

Здоровья вам и вашим детям!

МАМА

и МАЛЫШ

№6(55) июль 2013 г.

Николаевский местный благотворительный фонд «Юнитус»



В НОМЕРЕ:



10 лет назад слова ВИЧ, СПИД для меня были такие далекие, как Луна на небе. То есть, СПИД есть, он где-то там, очень далеко и, вообще, им болеют только бомжи и опустившиеся люди. Когда моя подруга пошла сдавать анализ на ВИЧ, лет 10 назад, мне так смешно стало... «Зачем это нужно», – подумала я тогда... И вот я случайно узнаю, что у меня ВИЧ.

Читайте на 2-й стр.



О чем может рассказать детский рисунок?

Читайте на 3-й стр.



Зная примерное влияние месяцев и времен года на формирование характера человека, родители могут подарить ребенку соответствующее имя. Оно может отражать характер месяца: придавать активности или, наоборот, «успокаивать».

Читайте на 4-й стр.

«АКРОБАТ» В ЖИВОТИКЕ

После УЗИ или планового осмотра у врача выяснилось, что ребенок расположился в животе неправильно. Есть ли повод для беспокойства?

Доктор, это нормально?

Врач может сказать, что у ребенка «неправильное положение» или «неправильное предлежание». В чем разница? «Положение» – это размещение плода относительно длинной оси матки: вдоль, поперек, наискосок. «Предлежание» указывает на ту часть тельца малыша, которая находится ближе всего к «выходу». Идеальное положение ребенка в матке – продольное с затылочным предлежанием, то есть головкой вниз, с подбородочком, плотно прижатым к груди. Эта физиологичная, продуманная природой поза, когда минимален риск травмы малыша и мамы во время родов. И встречается она чаще всего. Неправильное положение или предлежание плода наблюдается примерно в 3,5-6% случаев. Самый распространенный из «нестан-

дартных» вариантов – тазовое предлежание, ножное или ягодичное. Бывает лицевое предлежание: головка малыша запрокинута назад, и первым появляется не затылок, а личико. Самый сложный с точки зрения акушеров случай – поперечное или косое положение плода в матке. Некоторые женщины, у которых при первой беременности малыш «сидел на попе» или «лежал поперек», опасаются: вдруг в следующий раз будет то же самое? Но важно понимать, что неправильное расположение ребенка – особенность протекания конкретной беременности, никак не связанная с последующими.

Почему я?

Этот вопрос волнует каждую маму, малыш которой устроился в животе «не так, как нужно». Существует несколько возможных причин. Патологический гипертонус нижнего сегмента матки и снижение тонуса ее верхних отделов. Головка плода отталкивается от входа в таз и занимает положение в верхней части матки. Такое бы-

вает после воспалительных процессов, неоднократных выскабливаний, многократных беременностей, осложненных родов, при рубце на матке после кесарева сечения. Особенности поведения и развития плода, например, повышенная подвижность из-за многоводия, маленький размер головы, недоношенность. Особенности строения, аномалии матки и таза: двурогая, седловидная матка, наличие перегородок или миом в матке, анатомическое сужение или аномальная форма таза. Ограничение подвижности плода: обвитие пуповиной, маловодие и т.п. Обычно, положение малыша в матке фиксируется к 32-34-й неделе беременности. Все эти причины лишь увеличивают риск того, что к этому сроку ребенок останется в неправильном положении, но их нельзя считать «окончательным приговором».

В ожидании часа «X»

На обычном плановом осмотре врач и без применения техники способен примерно определить положение малыша в живо-

тике: головка внизу или попу. Уточняется диагноз с помощью ультразвукового исследования, простой и трехмерной эхографии. Раннее диагностирование вида неправильного предлежания позволит выработать корректирующую программу или подготовиться к естественным родам с неправильным положением или кесареву сечению по показаниям, что убережет от многих травм и осложнений.

До 32-34-й недели малыш может находиться в любом положении. У него достаточно пространства для судьбоносного акробатического переворота и подготовки к рождению. Иногда, заставив мамочку и врачей поволноваться, кроха переворачивается перед самым началом схваток, а порой даже с их наступлением.

План «переворот»

Если срок родов приближается, а малыш все еще в неправильном положении,

Окончание на 2-й стр.



Жить — значит верить!

Меня зовут Наталья, мне 29 лет. Недавно я узнала, что у меня ВИЧ, предположительно 5-6 лет.

