Автор: Лилиана Локацкая
24.04.2009 13:44 -



«Ребенок часто болеет» - под этой фразой, помимо плохого самочувствия малыша также подразумеваются пропущенные дни в детском саду и школе, больничные листы родителей, крушение планов. А часто - это сколько? Врачи считают, что если ребенок старше года «подхватывает» вирусную инфекцию более четырех-пяти раз в прохладное время года и более двух-трех кишечных инфекций - за теплый сезон, то это уже перебор.

Весной иммунная система малыша часто ослабевает. Детский организм становится уязвим, если ребенок промочил ноги, одежду, побыл на сквозняке. Любой вирус, «пролетающий» мимо в этот момент, может «сесть» на слизистую носа и вызвать насморк, чихание, першение в горле.

Если эти симптомы присутствуют у малыша, которому еще нет года, самолечение недопустимо. Лучше сразу показать ребенка врачу, так как пневмония в раннем возрасте может развиться очень быстро.

Читайте по теме: Детский иммунитет: сначала разберись - потом корректируй

Часто бывает так: малыш явно заболевает, но температуры у него пока нет, и родители ведут его в сад или отправляют в школу. Понять их в принципе можно: надо идти на работу, а оставить сына или дочь не на кого...

И все же для ребенка было бы лучше пересидеть начало болезни в тепле и покое. Безвыходных ситуаций не бывает. Может быть, на пару дней к вам сможет приехать бабушка или дедушка? Можно попробовать поискать для таких случаев «экстренную» няню, договориться с соседкой. Только обо всем этом нужно подумать заранее, а не в то утро, когда простуда застала врасплох.

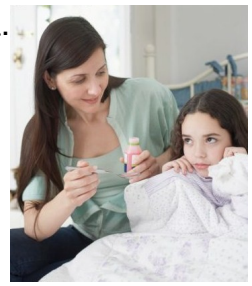
Автор: Лилиана Локацкая
24.04.2009 13:44 -

В то же время, педиатры считают, что если ребенок заболел, держать его дома две недели до полного выздоровления не надо. Дело в том, что если малыш пересидит болезнь дома, то, придя в садик, он может легко через три дня заболеть снова.

Ведь через две недели после начала болезни происходит пик снижения иммунитета, а в детском коллективе за это время могут «смениться» почти все инфекции. Появятся те, с которыми ваш ребенок совсем не знаком.

Поэтому лучше, если он побудет дома от 3 до 5 дней и отправиться в сад, когда кашель пойдет на убыль, перестанет болеть горло и нормализуется температура. Если малыш кашляет раз пять в день или только после сна - это вполне нормально.

Особый вопрос - часто болеющие дети. Если ребенок простывает восемь, десять, двенадцать раз за год, то необходимо обследовать его иммунный статус. Такого малыша лучше вообще забирать из сада, но не навсегда, а хотя бы на год. Дело в том, что на фоне частых вирусных заболеваний может развиться бронхиальная астма.



Не рискуйте, но и не отчаивайтесь. Дети болеют в какой-то год больше, в какой-то - меньше, до тех пор, пока не накопят иммунную память, не перезнакомятся с наиболее распространенными инфекциями.

Вполне возможно, что через год сын или дочь смогут посещать сад. Но если ребенок совсем не ходил в дошкольное учреждение, то будьте готовы к тому, что он будет много болеть в школе. Не забывайте и о прививках. Профилактические прививки от гриппа показаны часто болеющим детям, так как защищают и от других вирусных инфекций.

Если год ребенку уже исполнился, то в качестве первой самостоятельной меры борьбы с

вирусной инфекцией педиатры рекомендуют промывание носа. Для этой процедуры можно использовать физиологический раствор (0,9 процентный солевой раствор) или изотонические спреи. Подойдет также минеральная вода без газа. Тщательно промывая нос, есть шанс механически удалить с его слизистой оболочки заразу.

Чем больше ребенок будет употреблять жидкости в период болезни, тем лучше. Она способствует выведению вируса из организма. Приготовьте ему вкусный морс, отвар шиповника, чай с медом, если нет аллергии на этот продукт. В первые два дня давайте детям сухую детскую микстуру от кашля. Она содержит травы и эфирные масла, которые обволакивают заднюю стенку горла.

Если на третий день кашель не прошел и даже усилился, а нос заложило, то нельзя исключить присоединение еще какой-то инфекции. Ребенка любого возраста в этом случае должен осмотреть педиатр. Никаких самостоятельных мероприятий - прогреваний, ванн для ног и тела, горчичников и компрессов проводить не следует. Горчичники - очень неприятная для ребенка процедура.

Иммунологи не советуют снижать температуру, если она не поднимается выше 38 градусов, если ребенок не очень страдает. Повышением температуры организм борется с инфекцией.

Если температура переносится плохо, то при 38 градусов детям до 3-4 лет можно поставить жаропонижающие свечи, а также, если в анамнезе есть угроза судорог, надо дать жаропонижающее - любой препарат, в основе которого есть парацетамол.