

**Рекомендации для родителей (законных представителей),
воспитывающих детей с ментальными нарушениями
«Методики формирования у детей с ментальными нарушениями
осознанной необходимости приема лекарственных препаратов,
рекомендованных лечащим врачом, оказывающим
специализированную психиатрическую помощь для коррекции
психических и поведенческих нарушений, под контролем законных
представителей в условиях амбулаторного лечения на дому»**

Уважаемые родители! Многие дети не могут принимать лекарства по разным причинам: им может не нравиться вкус жидкости, или они не могут проглотить таблетку, или они боятся глотать лекарство. Родителям детей с ментальными нарушениями особо сложно добиться того, чтобы их дети принимали необходимые для здоровья препараты.

Отказ от приема лекарств встречается часто и по многим другим причинам, но если ваш ребенок постоянно отказывается от приема препаратов, то важно определить почему это происходит. Не нужно ни в чем обвинять ребенка, важно работать вместе с ним, чтобы преодолеть то, что вызывает у него беспокойство.

Тревожные расстройства могут влиять на прием препаратов, и они могут быть причиной, почему ребенок отказывается принимать препарат.

Также, прием препаратов может быть просто чем-то новым и непривычным, нарушающим общий порядок дня. Любое непривычное событие может быть стрессом для ребенка с ментальными нарушениями.

Повышенная чувствительность к вкусу и текстуре препарата.

Трудности проглатывания. Проглатывание таблетки – это сложный процесс, требующий скоординированных движений языка, челюсти и пищевода. Во время проглатывания язык и челюсть проталкивают таблетку к глотке, чтобы активировать глотательный рефлекс. Если рефлекс не активируется, ребенок может закашляться, подавиться, выплюнуть, или же таблетка может застрять в горле.

Специфические страхи. У ребенка с ментальными нарушениями может развиваться страх побочных эффектов лекарств, или ассоциация самого приема препарата с чем-то нежелательного может приводить к страху.

Формирование у детей с ментальными нарушениями осознанной необходимости приема лекарственных препаратов требует комплексного сопровождения, включая психологическую поддержку, методы и взаимодействие со специалистами медицинских организаций.

Для разработки индивидуальной методики формирования у детей с ментальными нарушениями осознанной необходимости приема лекарственных препаратов рекомендуется обратиться к специалисту.

Предлагаем некоторые методики, которые могут помочь в этом процессе.

1. Привлечение к стимулу. Этот метод предполагает постепенное знакомство ребенка с объектом, вызывающим страх или тревогу (например,

шприцем или таблеткой). Метод означает, что «страшный» для ребенка стимул предъявляется в безопасной ситуации постепенно все больше и больше приближаясь к ситуации приема препарата пока ребенок не привыкнет к нему.

2. Положительное поощрение. Позитивный настрой взрослых во время обучения помогает ребенку принимать препарат без страха и сопротивления, но также важно позитивное поощрение. Используйте награды или поощрения на каждом успешном этапе процесса приема лекарств. Это может быть конфета, небольшая игрушка или доступ к любимой игре. Позитивное поддержание мотивирует ребенка к продолжению соблюдения режима приема препаратов.

3. Моделирование. Моделирование означает, что вы показываете ребенку шаги, которые вы хотите, чтобы он выполнил. Покажите ребенку, как правильно принимать лекарства, используя плацебо или таблетки-имитаторы. Это помогает ему понять, что действия безопасны и просты. Когда ребенок видит, что мама или папа выполнили действия по проглатыванию таблетки или приему жидкого лекарства из шприца, то это уменьшает его тревожность в отношении того, чтобы сделать это самому.

4. Использование визуальных пособий. Использование визуальных пособий может быть эффективным способом помочь ребенку с ментальными нарушениями понять и выполнять рекомендации по приему лекарств. Визуальные пособия могут включать картинки, символы, диаграммы и другие визуальные элементы, которые помогают ребенку понимать и понимать последовательность действий.

5. Установление распорядка. Установление распорядка дня для ребенка может быть эффективным способом помочь ему лучше адаптироваться к приему лекарств. Составьте ежедневный распорядок, в котором принимайте лекарства. Это поможет ребенку привыкнуть к регулярности и понимать, что прием лекарств является частью ежедневной рутины.

6. Вовлечение в выбор. Предложите ребенку выбор, например, какой напиток он хочет использовать для запивания таблеток или какую чашку он хочет использовать. Вовлекая ребенка в выбор, вы можете сделать процесс приема лекарств более комфортным и мотивирующим для него. Это помогает вернуть чувство ответственности и контролировать ситуацию.

7. Обсуждение процесса. Обсуждение процесса приема лекарства с ребенком является важным аспектом его реализации в этом процессе. Это помогает ребенку лучше понять необходимость приема лекарств и снизить тревогу, связанную с этим. Ведите открытые разговоры с ребенком о его чувствах и международных отношениях с приемом правил. Обсуждая процесс приема лекарств с ребенком, вы можете помочь ему лучше понять и выполнять рекомендации по приему препаратов, а также улучшить его отношение к этому процессу.

