



Простудные заболевания и грипп у детей

Профилактика и рекомендации по лечению



Осторожно, ГРИПП!

Вакцины могут быть "живые" и инактивированные. Выбор вакцины зависит от возраста ребенка, а также от состояния его здоровья (аллергия, частые простудные заболевания, хронические заболевания и др.) Поэтому правильно выбрать вакцину вам поможет ваш педиатр. После введения любой вакцины против гриппа иммунитет формируется через 10-14 дней.

Поэтому вакцинацию лучше проводить осенью и заканчивать за 2 недели до предполагаемого начала эпидемии. Прививать лучше практически здорового ребенка. Поэтому вакцинацию желательно начинать в октябре, когда до гриппа еще далеко, и риск заболеть другими простудными заболеваниями меньше. Проведенная вакцинация будет эффективна и в случае заражения другими разновидностями вируса гриппа, т.к. все они имеют сходную структуру поверхностных белков и заболевания протекают легче. Привитые дети в редких случаях могут заболеть гриппом, но болезнь будет протекать легче и не вызовет осложнений. Прививка сохраняет свою эффективность в течение 6-12 месяцев.



Основные симптомы простудных заболеваний



Простуду легко выявить по целому ряду симптомов: кашель, «заложенность» горла, боль при глотании, насморк или «забитый» нос, повышение температуры тела (до 38 градусов).

Обращайте внимание на все эти симптомы, кашель может быть «сухой», «лающий», с выделением мокроты, приступообразный.

Обращайте внимание на все эти симптомы, кашель может быть «сухой», «лающий», с выделением мокроты, приступообразный. «Сухой» и «лающий» кашель признак заболевания верхних дыхательных путей (фарингит, ларингит, трахеит). Длительный, приступообразный кашель с выделением мокроты говорит о том, что инфекция опустилась глубже и дошла до бронхов и легких. Кашель - естественная реакция на раздражитель, попадающий в органы дыхания. Кашлем сопровождается аллергия, выражается стресс (привычный кашель, имеющий характер нервного тика). По характеру кашля можно поставить более точный диагноз заболевшему ребенку и избавить его от причины возникновения кашля. Насморк тоже может носить аллергический характер, «заложенность» носа может быть выражением стресса (ринопатия) и быть следствием чрезмерного употребления аллопатических капель для носа. При легкой простуде температура может повыситься резко и также резко упасть через некоторое время. Если температура не опускается ниже 37 градусов в течение нескольких дней, это серьезный повод вызвать врача.

Кашель, насморк, повышенная температура тела - все это признаки респираторных заболеваний (ОРЗ, ОРВИ, фарингит, ангина), мы редко выясняем какое именно заболевание у ребенка, обобщая все эти понятия в одно - простуда, это одно из самых распространенных заболеваний у детей. Причиной болезни могут быть вредные микроорганизмы, инфекции или вирусы. Простудные заболевания переносятся ребенком, как правило, без осложнений, если симптомы были выявлены своевременно и ребенок получил должную терапевтическую поддержку. Если простуду не лечить, то осложнений не миновать, она может перейти с более тяжелую форму и стать хронической. Детский организм наиболее уязвим в холодное время года и период «межсезонья» (ранняя весна, поздняя осень), редко когда простуда возникает летом. Достаточно небольшого резкого перепада температуры, чтобы вирусы и инфекции, витающие в воздухе (основной путь передачи простудных заболеваний - воздушно-капельный) внедрились в слизистые оболочки и начали активно развиваться. Например, ребенок попил холодного сока или съел слишком холодное мороженое, разгоряченный и потный после игр, ребенок выбежал на улицу, промочил ноги и т.д. Иногда хватает нескольких минут, чтобы вирусы и бактерии, вызывающие воспаление дыхательных путей начали свое действие.



Лечение простудных заболеваний

Детям можно парить ножки и ручки. Опускать конечности в теплую приятную воду и постепенно повышать температуру до 40-41 градуса, когда ножки или ручки покраснеют, можно облить их холодной водой и опять опустить в горячую (можно сделать это три раза). После процедуры наденьте малышу теплые шерстяные носочки или варежки.

Ингаляция также хорошее средство против простудных заболеваний, однако, если у вашего малыша аллергия, избегайте применения пахнущих средств (аромамасла, камфарный спирт, горчичники и др.) это может вызвать спазм бронхов и затруднение дыхания.

Важно!!!

При первых признаках заболевания немедленно обращайтесь к врачу!

Профилактика простудных заболеваний

1. Перед выходом из дома смазывайте ноздри ребенка одним из перечисленных ниже препаратов:

0,025% оксолиновая мазь

мазь "интерген"

мазь "виферон"

персиковое масло

вазелиновое масло

Эти препараты предотвращают закрепление вируса на слизистой оболочке дыхательных путей.



Профилактика простудных заболеваний

2. Вернувшись домой, попросите ребенка прополоскать рот одним из следующих отваров:

ромашка
зверобой
шалфей

Это позволяет удалить потенциальных возбудителей заболевания со слизистой полости рта. Эту процедуру полезно делать всем членам семьи по возвращении домой, чтобы не заразить ребенка.

3. Закаливание

4. Прием одного из следующих гомеопатических препаратов согласно приложенным аннотациям:

Афлубин
ИОВ-малыш

Антигриппин (гомеопатические горошки)

5. Прием витаминов

Витамины лучше принимать курсом - 1 месяц.

Желательно это делать зимой и ранней весной, когда наиболее снижены защитные силы организма. Выбрать подходящие вашему ребенку витамины поможет врач.

