



# НАИБОЛЕЕ РАСПРОСТРАНЕННЫЕ ДЕТСКИЕ ЗАБОЛЕВАНИЯ



Простуда, кашель и насморк – распространенные недомогания у детей, которые обычно не вызывают серьезных опасений у родителей. Однако кашель является симптомом таких серьезных заболеваний, как воспаление легких (пневмония) или туберкулез.

Еще одно распространенное детское заболевание – диарея. В мире более миллиона детей ежегодно умирают от обезвоживания, вызванного диареей. Дети умирают от диареи чаще, чем взрослые, поскольку организм детей быстрее теряет воду. Диарею вызывают бактерии или вирусы, попадающие в желудок ребенка вследствие несоблюдения ряда гигиенических требований и норм.



## ОСНОВНЫЕ ПОЛОЖЕНИЯ

- 1.** Если ребенок кашляет или простужен, его необходимо уложить в постель, обильно поить, кормить в соответствии с аппетитом.
- 2.** Иногда кашель является симптомом более серьезного заболевания, чем простуда. У ребенка с учащенным или затрудненным дыханием может быть заподозрена пневмония — опасная для жизни болезнь, требующая немедленной госпитализации.
- 3.** Кашель у ребенка возможен при туберкулезе, пневмонии или бронхиальной астме. Если ребенка беспокоит кашель, необходима консультация педиатра и обследование в специализированной клинике.
- 4.** Диарея может привести к гибели ребенка в результате обезвоживания организма. При возникновении диареи ребенок должен регулярно питаться и больше пить, необходима консультация педиатра.

## ДОПОЛНИТЕЛЬНЫЕ СВЕДЕНИЯ

# Наиболее распространённые детские заболевания



### 1.

**Если ребенок кашляет или простужен, его необходимо уложить в постель, обильно поить, кормить в соответствии с аппетитом.**

При кашле, простуде, насморке или ангине детей с нормальным дыханием можно лечить дома под наблюдением врача-педиатра. Организм младенцев и детей раннего возраста плохо удерживает тепло. Поэтому при кашле или простуде детей следует тепло одевать, но не перегревать, хорошо кормить и обильно поить. Лекарства следует принимать только по предписанию врача.

Высокая температура может свидетельствовать о серьезной угрозе его здоровью, поэтому больного следует немедленно показать врачу. До прихода врача для снижения высокой температуры ребенка можно обтирать влажной губкой.

При кашле или простуде нос ребенка необходимо чаще прочищать (высмаркивать), особенно перед едой или сном.

При кашле или простуде могут возникать трудности с кормлением ребенка грудью. Однако грудное вскармливание необходимо продолжать, так как оно способствует укреплению иммунитета. В период болезни кормления должны быть более частыми, но менее продолжительными. Если ребенок не может сосать, грудное молоко следует сцеживать в чистую чашку и кормить ребенка из нее.

Детям, не получающим грудного молока, необходимо давать пищу и питье часто, небольшими порциями.

После выздоровления ребенку необходимо ввести дополнительный прием пищи в течение одной-двух недель.

Ребенка нельзя считать полностью выздоровевшим, если он не восстановил свой прежний вес.

Кашель и простуда распространяются очень быстро. Взрослые с такими симптомами должны избегать контактов с детьми.

---

## 2.

**Иногда кашель является симптомом более серьезного заболевания, чем простуда. У ребенка с учащенным или затрудненным дыханием может быть заподозрена пневмония – опасная для жизни болезнь, требующая немедленной госпитализации.**

В большинстве случаев кашель, простуда и насморк проходят без применения лекарств. Однако порой кашель является симптомом пневмонии (воспаления легких), при которой необходима госпитализация ребенка в стационар и лечение антибиотиками.

Важно до конца соблюдать предписанную врачом схему лечения пневмонии, чтобы ребенок получил полный курс антибактериальной терапии, даже если самочувствие ребенка улучшилось.