Я собиралась стать мамой, сдавала плановые анализы и вот... Уже три года мы жили с моим любимым человеком, хотели пожениться и завести ребенка. Я просто пошла провериться. У меня взяла кровь, медсестра что-то там под нос сказала, что на гепатит, ВИЧ, сифилис... Ну, берите, думаю, у меня даже мысли не было, будто что-то не так. Тем более, я вообще никогда ничем не болею, даже гриппом. Накануне, по телефону, я сказала своей тетке, что я такая здоровая, ни разу за 5 лет на больничном не была, все время на работе.

Сглазила видно, ровно через две недели я узнаю, что я ВИЧ-положительная. Господи, я все это вспоминаю и мне самой так страшно становится... Как я все это пережила и что со мной было, даже не хочу вспоминать... Как я бежала зимой без куртки по улице и плакала бесконечно, плакала. Куда идти? Снег, ветер, машины, люди... Мне хотелось умереть, но я не знала как.

Все в голове перемешалось. Почему, зачем, за что? Что мне делать, куда идти? Кому сказать и как сказать? Человек, с которым мы встречались 6 лет назад, ведь он колосился, я замечала что-то не то, но не придавала значения. Я НЕ ЗНАЛА, ЧТО ЧЕЛОВЕК С ВИЧ МОЖЕТ ВЫГЛЯДЕТЬ АБСОЛЮТНО ЗДОРОВЫМ ДОЛГИЕ ГОДЫ!!!

Да и кто мне мог это сказать, в школе нам ничего не рассказывали. Ну, слышала я про этот СПИД но не знала, что вот он, рядом!!! Я знаю, что сама виновата, что нужно было пользоваться презервативами. Но, как сейчас помню, что он отказывался, а я верила: ничего у него не может быть. Мы ведь всегда вместе... Самой надо думать!

В заключение хочу сказать, что мой молодой человек проверился, у него ничего не обнаружили, а мы три года не предохранялись, потому что не знали... И он не оставил меня. Он так за меня переживал, ведь видел, что со мной творилось. Мы живем вместе. Я все равно рожу, верю, что рожу здорового ребенка и буду жить назло своей болезни. Я много работаю, учусь, я нормальный полноценный человек и ничем не отличаюсь от других. Я люблю жизнь и хочу жить!

Всем-всем желаю: не отчаивайтесь, если у вас такая проблема, САМОЕ УЖАСНОЕ — ЭТО ОТЧАЯНИЕ. После получения диагноза я стала сильнее духом и не собираюсь поддаваться болезни, ведь самовнушение сильная вещь! А панацею от ВИЧ все равно изобретут, я верю и знаю. Всем здоровья, сил и терпения!

Алена К.

Национальная линия телефона доверия по проблеме ВИЧ/СПИД:

0-800-500-451

ON-LINE консультации Национальной линии телефона доверия по проблеме ВИЧ/СПИД:
ICQ 271-324-528
<http://helpme.com.ua>



«АКРОБАТ» В ЖИВОТИКЕ

Начало на 1-й стр.

не стоит паниковать. Паниковать вообще никогда не стоит, а беременным тем более. Есть план действий!

Шаг 1. Корректирующая гимнастика...

...поможет «уговорить» малыша занять правильную позицию перед родами. Ее проводят после 24 недель или в определенные сроки третьего триместра. Общие противопоказания к любому комплексу упражнений: угроза прерывания беременности, предлежание плаценты. Но бывают и другие особенности беременности, при которых занятия гимнастикой может быть опасно. Прежде, чем выполнять любые (!) упражнения, обязательно проконсультируйтесь с врачом!

При тазовом предлежании

Лягте на бок, но не на мягкую поверхность. Полежите 10 минут на одном боку, повернитесь на другой, полежите еще 10 минут. Поворачивайтесь с боку на бок 3-4 раза. Такие несложные упражнения следует выполнять 2-3 раза в течение дня. Лягте на спину, приподняв таз. Для этого положите подушки под ноги и поясницу. Ноги должны быть на 20-30 см выше головы. В таком положении можно проводить 10-15 минут 2-3 раза в день. Примите коленно-локтевую позу. Поймите так 15-20 минут. Повторяйте 2-3 раза в день.

Что происходит? При выполнении подобных упражнений стимулируется двигательная активность плода, и он получает больше возможности для поворота.

При поперечном (косом) положении

Лечь на бок в соответствии с положением плода: головка слева — на правый бок, справа — на левый. Ноги согнуты в коленных и тазобедренных суставах. Лежать 5 минут.

Глубокий вдох, поворот на противоположный бок. Лежать 5 минут.

Выпрямить ногу (при 1-й позиции — правую, при 2-й позиции — левую), другая нога остается согнутой.

