

## КТО ВАМ ПОМОЖЕТ?

Если вы переживаете за своего ребёнка или у вас есть вопросы, тогда обратитесь

- к своему педиатру
- к своей акушерке
- в консультацию для матерей
- в семейную группу поблизости.

Мы к вашим услугам в Гамбурге, проконсультируем вас и поможем вам.

### Центр Schreibabyberatung

Телефон: 040-43 17 94 82 14

Эл. почта: kontakt@schreibabyberatung-hamburg.de

www.schreibabyberatung-hamburg.de

### Консультация Von Anfang an

Телефон: 040-27 88 08 86

Эл. почта: info@vonanfang.de

www.vonanfang.de

### Экстренная служба помощи детям и подросткам

Телефон: 040-42 84 90

Звоните круглосуточно!

Дополнительную информацию см. на сайтах:

[www.hamburg.de/familienteams](http://www.hamburg.de/familienteams)

[www.hamburg.de/familienwegweiser](http://www.hamburg.de/familienwegweiser)

[www.elternsein.info](http://www.elternsein.info)



## НИКОГДА НЕ ТРЯСИТЕ РЕБЁНКА! ЭТО ОЧЕНЬ ОПАСНО.

Постоянный крик — порой это невыносимо.

Однако не забывайте: ваш ребёнок ещё не может держать головку сам.

При тряске его голова болтается взад-вперед.



Тряской вы можете причинить своему ребёнку тяжёлую травму.

Ребёнок может стать инвалидом или даже умереть.

Об этом должны знать все, кто смотрит за ребёнком.

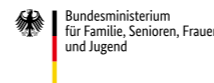
Если все же произошёл несчастный случай, надо срочно обратиться за помощью в ближайшую больницу.

## ОТВЕТСТВЕННЫЕ ЗА ТЕКСТ

Sozialbehörde • HAG • TK • Berufsverband der Kinder- und Jugendärzte e.V.-LV Hamburg • Institut für Rechtsmedizin-Universitätsklinikum Hamburg-Eppendorf (UKE)



Gefördert von:



## ИЗДАТЕЛЬ

Freie und Hansestadt Hamburg  
Behörde für Arbeit, Gesundheit,  
Soziales, Familie und Integration  
(Sozialbehörde)

Referat für Presse- und  
Öffentlichkeitsarbeit

Hamburger Straße 47

22083 Hamburg

Телефон: 040-428 63 77 78

Приобретение: publikationen@soziales.hamburg.de

Hamburgische Arbeitsgemeinschaft  
für Gesundheitsförderung e.V. (HAG)

www.hag-gesundheit.de

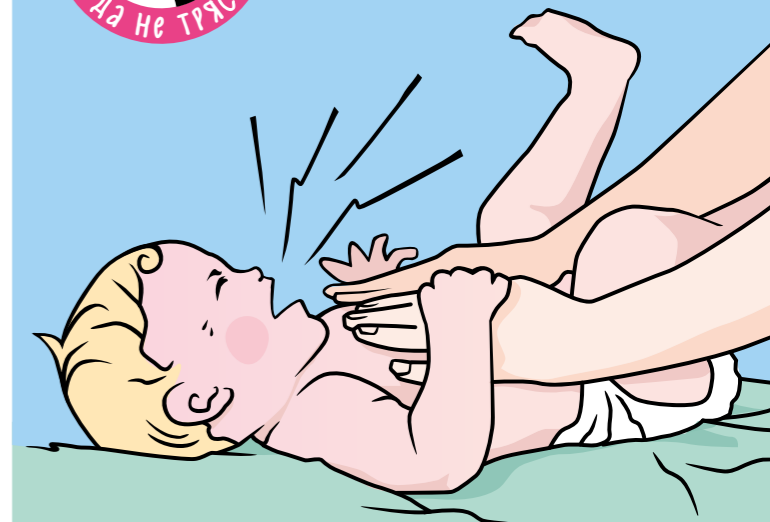
Techniker Krankenkasse (TK)

Landesvertretung Hamburg

Steinstraße 27, 20095 Hamburg



www.hamburg.de/  
schreibabys



**ПОМОГИТЕ!**

**МОЙ РЕБЁНОК**

**ОЧЕНЬ ЧАСТО КРИЧИТ**

**Советы для родителей**

[www.hamburg.de/schreibabys](http://www.hamburg.de/schreibabys)

## ДОРОГИЕ РОДИТЕЛИ,

дети — это прекрасно,  
но порой и тяжело.

Например, если ребёнок часто  
плачет.

Из настоящего буклета вы узнаете:  
что означает крик ребёнка?  
Почему тряска ребёнка опасно?  
Что вы можете предпринять?  
Где вам помогут?

## ПОЧЕМУ МЛАДЕНЦЫ КРИЧАТ?

Есть много причин.

Не забывайте: ваш ребёнок не умеет  
говорить.

Если ребёнок в чем-то нуждается, он  
кричит.

Вы знаете своего ребёнка.

Вы замечаете, если он изменился.

Ваш ребёнок никогда не кричит на  
вас.

Он никогда не злится на вас.

## ЧТО МОЖЕТ ПОМОЧЬ ВАШЕМУ РЕБЁНКУ

Дышите глубоко.  
Постарайтесь успокоиться.  
Постарайтесь спокойно выяснить, что  
нужно ребёнку:



Нежно помассируй мой  
животик и спинку.  
Тёплая ванна тоже может  
успокоить меня.



У меня мокрая попка!  
Загляни в мой подгузник.

Мне нравится сосать, например  
свои пальчики, это меня  
тоже успокаивает.

Качаться у тебя на  
руках прекрасно!  
Мне также нравится, когда  
ты прохаживаешься  
туда-сюда со мной на руках.



## ЕСЛИ ВЫ ЗАМЕТИЛИ, ЧТО БОЛЬШЕ НЕ МОЖЕТЕ ВЫНОСИТЬ КРИК

Здесь важно защитить себя и  
своего ребёнка.  
Положите ребёнка в кроватку на  
спину.  
Уйдите в другую комнату.  
Возможно, малыш все ещё кричит.  
Это нестрашно.  
Постарайтесь успокоиться.

## СДЕЛАЙТЕ ПЕРЕРЫВ

У вас есть люди, которым вы  
доверяете?  
Например, друзья, родственники  
или соседи?  
Обратитесь к кому-то из них.  
Может быть, он сможет недолго  
присмотреть за ребёнком?  
А вы отдохнёте.

## ЕСЛИ РЕБЁНОК НЕ ПЕРЕСТАЁТ КРИЧАТЬ

Вы всё испробовали.  
Ребёнок всё равно кричит.  
Может, вы устали  
и теряете терпение.  
Крик нервирует вас?  
Вы в отчаянии или гневе?  
Тогда вам и вашему ребёнку срочно  
нужна помощь!