

Грипп у детей

Лечение и профилактика гриппа у детей.

Грипп, а также другие острые респираторные вирусные инфекции — основная причина заболеваемости у детей и взрослых. Согласно статистике, взрослый переносит ОРВИ в среднем 2 раза в год, школьник 3 раза, ребенок дошкольного возраста до 6 раз. Особую опасность эти заболевания представляют для детей первого года жизни из-за высокого риска развития бактериальных осложнений. Поэтому знать о том, чем можно помочь своему ребенку в случае болезни, следует каждому родителю.

Конечно, заниматься самолечением опасно, особенно если речь идет о ребенке первого года жизни, но иметь представление о тех лекарственных средствах, которые выписывает врач и знать, что можно сделать до его прихода, необходимо.



Вирус гриппа — один из многочисленных респираторных вирусов. Нередко словом "грипп" также ошибочно называют все острые респираторные вирусные инфекции (ОРВИ). Однако грипп, в отличие от других ОРВИ, имеет четко очерченную клиническую картину заболевания. Температура резко повышается до 38 градусов и выше. Ребенок становится плаксивым, капризничает, отказывается от приема пищи. Дети постарше жалуются на ломоту в костях, мышцах, суставах, головную боль. Чуть позднее появляется заложенность носа при скудном насморке, першение в горле, нередко присоединяется сухой мучительный [кашель](#), на второй-третий день возникает ощущение царапания за грудиной. Зачастую у детей первого года жизни, грипп может протекать не столь выражено, с меньшей степенью проявления вышеназванных клинических признаков.

Грипп и другие ОРВИ поражают дыхательные пути человека и передаются воздушно-капельным путем. Больной острой респираторной вирусной инфекцией при дыхании, чихании и кашле выделяет в окружающую среду капельки слюны и слизи, в которых содержатся вирусы. Здоровый человек вдыхает их вместе с воздухом, вирус попадает на слизистую дыхательных путей или глаз — и происходит инфицирование. Причем сам распространитель инфекции может болеть в легкой форме. На открытом пространстве эти вирусы быстро погибают, а в помещении они значительно дольше сохраняют способность инфицировать человека.

Также респираторные вирусы в течение некоторого времени сохраняют жизнеспособность на различных предметах: дверных ручках, поручнях, письменные принадлежности и т.д. Поэтому можно заразиться и контактным путем. Например, если [здоровый малыш](#) взял игрушку после больного, а потом немытыми руками потер себе глаза, прикоснулся к носу — происходит инфицирование.

Именно поэтому во время эпидемии рекомендуют не водить ребенка в людные места (театры, кино, магазины), а также чаще мыть руки и не трогать ими нос, не тереть глаза (хотя, конечно, правила личной гигиены следует соблюдать и вне эпидсезона).

Лечение гриппа

Для лечения гриппа обычно используются противовирусные препараты неспецифического действия ([интерфероны](#)) и специфические противовирусные средства, избирательно воздействующие на вирус гриппа. Однако применение последних из-за их высокой токсичности в детском возрасте ограничено. Эти средства назначаются малышам старше года и только врачом.

Детям с рождения можно применять назальные капли гриппферон. Кроме того, с шести месяцев можно принимать анаферон детский. Разрешено пользоваться гомеопатическими препаратами, в частности, инфлюцидом. Перед использованием этих препаратов следует ознакомиться с инструкцией. Применять другие лекарственные средства следует только после врачебного осмотра.

Кроме того, для лечения гриппа используются так называемые симптоматические средства. Они не воздействуют на сам вирус, но помогают справиться с такими неприятными симптомами заболевания как лихорадка, головная боль, кашель, насморк.

При повышении температуры до 38,5 градусов и выше ребенку дают жаропонижающие (парацетамол, ибупрофен и др.). Малышам с тяжелыми заболеваниями сердечно-сосудистой, дыхательной и нервной систем жаропонижающие назначают при более низкой температуре — 38,0°C, как и детям первых трех месяцев жизни. Но так как некоторые жаропонижающие имеют ограничения к применению в детском возрасте и могут вызывать побочные эффекты, их рекомендуется применять после консультации с педиатром. Аспирин не назначают детям до 15 лет с ОРВИ и гриппом из-за риска развития синдрома Рейе (опасное, угрожающее жизни состояние, характеризующееся развитием печеночной недостаточности и отека головного мозга). Также при его применении могут возникать другие побочные явления: изъязвление слизистой оболочки желудочно-кишечного тракта, носовые кровотечения и т.д.

Помогут снизить температуру обтирания ребенка водой комнатной температуры. Не забывайте давать ему обильное питье.

При сильном насморке применяются симптоматические средства, которые путем сложных воздействий на сосудистую стенку, уменьшают выделения из носа. Но эти препараты должен назначать специалист. При умеренных выделениях из носа помогут рецепты народной медицины. При условии, что у ребенка нет температуры, разрешены горячие ножные ванны (можно с добавлением порошка горчицы). Если у малыша нет дерматитов и других заболеваний кожи, можно поставить сухие горчичники на подошвенную область и растереть икроножные мышцы и стопы раздражающими мазями (также при условии нормальной температуры).