Охватить руками колени, отвести его в сторону, противоположную позиции плода. Туловище наклонить вперед. Согнутой ногой описать полукруг, касаясь передней брюшной стенки, сделать глубокий, удлиненный выдох и, расслабляясь, выпрямить и опустить ногу.

Что происходит? Легкое механическое «подталкивание» малыша мышцами в правильное положение.

Шаг 2. Дополнительные действия

При поперечном положении рекомендуется спать на том боку, где расположена головка плода.

При тазовом предлежании поворот малыша головкой вниз стимулирует плавание (после консультации врача!).

Шаг 3. Визит к остеопату

После 35-й недели врач в условиях стационара может провести поворот плода (при поперечном и косом, реже — при тазовом предлежании). В течение всей «операции» ведется контроль состояния матери и ребенка. Процедура имеет противопоказания к проведению и

большой риск появления осложнений и травм, поэтому проводится в крайних случаях.

Шаг 4. Закрепление результата

Как только старания увенчались успехом и маленький «забастовщик» решил принять правильное положение, важно помочь ему «закрепиться». Для этого приобретите дородовый бандаж, носите его в течение дня и делайте специальное упражнение (консультация врача!). Сядьте на пол, разведите колени в стороны и как можно ближе прижмите их к полу. Прижмите друг к другу ступни. Оставайтесь в такой позе 10-15 минут. Выполнять можно несколько раз в день. Что происходит: растяжение связок и мышц таза, что способствует вставлению головки в таз.

Правда и мифы

Неправильное положение плода — это 100% показание родоразрешения через кесарево сечение. Нет! Сделать кесарево сечение рекомендуется в 60-70% случаев неправильного положения плода в матке. Но, чаще всего, показанием к нему становится не только нестандартное расположение, но и ряд сопутствующих причин. Естественные роды при тазовом предлежании относятся к разряду патологических: существенно осложняется их течение и исход, что заставляет решать вопрос в пользу кесарева сечения. А при поперечном или косом положении, лицезрением оперативное вмешательство абсолютно необходимо.

Естественные роды при тазовом предлежании наиболее опасны для мальчиков. Да! При рождении мальчика из такого положения есть опасность травмирования мошонки, особенно, если высоко подняты ягодицы и ножки. Это может привести к бесплодию и другим проблемам в будущем. Еще одна опасность состоит в непосредственном термическом и болевом раздражении мошонки малыша при влагалищном осмотре мамы, продвижении по родовому каналу, что провоцирует преждевременное дыхание малыша. Поэтому показано кесарево сечение.

Рожает?

Тактику выбирает врач. Даже если у вас была мечта родить «естественным путем любой ценой», а вынесен вердикт «кесарево сечение», не стоит расстраиваться. Главное, чтобы на свет появился здоровый малыш. А каким способом? Тем, который безопасен для обоих.

Андрей Котуков,
главный врач Центра традиционного акушерства и семейной медицины

(Статья предоставлена журналом «Хочу ребенка»)

КРАСНЫЕ ЩЕЧКИ

Диатез — очень распространенное заболевание у детей, преимущественно, младшей возрастной группы. Характеризуется высыпаниями на коже, зудом и даже мокнущими коростами. Причем, у одних детей в более выраженной форме, у других — слегка (только щечки красные). Тут многое зависит от наследственной предрасположенности, индивидуальных особенностей организма.

В большинстве случаев к моменту полового созревания диатез проходит, но встречаются случаи и пожизненного присутствия данного заболевания. Надо сказать, что бывают разные формы

диатеза, но мы остановим внимание на более часто встречающемся варианте — экссудативно-катаральном или аллергическом диатезе. Он может появляться у детей, начиная с грудного возраста. У многих малышей в первые два года жизни возникает эпизодически.

Откуда берется заболевание? Дело в том, что у младенцев пищеварительная система несовершенна, это значит, что некоторые компоненты не могут быть переработаны (в частности белок), но они попадают в кровь и вызывают аллергические реакции. Характер и периодичность высыпаний зависит и от размера порции определенного вида продукта. Одним детям достаточно употребить совсем немного, например, коровье-

го молока (белок которого, как известно, провоцирует появление атопического дерматита) или куриного яйца, как у них проявляется аллергическая реакция. Также сильными аллергенами считаются цитрусовые и ягоды, поэтому их не рекомендуется употреблять беременным и кормящим женщинам. Не исключена реакция и на бытовую химию, отдельные виды тканей — нужно наблюдать, что является провоцирующим фактором.

