ФГАУ «НМИЦ здоровья детей» Минздрав России
ФГБУ «Российская академия образования»



КНИГА ДЛЯ ХРАБРЫХ ПАЦИЕНТОВ

Москва 2025

КНИГА ДЛЯ ХРАБРЫХ ПАЦИЕНТОВ

Под редакцией
С.Б. Лазуренко, А.Л. Венгера



Москва
2025

УДК 159.9
ББК 88.413
Е 30

Научная редакция:
Лазуренко С.Б., Венгер А.Л.

Е 30 Егоренкова О.С., Свиридова, Т.В., Павлова Н.Н., Герасимова А.М., Акимова Е.И., Еманова А.С. Книга для храбрых пациентов. — ФГАУ «НМИЦ здоровья детей» Минздрава России, 2025. — 20 с.

ISBN 978-5-6051624-4-5

Цель данного пособия — познакомить детей дошкольного и младшего школьного возраста с процессом лечения в медицинском стационаре. Способствовать их адаптации к ситуации госпитализации и формированию положительного настроя на лечение.

Пособие предназначено для чтения детям взрослыми (родителями, педиатрами, психологами, воспитателями).

УДК 159.9
ББК 88.413



© Коллектив авторов, 2025
© ФГАУ «НМИЦ здоровья детей» Минздрава России, 2025

СОДЕРЖАНИЕ

ЗНАКОМСТВО 6
ТВОЯ ПАЛАТА 8
РАСПОРЯДОК ДНЯ 9
ДИАГНОСТИКА 10
ЛЕЧЕНИЕ 12
ПРОЦЕДУРЫ 13
ПРАВИЛА ПОВЕДЕНИЯ В БОЛЬНИЦЕ . . . 14
КАК НАЙТИ ДРУЗЕЙ 15
ЕСЛИ ТЕБЕ ГРУСТНО 16
ВЫПИСКА 17
БЕРЕГИ СВОЕ ЗДОРОВЬЕ 18

ПРИВЕТ, Я — НЕБОЛЕЙКА!



Я — тот, кто знает, как быстрее выздороветь и что делать, если ты заболел и оказался в больнице. Больного лечат в больнице, когда болезнь не может победить один врач и нужна целая команда. Команда специалистов поймет, что случилось, и назначит лечение.

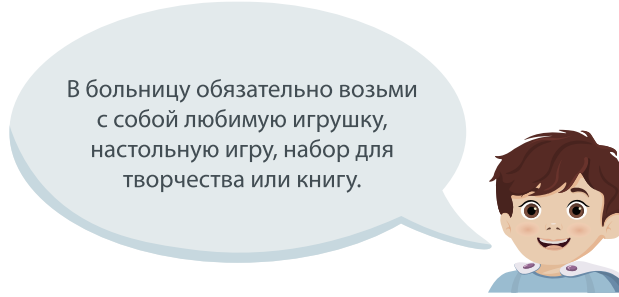
Больница — это здание, в котором работают врачи и медицинские сестры. Они помогают людям выздороветь. У врачей есть специальные приборы для осмотра больных людей — чтобы быстрее понять, чем человек болен, и подобрать самый лучший способ лечения.

В больнице есть аптека с самыми разными лекарствами. На одних этажах находятся кабинеты врачей и процедурные комнаты с аппаратами для обследования и лечения. На других этажах расположены палаты с кроватями для больных. Там больные восстанавливают свое здоровье. В палате или в отделении есть туалет и душевая комната. Рядом с палатами есть пост медицинской сестры, столовая и игровая комната.

На территории больницы есть игровая площадка для детей, которые выздоравливают и ходят туда на прогулку.

Как ты уже понял, больные находятся в больнице не один день и не только лечатся там, но и спят, едят, играют, гуляют, находят новых друзей и просто отдыхают.

