

Почему часто болеет ребенок?

Влияние возраста на заболевания простудой

Дети между двумя и шестью годами простужаются чаще, болеют дольше, и у них чаще встречаются осложнения (в среднем семь раз в год в северных городах США, чаще, если в семье есть дети, посещающие детский сад или школу). После шести лет частота и серьезность простуд сокращаются. В девять лет ребенок заболевает вдвое реже, чем в шесть, а в двенадцать — вдвое реже, чем в девять. Для родителей маленького ребенка, который вечно ходит простуженным, это, конечно, слабое утешение.

Психологический фактор при простудах

Психологи уверены, что некоторые дети и взрослые более склонны к простуде, когда они испытывают сильное напряжение или очень расстроены. Представим себе шестилетнего мальчика, который тревожится из-за уроков, потому что отстаёт от класса в чтении. В течение нескольких месяцев каждый понедельник утром у него начинается кашель. Можно подумать, что он притворяется. Но дело не так просто. У него не сухой притворный кашель. Нет, настоящий, глубокий, грудной кашель. В течение недели кашель ослабевает и совсем проходит к пятнице, чтобы вернуться в воскресенье ночью или в понедельник утром. Ничего таинственного в этом нет. Мы знаем, что у человека, когда он нервнича-

ет, руки становятся холодными и влажными; у спортсмена перед решающим соревнованием может расстроиться желудок.

Вполне вероятно, что нервная система вмешивается в управление потоком воздуха в носу и горле, так что бактерии получают возможность там размножиться.

Дети заражаются друг от друга

Есть еще один фактор, который влияет на частоту заболеваний ребенка. Это количество детей, с которыми он играет, особенно за пределами семьи. Большинство простуд в семью заносят маленькие дети, которые сами болеют слабой формой простуды. Особенно справедливо это для маленьких квартир, где все пользуется одними и теми же комнатами. Бактерии простудных заболеваний и других болезней не только вылетают при кашле и чихании; большое количество их постоянно находится в воздухе. Исследования показали,

что марлевая маска, прикрывающая рот и нос, пропускает большинство бактерий. Это означает, что нет особого толка в том, что мать носит маску или безуспешно старается заставить делать это детей. Новорожденные заражаются реже, но все же, особенно



если у матери воспалено горло, ей лучше не дышать в лицо младенцу, не кашлять и не чихать в его сторону, мыть с мылом руки, прежде чем брать то, что попадет к ребенку в рот — чтобы предотвратить передачу бактерий.