Наиболее распространенным признаком диатеза считается покраснение щечек, шелушение у маленьких детей. Бывают и пузырьки, они лопаются и появляются мокнущие зудящие (особенно к ночи) коросты, а если присоединяется инфекция, то и гной-

ничковые раны. Для чувствительных детей в младенчестве характерно также долгое наличие опрелостей в паховой зоне. Поскольку кожные покровы у них восприимчивы к разного рода раздражителям, то нередко возникают конъюнктивиты, риниты. Если к двум годам заболевание не проходит или хотя бы не смягчается, то затяжные формы впоследствии могут приводить к таким серьезным заболеваниям, как бронхиальная астма.

Лечение обязательно назначает врач. Как правило, ребенку рекомендуется соблюдать диету, которая исключает аллергенные продукты. Кстати, ранний отказ от грудного вскармливания увеличивает риск развития диатеза. Обязательно нужно соблюдать гиги-



ну. Назначаются препараты, которые помогают облегчить зуд, уменьшить покраснения. Родители должны четко следовать данным предписаниям, дабы не запустить болезнь, в том числе, предупредить возможные осложнения.

Нина Эйрих,
детская медсестра

Обидеть человека легко. Часто мы даже не осознаем, что конфликт оказался столь острым по нашей вине: из-за тех или иных особенностей сложившейся ситуации, из-за нашего плохого настроения или физического недомогания. Усталость, раздраженность, подавленность, болевые ощущения повышают легкость возникновения отрицательных эмоций. Как часто после тяжелого рабочего дня мы можем легко вспылить. И если кто-то в такой момент делает попытку «воспитывать» нас, даже желая добра, то более короткого пути к ссоре придумать невозможно. Этот человек сразу и на долгое время становится для нас врагом номер один. А вот на то, чтобы с ним примириться, уходит долгое и долгое время. Именно поэтому научиться прощать очень важно для каждого из нас, чтобы не тратить минуты жизни на пустяковые, никому не нужные обиды.

Умение прощать всегда считалось высшей мудростью. Конечно, для человека гораздо легче продолжать копить зло на обидчика, строить бесконечные планы отмщения. Но подобные негативные эмоции обязательно тяжелым грузом будут давить на нас самих и непременно когда-нибудь вырвутся наружу. Прощение поможет не только снять этот груз, но и поставить нас в значительно более выгодную позицию по сравнению с обидчиком, морально возвыситься над ним.

Для начала осознайте причину конфликта. Возможно, она не настолько серьезна, как вам показалось сначала. В пылу ссоры мы всегда воспринимаем все в гораздо большем размере, чем есть на самом деле.

Рекомендация: попробуйте проговорить обиду вслух или выписать на листок бумаги. Это поможет вам трезво оценить ситуацию. Вероятно, что в спокойной домашней атмосфере она вызовет у вас только смех.

«Выпустите пар». Освободите себя от собравшейся негативной энергии. Но давать выход отрицательным эмоциям лучше, не отыгрываясь на окружающем вас мире, а вкладываясь в физические упражнения или творческую дея-



УЧИМСЯ ПРОЩАТЬ

Конфликты между людьми могут возникать по любым, иногда даже самым неожиданным поводам. Порой, слова, кажущиеся одним незначительными, бывают очень существенными для других, вызывают их обиду и негодование.

тельность. Сходите в кино, возьмите любимую книгу. Лучше пронести негатив сквозь собственное сознание, чем через жизнь.

Примиритесь с самим собой. Подумайте, почему вы, несмотря ни на что, продолжаете хранить обиду. Может быть, дело совсем не в ней? Иногда, для людей легче не прощать. Одним это помогает объяснить причины своих неудач. Неважно при этом, сколько прошло времени, всегда есть возможность сказать: «во всем, что со мной происходит, виноват обидчик». В таком случае, прощение лишит их этой возможности. Другим, наоборот, дает возможность почувствовать свое моральное превосходство над соперником. Особенно часто так происходит, когда противоположная сторона

первой делает попытки пойти на мировую. Поэтому, чтобы не продолжать бессмысленный конфликт, постарайтесь понять своего обидчика. Может быть, он совсем не стремился своими действиями задеть вас. У него могло просто не быть другого выхода в сложившейся ситуации. К тому же, он мог действовать и из благих побуждений, видеть то, что не видели вы, и пытаться сказать об этом. Если же это и не так, и он преднамеренно стремился причинить вам боль, никто не заставляет вас оправдывать его поступок. Речь идет лишь о прощении.

Не бойтесь сделать первый шаг. Зачем годами ждать, пока обидчик сам попросит извинений? Вряд ли вы будете долго помнить об обиде, нанесенной совсем чу-

жим для вас человеком. Наоборот, самая тяжелая рана – от близкого человека. И если вы долгое время вспоминаете о ней, видимо, обидчик для вас еще что-то значит. А если так, то зачем мучить себя? Стоит вспомнить о том, насколько легче себя чувствовали, когда получали прощение дорогого вам человека.

