



Минимальные мозговые дисфункции (ММД) - незначительные, не резко выраженные нарушения в строении и функционировании мозга ребенка, вызывающие расстройства поведения и обучения.



МИНИМАЛЬНЫЕ МОЗГОВЫЕ ДИСФУНКЦИИ

ПАМЯТКА РОДИТЕЛЯМ

КАК МОЖНО ЗАПОДОЗРИТЬ У РЕБЕНКА ММД?

Искать признаки ММД следует не только в плохом поведении и неуспеваемости ребенка. ММД проявляется через следующие синдромы: дефицита внимания, гиперактивности, импульсивности.

Проявление синдрома дефицита внимания:

- ребенок с трудом сохраняет внимание при выполнении заданий или во время игр;
- не в состоянии выполнить задание до конца, и это не связано с плохим настроением или непониманием сути задания;
- не доводит начатое дело до конца, быстро переходит от незавершенного к новому;
- легко отвлекается на постороннее.

Проявление синдрома гиперактивности:

- не может играть в тихие, спокойные игры;
- бегаем, крутится, пытается совершать много движений;
- очень разговорчив;
- мало сидит на месте, совершает лишние движения кистями и стопами.

Проявление синдрома импульсивности:

- отвечает на вопросы, не задумываясь, не дослушав;
- мешает другим детям, взрослым, пристаёт, встречается в игры, разговоры;
- не ждет своей очереди в коллективных играх;
- часто вступает в драки, но не потому, что агрессивен, а из-за неумения проигрывать;
- совершает опасные для себя и окружающих действия, но при этом не ищет острых ощущений или приключений.

Неспецифические проявления ММД:

- ребенок просыпается несколько раз за ночь, крутится в постели, вскрикивает во сне, дергает ногами;
- вечером с трудом засыпает, а утром отказывается вставать;
- часто «подхватывает» вирусные инфекции, круглый год ходит с насморком;
- он неважно чувствует себя при перемене погоды и магнитных бурях;
- ему плохо удаются спортивные игры, он никак не может обучиться езде на велосипеде, значительно отстает от сверстников в беге и прыжках;
- ребенок испытывает затруднения при выполнении мелких движений: застегивании пуговиц, шнуровании ботинок, шитье, при использовании ножниц;
- возможно, у него необычная форма головы, или она явно больше (меньше), чем у сверстников, несимметричное лицо, разные уши, цвет глаз.

Если Вы замечаете нечто подобное у своего ребенка, Вам следует обратиться к специалистам. При своевременном лечебном вмешательстве минимальная мозговая дисфункция устранима.



ПРОФИЛАКТИКА ДЕТЕЙ С ММД

Профилактику ММД следует проводить, начиная с рождения ребенка:

- рекомендуется систематическое наблюдение невропатолога или психоневролога. Частая ошибка родителей - самолечение с помощью успокоительных трав и медикаментов. Это не только не помогает, но и затягивает течение болезни;
- самое главное – соблюдать режим дня;
- старайтесь, чтобы ребенок спал не меньше 10 часов в сутки. Желательно сохранить и дневной сон.
- если малыш плохо засыпает по вечерам, можно увеличить физические нагрузки в течение дня (но не вечером!).
- не перегружайте ребенка занятиями, особенно по вечерам. Помните, что умственное переутомление вызывает бессонницу, а вот если Ваш ребенок устанет физически, то заснет без проблем;
- если ребенок требует Вашего присутствия при выполнении каких-либо заданий – посидите рядом. Зачастую ему нужна даже не помощь, а просто Ваша поддержка. Не переживайте, со временем его самостоятельность обязательно проявится;
- не заставляйте ребенка сидеть неподвижно все время занятий, чаще устраивайте физкультминутки;
- во время занятий давайте короткие, четкие и наглядные инструкции. Например, чем говорить: «Отступи четыре клеточки», лучше просто покажите пальцем;
- почаще предлагайте ему творческие занятия: лепку, мозаику, конструктор, аппликацию. Это поможет ребенку разработать мелкую моторику рук, развить зрительную память, пространственную ориентацию и усидчивость;
- возьмите под контроль общение со сверстниками. Оно должно быть непродолжительным и неустойчивым. Если замечаете, что ребенок устал от общения с товарищем, аккуратно предложите детям на сегодня игры закончить;
- договаривайтесь заранее обо всех «волнительных» мероприятиях (поход к врачу, примерное поведение в театре и т.д.);
- минимизируйте «общение» с телевизором и компьютером (не более 30 минут в день!);
- из спортивных занятий ребенку с ММД полезны плавание, хореография, художественная гимнастика, танцы и восточные единоборства – ушу, айкидо;
- старайтесь, чтобы в доме ребенка окружала доброжелательная атмосфера, терпение и мягкое руководство. И никаких семейных ссор при малыше!