

Консультация для родителей.

# "КАК УБЕРЕЧЬ РЕБЁНКА ОТ ОРЗ"



Прививку можно делать только здоровому ребёнку – с нормальной температурой, без симптомов острого заболевания.

## **КАК УБЕРЕЧЬ РЕБЁНКА ОТ ОСТРЫХ РЕСПИРАТОРНЫХ ЗАБОЛЕВАНИЙ**

Среди всех острых заболеваний у детей наиболее распространены острые респираторные заболевания (ОРЗ). Установлено, 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.

Большому распространению респираторных заболеваний способствует воздушно-капельный путь передачи инфекции. Источником инфекции является больной ребёнок или взрослый человек, которые при разговоре, кашле, чихании выделяют большое количество вирусных частиц. Однако во внешней среде респираторные вирусы мало устойчивы. Например, вирус гриппа сохраняется в воздухе до 24 часов, а при нагревании до 60° вирус погибает в течение нескольких минут. Самая большая опасность передачи инфекции отмечается в первые 3-8 дней болезни, но при некоторых инфекциях, например, аденовирусной, сохраняется до 25 дней.

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

Разные формы ОРЗ имеют свои клинические проявления (симптомы), но у них много общего: поражение дыхательного тракта (насморк, кашель, покраснение в зеве, 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, пневмококками и многими другими). Вот почему острые респираторные вирусные инфекции у детей раннего и дошкольного возраста нередко сопровождаются воспалением лёгких

(пневмонией), воспалением среднего уха (отитом), воспалением придаточных пазух носа (гайморитом или фронтитом). Кроме того, под влиянием респираторных инфекций оживляются дремлющие хронические очаги: появляются обострения хронического тонзиллита, хронического бронхита, хронических заболеваний желудочно-кишечного тракта, почек и др.

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

**ПРОФИЛАКТИКА**



- комфортный температурный режим помещений;
- регулярное проветривание, влажная уборка помещений;
- одеваться по погоде



### **Неспецифическая профилактика ОРЗ**

Неспецифическая профилактика ОРЗ у детей складывается из целого комплекса мероприятий: правильный уход за ребёнком, начиная с периода новорожденности, назначение рационального

питания, режима дня, закаливающих мероприятий и систематических физкультурных занятий. Своевременное, регулярное проведение этих мероприятий является основой для хорошего физического и психического развития ребёнка, уменьшает его восприимчивость к различным заболеваниям, в частности к респираторным и вирусным инфекциям.

### **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 респираторной инфекцией.

### **Каковы основные мероприятия специфической профилактики ОРЗ?**

- как можно раньше распознать и изолировать больного ребёнка или взрослого;

- исключить возможность рассеивания инфекции;
- постоянно проветривать помещения, содержать их в безукоризненной чистоте;
- при первом же подозрении на то, что ребёнок начинает заболевать респираторным заболеванием, гриппом, нельзя его водить в детское учреждение, тем самым, подвергая и других детей опасности заражения ОРЗ.