Рекомендация: находите всегда силы, чтобы пойти на примирение первым, так будет легче всем, и, прежде всего, вам.

Вспомните о хорошем. Ведь ваши отношения не всегда были такими печальными. После ссоры мы всегда, пусть даже и непреднамеренно, пытаемся оправдать свое поведение в ней. Для этого представляем своего обидчика в гораздо более негативном свете, чем он

есть на самом деле. На ум нам приходят все его плохие поступки, о хороших же делах мы просто забываем. Рекомендация: попробуйте сосредоточиться на тех положительных качествах, которые есть в вашем обидчике, и тогда простить его вам будет легче.

Не считайте прощение актом величайшего благодушия. Идя на мир, вы не должны делать никому одолжения. Прощение важно для вас самих. Им вы, прежде всего, самого себя освобождаете от тяжелого груза обиды. Поймите это. Прощая, вы показываете нечуждость ссоры – ведь в ней нет ничего такого, что оправдывало бы ненависть.

Месть – это не выход. Болезненность нанесенной раны всегда зависит от того, кто ее нанес, чего он добивался и насколько унижено наше достоинство. В некоторых случаях может и вовсе показаться, что простить невозможно. Самое главное тогда – не начать строить планы будущей мести, надеясь, что она принесет облегчение. Месть – это только лишь очередная возможность потешить уязвленное самолюбие. Подчиняясь ей, мы обрекаем себя на печальную судьбу: на протяжении длительного времени быть зависимым от причинившего обиду человека.

Сделать первый шаг навстречу миру непросто, гораздо легче продолжать ненавидеть своего врага. Долгие и долгие годы мы можем помнить о причиненном нам зле. Но никакая нанесенная обида не стоит потери гармонии в душе на столь длительное время. Зачем наказывать себя еще и самому? Когда мы действительно прощаем, то сразу чувствуем себя счастливей и здоровее, чем раньше. Поэтому, как бы не было тяжело простить, сделать это необходимо.

Прощение само по себе не так уж и трудно. Нужна лишь готовность отказаться от старых обид. Решитесь на этот шаг. Умейте прощать. Причем, не только других, но и себя. В конце концов, все люди «не без греха» и мы сами тут не исключение.

Татьяна Рогожинская, психолог



В творениях ребенка может быть раскрыт не весь внутренний мир, но вы сможете увидеть, каковы его отношения с родителями, сверстниками и окружающими. Через рисунок можно понять эмоциональный настрой, поскольку цвета красок передают чувства и переживания ребенка. По банальному сюжету «дом, семья, дети» можно увидеть, насколько открыт или закрыт ребенок к миру, и что его тревожит.

ТАЙНЫ ДЕТСКОГО РИСУНКА

Важны все детали рисунка, например, если дом занимает существенную часть листа – это свидетельствует о том, что ребенку вполне общителен. Подчеркивает коммуникабельность и наличие открытых дверей у этого дома. Однако, если двери маленькие – признак неуверенности. Отсутствие дверей указывает на проблемы, в частности, ребенку не хватает душевного общения с родителями, а если двери изображены сбоку или на них вообще замок – ребенок чувствует себя одиноким или замыкается, отгораживается от окружающих.

Дом олицетворяет основу, фундамент, который закладывается при непосредственном участии родителей с раннего детства, поэтому так важно обратить внимание именно на рисунок, содержащий в центре дом. Если домик где-то вдалеке, значит, ребенок отвергнут. Наличие напряженных отношений в семье подчеркивает и лестница, ведущая в никуда (то есть не к дверям).

О многом могут поведать и окна. Дом с большим количеством окон говорит об открытости ребенка к отношениям с детьми, однако шторы, занавешивающие окна, уже сигнализируют о трудностях в общении, а зарешеченные оконные проемы – признак внутренних конфликтов и комплексов.

Выявить эмоциональную скудность в общении с родителями поможет, как ни странно, нарисованная у дома труба. Если из нее едва струится жидкий дымок – так и есть: не достает общения с родителями, а спрятанная за крышей труба означает, что ребенок вообще избегает эмоционального общения. Ну а густой дым – тяжесть на душе.