Многие дети умирают от пневмонии дома, потому что лица, осуществляющие уход за ними, не представляют всей тяжести этого заболевания и не считают необходимым немедленно обратиться к врачу. Гибель детей от пневмонии можно предупредить, если:

- родители и лица, осуществляющие уход за ребенком, будут знать, что частое и затрудненное дыхание является симптомом заболевания, при котором ребенку требуется оказание неотложной медицинской помощи;
- неотложная медицинская помощь доступна в районе проживания ребенка;
- в лечебном учреждении, куда госпитализирован ребенок, имеются необходимые антибактериальные препараты, а после выписки из стационара эти препараты доступны родителям или

## Дополнительные сведения

лицам, осуществляющим уход за ребенком, для приобретения в аптеке.

**Ребенка следует немедленно доставить в больницу или показать врачу в случае, если у него:**

- учащенное дыхание:  
более 40–35 дыханий/мин для ребенка 1–12 месяцев;  
более 35–30 – для ребенка от 1 до 3 лет.
- затрудненное дыхание или ребенок задыхается;
- нижняя часть грудной клетки вытягивается при вдохе или живот активно движется вверх-вниз;
- длительный, упорный кашель;
- ребенок не берет грудь и не пьет;
- частая рвота;
- слабость, вялость, сохраняющаяся повышенная температура.

## 3.

**Кашель у ребенка возможен при туберкулезе, пневмонии или бронхиальной астме. Если ребенка беспокоит кашель, необходима консультация педиатра и обследование в специализированной клинике.**

Туберкулез – опасная болезнь, способная вызвать смерть или стойкое нарушение нормальной работы легких. Профилактика туберкулеза у детей включает:

- получение ребенком полного комплекса прививок: вакцина БЦЖ обеспечивает частичную защиту от некоторых форм туберкулеза;
- изоляцию ребенка от лиц, больных туберкулезом, длительно кашляющих или людей с кровавой мокротой.

При назначении врачом лекарственных препаратов важно следовать схеме лечения и обеспечить прием ребенком всей дозы прописанного препарата в течение соответствующего временного периода, даже если больной начинает чувствовать себя лучше.

Упорный навязчивый кашель, сочетающийся с приступами затрудненного дыхания, без повышения температуры может свидетельствовать о наличии у ребенка бронхиальной астмы, что требует консультации врача, обследования в стационаре и лечения с последующим медицинским наблюдением.

Снижению риска заболевания ребенка пневмонией способствуют: полноценное питание, в том числе исключительно грудное вскармливание как минимум в течение первых шести месяцев жизни, удовлетворительные бытовые условия, хороший уход, получение полного курса профилактических прививок.

---

## 4.

**Диарея может привести к гибели ребенка в результате обезвоживания организма. При возникновении диареи ребенок должен регулярно питаться и больше пить, необходима консультация педиатра.**

Признаком диареи является водянистый стул три раза в день и более. Чем чаще стул, тем тяжелее форма диареи.

Иногда считают, что потребление жидкости обостряет диарею. Это ошибочное мнение. Больной ребенок должен пить как можно чаще до прекращения диареи. Обильное дробное питье помогает восполнять потерю жидкости при заболевании.

Рекомендуемое питье при диарее:

- грудное молоко (мать должна давать грудь ребенку чаще обычного);
- растворы для пероральной регидратации, которые разводятся необходимым количеством чистой воды;
- рисовый отвар;
- некрепкий, чуть подслащенный чай;
- чистая вода из безопасного источника. Если нет чистой воды, ту, которая имеется, следует кипятить или фильтровать;
- в более позднем периоде: протертые супы на овощном бульоне.

## Дополнительные сведения

Грудное молоко предотвращает обезвоживание и истощение и помогает восполнять потери жидкости. Иногда матерям рекомендуют давать меньше молока ребенку, страдающему диареей. Это ошибочный совет. Наоборот, при таком состоянии ребенка мать должна кормить его чаще обычного.

При диарее ребенок теряет вес и может быстро прийти в состояние истощения. При этом ему необходимы все виды пищи и питья, которые он готов потреблять. Процесс пищеварения может остановить диарею и помочь ребенку быстрее поправиться.

