**Право на здоровье**

С

Будущее маленьких граждан зависит от многих факторов. Но, несомненно, одно: их благополучие возмож­но только в том случае, если они здоровы.

егодняшние дети - это генофонд нации. Иными словами, от них зависит будущее не только отдельно взя­той семьи, но и всей страны. Не случайно в современной истории найдется немало примеров того, как разные государства прилага­ли совместные усилия, чтобы обеспечить своих маленьких граждан здоровьем и благополу­чием. Декларация объединенных наций по правам ребенка 1959 года, Конвенция о правах ребен­ка 1989 года, многочисленные национальные документы про­возглашают, что дети имеют пра­во расти в атмосфере, наиболее благоприятной для их здоровья. С этой целью правительства стран, присоединившихся к Конвенции, обязаны прилагать усилия для сокращения дет­ской смертности, развивать пер­вичную медицинскую помощь с момента рождения ребенка, обеспечивать детям эффектив­ную диспансеризацию, профи­лактику заболеваний, вести активную борьбу с болезнями и недостаточной массой тела.

Но не только государство должно обеспечивать маленьким гражданам полноценное суще­ствование. В первую очередь забота о здоровье детей возлага­ется на их родителей.

Родительская забота

В соответствии со статьей 63 Семейного кодекса РФ родители обязаны заботиться о здоровье, физическом, психическом, духов­ном и нравственном развитии своих детей. Право ребенка на здоровье означает не только нали­чие шанса на счастливую семью. В каждый возрастной период ма­ма и папа должны предоставить ребенку все возможности для того, чтобы он мог пользоваться максимальным объемом матери­альных и моральных благ, необхо­димых для нормальной жизни.

На практике это означает, что малышу надо обеспечить эффек­тивный и безопасный предродовой период, здоровые роды, должный послеродовый уход, включая грудное вскармливание, надлежащую вакцинацию, использование современного медицинского оборудования и услуг в случае болезни и т.д.

Здоровый образ жизни

Мамам и папам необходимо знать, от чего в первую очередь зависит здоровье ребенка. Тогда им будет легче заботиться о своем малыше. Ученые определяют несколько основных факторов: наследственность, качество меди­цинского обслуживания, образ жизни, факторы внешней среды.

Качество и, что немаловажно, оперативность оказания меди­цинских услуг, по оценкам рос­сийских специалистов, в среднем обеспечивает около 10-20 % всего влияния на здоровье ребенка. Почти столько же отводится и наследственности. Зато факторы внешней среды (место житель­ства, качество воздуха, питьевой воды и пищи), а также образа жизни играют более значимую роль - на них приходится 60-80 % всего влияния на здоровье ребен­ка. Под этим подразумевается правильный режим сна, питания, отдыха и обучения, здоровый рацион, занятия физкультурой и другие физические нагрузки, водные процедуры. А поскольку в Семейном кодексе говорится о том, что родители должны забо­титься о здоровье своего ребенка, помните: создание для малыша здорового образа жизни - это не только ваша добрая воля, но и законодательно закрепленная прямая обязанность.