Цвета в детском рисунке

Благоприятными считаются желтый и фиолетовый – их обычно применяют дети, видящие мир в оптимистичных тонах. Преобладание красного свидетельствует о гиперактивности, синий – о тоске и внутреннем напряжении. Зеленый цвет говорит о том, что ребенку не хватает любви и умиротворенности. Коричневый уже сигнализирует о наличии дискомфорта, а черный цвет символизирует упадническое настроение, подавленность, негатив. Если ребенок не применяет цветные краски, часто рисует простым или одноцветным карандашом, это говорит об эмоциональной скудности, дефиците ярких эмоций.

Изображение родителей

Обратите внимание на то, как изображены люди в рисунке ребенка. Часто дети изо-

бражают себя, и это может быть человек с большими глазами (что является признаком негласной потребности в поддержке), маленькие глазки – олицетворение боязни и страха. Руки – конкретный признак деятельности, таким образом, если они отведены в стороны – ребенок деятельный, если опущены вниз и весьма длинные – ему требуется помощь и поддержка. Также вы можете судить и о том, насколько твердо стоит на ногах ваш ребенок, так как это видно по персонажу его рисунка. Если кажется, что нарисованный прототип в шатком положении – так и есть, ребенку требуется внимание и ваша помощь, и он не ощущает опоры в своей жизни.

Хорошо, если в рисунке про семью есть все члены семьи. Если же кто-то отсутствует (в том числе и сам ребенок) значит, связь с этим человеком в семье утрачена, либо он отдален настолько, что ему нет места в окружении близких. Кто самый высокий на рисунке – тому, по мнению ребенка, принадлежит авторитет в семье. Ну, и расстояние между персонажами тоже свидетельствует о сближении или удалении членов семьи друг от друга в глазах малыша.

Наталья Ополинская



ИМЯ ПО СЕЗОНУ ВЫБИРАЕМ...

Это интересно

Астрологи считают, что каждый месяц, кроме зодиакального и планетарного соответствия, имеет определенные расположения звезд и луны, которые по-своему влияют на судьбу человека, его характер и темперамент. Вероятно, отсюда и пошли такие типичные выражения, как «осенний ребенок» или «июльский малыш».



Январь. Новый год – отличное время для начала новой, чистой жизни. Январские детки отличаются недетской терпеливостью и уравновешенностью. Они быстро становятся самостоятельными и, практически, всегда добиваются задуманного. Имена для них подходят все. Однако, с учетом того, что январь – зимний месяц, отдайте предпочтение более мягким, но «звучащим», царственным именам.

Февраль. Здесь вы сразу заметите противоборство характера. В первые же дни жизни дети февраля проявляют двойственность натуры. Их характер – противостояние зимы и весны. Буйство чувств и холодная сдержанность, капризы и терпеливое ожидание желаемого. Постарайтесь подобрать мягкие и мелодичные имена для февральских малышек – это в какой-то мере сгладит противоречивость и непредсказуемость их характера.

Март. Первый весенний месяц. Природа возрождается, являя собой девственную натуру, удивительно раннимую и наивную. Дети марта впечатлительны и романтичны. Они отличаются повышенной чувствительностью и эмоциональностью. Часто плачут и смеются без причины. Их имена должны звучать по-весеннему красиво и мелодично. Выбирайте имена с обилием гласных и звонких согласных, избегайте скопления сонорных и шипящих согласных. Придавайте особое значение смысловой нагрузке имени. Лучше всего, если мартовское имя будет передавать значение силы, стремления и даже приземленности.

Апрель. Несмотря на весеннюю пору, в апреле рождаются весьма практичные люди. В детском возрасте их отличает настойчивость и серьезность, со временем переходящая в твердость характера. Апрельские мальчики отмечены смелостью. Из списка имен детям апреля подходят стремительные, звонкие и четко звучащие имена – словно призыв к действию. Выбирать так называемые успокаивающие имена не стоит, эти люди всегда знают, чего хотят, и останавливать их нет смысла.

Май. Уже теплый, слегка ветреный месяц. В этот период на свет появляются очень властные люди. Дети мая предпочитают познавать мир через призму собственных восприятий. Они не допускают к себе чужих людей, не воспринимают их мнение. В подростковом возрасте майские дети не желают искать компромиссов, а действуют только по своему усмотрению. В результате у них мало друзей, много случайных знакомых, но они пользуются уважением за собственное неизменное мнение. Подарите деткам мая более ласковые и нежные имена. Пусть в них будут мягкие согласные, даже сочетания шипящих. Значение имени должно формировать у ребенка чувство ответственности, но ни в коем случае не превосходства над другими.

Июнь. Летний месяц, наполненный зеленью и теплотой. Дети, рожденные

в июне, впечатлительны, но недоверчивы. Они легко идут на риск при познании окружающего мира. Однако, ввести их в заблуждение очень просто, поэтому в подростковом возрасте желательно оградить июньских детей от пагубного влияния. Особых пожеланий к выбору имени нет. Единственное – постарайтесь подобрать имя с разнообразными краткими формами, так как друзей у вашего июньского малыша будет немало!