При диарее у ребенка возможны отсутствие аппетита, рвота, поэтому кормление может быть затруднено. Если ребенку примерно полгода или больше, то его родители и лица, осуществляющие уход за ним, должны поощрять его есть как можно чаще, предлагая небольшие количества мягкой, протертой пищи. В состав такой пищи должно входить небольшое количество поваренной соли. Мягкую пищу легче есть, и она содержит больше жидкости, чем твердая.

Кормить ребенка при диарее рекомендуется следующим образом:

- в первый день хорошо протертыми смесьми каш (прежде всего рисовой и гречневой);
- со второго дня вводится овощной отвар или протертый суп, рыба и пюре из хорошо проваренного мяса, вечером можно дать кефир или йогурт;
- при улучшении состояния ребенка с третьего дня возможно введение фруктов и отварных овощей. В каши и овощи с третьего дня можно добавлять растительное масло.

Пища должна быть свежей, и давать ее ребенку следует не реже чем 5–6 раз в день.



После прекращения диареи для полного выздоровления ребенку важно много есть. В этот период необходимо ввести один дополнительный прием пищи или чаще давать ребенку грудь в течение как минимум двух недель. Это поможет ему восстановить силы и необходимый объем питательных веществ, утраченный в результате диареи.

Ребенка нельзя считать полностью выздоровевшим от диареи, если он не восстановил вес, который был зарегистрирован у него до заболевания.

Процессу выздоровления ребенка после диареи способствует прием витамина А или, что предпочтительнее, употребление содержащих витамин А продуктов (например грудного молока, печени, рыбы, кисломолочных продуктов, овощей и фруктов оранжевого или желтого цвета).

Как правило, диарея проходит в течение нескольких дней без медицинского вмешательства. Опасность этого заболевания заключается главным образом в обезвоживании и истощении в результате потери организмом питательных веществ.

При диарее ребенку ни в коем случае не следует давать лекарства, если они не назначены врачом.

Лучшее средство от диареи – это потребление большого количества жидкости и растворов солей для пероральной регидратации при соблюдении предписанной концентрации водного раствора. При отсутствии специальных солей для приготовления такого раствора обезвоживания организма ребенка можно избежать, давая ему раствор, состоящий из одного литра чистой кипяченой и охлажденной воды, четырех чайных ложек сахара без верха и половины чайной ложки поваренной соли без верха. При приготовлении такого раствора необходима точность дозировки, поскольку из-

быток сахара только обострит диарею, а слишком много соли крайне вредно для ребенка. Эффективность действия раствора не уменьшится, если насыщенность раствора окажется несколько ниже рекомендованной.

### **Раствор солей для пероральной регидратации (СПР)**

#### **Что собой представляют СПР?**

Соли для пероральной регидратации — это особое сочетание сухих солей, которые при соблюдении правил приготовления их водного раствора могут способствовать восстановлению водного баланса в организме, если потеря жидкости в результате диареи невелика.

#### **Где можно получить СПР?**

Упаковки с солью для пероральной регидратации продаются в аптеках, имеются в лечебных учреждениях.

#### **Как приготовить раствор СПР?**

Поместите содержимое упаковки СПР в чистую емкость. Ознакомьтесь с инструкцией по применению на упаковке и добавьте в емкость необходимое количество чистой воды. Если воды будет недостаточно, диарея может обостриться.

Добавляйте только воду. Не разбавляйте соли молоком, супом, фруктовым соком или безалкогольными напитками. В раствор не нужно добавлять сахар.

Хорошо взболтайте раствор и дайте его ребенку из чистой чашки. Использование бутылки не допускается.

#### **Какое количество раствора СПР следует давать ребенку?**

Давайте ребенку пить раствор в возможно большем количестве.

Ребенку до двух лет необходимо давать от четверти до половины большой чашки раствора (50–100 мл) после каждого водянистого стула.

Ребенку двух лет и старше — от половины до полной большой чашки раствора (100–200 мл) после каждого водянистого стула.