**ММД - минимальная мозговая дисфункция. Еще этот синдром называется синдром гиперподвижности и/или дефицита внимания (СГДВ). Этот синдром относится к числу тех состояний, которые балансируют на грани здоровья и болезни и потому далеко не сразу обращают на себя внимание специалистов и родителей.**

Существует несколько причин рождения детей с такими нарушениями. Это:

* неблагоприятная наследственность, связанная с хроническими заболеваниями родителей,
* экологические проблемы,
* стрессы в период беременности,
* нарушения развития плода, в том числе - гипоксия,
* перенесенные заболевания будущей мамы,
* применение медикаментозных препаратов для сохранения беременности,
* травмы во время родов и в первые дни, когда шейные мышцы очень слабы и есть опасность подвывиха позвонков,
* вирусные заболевание в первый год жизни, нарушающие питание мозга

.

Иногда можно пропустить это заболевание, в то время как раннее его распознавание позволяет успешно корректировать нарушения мозговой деятельности.

При гиперактивности внимания ребенок легко отвлекаем, чересчур подвижен, причем его активность не имеет результата. Поведение отличается неусидчивостью, импульсивностью.

До 3 лет таким детям ставится диагноз "невропатия" или "перинатальная энцефалопатия", и они получают лечение у невропатолога.

Серьезные проблемы начинаются в старших группах детского сада и особенно в первом классе. Ребенок с минимальной мозговой дисфункцией не усваивает школьный материал из-за дефицита внимания, за ним закрепляется репутация "двоечника".

Среди детей можно выделить группу, где интеллект не нарушен, но результаты деятельности снижены из-за недостатка усидчивости и внимания. В других случаях - сочетание гиперактивности внимания с задержкой психического развития. Если вовремя не лечить ММД, то к концу школьного обучения такие дети уже не проявляют явных поведенческих нарушений, но у них имеется явное отставание по школьной программе и психологические проблемы, связанные с отношением к ним более благополучных одноклассников.

Если Вы замечаете нечто подобное у своего ребенка, Вам следует обратиться к психотерапевту и психиатру. При своевременном лечебном вмешательстве минимальная мозговая дисфункция устранима. Частая ошибка родителей - самолечение гиперактивности внимания посредством успокоительных трав и медикаментов. Это не только не помогает, но и затягивает течение болезни. Обращайтесь к специалисту, не занимайтесь самостоятельным лечением ММД.

**Минимальная мозговая дисфункция - ММД синдром гиперактивности, расстройство внимания**

Памятка родителям, чей ребенок страдает **синдромом гиперактивности внимания ММД. Минимальная мозговая дисфункция** - распространенное нарушение. Ребенок с минимальной мозговой дисфункцией непоседлив, невнимателен, гиперактивен. Он доставляет много хлопот своим родителям. Я могу дать несколько советов, которые очень помогут родителям детей с **минимальной мозговой дисфункцией ММД**.

* Соблюдайте режим дня, у ребенка должно быть достаточно времени на сон и на прогулки.
* Рацион ребенка с ММД должен включать продукты с повышенным содержанием кальция, калия и магния (молочные продукты, сухофрукты: изюм, чернослив, курага). Это необходимо для **лечения гиперактивности**.
* Ребенок должен избегать шумных и подвижных игр, особенно перед сном. Ограничьте число контактов с другими людьми.
* Оклейте комнату ребенка обоями спокойных умеренных цветов, без лишней мебели и игрушек. Мебель должна быть простой и прочной.
* Старайтесь избегать жары, духоты, длительных поездок.
* Вашему ребенку рекомендованы занятия теми видами спорта, которые практически исключают травмы головы (плавание, гимнастика).
* Подготовьте ребенка к фармакологическому лечению **минимальной мозговой дисфункции** так, чтобы оно не воспринималось им как наказание за поведение. Строго выполняйте все назначения врача по лечению ММД.
* Повесьте на стену календарь. Отмечайте красным фломастером хорошие дни, а синим неудачные. Это нужно для **лечения гиперактивности внимания**. Объясняйте ребенку свое решение.
* Используйте гибкую систему поощрений и наказаний. Поощряйте ребенка сразу же, не откладывая но будущее.
* Работайте с ребенком в начале дня, а не вечером. Уменьшите общую рабочую нагрузку ребенка. Поощряйте игры и занятия, требующие внимания и терпения.
* Делите работу на более короткие, но более частые периоды. Используйте физкультминутки.
* Снизьте требования к аккуратности в начале работы, чтобы сформировать у ребенка чувство успеха.
* Попросите педагога по возможности посадить Вашего ребенка на первую парту или поблизости от него.
* Используйте во время занятий, когда ребенок перевозбужден, тактильный контакт (элементы массажа, прикосновения, поглаживания).
* Давайте короткие, четкие и конкретные инструкции.
* Договаривайтесь с ребенком о тех или иных действиях заранее. Если Вы едете со своим ребенком в музей, театр или в гости, то должны заранее объяснить ему правила поведения. Например: "Когда мы выйдем из дома, ты должен дать мне руку и не отпускать ее, пока не перейдем улицу. Если ты все сделаешь правильно, я дам тебе жетон. Когда мы сядем в автобус..." и т.д. Затем определенное количество полученных за правильное поведение жетонов можно будет обменивать на приз (конфету, игрушку и т.д.). Если ребенок будет очень стараться, но случайно что-то сделает не так, то его можно и простить. Пусть он чувствует себя успешным.
* Предоставьте ребенку в определенных ситуациях возможность выбора.
* Заведите дневник, отмечайте в нем любые, даже минимальные изменения в поведении ребенка; трудности, которые у Вас возникают; отмечайте каждый прием лекарств, а так же начало и характер их действия и побочные эффекты. Отметьте все, что Вы сумели или не смогли выполнить из этих рекомендаций.
* Оставайтесь спокойным родителем. Нет хладнокровия - нет преимущества!