Если насморк обильный или сохраняется в течение длительного времени, обязательно проконсультируйтесь с врачом.

При температуре тела от 39 градусов и выше, которая не поддается снижению средствами и медикаментами, используемыми в домашних условиях, необходимо вызывать скорую медицинскую помощь. Особенно, когда на фоне лихорадки ребенок бледный, у него холодные руки и ноги. Кроме того, если кашель у маленького больного становится

"лающим", появляется одышка (нарушение частоты и глубины дыхания, которое сопровождается чувством нехватки воздуха), то это говорит о стенозирующем ларинготрахеите или ложном крупе, то есть о сужении просвета гортани. В таком случае требуется неотложная помощь. Отказ от нее может быть опасен для жизни. Дети до трех лет помещаются в больницу вместе с родителями.

До приезда "скорой помощи" нужно успокоить ребенка, дать ему теплое питье, обеспечить доступ свежего воздуха (открыть форточку, проветрить помещение).

Но если необходимости вызывать "скорую" нет, все равно следует обратиться к врачу, не заниматься самолечением.

Когда дома появился больной, ему нужно выделить отдельную комнату, чаще проветривать помещение, окружить его заботой и вниманием. Здоровым членам семьи для профилактики можно использовать назальные капли интерферона.

Постельный режим рекомендуется соблюдать до тех пор, пока не нормализуется температура. Но, естественно, здесь все зависит от возраста и темперамента ребенка. Вряд ли вы заставите непоседливого малыша целый день лежать в кровати. Попробуйте поиграть с ним в тихие игры, почитать книжку, расскажите интересную сказку. Возможно, изнуренный болезнью ребенок вскоре уснет. К слову, некоторые дети при температуре 38-39°C сами будут вялыми и малоподвижными.

Профилактика гриппа

На сегодняшний день способами профилактики гриппа являются вакцинация, прием противовирусных препаратов и укрепление иммунитета.

Прививка от гриппа отдельными видами вакцин (сплит-вакцина) разрешена с шестимесячного возраста. Но перед иммунизацией обязательно проконсультируйтесь со специалистом и ознакомьтесь с инструкцией к вакцине. Могут быть противопоказания и ограничения по возрасту. Нельзя делать прививку при аллергии на белок куриного яйца, в период обострения хронических заболеваний, при острой респираторной инфекции и некоторое время после нее. Живые и инактивированные вакцины также противопоказаны при бронхиальной астме, некоторых заболеваниях сердечно-сосудистой и нервной систем.

После прививки могут наблюдаться побочные реакции: общее недомогание, головная боль, повышение температуры, в месте введения вакцин — отек, болезненность и покраснения. Редко, но все же встречаются аллергические реакции (вплоть до анафилактического шока). Консультация врача поможет минимизировать риск нежелательных явлений.

Будьте внимательны, [вакцинацию](#) следует проводить заранее, до начала эпидемии гриппа. Чтобы успел выработаться полноценный иммунитет должно пройти хотя бы 2-3 недели.

Категорически запрещено делать прививку, если малыш болен или сразу же после выздоровления.

Гриппозная вакцина содержит штаммы трех эпидемически актуальных вирусов (или их антигены), отобранных на основе рекомендаций Всемирной организации здравоохранения. Кроме вируса гриппа существует еще около 200 видов других вирусов.

Поэтому даже если ребенок вакцинирован от гриппа, не исключена вероятность заболевания [гриппом](#) другого штамма или ОРВИ.

С целью профилактики гриппа и ОРВИ используются препараты: назальные капли гриппферон, анаферон детский и гомеопатические средства.

Иммуностимуляторы должны назначаться только врачом с учетом клинического состояния и при необходимости после изучения иммунного статуса организма.

Для естественной поддержки организма можно использовать народные средства, употреблять в пищу чеснок, лук. Полезно принимать поливитаминовые комплексы, особенно содержащие цинк, селен и йод. Нельзя также забывать о поддержании микрофлоры кишечника. Включите в рацион ребенка достаточное количество фруктов и овощей. Мучные изделия и сладкое следует ограничить. Можно принимать специальные лекарственные средства, оказывающие положительное влияние на микробную флору (например, эубиор). Конечно, всегда полезно соблюдение общих режимных рекомендаций. До года лучше кормить малыша грудью. Антитела к вирусам, содержащиеся в материнском молоке, защищают его от инфекций. Поэтому дети, находящиеся на естественном вскармливании, болеют респираторными заболеваниями реже, и болезнь протекает у них мягче. Кроме того, следует больше времени проводить на свежем воздухе. Детям школьного возраста помимо прогулок также будет полезно заниматься спортом, закаляться.

Во время подъема заболеваемости респираторными инфекциями следует реже пользоваться общественным транспортом, по возможности избегать мест массового скопления людей (театры, поликлиники, кафе и т.д.).

Василиса Аверьянова

Научный консультант: В.В. Краснов,

зав. кафедрой детских инфекций

Нижегородской государственной медицинской академии,

доктор медицинских наук, профессор