Поэтому, если ты заболел и врач сказал, что для выздоровления тебе нужно какое-то время побыть в больнице, возьми с собой все необходимое. В этом тебе и родителям поможет список нужных вещей. Подумай, что еще может тебе понадобиться в больнице, и сложи все в удобную дорожную сумку.



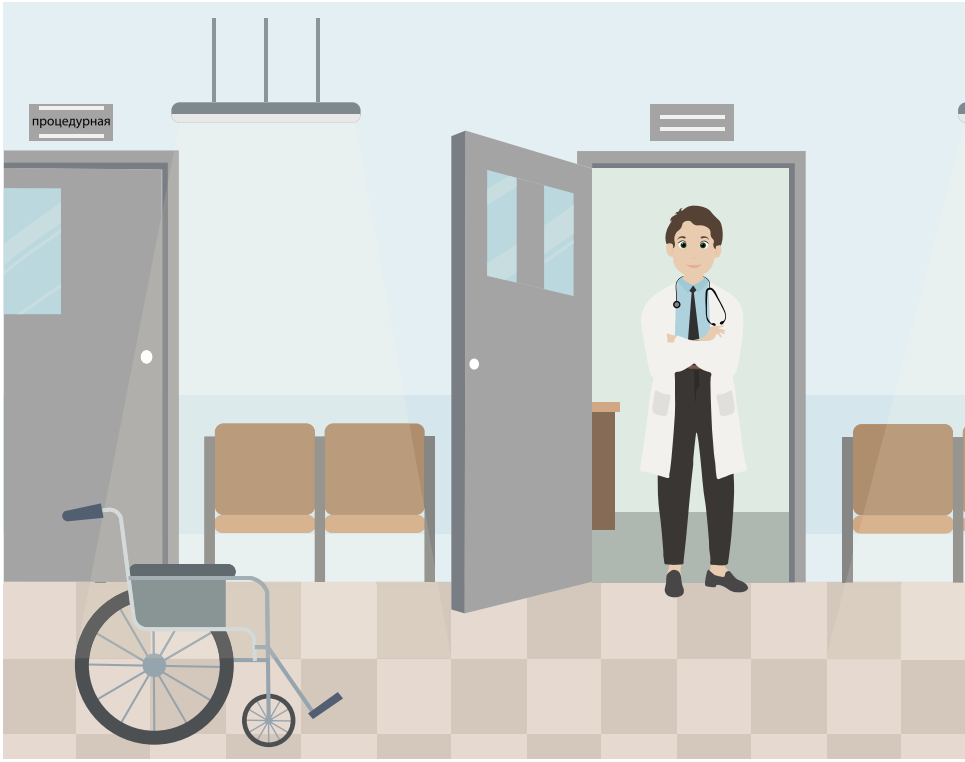
СПИСОК ВЕЩЕЙ: документ, подтверждающий личность (свидетельство о рождении, паспорт), полис медицинского страхования, одежда и обувь, пластиковая посуда (чашка/стакан, ложка, тарелка), туалетные принадлежности (зубная щетка и паста, мыло, мочалка и шампунь для волос, салфетки или бумажные полотенца), набор для творчества (карандаши, ручка, альбом для рисования или для раскрашивания, воздушный пластилин), несколько любимых игрушек и книг.

Если у тебя есть свой телефон, то возьми его и зарядное устройство.

