**Консультація для батьків**

**«Групи здоров’я дітей та їх характеристика»**

Зміст

1. Що таке групи здоров’я

2. Як визначається група здоров’я?

3. Види груп здоров’я, характеристики кожної групи

4. Розподіл дітей за групами здоров’я

5. Методичні рекомендації для різних груп здоров’я

6. Замість висновку

Що таке групи здоров’я

Груп здоров’я дитини – це умовне медичне позначення, яке використовується для аналізу здоров’я дитини. Для того, щоб поставити оцінку і віднести стан людини до однієї з груп, проводиться профілактичний огляд, обстеження, збір і дослідження аналізів.

На протязі всього розвитку дитини група може змінюватися. Це залежить від багатьох зовнішніх факторів. Дитину оглядає медична комісія, яка складається з окуліста, лора, хірурга, кардіолога, невропатолога і стоматолога. Остаточне рішення про присвоєння тієї чи іншої групи здоров’я дитині приймає педіатр, грунтуючись на укладання вузьких фахівців.



Оцінка присвоюється на поточний момент часу, не враховуються гострі захворювання, інфекції або інші минулі хвороби, якщо, звичайно, вони не стали носити хронічний характер.

Оцінка про стан фізичного здоров’я дітей різних віків необхідна для визначення та поділу дітей для подальшого надання допомоги. Хтось виявиться здоровий, а для кого-то буде потрібно, якщо не лікування, то спостереження фахівців. Часто дітям, які мають які-небудь проблеми зі здоров’ям, надаються спеціальні групи здоров’я, де навантаження і вимоги до дітей менш складні.

Як визначається група здоров’я?

Класифікація критеріїв, на підставі яких проходить визначення групи здоров’я, вельми різноманітна. Кожне медичне посібник трактує всі моменти по-різному. Найбільш популярний поділ передбачає 6 принципів, відповідно до яких і приймається рішення про визначення групи здоров’я дитині.

Спадковість. При огляді новонародженого лікар зобов’язаний провести опитування батьків, чи є в сім’ї захворювання, які передаються з покоління в покоління, який вони носять характер і наскільки важкі наслідки. Шляхом здачі аналізів можна визначити, наскільки малюк схильний до захворювання по спадковості. В даному випадку протягом вагітності теж необхідно проходити деякі обстеження, які унеможливлять негативні моменти. В даний критерій входять не тільки спадкові захворювання, але і протягом вагітності, перебіг пологів і розвиток дитини в перший місяць життя.

Фізичний розвиток малюка. В даний критерій входять основні характеристики – зріст, вага, так само вимірюються окружність грудей, голови, розмір ноги, довжина рук і ніг та інші параметри. З розвиток дитини відстежується, коли він почав тримати голівку, коли сів, почав повзати, ходити, говорити. Педіатрам в допомогу є таблиця, у якій по місяцях відображені всі вимоги і навички, які повинен мати малюк. Якщо є якісь відхилення, то треба дослідити їх характер і зрозуміти, чи мають вони важкі наслідки за собою або вони не так страшні для малюка.

Розвиток системи органів в організмі – це і серцева, і нервова і кровоносна системи. У період першого року після народження відбувається становлення і розвиток усіх органів в організмі, а так само їх зростання. Для даного критерію часто використовуються додаткові аналізи і дослідження – УЗД, загальні аналізи та інші обстеження. Підвищена увага приділяється в даному випадку сердечку, шлунку, нирках та легким.

Ступінь опірності організму до зовнішніх факторів і інфекцій. Часто чується таке поняття, як «хворобливість дитини, квелость і слабкість імунітету» — цим визначається даний принцип віднесення до групи здоров’я. Якщо дитина часто хворіє, має слабкий імунітет, то варто обстежитися додатково і виявити причину такого стану. У відповідності з цим може так само присвоиться група здоров’я.

Співвідношення психологічного і фізичного показників здоров’я. Для обстеження психологічного та неврологічного стану здоров’я необхідно звернутися до психолога і невролога. Після огляду та співбесіди з дитиною буде виявлено, чи є якісь патології або розвиток протікає нормально. Показники фізичного здоров’я оцінюються педіатром і порівнюються з таблицями, в яких вказані стандарти.

Групи здоров’я призначаються дітям від 3 до 17 років. В основному вони призначаються за загальним станом дітей або за наявності хронічних захворювань. До речі, діти з однаковими діагнозами, цілком можуть мати різні групи здоров’я. Багато батьків лякаються присвоєння їх дитині групи, яка не відповідає доброго стану здоров’я. Але слід знати, що це не остаточний діагноз, а спеціальна градація, яка дозволяє коригувати стан здоров’я, враховувати різні фактори, що впливають на майбутнє дитини.

Види груп здоров’я, характеристики кожної групи

Всього налічують п’ять груп здоров’я дітей від 3 до 17 років. Всі вони мають свої характеристики та відмінні особливості. Розглянемо всі групи здоров’я.

