

## Консультация для родителей

### **Лекарственные растения. Правила лечения - это полезно знать...**

Осложнений у детей после приема различных медикаментозных средств боятся все родители, тем более, для этого есть серьезные основания. Поэтому врачи сегодня изучают и используют в практике лечения детей лекарства растительного происхождения. По данным отечественных и зарубежных медиков, при фитотерапии частота осложнений не превышает 1%, в то время как при медикаментозном лечении осложнения возникают у каждого третьего-четвертого ребенка. Лекарственные травы помогают быстро и надежно избавиться от многих недугов.

Но не занимайтесь самолечением, а обязательно посоветуйтесь с врачом. Это особенно важно, если у ребенка есть предрасположенность к аллергии.

- Детям с гастритом и пониженной кислотностью в период, предшествующий сезонным ухудшениям, следует пить сборы подорожника, ромашки, мяты и Melissa.
- Если ваш ребенок реагирует на изменение погоды обильным газообразованием, то при первых признаках непогоды дайте ему чай из фенхеля, ромашки и укропа.
- При повышенной нервной возбудимости перед приходом гостей или другим «стрессовым» событием для профилактики следует дать ребенку настой корня валерьянки, пустырника, шишек хмеля и синюхи голубой.
- Ребенку, склонному к эмоциональным реакциям, летом рекомендуется спать на подушке, набитой молодыми шишками хмеля.
- Если ребенок к вечеру перевозбужден, то дайте ему понюхать настой корня валерьяны — по три-четыре вдоха каждой ноздрей попеременно.
- Детям, которые реагируют на первые ягоды поносом и тошнотой, стоит заварить мяту перечную в пропорциях 2 чайных ложки на стакан воды. Пить настой нужно небольшими глотками в течение дня.
- При расстройстве кишечника помогает фитосбор из зверобоя и тысячелистника.
- Боль от укуса комара, овода или пчелы проходит, если потереть укушенное место размятым перышком зеленого лука.
- С проявлениями кожной аллергии помогают справиться брусника обыкновенная, горец птичий, зверобой, калина, шиповник и другие.

Если вы решили использовать лекарственные травы для лечения своего малыша, необходимо соблюдать следующие правила:

- Проконсультируйтесь у врача-фитотерапевта или врача общего профиля, который знает состояние здоровья ребенка.

- Лекарственные растения каждому малышу назначаются строго индивидуально в соответствии с диагнозом, с учетом сопутствующих заболеваний и точным знанием действия фито-препаратов.

- Для детей от младенчества до трех лет используются сборы из одного, двух, максимум трех растений. Детям постарше можно принимать сборы более сложного состава.

- Детям противопоказаны сильнодействующие и ядовитые лекарственные растения: эфедра, безвременник, белена, дурман, плоды мордовника, багульник, чистотел, барбарис, чилибуха и некоторые другие.

- Помните, что передозировки лекарственных растений небезопасны. Приобретая травы в аптеке, на упаковке вы видите дозы, рекомендованные для взрослых.

Для детей действуют другие нормы - для расчета можно использовать такой способ: доза для взрослого принимается за единицу, а ребенок должен получать часть дозы.