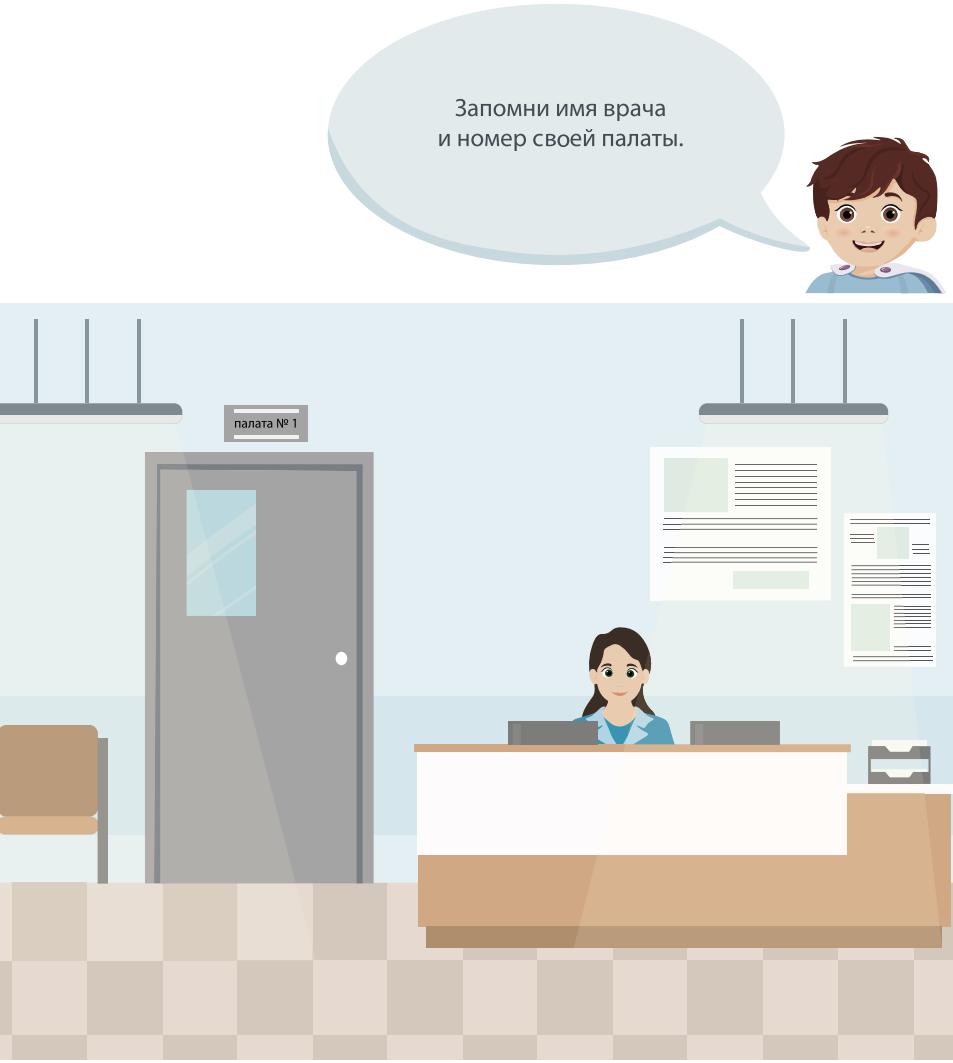


Больница: приемное отделение

В больнице есть специальный вход для тех, кто приехал лечиться. Это вход в приемное отделение. Для удобства пациентов над входом в приемное отделение находится большая вывеска.
Те, кто могут приехать сами и у кого есть направление на лечение в больнице, заходят с родителями в приемное отделение.
Больных, которые очень плохо себя чувствуют, привозят сюда на машине «Скорая помощь».
Всех, кто поступает в приемное отделение, осматривают врачи, помогает им медицинская сестра.