Перша група – це повністю здорові діти, які не мають жодних дефектів, проблем. Їх психічне і фізичне здоров’я відповідають стандартним вимірам, у них немає ніяких вад розвитку, дефектів та інших порушень в організації і діяльності органів.

Друга група – є найпоширенішою на тлі інших, тут є невеликі відхилення у здоров’ї, опірність до зовнішніх факторів і захворювань знижена. Немає яскравого вираженого відставання у розвитку, наприклад, немає хронічних хвороб, але є функціональні порушення. Загальна затримка у фізичному розвитку – надлишкова маса тіла, дефіцит маси, ослаблений зір та інше. Якщо дитина часто хворіє гострими респіраторними хворобами, то у нього так само 2 група.



Третя група – діти, у яких є хронічні хвороби, але вони знаходяться в процесі ремісії, іноді трапляються загострення, осложненность основного захворювання відсутня. Діти, що належать до такої групи, мають нормальне фізичне здоров’я, але у них виявлені деякі відхилення в масі – надлишок або дефіцит, маленький зріст. Психологічний розвиток часто відстає від нормальних показників.

Четверта група – діти з хронічними хворобами, які розвиваються на активній стадії або стадії нестійкої ремісії, супроводжуються частими загостреннями. Так само сюди відносяться діти, у яких хвороба знаходиться в стадії ремісії, але для цього необхідно підтримуюче лікування. Діти з наслідками після травм, операцій або обмеженнями в навчанні.

П’ята група – є найбільш важкою і важкою групою, сюди відносяться діти з важкими хронічними хворобами з вкрай рідкісними ремісіями і частими нападами. Так само в даному випадку існують значні ускладнення, для запобігання яких використовується лікування. Сюди відносяться діти з фізичними дефектами, порушенням функцій деяких органів, супроводжується серйозними заборонами у формуванні трудової діяльності. Сюди відносяться діти-інваліди.

Розподіл дітей за групами здоров’я

Розподіл дітей за групами здоров’я реалізується тільки кваліфікованим фахівцем – лікарем на підставі критеріїв і ознак, описаних вище. Лікар – педіатр, психолог, невролог і інші вузькі спеціалісти використовують аналізи, обстеження, так само вивчають дані медичної карти за течією вагітності та ранньому розвитку малюка.



Методичні рекомендації для різних груп здоров’я

Залежно від того, до якої групи здоров’я відноситься дитина, для нього висуваються різні вимоги або рекомендації дл здійснення ним спортивної та соціальної діяльності. Розглянемо докладно методичні рекомендації для дітей різних груп здоров’я.

Перша група – будь-який вид діяльності – навчальна, заняття працею або спортом формуються без обмежень за загальною програмою виховання дитини. Необхідно лише враховувати вік і можливості людини, в іншому протипоказань чи обмежень немає. Всі нормативи можуть бути виконані без шкоди здоров’ю, а так само рекомендуються додаткові факультативи та заняття, відвідування спортивних секцій і участь в олімпіадах, змаганнях.

Друга група – в даному випадку, як ми пам’ятаємо, відхилення невеликі, а значить і протипоказання мають не радикальний масштаб. Необхідно проводити загартування організму, дотримуватися раціональне харчування з набору або, навпаки, по скиданню ваги. Так само обов’язково дотримання рухової програми. Заняття фізичною культурою не можна переривати, але діти такої групи можуть здавати нормативи з затримкою по часу. Лікарі рекомендують займатися в спортивних секціях загальної фізичної підготовки, необхідно здійснювати прогулянки та ігри, брати участь у естафетах та змаганнях. Участь у серйозних заходах дозволяється з дозволу лікаря.

Третя група – перед тим, як приступити до занять спортом, необхідно відвідати лікаря, щоб він дав деякі рекомендації і обмеження. Особлива увага приділяється процедурі відновлення після занять, вправи на відновлення дихання потрібно збільшити порівняно із загальною масою. Пульс необхідно постійно контролювати темп виконання занять повинен бути низьким і повільним. Заняття реалізуються за спеціально розробленими програмами за участю лікарів. Участь у спортивних заходах обмежується і дозволяється з відома лікаря.

Четверта група – режим активності обмежується, формується спеціальний режим дня, в якому відпочинку відводиться тривалий час, а так само замість звичайних занять спортом реалізується ЛФК (лікувальна фізкультура). Створюються спеціалізовані програми для спеціальних навчальних закладів.

П’ята група – активність дитини істотно обмежена, режим дня супроводжується заняттями лікувальною фізкультурою, а так само тривалим відпочинком. Формуються лікувальні процедури, які підтримують здоров’я дитині. Заняття фізкультурою проводяться в індивідуальному порядку, під наглядом кваліфікованих фахівців, програми затверджуються лікуючим лікарем.

Замість висновку

Підводячи підсумок, зазначимо, що групи здоров’я не остаточний діагноз для дитини, а лише спеціальна шкала, завдяки якій можна спостерігати за станом здоров’я дитини, коригувати його навантаження в школі, спортивних секціях, в залежності від зовнішніх факторів. Група здоров’я може змінюватися, як у гіршу, так і в кращу сторони.