Автор: *В. Жураковский, заместитель главного врача по МЭиР*

Острые респираторные вирусные инфекции, вызывающие воспаление слизистых оболочек дыхательных путей, являются наиболее распространенными заболеваниями во всем мире.

ОРВИ могут поражать ребенка в течение «простудного сезона» не единожды. Причина - незрелость защитных реакций: утрата пассивного материнского и недостаточный уровень приобретенного иммунитета, частые контакты с возбудителями инфекций. После перенесенной ОРВИ у детей не формируется стойкого барьера к заболеванию, отсутствует перекрестная защитная реакция к другим типам респираторных вирусов.

Пик заболеваемости приходится на холодное время года. Возбудителями выступают вирусы, передающиеся воздушно-капельным путем или реже – через слюну, игрушки, общие с заболевшим предметы обихода. В основном поражаются верхние дыхательные пути (нос, глотка, трахея, гортань), однако у детей раннего возраста во время эпидемий возникают бронхиты и пневмонии.

Из всех ОРВИ наибольшую опасность для ребенка представляет грипп и его осложнения. Болезнь начинается внезапно. Главный признак – повышение температуры тела, которая буквально сразу поднимается до 39-40 градусов и держится на протяжении нескольких дней. У детей первого года жизни может сопровождаться

рвотой, общим беспокойством. Для гриппа характерны: сильная головная боль, слезотечение, боль в мышцах, горле, заложенность носа, охриплость голоса, общее недомогание.

В дальнейшем больного может тревожить частый сухой и болезненный кашель, который через 2-3 дня становится влажным. У грудных детей заболевание сопровождается двигательным беспокойством, раздражимостью, нарушением сна, отказом от еды, покашливанием. Ребенок дышит полуоткрытым ртом, сопит. Нередко вздувается живот, стул частый, жидкий, с примесями слизи.

Заболеваемость парагриппом характерна для детей первого года жизни. Симптомы – незначительный кашель, изменение голоса, нарушение носового дыхания, повышение температуры тела. В среднем на 2-3 день заболевания возможно ухудшение состояния: в ночное время кашель становится грубым, приступоподобным, «лающим», с длительным шумным вдохом, который сопровождается одышкой.

Аденовирусная инфекция при несвоевременном лечении представляет не меньшую опасность. Она имеет острое начало с повышением температуры тела до 38-39 градусов. Появляются вялость, быстрая утомляемость, сонливость, снижение аппетита, насморк (с первых же дней избыточные водянистые выделения). Течение инфекции сопровождается увеличением миндалин и шейных лимфатических узлов.

ОРВИ не столь опасны, если своевременно начато лечение. В противном случае не исключены осложнения (пневмонии, поражения нервной системы, патологии ЛОР-органов, воспаление сердечной мышцы

Лечение ОРВИ при несложных формах проводится в домашних условиях при строгом выполнении рекомендаций врача. Должен соблюдаться спокойный полупостельный режим с регулярным проветриванием комнаты больного. Необходимо обильное теплое питье (не менее 2 литров в сутки), богатое витамином С, - чай с лимоном, настой шиповника, морс.

Лекарственные средства при ОРВИ:

- нестероидные противовоспалительные медикаменты эффективно борются с повышенной температурой тела, помогают при головной боли;
- при аллергических реакциях применяются антигистаминные средства;
- капли для носа;
- препараты от боли в горле в виде спреев, сиропов, леденцов;
- самый эффективный метод – полоскание горла антисептическими растворами;
- лекарства с отхаркивающим действием (направлены на устранение вязкости мокроты, ее вывод из дыхательных путей).

Вирусные заболевания не лечат антибиотиками, их применяют только при появлении бактериальных осложнений.

Формированию у ребенка стойкого иммунитета к болезням способствуют:

- здоровый образ жизни;
- рациональный режим дня;
- полноценное питание;
- разнообразные программы закаливания;
- ограничение контактов с больными гриппом и ОРВИ;
- проведение санитарно-гигиенических мероприятий;
- соответствие одежды ребенка погодным условиям;
- сокращение использования городского транспорта;
- частые прогулки на свежем воздухе;
- исключение пассивного курения;
- санация очагов хронической инфекции;
- закаливание, начатое с самого раннего детства;
- проведение профилактических прививок в соответствии с возрастом ребенка.