8. Развитие функций самоконтроля. Развитие функций самоконтроля у детей является важным аспектом их эмоционального и волевого развития.

Самоконтроль помогает ребенку управлять своими эмоциями, поведением и действиями, что особенно важно для детей с ментальными нарушениями, которые часто испытывают трудности с регуляцией своих процессов. Обучайте ребенка методам саморегуляции, таким как глубокое дыхание или расслабление, чтобы помочь ему остаться с тревогой, связанной с приемом лекарства.

9. Эмоциональная поддержка. Эмоциональная поддержка является важным аспектом помощи ребенку в процессе приема лекарств. Она помогает снизить тревогу и сделать процесс более комфортным. Обратите внимание на эмоциональное состояние ребенка и используйте успокаивающие методы, чтобы снизить его защиту. Держите спокойствие во время приема лекарств, даже если ребенок сопротивляется, говорите с ребенком мягким и успокаивающим тоном. Это помогает ему чувствовать себя более безопасно и понятно. Используйте физический контакт, например обнимание или похлопывание по плечу, чтобы успокоить ребенка и показать ему поддержку. Дайте ребенку понять, что вы знаете, какие лекарства ему неприятны и противно пить, но это необходимо для его здоровья. Скажите, что вы его любите и заботитесь о нем. Эмоциональная поддержка помогает ребенку чувствовать себя более комфортно и уверенно во время приема лекарства, что в конечном итоге меняет его отношение к этому процессу.

10. Сотрудничество с медицинскими специалистами. Сотрудничество с медицинскими специалистами является важным аспектом помощи детям в процессе приема лекарств. Это сотрудничество включает в себя работу с врачами, психологами и другими специалистами по обеспечению комплексной поддержки ребенка. Регулярно консультируйтесь с врачами и психологами, чтобы получить советы по адаптации ребенка к приему лекарств и решению возможных проблем.

11. Психологическая поддержка. Работайте с психологом, чтобы разработать стратегию улучшения поведения и снижения уровня шума, связанную с приемом лекарства. Психологическая поддержка является важным аспектом помощи детям с ментальными нарушениями и их семьям. Она включает в себя различные формы поддержки, которые помогают улучшить эмоциональное состояние, социализацию и поведение детей, а также обучает родителей необходимым навыкам и знаниям для эффективного взаимодействия с их детьми.

Помочь ребенку с ментальными нарушениями лучше адаптироваться к приему лекарства можно с помощью различных изменений в образе жизни, которые способствуют снижению стресса и улучшению понимания последовательности действий.

Ниже приведены некоторые из этих изменений:

1. Снижение сенсорной перегрузки. Снижение сенсорной перегрузки является важным аспектом оказания помощи детям с ментальными нарушениями, особенно в определенных сферах с приемом лекарств. Сенсорная перегрузка может возникнуть из-за усиленной стимуляции

сенсорных систем организма, что может привести к тревоге, раздражительности и другим негативным реакциям. Обеспечьте, чтобы прием лекарств проходил в комфортной и спокойной обстановке, избегая сенсорных раздражителей, которые могут вызвать тревогу у ребенка. Следуйте четкому ежедневному расписанию, чтобы ребенок знал, чего ожидать. Надевайте одежду, которая не вызывает дискомфорта или раздражения. Если сенсорная перегрузка уже произошла, зайдите в тихое безопасное место, где ребенок может отдохнуть и восстановиться. Используя эти стратегии, вы сможете снизить сенсорную перегрузку и сделать процесс приема лекарств более комфортным для ребенка.

2. *Повышение физической активности.* Регулярные занятия физической культурой могут помочь снизить стресс и улучшить общее самочувствие ребенка, что делает процесс приема более комфортным. Начните с простых упражнений, таких как ходьба, бег или прыжки на месте. Это помогает развивать фундаментальные навыки моторики и улучшать физическую форму. Используйте музыку для создания веселой атмосферы во время тренировок. Это может включать танцы или простые движения под музыку. Повышение физической активности может быть ключевым для детей с ментальными нарушениями, поскольку она улучшает не только физическое здоровье, но и социальные навыки, коммуникацию и общее самочувствие.

3. *Вовлечение в домашние дела.* Вовлекая детей в домашние дела, вы можете помочь им сформировать важные жизненные навыки, повысить самооценку и вызвать чувство ответственности. Это также может улучшить их способность справляться с повседневными задачами и повысить независимость.

Эти изменения в образе жизни могут помочь ребенку с ментальными нарушениями лучше адаптироваться к приему лекарств и улучшить его общее самочувствие.

Данные методики (рекомендации) помогают родителям создать благоприятные условия для формирования у детей с ментальными нарушениями осознанной необходимости приема лекарственных препаратов.