

Як вберегти дитину від ГРВІ?

На сучасному етапі розвитку медицини все ще зберігається актуальність питань, пов'язаних із захворюваністю інфекційними захворюваннями, що відносяться до групи ГРВІ або ГРЗ.

У нашій країні щорічно, приблизно 30 мільйонів чоловік піддаються простудним інфекціям. Слід зазначити, що так само в цей період, поряд з вже існуючими вірусами, виникає близько двох тисяч нових вірусів, що викликають недуги, які відносяться до ГРВІ або ГРЗ. Найбільшому ризику піддаються діти. Крім повітряно-крапельного шляху зараження, в педіатрії виділяється ще і контактно-побутовий, який сприяє проникненню вірусних мікроорганізмів в дитячий організм.

Характерними ознаками гострих респіраторних вірусних інфекцій у **немовляти** виступає гострий початок, якому притаманне швидке підвищення температури тіла вже протягом декількох годин з початку хвороби.

Для дітей молодшого віку відмінністю виступає більш явний прояв синдрому інтоксикації, який характеризується млявістю, анемією, погіршенням апетиту.

Проявами даного синдрому у **дитини старшої вікової групи** виступають головний біль, зниження активності, блювання і навіть менінгеальні знаки (при важкому перебігу захворювання).

Найбільша активність інфекції в дитячому організмі виражається через прояв катарального синдрому, для якого характерно покашлювання, невелике відділення слизу з носових шляхів, незначна гіперемія слизових оболонок ротової порожнини і глотки, виникнення «зернистості» на стінках глотки.

Профілактика ГРВІ в дитячому садку.

Для дитячого садка характерно час проведення в колективі та вчинення всіх дій разом, що і провокує масовий характер захворюваності відвідувачів дитячого садка.

Для зміцнення імунітету дитини в дитячому садку необхідно дотримуватися ряду рекомендацій:

– створення гарного настрою і бадьорого духу, впевненість у готовності малюка до відвідування закладу;

- процедура обробки по приходу з дитячого саду. У якості профілактичних заходів можливо змазування пазух носа оксоліновою маззю, або промивання носоглотки 1% сольовим розчином;
- дотримання гігієни. Утримання в чистоті приміщень, де перебувають діти. Періодичне провітрювання кімнат;
- загартовування організму і прищеплення інтересу до занять спортом;
- систематичне перебування на свіжому повітрі;
- забезпечення дитячих садків спортивним інвентарем;
- здійснення вітамінізації. Включення в раціон дитячого харчування продуктів з вітаміном с, фруктів.

Пам'ятка для батьків щодо профілактики ГРВІ у дітей.

Профілактичні заходи, які необхідно виконувати батькам аби попередити зараження дитини простудними захворюваннями, представлені:

- Дотриманням правил гігієни, які полягають у:
 - режимі дня;
 - уникнення переохолодження або перегріву;
 - регулярне та ретельне миття рук з милом;
 - використання індивідуальних предметів особистої гігієни;
 - користування носовою хусткою під час кашлю або чхання.
- Регулярним провітрюванням і прибиранням у дитячій кімнаті і житловому приміщенні в цілому.
- Загартовуванням дитячого організму.
- Профілактикою захворювань простудного характеру за допомогою спеціально призначених лікарських засобів.

У разі перших симптомів хвороби необхідно:

- обмежити спілкування хворого з іншими членами сім'ї;
- звернутися за допомогою до фахівця;
- не відправляти дитину в школу або дитячий сад.

Пам'ятайте, раннє розпізнавання небезпечних ознак є надзвичайно важливим. Саме тому для постановки діагнозу необхідно звернутися до лікаря, який призначить лікування та буде контролювати стан вашого здоров'я чи здоров'я вашої дитини!

Бережіть себе та будьте здорові!