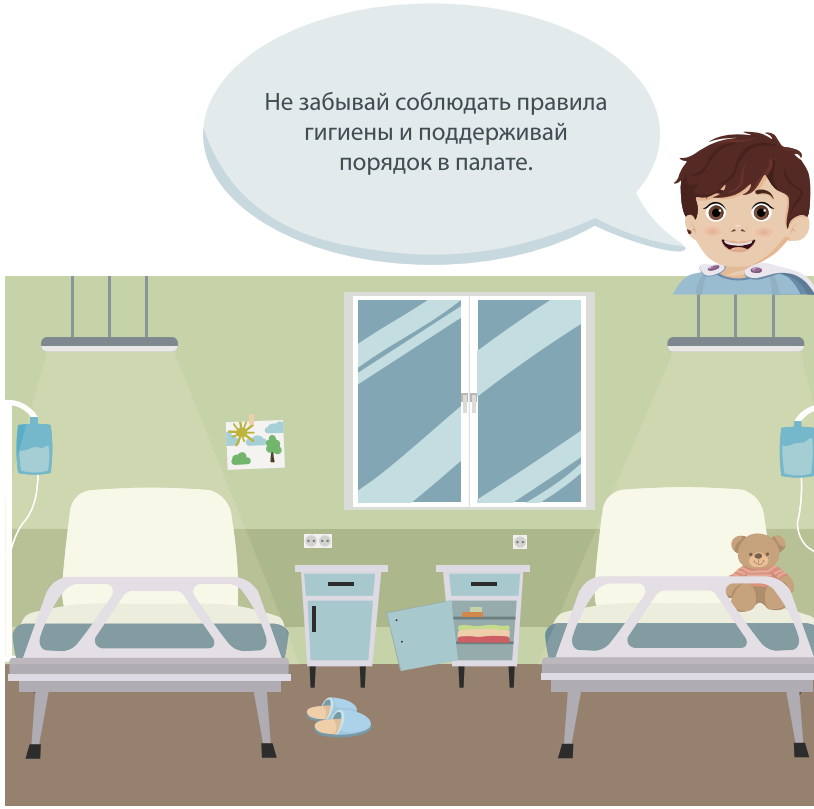


Медицинская сестра измеряет температуру, узнает твой вес, рост. А врач поговорит с тобой и родителями, уточнит, что у тебя болит, и подробно расскажет о плане лечения, а также о том, сколько это займет времени.



ТВОЯ ПАЛАТА

Обычно в больнице проводят несколько дней. Все это время ты будешь жить в комнате, которая называется «палата».
На каждой палате есть номер, а иногда и картинка, постарайся их запомнить. Это пригодится, чтобы знать, куда вернуться, когда ты выйдешь из нее.
В палате у каждого есть своя кровать. Ее необходимо содержать в чистоте и порядке. Застилать, когда не спишь, не забираться на нее в обуви и не лежать в верхней одежде.
Возле каждой кровати стоит тумбочка. В нее можно положить вещи, которые ты привез из дома: туалетные принадлежности, игры и наборы для творчества.
А одежду надо аккуратно разместить в шкафу.



РАСПОРЯДОК ДНЯ

Для того, чтобы все успевать, в больнице есть распорядок дня. В нем указано, как организована жизнь в больнице: когда надо просыпаться, умываться, есть и отдыхать, посещать процедуры.

Соблюдай распорядок дня:
отдыхай во время тихого часа
и вовремя ложись вечером спать.



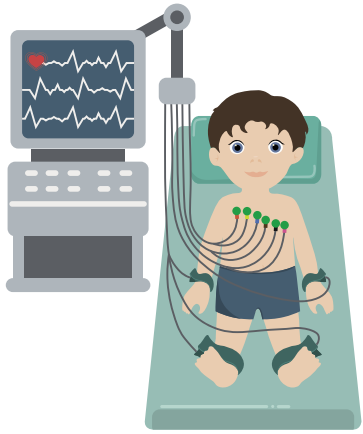
А также когда проходит осмотр врача, во сколько можно посещать игровую комнату, учиться, готовиться ко сну. Указано и время, когда следует принимать лекарства и гулять.