Июль. Самый разгар лета. Жара и яркое солнце способствуют появлению на свет динамичных, но осторожных людей. Дети июля эгоистичны в своих поступках. Они стремятся к самостоятельности, порой еще не имея на то оснований. Из детей июля вырастают нетерпеливые люди, редко доводящие начатое до конца. Однако, их независимость убеждает в том, что они заслуживают вполне неординарных редких имен.

Август. Энергичность и настойчивость отличают детей августа. Вместе с тем, они умеют вовремя остановиться и задуматься об опасности. В детском возрасте августовские детки настоящие стратеги: любят шумные игры, но перед этим продумывают план для того, чтобы выйти из них победителем. Подарите ребенку последнего месяца лета славянское «царское» имя. Оно должно отражать настойчивый характер ребенка.

Сентябрь. Несмотря на осеннюю депрессивность, сентябрьские детки очень эмоциональны. Они просто взрыв эмоций – положительных и отрицательных. Вместе с тем, люди сентября добиваются желаемого максимума в жизни. Ставят себе цели и идут к ним огромными шагами. Так же и в школьные годы. Доверяют людям и поэтому привыкли учиться на своих ошибках. Имена сентября – обилие сонорных, гласных и сочетание звонких согласных.

Октябрь. В это время часто появляются на свет будущие предприниматели, бизнесмены и банковские работни-

ки. Октябрьские ребята в детстве очень любознательны и активны, что переходит в практичность и предприимчивость во взрослые годы. Дети октября умеют четко очертить грань доступного, а благодаря своему остроумию пользуются особой любовью. Рожденные в октябре дети балованные, но воспитанные. Выберите для малыша любое имя, но постарайтесь исключить кричащие и громкие варианты.

Ноябрь. Месяц подведения итогов. Осенняя мгла заставляет детей, рожденных в ноябре, погружаться внутрь себя. Им особенно необходимо носить более легкие, «свежие» имена, обязательно со значением света, тепла и яркости. Если вы подарите ребенку имя, побуждающее его к действию, придающее ему оптимизм и эмоциональность, то вы воспитаете успешного и счастливого человека.

Декабрь. Время, когда на свет появляются активные, эмоциональные и вспыльчивые люди. Закаленные морозами, декабрьские дети отличаются настойчивостью, перерастающей в упрямство. Лучше всего выбирать им имена более спокойного звучания, с обилием сонорных и шипящих. Избегайте резких имен и сочетания гласных.

Бесспорно, каждый ребенок – индивидуальность. Предугадать степень его эмоциональности, активности или безразличия ко всему до его рождения очень сложно. Да и в первые месяцы жизни мамы и папы, порой, не в состоянии понять, какой характер у их малыша. Для этого и собраны астрологические, социальные, психологические и другие наблюдения, позволяющие родителям предугадать события, повлиять на судьбу ребенка, подарить ему красивое имя, море любви и заботы.

Из книги Елены Ризо
«Выбираем имя малышу»

Как я появился на свет

Беременные и уже с ними все считают в цифрах. Я не помню по вашим месяцам, когда стал ощущать мамыны руки над собой или слышать ее ласковый голос. Но наступил такой период, и я стал чувствовать ее всегда. Когда она смеялась, то почему-то воздуха было больше, а когда кричала или ругалась с папой, то мне было очень тесно и неудобно.

Мама все носилась со мной: то капельницы какие-то ставит... Тьфу, скажу я вам, лекарства очень горькие! То упрямления делает, то бывали моменты, когда ее мысли были заняты полностью мной – пеленки, распашонки, коляска, кроватка... И т.д., и т.п.

Что меня слегка напрягало, чувствовалось, что там, где мама, чего-то все от меня ждут, и она в том числе. А мне настолько было уютно и классно у нее там, в животике. Правда, под конец моя водичка стала какой-то темной, невкусной и с какими-то камушками, они и раньше были, но их становилось все больше и больше. И мамин голос постоянно: «Ну, когда же я тебя увижу? Ну, скоро ты там? Выходи, мы все тебя ждем!».

Я думаю, вы догадываетесь, что только ленивый не услышит таких призывов. Врачи говорили про 7 июня, потом один сказал про 12 июня. Вот мама с 7 июня и замерла в ожидании, а с ней и я. В ожидании чего – только мне, наверно, одному не было понятно.

