагальнює, які ознаки потребують негайної професійної допомоги педіатра, тому що «Знаки тіла в дітей» — це не керівництво із самодіагностики чи самолікування. Пам'ятайте: якщо виникають будь-які сумніви, завжди звертайтеся до педіатра!

Так само як дорожні знаки повідомляють водієві важливу інформацію про дорогу попереду, так і ця книга допоможе скерувати батьків до кращого розуміння того, що відбувається в організмі їхньої дитини, за допомогою зовнішніх ознак. Завдяки знання та за допомоги і підтримки педіатра батьківська любов допоможе дитині рости здоровою.

Бажаємо вам і вашим дітям здоров'я, щастя і яскравого майбутнього!

Вуді Кессел, доктор медицини
магістр охорони здоров'я

ВСТУП

Більшість новоспечених батьків, незважаючи на те, стали вони мамою та татом вперше чи ні, цілком природно бувають стурбованими, коли справа стосується здоров'я їхніх дітей. Немовлята мають вигляд крихітних, тендітних і безпомічних створінь. Якщо їм погано чи боляче, вони не можуть розповісти про те, що їх непокоїть, чи вказати, що і де в них болить. Вони повністю залежать від лікарів, батьків, дідусів та бабусь, няньок та інших доглядальників, що опікуються їхнім самопочуттям.

Усім батькам відомі класичні ознаки хворої дитини: жар, діарея, блювота, ускладнене дихання, млявість тощо. Але не в усіх дітей проблеми зі здоров'ям пов'язані з такими очевидними ознаками. Дитина, що відчуває дискомфорт чи біль, радше буде плакати, гримасувати, набридати, капризувати чи відмовлятися від їжі. Звичайно, така поведінка може вказувати на те, що дитина переболіла, обмочилась чи змерзла. Ба більше, багато захворювань, від помірних до серйозних, взагалі не викликають ані болю, ані дискомфорту. Малюк може посміхатись, сміятись, белькотати, лопотіти, гратись і просто світитися від радості, тоді як насправді потребуватиме медичної допомоги.

Багато захворювань можуть проявлятися зовсім малопомітними ознаками, які часто залишаються поза увагою. Деякі з них можуть бути передвісниками тяжких захворювань. Наприклад, темні цятки на губах можуть бути цілком безпечними, а можуть свідчити про *синдром Пейтца-Еггера* — рідкісного, потенційно небезпечного генетичного захворювання (див. розділ 8). Білий чубчик може означати, що дитина надто багато часу провела на сонці без капелюшка, а може свідчити про інше рідкісне, серйозне

захворювання під назвою *синдром Ваарденбурга* (див. розділ 2). З іншого боку, ознаки, що є на перший погляд жахливими, можуть бути цілком безпечними й не вартими хвилювання. Наприклад батьки часто панікують, якщо у дитини жовті випорожнення, гадаючи, що це ознака жовтяниці. Але жовтуваті випорожнення мають усі здорові малюки; ознакою жовтяниці стане, скоріше, блідий кал (див. розділ 10).

Педіатри та інші медичні працівники, що добре знаються на розпізнаванні мало- та досить помітних ознак хвороб, під час обстеження малюка оглядають його голову, обличчя, очі, вуха, ніс, рот, тулуб та шкіру і навіть зазирають у його підгузок. Лікар обов'язково також поцікавиться у батьків, як часто їхня дитина випорожнюється.

Та навіть найретельніше обстеження не триває довше години. Батьки, бабусі та дідусі, тітки і дядьки, няні та інші доглядальники проводять із дітьми набагато більше часу, ніж лікарі. Тому вони часто першими помічають, якщо з дитиною щось негаразд — незрозумілий набряк на оці чи вусі, підвищене слиновиділення, тонке волосся або якісь інші незвичні чи непоказні ознаки. Уважні та турботливі дорослі мають навчитися розпізнавати та інтерпретувати ознаки, що можуть виявитись небезпечними, і тоді батьківські страхи чи занепокоєння перетворяться на силу. Саме для цього і було написано книжку «Знаки тіла в дітей».

У ЧОМУ РІЗНИЦЯ МІЖ ОЗНАКАМИ І СИМПТОМАМИ?

Люди часто плутають терміни *ознаки* і *симптоми*. Однак, говорячи медичною мовою, *ознака* — це об'єктивне свідчення хвороби чи недуги. Вона є помітною та очевидною для інших, але не обов'язково на неї зверне увагу сам її власник. Наприклад, лікарі, батьки чи будь-хто інший відразу помітять випнутий пупок, що може бути ознакою грижі (див. розділ 7). З іншого боку, *симптом* — суб'єктивний і може бути описаний лише людиною в якій він виник. Старші діти можуть розповісти іншим про свої симптоми — біль у животі чи нечіткий зір, на відміну від немовлят.

ЯК ВИЯВИТИ ЗНАКИ ТІЛА В ДІТЕЙ?

Батьки та інші доглядальники можуть вдатися до всіх п'яти чуттів, аби виявити в дитини знаки тіла, які можуть підказати, що з її здоров'ям щось не так.

Ця книжка допоможе вам навчитись:

- *Шукати* підказки на/в очах, вухах, носі, роті, шкірі, голові, тулубі, геніталіях та випорожненнях малюка.
- *Прислухатись* до плачу дитини, бурчання у животі, до дихання.
- *Торкатись* дитини, щоб перевірити, чи не спітніла вона, як б'ється її серце, чи змінюється вага.
- *«Винюхувати»* проблеми, принюхуючись до запаху дихання та випорожнень дитини.
- І навіть *«спробувати на смак»* дитячу шкіру, що може розповісти про деякі порушення.

ПРО ЩО ЙДЕТЬСЯ У КНИЗІ

Книжка «Знаки тіла в дітей» досліджує ознаки захворювань в дітей від народження до приблизно трьохрічного віку — період, коли вони ще не вміють говорити і виявляти свої відчуття вербально. Книга складається із десяти розділів, а саме:

- Голова та шия.
- Волосся і шкіра голови.
- Очі.
- Вуха.
- Ніс.
- Рот, язик і зуби.
- Тулуб і кінцівки.
- Шкіра.
- Геніталії.
- Випорожнення.