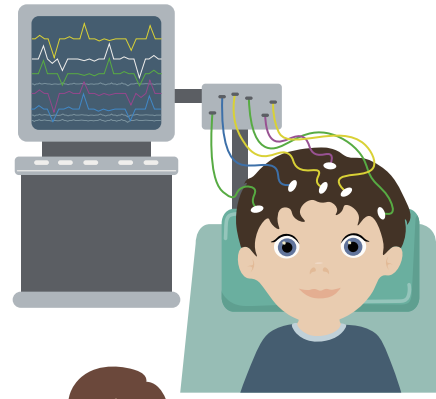
7:00 Подъем.
07:00-09:00 Утренний туалет, гимнастика, лечебные процедуры.
09:00-10:00 Завтрак. Прием лекарств.
10:00-13:00 Врачебный обход. Лечебные процедуры.
13:00-14:00 Обед. Прием лекарств.
14:00-16:00 Тихий час. Измерение температуры.
16:00-18:00 Школьные занятия, прогулка на воздухе, спокойные игры.
16:30-17:00 Полдник.
18:00-19:00 Ужин. Прием лекарств.
19:00-21:00 Спокойные игры, лечебные процедуры, вечерний туалет
21:00-7:00 Ночной сон.



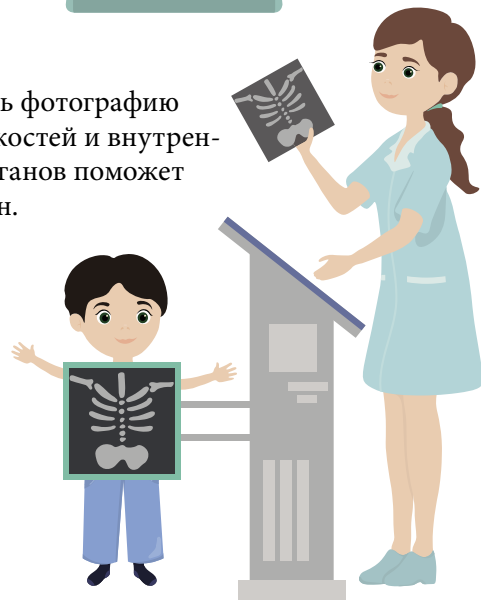
ДИАГНОСТИКА

Для того, чтобы точно оценить твое состояние и назначить правильное лечение, врач направит на разные обследования. Для этого в больнице есть современное оборудование. С помощью кардиограммы врач посмотрит, как работает твое сердце, а энцефалограмма расскажет об активности мозга.

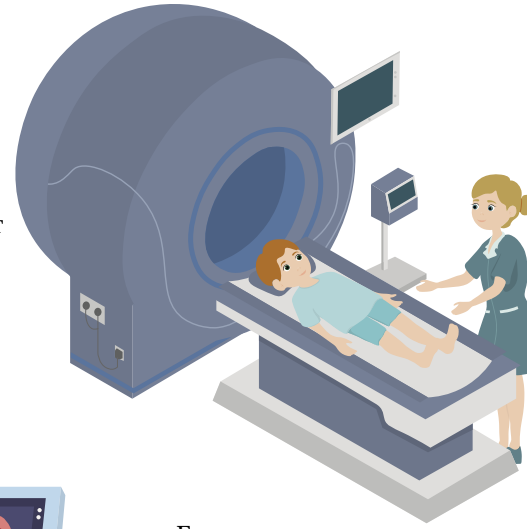




Сделать фотографию твоих костей и внутренних органов поможет рентген.



Исследование с помощью МРТ похоже на видеосъемку, а аппарат МРТ — на космический корабль. С его помощью врач сможет посмотреть, как работает твой организм более подробно.

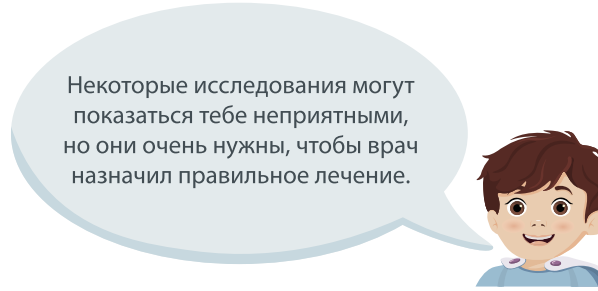




Гастроскопия и колоноскопия помогают посмотреть твой живот: работу желудка и кишечника. Эти исследования чаще проводят во сне, поэтому ты их даже не почувствуешь.

