

## **Ласка стимулирует рост.**

Интересное исследование провели зарубежные медики. Они осмотрели группу детей с нарушением роста. Выяснилось, что это были дети из неблагополучных семей: их родители либо были в разводе, либо имели какие-либо проблемы в супружеской жизни. Или были алкоголиками и поэтому не уделяли семье должного внимания. Дети в таких семьях были не только малорослыми, но и имели малый вес, у половины из них был обнаружен явный дефицит гормона роста. Дети не стремились к общению с другими детьми, у них были своеобразные привычки в еде или они постоянно испытывали голод, спали беспокойно и отставали в развитии речи. Однако питание не играло в этой связи никакой роли, наследственные болезни также нельзя было считать причиной нарушения развития. Просто эти дети были обделены в эмоциональном отношении и испытывали чрезмерные перегрузки в условиях постоянного стресса, которому они подвергались в своих семьях. Исследователи поместили детей в такое окружение, в котором они были избавлены от стресса, что дало им чувство защищенности. Дети сразу стали наверстывать упущенное в своем развитии. Уже через 3 недели у них нормализовалась выработка гормона роста. Ласковый уход и индивидуальное внимание привели к заметному ускорению их роста. Например, одиннадцатилетний мальчик, у которого рост был, как у шестилетнего, за один год вырос на 15 см, прибавил в весе 19 кг.

Особенно важен телесный контакт. Каждый раз, когда нежные руки родителей ласково поглаживают кожу ребенка, стимулируется и его головной мозг, его развитие. Ласка может даже оберегать от болезней. Исследования на животных показали, что, например, молодые крысы, которых часто брали на руки и поглаживали, росли быстрее, и у них вырабатывалась лучшая защита от болезней.

***Вспомните, а вы обнимали сегодня своего ребенка?***

*Врач-психиатр ПМПК*

*Мишунина Т.Ю.*

Источник: В.А. Жмуров Психиатрия детско-подросткового возраста. Элиста  
Медицинская книга. 2016г