Решился я, значит, все-таки, и начал двигаться... Неспешно так, потихоньку. Чтобы мама спала и не сильно волновалась. Она когда волнуется, мне как-то тесно и душно... А! Я уже это говорил.

Иду себе, иду... Прокладываю путь. Ох, и нелегкое это дело, скажу я вам! Я уж было передумал, но позади была все та же настораживающая водичка... И, в тоже время, что-то меня все выталкивало и манило вперед. Мама успела подкрепиться шоколадкой и почему-то пила много воды. Дышала так смешно, но спасибо ей большое – мне было только легче. Повезла меня на природу, на свежий воздух.

На обратном пути, помню, опять с папой включили музыку, и мама пела. Она последнее время всегда пела... Очень уж я любил это дело! Помню еще, приехали домой, они взяли какие-то сумки, и мы опять поехали куда-то. Мамочка опять спала, а папа иногда гладил меня через мамин животик. Правда, я это ощущал плохо, так как почему-то опускался все ниже и ниже.

Приехали к зданию со странным, но знакомым словом – роддом. К маминому животу приложили что-то кругленькое, с холодком. Потом появилось много воды, много-много. И вскоре стало как-то просторней. Продвигаться стало легче. Опять помню эти кругляшки, и то, что мама опять успокоилась и уснула.

А потом что-то с ней случилось... Она кричала, а мне было тесно и душно. В тысячу раз тяжелее, чем раньше. И так погал в какой-то коридор, тесный-тесный. Она все кричала и кричала. Правда, как-то странно. Покричит и успокоится, жалобно так просила кого-то сделать какое-то кесарево. Надо будет не забыть спросить потом, что это такое. А вскоре я стал плохо соображать, старался держать ситуацию под контролем, даже хотел сказать людям, что кричали маме «тужься сильнее», чтобы они не кричали на нее так сильно. Я стал просто терять сознание и очнулся уже от яркого света... И боли! Стало жечь что-то внутри.

Холодно, какие-то руки, какие-то люди. Успокоился только, когда почувствовал мамыны руки на себе и ее запах. Услышал ее голос. А потом нас опять разлучили. Да что за люди! Вытирали меня, мыли, сыпали чем-то. Если бы не голос мамы рядом, я бы им устроил!

Наконец, положили рядом с мамой. Я точно знал, что это моя мама, но почему-то не видел ее. Я увидел ее позже. А так были какие-то пятна – светлые и темные. Но самое главное, что мама была рядом. А затем она дала мне что-то попробовать, и я потянулся к маленькому и кругленькому, потому что именно из него выливалась (правда, по чуть-чуть сначала) очень вкусная штукавина. Как оказалось, мамино молочко! А еще я услышал стук ее сердца! Раньше слышал постоянно, стучало громко, а сейчас услышал менее четко. Но как же приятно, что вот оно! Прижмет к себе, а я слышу: «Тук-тук... Тук-тук...» В общем, так я и родился. И все почему-то меня богатыремком называли!

Наталья Ополинская
(по материалам интернет-изданий)

**МАМА
и МАЛЫШ**

УЧРЕДИТЕЛЬ –
Николаевский местный
благотворительный фонд «Юнитус».
ИЗДАТЕЛЬ – НМБФ «Юнитус».

Координатор проекта
и редактор – Н. ОПОЛИНСКАЯ.
Свидетельство о регистрации МК № 490
Управления по делам печати и информации
Николаевской облгосадминистрации
от 1 декабря 2005 года.

Адрес редакции:
г. Николаев, ул. Потемкинская, 138,
тел. (0512) 72-02-27, e-mail: unitus@mail.ru.

Газета отпечатана офсетным
способом в Николаевской
областной типографии
(ул. Парижской Коммуны, 3).

Объем 1 условный печатный лист.

Тираж 10000.

Заказ №



ЮНИТУС

Данное издание подготовлено к печати Николаевским местным благотворительным фондом «Юнитус» в рамках проекта «Профилактика ВИЧ-инфекции, ИППП, вирусных гепатитов среди групп риска Николаевщины».

Продукция издана при финансовой под-



Міжнародний Альянс з ВІЛ/СНІД в Україні

держке МБФ «Міжнародний Альянс з ВІЛ/СНІД в Україні» в рамках реалізації програми «Побудова стійкої системи надання комплексних послуг по профілактиці ВІЧ, ліченню, уходу і підтримці для груп ризику і ЛЖВ в Україні».

Изложенные здесь мнения и точки зрения являются мнениями и точками зрения организации, издавшей данную продукцию, и не могут рассматриваться как мнения или точки зрения МБФ «Міжнародний Альянс з ВІЛ/СНІД в Україні».