В первые дни в больнице медицинская сестра соберет материал для анализов. К обследованиям и сдаче анализов нужно готовиться заранее. Врач разъяснит, а медицинская сестра подскажет, как правильно подготовиться к ним.

Убедиться в успехе лечения помогут анализы, которые сделают перед выпиской из больницы.



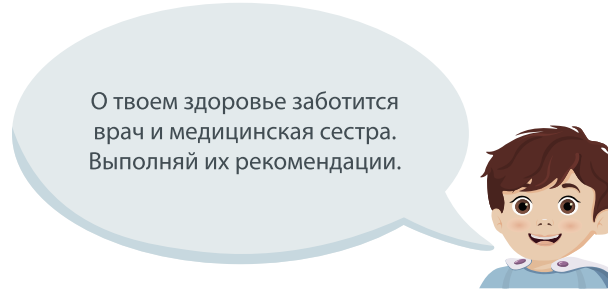
Лечение

Только после обследования и тщательного анализа всех данных о болезни доктор назначит лечение и будет наблюдать за восстановлением здоровья каждый день.



Медицинская сестра следит за своевременностью и правильностью выполнения назначений врача. Ее мастерство и знания помогают тебе почувствовать себя лучше. Ты тоже должен участвовать в процессе лечения.

Будь вежлив, слушай советы медиков, соблюдай рекомендации и сохраняй положительный настрой.



ПРОЦЕДУРЫ

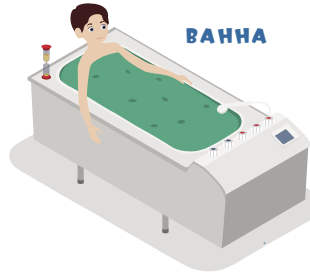
Для борьбы с болезнью врач назначит разные процедуры, а медицинская сестра их проведет. Среди них есть те, которые могут доставить удовольствие.

Помни!
Все медицинские процедуры помогут тебе побыстрее поправиться.





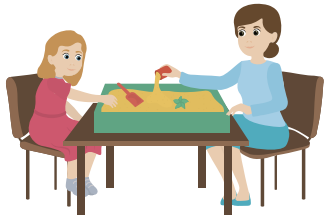
МАССАЖ



ВАННА



ГИМНАСТИКА



ЗАНЯТИЯ С ПСИХОЛОГОМ

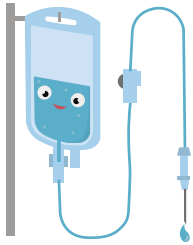


НЕВКУСНЫЕ ТАБЛЕТКИ

К сожалению, не все процедуры приятные, и нужно будет немного потерпеть.



УКОЛЫ



КАПЕЛЬНИЦЫ

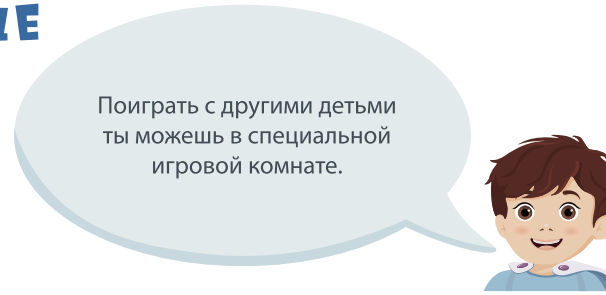


ПЕРЕВЯЗКИ

Но все эти процедуры очень важны, и их надо выполнять, чтобы почувствовать себя лучше!

