

Страшное название состояния, с которым сталкиваются многие родители детей раннего возраста. По-другому в народе это называется “ребенок закатывается”.

КАК ВЫГЛЯДЯТ АФФЕКТИВНО-РЕСПИРАТОРНЫЕ ПРИСТУПЫ?



Ребенок плачет, кричит и заходится молчаливым криком: рот открыт, а звука нет. Ребенок выдыхает весь воздух, но не вдыхает. При этом дети могут посинеть или побелеть. У большинства детей синеют губы, сами они становятся синюшного цвета, глаза стекленеют. Ребенок может упасть, описаться, потерять сознание. Потом ребенок снова “включается” и начинает плакать уже как обычно.

Если вы себе это представили в красках, то, думаю, догадываетесь, почему в первый раз родители очень пугаются.

Но самое главное, что должны знать родители детей с аффективно-респираторными приступами, — это не смертельно.

ПОЧЕМУ У НЕКОТОРЫХ ДЕТЕЙ БЫВАЮТ ТАКИЕ ПРИСТУПЫ?

Это связано с незрелостью нервной системы. Когда дети рыдают, они испытывают сильные эмоции. До 4 лет в нервной системе ребенка процессы возбуждения преобладают над [процессами торможения](#).

Истерика, сильные эмоции – это возбуждение. От избытка нервных импульсов, мозг ребенка начинает “гореть” как гирлянда, и в момент пика просто “выбивает пробки”, т.е. ребенок «отключается», «уходит на перезагрузку».

Теперь вы понимаете, что причина закатывания у детей — незрелость нервной системы. Значит, надо, чтобы нервная система дозрела. Тогда истерики с закатыванием пройдут. Все просто. Это происходит само, постепенно частота аффективно-респираторных приступов уменьшается. Ведь нервная система дозревает постепенно.

ЧТО ДЕЛАТЬ РОДИТЕЛЯМ, КОГДА РЕБЁНОК ЗАКАТЫВАЕТСЯ В ИСТЕРИКЕ?



Во-первых, нужно свести провоцирующие факторы к минимуму:

- Ребенок должен высыпаться, а это значит [чёткий режим](#)!

- Система запретов и ограничений должна быть четкая и ясная. Ребёнку должно быть понятно, что от вас ожидать. Если испытываете с этим сложности, то вам [сюда](#).
- Заранее готовьте ребенка к стрессовым ситуациям. Рассказывайте, проигрывайте, объясняйте, что и как будет происходить.

Во-вторых, не пугайте ребенка. Когда приступ закончится, вашему малышу надо, чтобы рядом оказался спокойный и уравновешенный взрослый. А не родители в предобморочном состоянии. Уверенные и спокойные родители помогут ребёнку быстрее успокоиться и переключиться.

В-третьих, не ругайте за закатывание. Это не специально, ребенок не может этого сознательно контролировать. Мог бы — не закатывался. Советы из серии «[А вы ему по жопе, чтоб не выпендривался](#)» шлите лесом. Обнимите и успокойте.

В-четвёртых, не ведитесь. Если у ребёнка возникают аффективно-респираторные приступы, это не значит, что он какой-то особенный и ему надо все разрешать, чтобы избежать любого расстройства. От этого только хуже будет! Ребенок может бессознательно начать этим манипулировать

ИТАК, ВЫВОДЫ. ЧТО ДЕЛАТЬ, КОГДА РЕБЕНОК ЗАКАТЫВАЕТСЯ:

1. Перед началом развёрнутого приступа попробовать переключить внимание ребенка на что-то другое;
2. Если не получилось (у меня почти никогда не получалось), обезопасить ребенка от падения;
3. Реагировать спокойно, когда ребенок придет в себя: обнять, успокоить, умыть, зарядить своей уверенностью, что все пройдет;
4. Продолжить заниматься обычными делами.

После самого первого аффективно-респираторного приступа стоит обратиться к неврологу, особенно, если у ребенка уже есть какой-то диагноз по неврологии... Но помните, что это временно, так же, как и колики. Ребенок дозреет и все пройдет.