

КАК УБЕРЕЧЬ РЕБЁНКА ОТ ОСТРЫХ РЕСПИРАТОРНЫХ ЗАБОЛЕВАНИЙ.

Среди всех острых заболеваний у детей наиболее распространены острые респираторные заболевания (ОРЗ) установлено, что острые заболевания органов дыхания вызываются в основном вирусами. Большому распространению респираторных заболеваний способствует воздушно-капельный путь передачи инфекции. Источником инфекции является больной ребёнок или взрослый человек, который при разговоре, кашле, чихании выделяет большое количество вирусных частиц.

Следует иметь в виду, что особенности строения и несовершенство функции органов дыхания у детей одно из условий возникновения у них ОРЗ. У ребёнка по сравнению со взрослым маленькие размеры органов дыхания, узкие носовые ходы, узкая гортань, очень нежная слизистая оболочка носовых ходов и гортани, в которой много кровеносных сосудов. Вот почему даже при небольшом воспалении гортани или насморке резко набухают слизистые, ребёнок начинает дышать ртом и поэтому заболевает. Кроме того, у детей до 3 лет сопротивляемость организма к инфекциям по сравнению со взрослыми значительно снижена.

Разные формы ОРЗ имеют свои клинические проявления, но у них много и общего: поражение слизистой дыхательного тракта (насморк, кашель, покраснение в зеве, охриплость голоса, появление удушья); наличие симптомов общетоксического характера (повышение температуры, недомогание, головная боль, рвота, плохой аппетит, слабость, сонливость, потливость, неустойчивое настроение).

Важно помнить, что любая респираторная вирусная инфекция значительно ослабляет иммунитет детского организма. Это в свою очередь способствует присоединению осложнений, чаще гнойного характера, которые вызываются различными бактериями (стафилококками, стрептококками, пневмококками, и др.). Кроме того, под влиянием респираторных инфекций обостряются хронические очаги.

Все сказанное об особенностях возбудителя, о путях заражения им, разнообразие клинической картины и возможных осложнениях ОРЗ подчеркивает важность мероприятий, направленных на профилактику этих заболеваний у детей.

Профилактика ОРЗ бывает неспецифическая, направленная на укрепление защитных сил детского организма, и специфическая, направленная непосредственно на предупреждение заболеваний органов дыхания разными респираторными вирусными инфекциями.

НЕСПЕЦИФИЧЕСКАЯ ПРОФИЛАКТИКА ОРЗ

1. Ежедневно выполнять гигиенические процедуры. Содержать в чистоте посуду, вещи, соприкасающиеся с кожей ребёнка, помещение. Частое проветривание помещений.
2. Регулярно пользоваться свежим воздухом – прогулки обязательны во все сезоны года и в любую погоду.
3. Правильное, полноценное, сбалансированное питание.
4. Проведение закаливающих процедур.

СПЕЦИФИЧЕСКАЯ ПРОФИЛАКТИКА ОРЗ

Специфическая, специальная профилактика ОРЗ, складывается из мер общего санитарно-гигиенического характера и применения ряда препаратов. Строгое выполнение санитарно-профилактических мероприятий является эффективным способом, направленным на предупреждение заражения ребёнка респираторными инфекциями. Каковы основные мероприятия специфической профилактики ОРЗ?

1. Как можно раньше распознать и изолировать больного ребенка или взрослого (не допускать общения с больным - отдельная комната или ширма).
2. Исключить возможность рассеивания инфекции (пользоваться платком при чихании и кашле, отдельная посуда, ношение марлевых масок при уходе за больным).
3. Частое проветривание помещения, содержать их в безукоризненной чистоте. Уборка с применением дезинфицирующих средств.
4. При первых симптомах респираторной инфекции ребёнка нельзя вести в детский коллектив, и немедленно изолировать из коллектива.
5. Применение лекарственных препаратов направленных на профилактику ОРЗ (интерферон, афлубин, арбидол и др.)
6. Своевременно проводить вакцинацию против гриппа.

Основные требования к уходу за ребёнком с острыми заболеваниями.

1. Соблюдение гигиенических условий помещения, чистота, постоянное проветривание, влажная уборка. Температура воздуха в комнате должна быть не выше 18-20 градусов (для детей грудного возраста 21-22).
2. Смена нательного и постельного белья по мере загрязнения , иногда 2-3 раза в сутки, если ребёнок сильно потеет.
3. Одежда больного не должна стеснять движения, на ночь дневную одежду следует заменить на пижаму или сорочку из хлопка.
4. Ежедневно утром и вечером надо проводить туалет больного – мыть лицо, шею, чистить зубы.
5. Купание больного ребёнка проводят в период выздоровления, когда температура не повышается и нет острых симптомов болезни; гигиенические ванны рекомендуется проводить 1 раз в 5 дней.
6. Питание назначает врач индивидуально в зависимости от диагноза, течения болезни, назначенного лечения.

Как правильно поставить ртутный термометр.

У ребенка температуру следует измерять утром после пробуждения и вечером , по назначению врача температуру измеряют чаще, каждые 3-4 часа. При измерении температуры ртутным термометром под мышкой или в паху термометр держат 5 минут. В прямой кишке 3-5 минут, при этом температура обычно на 0.3-0.5 градусов выше, чем при измерении подмышкой.