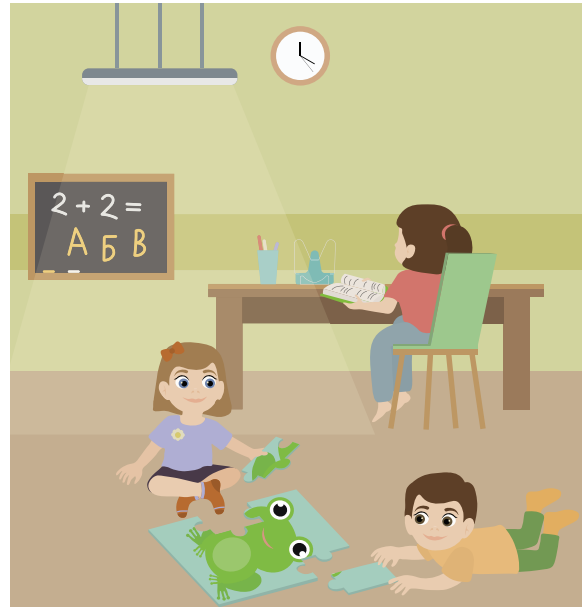
ПРАВИЛА ПОВЕДЕНИЯ В БОЛЬНИЦЕ

Помни, что в больнице всем ребятам нелегко. Здесь лечатся дети разного возраста.



Многие из них ослаблены и не имеют достаточно сил для игр и развлечений. Есть маленькие дети, которым надо днем спать, есть ребята, которые устали или плохо себя чувствуют. Поэтому в больнице нельзя шуметь. Старайся соблюдать это правило.

Игры и занятия нужно выбирать спокойные. Например, можно почитать книгу, посмотреть или раскрасить картинки, поиграть в игрушки или настольные игры, посмотреть мультфильм, смастерить что-то, заняться творчеством.



Если есть игровая комната, то там можно поиграть с другими детьми или попросить родителей помочь заняться чем-нибудь интересным.

КАК НАЙТИ ДРУЗЕЙ



В больнице лечится много детей. Среди них есть твои сверстники.

Чтобы было веселее и интереснее проводить свободное время, познакомься с ними.

Чтобы с кем-нибудь из детей подружиться, спроси, как его зовут, и предложи во что-нибудь поиграть.



Это можно сделать в палате, в коридоре, в игровой комнате.

Узнай, как зовут твоего соседа, и назови свое имя. Расскажи, что ты любишь делать и чем интересуешься. Предложи во что-нибудь поиграть или заняться чем-либо увлекательным. Будь добрым и отзывчивым. Старайся не портить настроение другим.

Но если тебя кто-то обижает в палате, в игровой комнате или на прогулке: толкает, дразнит, берет твои вещи, а ты в больнице находишься один, без родных, расскажи об этом взрослому — медицинской сестре, врачу, психологу или родителям детей из другой палаты. Они тебе помогут.

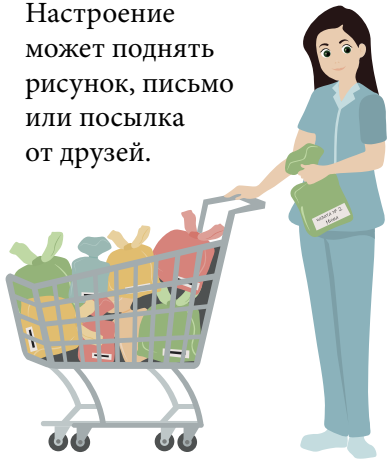
ЕСЛИ ТЕБЕ ГРУСТНО

Если тебе стало грустно, ты можешь позвонить родителям или близкому человеку по телефону. Для этого в распорядке дня отведено специальное время. Если на душе очень тяжело, скажи медицинской сестре, она поддержит тебя и найдет возможность организовать твое общение с родителями.



Когда говоришь с близкими по телефону, не забывай узнать, что интересного или нового произошло дома. Расскажи, что тебя обрадовало или огорчило в больнице.

