

Знакома ли вам ситуация, когда ребенок ходит несколько дней в садик, а потом по 2-3 недели болеет дома? Все обстоит еще хуже, если ребенок страдает от аллергии, так как любая простуда оборачивается родительским кошмаром. Как помочь ребенку-аллергику быстрее выздороветь?



С приходом осени количество **ОРВИ**, значительно увеличивается. Это связано с тем, что большую часть времени летом ребенок проводит на улице, а с наступлением дождей и холодов он все чаще оказывается в помещении, где вирусам проще распространяться. Во время отопительного сезона в сухом воздухе в садике «летает» множество вирусов: от банального респираторно-синцитиального до тяжелых штаммов гриппа.

В этой ситуации нужно точно знать, как защитить малыша от болезни и как помочь ему, если он все же «схватил» вирус. Особенно эта информация полезна родителям, чьи дети подвержены аллергиям. Ведь ребенок-аллергик (атопик) и болеет гораздо чаще, и переносит даже простую простуду тяжелее обычного.

Особенности ОРВИ и гриппа у детей-аллергиков (атопиков)

Сейчас можно встретить такое понятие как синдром «часто болеющий ребенок». О том, что ребенок болеет действительно часто можно говорить:

- если ребенок в возрасте от 3 до 4 лет болеет чаще 6 раз в год
- если ребенок в возрасте от 4 до 5 лет болеет чаще 5 раз в год
- если ребенок старше 5 лет болеет чаще 4 раз в год

На самом деле, любая респираторная инфекция у детей с хроническими заболеваниями и функциональными нарушениями возникает чаще, протекает сложнее и с большей вероятностью приводит к нежелательным осложнениям. Почему так происходит?



Дело в том, что связь аллергии и вируса формирует замкнутый круг. Аллергия значительно увеличивает восприимчивость ребенка к вирусам, а также повышает риск развития осложнений. В свою очередь, вирус способствует возникновению atopического процесса, обостряя тем самым основное заболевание – грипп или простуду. К этому чаще всего добавляются аллергические реакции на продукты

распада микроорганизмов и на применяемые медикаменты. В итоге формируется порочная зависимость, когда одно заболевание провоцирует и усиливает другое. Ситуацию не улучшает и тот факт, что грипп или ОРВИ может спровоцировать негативную реакцию организма на, казалось бы, привычные ребенку продукты или факторы окружающей среды. Именно поэтому для детей с аллергией жизненно важно изначально подобрать правильное лечение.

Как помочь и не навредить ребенку с аллергией?

К сожалению, противовирусных препаратов, которые идеально подходят детям-аллергикам, очень мало. К таким лекарствам предъявляются повышенные требования: помимо эффективности в лечении гриппа и ОРВИ, отсутствия побочных эффектов и безопасности применения в детском возрасте, эти препараты должны обладать еще одним важным качеством – быть гипоаллергенными, т.е. не провоцировать аллергических реакций.

Что делать, если у ребенка поднялась температура?

Если температура ниже 38°C, то причин для беспокойства нет.

Если малышу меньше четырех месяцев, а температура держится более трех дней, немедленно вызовите врача. Никогда не давайте детям аспирин, он может вызвать у ребенка синдром Рейе – редкую, но тяжелую болезнь, которая поражает печень и мозг.

Как снизить температуру?

Обтирайте ребенка губкой или полотенцем, смоченным в теплой воде. Не используйте холодную воду, лед или медицинский спирт! Оденьте малыша в легкую одежду, но не закутывайте его в одеяло. Давайте ребенку пить как можно больше. Если у малыша сухость во рту и на протяжении нескольких часов памперсы остаются сухими, немедленно вызовите врача.

Полезен ли куриный суп во время простуды?

Куриный суп – одно из самых действенных домашних средств против простуды. Он питателен, согревает горло и прочищает нос, а также снижает воспаление. Следите, чтобы ребенок пил обильно – как вариант, можно предложить горячий отвар из смородины и малины.

Как облегчить боль в горле и кашель?

Обычно боль в горле говорит о простуде и длится 4-5 дней. Рецепт для детей старше двух лет: добавьте в теплый чай или воду ½ чайной ложки меда и дольку лимона – это смягчит кашель. Детям старше трех лет можно давать леденцы и пастилки от кашля. Полезно полоскать горло теплой соленой водой. Будьте внимательны: если у малыша резко заболело горло и все средства от простуды бессильны, возможно, у него стрептококковая ангина; немедленно вызовите врача – это бактериальная инфекция, требующая лечения антибиотиками.

Давать ли детям лекарства от кашля и простуды?

Не давайте аптечные лекарства от простуды или от кашля детям младше четырех лет. В их состав входят компоненты, имеющие серьезные побочные эффекты для маленьких детей. Лучше воспользуйтесь проверенными домашними средствами: давайте малышу пить как можно больше теплой жидкости, применяйте капли для носа на основе морской воды, делайте паровые ингаляции (для детей старше двух лет).

Как правильно давать ребенку лекарства?

Если у малыша ярко выражены сразу несколько симптомов простуды (например, он кашляет, чихает, у него заложен нос и болит горло), можно дать ему одно универсальное лекарство «против симптомов простуды и ОРЗ». Если единственный признак заболевания – кашель, купите сироп; если только заложен нос, используйте капли на основе морской воды. Внимательно читайте инструкцию и используйте мерные ложечки и шприцы, которыми снабжены лекарства.

Избегайте передозировки!

Убедитесь, что вы не даете ребенку два лекарства с одинаковыми активными ингредиентами! Чтобы избежать передозировки, сравните инструкции обоих лекарств (раздел «Активные ингредиенты»).

Лекарства для носа и горла

Если у малыша заложен нос, воспользуйтесь каплями или спреем для носа. Помните, что спреи нельзя использовать более двух-трех дней. От кашля помогут сладкие сиропы или таблетки (для детей постарше). Следите, чтобы ребенок пил много жидкости.

Следует ли будить ребенка для приема лекарства?

Отдых – лучшее лекарство от простуды, поэтому не стоит будить малыша. Даже если при этом он пропустит прием лекарства, не волнуйтесь – просто дайте ему очередную дозу, когда он проснется (или утром).

Что делать, если ребенка вытошнило после приема лекарства?

Если ребенка вытошнило после приема лекарства, не стоит давать ему еще одну порцию: возможно, часть лекарства осталась внутри, и новая порция может вызвать передозировку. Посоветуйтесь с врачом. Если ребенку не нравится вкус лекарства, добавьте его в любимую еду или напиток малыша.

Можно ли дать ребенку лекарство для взрослых, но в меньшей дозировке?

Никогда не давайте ребенку лекарства для взрослых! Только врач может определить правильную дозировку; к тому же, некоторые лекарства созданы специально для детей. Используйте только детские лекарственные средства.

Держите лекарства подальше от детей

Если ребенок капризничает и не хочет принимать лекарство, не убеждайте его, что это «конфетка» – чтобы он потом не пытался найти ее самостоятельно. Держите аптечку на дальней полке и не принимайте лекарства в присутствии детей. Не давайте сладкие на вкус лекарства – например витамины – в качестве награды за хорошее поведение, чтобы избежать передозировки. Предложите ребенку его любимый напиток, чтобы смягчить вкус горького лекарства.