Автор: admin
30.11.2011 13:26 - Обновлено 02.11.2014 11:16

# В дорогу с ребенком? Да хоть на край света!

Правда, если есть хоть малейшая возможность избежать поездки с малышом, то лучше это сделать. Российские педиатры считают, что пока ребенку не исполнится 3 года, дальше ближайшей лесной опушки ездить не следует. А от поездок в страны с другим климатом так и вовсе надо воздержаться до пяти лет. Есть масса причин для такой осторожности: и несовершенный вестибулярный аппарат крохи, не способный справиться с быстрым перемещением в пространстве, и стресс, вызванный сменой часового пояса, и возможные кишечные расстройства на новом месте.

Однако если ехать все-таки надо, постарайтесь сделать путешествие максимально комфортным для ребенка, заранее продумав все организационные вопросы:

1. Обязательно перед поездкой посетите участкового врача-педиатра. Врач осмотрит ребенка, посоветует, какие лекарства взять с собой на всякий случай в дорогу (жаропонижающее, от кишечных расстройств, зеленку или перекись), даст выписку из медицинской карты ребенка.

2. Кроме лекарств и выписки из мед. карты, не забудьте взять с собой свидетельство о рождении ребенка и его страховой полис.

3. В случае, если путешествие предстоит без папы, стоит взять вещей по минимуму и сложить их в рюкзак – так обе руки будут свободны. А если в пункте назначения есть знакомые, можно заранее отправить на их имя посылку с вещами, которые в дороге не пригодятся, но будут нужны потом. Я во время нашего путешествия так и сделала, и это сильно облегчило мне жизнь. Ведь зачастую в зданиях вокзалов есть крутые лестницы и нет эскалаторов. И вид женщины, у которой в одной руке малыш, а в другой – чемодан, вызывает море сочувствия.

4. Если ребенок еще слишком мал, стоит позаботиться о достаточном количестве памперсов и влажных салфеток.
Очень полезно перед поездкой просмотреть сайты вокзалов, где предстоит делать пересадки и уточнить, есть ли там комната матери и ребенка. В большинстве из них можно с удобством подмыть ребенка, поменять памперс, покормить – есть и

оборудованные кухни и пеленальные столики. Стоит также справиться о дополнительных услугах. В некоторых аэропортах оборудованы игровые зоны, где можно оставить свое чадо под присмотром аниматоров, а, например, в аэропорту Домодедово мамам, путешествующим в одиночку с ребенком и багажом, предоставляется помощь агента службы сервиса.

5. Еды не стоит брать слишком много – условия хранения пищи в дороге далеки от необходимых, да и ребенок наверняка будет есть меньше обычного. Детское питание в баночках, сок, воду обязательно, яблоки – этого вполне достаточно. Идеально, если малыш находится на грудном вскармливании. В этом случае стоит купить блузку для кормления. Я полтора года прекрасно обходилась без нее, а в дорогу купила и оценила ее удобство. Кроме этого, из личного опыта: в привокзальном кафе, меню которого не рассчитано на полуторагодовалых посетителей, я попросила сварить рис с маслом без соли, покрошила туда мелко яблоко и получилась каша не хуже домашней. Можно еще взять с собой в дорогу пакетики с детским фиточаем и в кафе заварить его.

6. Ну и чуть ли не самое важное. Обязательно подумайте, чем ваш ребенок будет занят в дороге. Купите несколько новых книг, игрушек в соответствии с возрастом и интересами ребенка. Помните, в детстве были раскраски, в которых цвет проявлялся после того, как их намочишь? 5 таких раскрасок, упаковка ватных палочек, банка-непроливайка – и моя полуторагодовалая малышка была увлечена всю дорогу этим новым для нее делом.

Вот и все. Главное, будьте спокойны и уверенны, все пройдет отлично. Надо ехать – так в путь!

Автор - **Наталья Никитина**
Источник