Если кто-то из твоих родственников находится в том же городе, что и ты, попроси их принести тебе что-нибудь интересное, вкусное и полезное. Настроение может поднять рисунок, письмо или посылка от друзей.



Если ты соскучился по близким и тебе грустно, попробуй сделать им что-то приятное: нарисовать рисунок, сделать поделку или написать письмо.

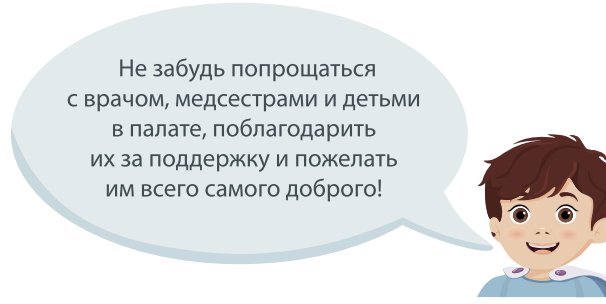


Узнай, есть ли в больнице педагоги и психологи. Попроси врача записать тебя к ним. Эти специалисты оказывают психологическую помощь детям, они помогут справиться с переживаниями и организуют досуг в больнице. Ты можешь рассказать им о том, что тебя огорчает.

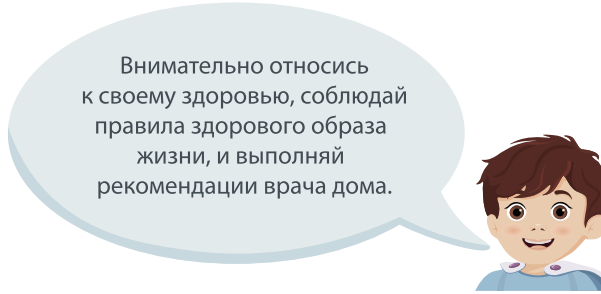
ВЫПИСКА

И вот ты чувствуешь себя намного лучше и бодрее. Результаты анализов подтверждают восстановление твоего здоровья.
Врач говорит тебе, что скоро выписка. Ура!
Теперь можно возвращаться домой. Проверь, собрал ли ты все свои вещи? Сложи все аккуратно в сумку и жди родителей.
Не забудь поблагодарить доктора и медицинских сестер – всех тех, кто помог тебе поправиться. Можешь нарисовать им что-то на память или написать добрые слова в сделанной своими руками открытке.





БЕРЕГИ СВОЕ ЗДОРОВЬЕ



Помни, что за здоровьем надо следить и регулярно проходить обследования у врача. Доктор сообщит, когда можно прийти к нему в следующий раз и убедиться, что твой организм работает хорошо.

Возможно, дома придется продолжать принимать лекарства, соблюдать диету, беречься от переохлаждения и больших нагрузок, постепенно входить в привычный ритм учебы.

Врач перед выпиской обязательно расскажет о правилах, которые нужно будет соблюдать дома:

- режим дня;
- правильное питание;
- прогулки на свежем воздухе;
- физическая активность;
- занятия по укреплению здоровья.




Теперь ты знаешь, как
лечатся в больнице.
Посвящаю тебя
в храбрые пациенты!

ФГАУ «НМИЦ здоровья детей» Минздрава России
ФГБУ «Российская академия образования»

КНИГА ДЛЯ ХРАБРЫХ ПАЦИЕНТОВ

Под редакцией
С.Б. Лазуренко, А.Л. Венгера

Выполнено в рамках
государственного задания ФГБУ РАО
№ 075-00542-24-00 от 17.01.2024

Выпускающий редактор У.Г. Пугачёва
Вёрстка Е.В. Зиновьева

Подписано в печать 18.06.2025
Тираж 100 экз. Заказ 25061

Отпечатано ООО «Деловая полиграфия»
117588, г. Москва, Литовский бульвар, 34-8

Москва, 2025

ISBN 978-5-6051624-4-5