

ЧТО ТАКОЕ - ОРЗ ?

Среди всех острых заболеваний у детей наиболее распространены острые респираторные заболевания (ОРЗ). Установлено, что острые заболевания органов дыхания вызываются в основном вирусами. Однако роль простудного фактора и бактерий в возникновении ряда острых заболеваний верхних дыхательных путей нельзя полностью отрицать. Даже умеренное охлаждение незакалённого детского организма снижает устойчивость к вирусам и бактериям.

Большому распространению респираторных заболеваний способствует воздушно-капельный путь передачи инфекции. Источником инфекции является больной человек, который при разговоре, кашле, чихании выделяет большое количество вирусных частиц. Однако во внешней среде эти вирусы малоустойчивы. Самая большая опасность передачи инфекции отмечается в первые 3- 8 дней болезни, но при некоторых инфекциях, например аденовирусной, сохраняется до 25 дней.

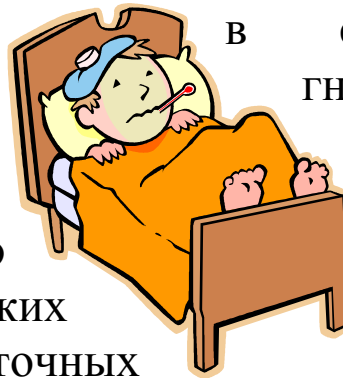


Особенности строения и несовершенство функций органов дыхания у детей – одно из условий возникновения у них ОРЗ. У ребёнка по сравнению с взрослым маленькие размеры органов дыхания, узкие носовые ходы, узкая гортань, очень нежная слизистая оболочка носовых ходов и гортани, в которой много кровеносных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

Наиболее распространёнными формами острых респираторных вирусных заболеваний у детей являются: грипп, парагрипп, аденовирусная инфекция, респираторно-синтициальная инфекция.

Разные формы ОРЗ имеют свои симптомы, но у них много и общего: поражение дыхательного тракта (насморк, кашель, покраснение зева, охриплость голоса, появление удушья); наличие симптомов общетоксического характера (повышенная температура, недомогание, головная боль, рвота, плохой аппетит, слабость, потливость, неустойчивое настроение).

Важно помнить, что любая респираторная вирусная инфекция значительно ослабляет защитные силы детского организма. Это в свою очередь способствует присоединению осложнений, чаще гнойного характера, которые вызываются различными бактериями (стафилококками, стрептококками и др.). Вот почему респираторные вирусные инфекции у детей раннего и дошкольного возраста нередко сопровождаются воспалением легких (пневмонией), воспалением среднего уха (отитом), воспалением придаточных пазух носа (гайморитом). Кроме того, под влиянием респираторных инфекций оживляются дремлющие хронические очаги: появляются обострения хронического тонзиллита, хронического бронхита, хронических заболеваний желудочно-кишечного тракта, почек и др.



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

НЕСПЕЦИФИЧЕСКАЯ ПРОФИЛАКТИКА ОРЗ

Неспецифическая профилактика ОРЗ у детей складывается из целого комплекса мероприятий:

1. Правильное питание:

-сбалансированное, с необходимым набором молочных, мясных продуктов, овощей и фруктов.

2. Проведение закаливающих процедур:

- это дозированное применение специальных температурных воздействий для обеспечения привыкания организма к естественным колебаниям температуры внешней среды, к холоду. Выносливость к колебаниям температуры – это не врождённое свойство организма, оно приобретает систематическими тренировочными воздействиями. Если не вырабатывать устойчивость к холоду, к колебаниям температуры, простудные заболевания учащаются.

Основные средства закаливания – естественные факторы: воздух, вода и солнечные лучи.

3. Соблюдение гигиенических правил по уходу за ребёнком: чистое бельё, свежий воздух в помещении. Дети старше года помимо ежедневных гигиенических процедур должны принимать общие гигиенические ванны с мылом не реже 1 раза в неделю.



СПЕЦИФИЧЕСКАЯ ПРОФИЛАКТИКА ОРЗ

Специфическая, или 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 респираторным заболеванием.

Основные мероприятия специфической профилактики ОРЗ:

1. Как можно раньше распознать и изолировать больного ребёнка или взрослого, которые являются источником инфекции. Лучше, чтобы больной находился в отдельной комнате, важно не допускать общения с ним, чтобы уменьшить опасность заражения.

2. Важно исключить возможность рассеивания инфекции. Для этого больной должен пользоваться носовым платком, отдельной посудой и бельём. Лица, ухаживающие за больным, должны закрывать рот и нос повязками.



3. Постоянно проветривать помещение, содержать в безукоризненной чистоте – ведь вирусы мало устойчивы во внешней среде.

4. При первом же подозрении на то, что ребёнок начинает заболевать ОРЗ (смотри признаки выше), гриппом, его нельзя водить в детское учреждение, тем самым подвергая и других детей опасности заболевания.

5. Профилактика ОРЗ специальными препаратами в силу большого разнообразия и изменчивости вируса до настоящего времени ещё довольно сложна. Но не следует отказываться от вакцинации против гриппа. Побочные действия вакцины крайне редки.