**Как правильно лечить ОРВИ у детей**

 **ОРВИ – это очень распространённое заболевание и, в первую очередь, конечно же, чаще встречается у детей, особенно у детей раннего возраста. Почему же дети и пожилые люди больше подвержены инфекционным заболеваниям? Потому что у детей иммунитет совершенствуется только к 6 годам и становится как у взрослого человека.**

Как же проявляется ОРВИ? Конечно же, многим родителям эти признаки знакомы: насморк, заложенность носа, повышение температуры, сухой кашель. Но какие признаки должны насторожить родителей? Это очень высокая температура до 38 градусов и более, температура, которая вновь и вновь повышается после дачи жаропонижающих средств, монотонный плач у грудного ребёнка, постоянные головные боли у ребёнка старшего возраста, судороги при температуре: это может быть симптомами менингита у ребёнка. Резкий крик у ребёнка грудного возраста может вызвать отит. Затруднённое дыхание у ребёнка, осиплый голос, втяжение межрёберных промежутков, раздувание крыльев носа при дыхании могут быть симптомами ложного крупа (это ларинготрахеит со стенозом гортани), а одышка, усиление кашля, ухудшение состояния и самочувствия, отказ от еды, вялость, повышение температуры может свидетельствовать в пользу пневмонии (воспаление лёгких).

ОРВИ можно лечить в домашних условиях, но в некоторых случаях необходима госпитализация:

1.При подозрении на осложнённые формы ОРВИ (отиты, пневмонии, ларингит со стенозом и т.д.)

2.Новорожденные дети и дети с тяжёлой сопутствующей патологией.

3.Дети с неблагоприятными условиями жизни (безнадзорные дети, при отсутствии должного ухода и лекарственных средств).

**Лечить самостоятельно без консультации педиатра не рекомендуется, особенно детей грудного возраста. Не все родители знают, что простые капли в нос могут вызвать тяжёлое отравление у грудничка. Я не один раз сталкивалась с такими случаями. Из сосудосуживающих капель в нос детям до 2 лет разрешён только називин (0,01% раствор).**

При появлении первых признаков ОРВИ можно использовать такой гомеопатический препарат как **анаферон детский**. Препарат можно использовать у детей с 6 месяцев. Препарат эффективен в первые часы заболевания: принимают по 1 таблетке через каждые 30 минут в течение 2 часов ( в общем за 2 часа 5 таблеток), затем принимать по 1 таблетке 3 раза в день в течение 5 дней.

Из противовирусных препаратов также безопасен детям препарат «**Виферон» в свечах**, его можно применять детям с рождения до 7 лет в дозе 150 мг\*2 раза в день в течение 5 дней, детям с 7 лет до 14 лет в дозе 500 мг\*2 раза в день.

При первых признаках заболевания **Гриппферон** применяют в течение 5 дней:

по 1 капле/дозе (500 ME) в каждый носовой ход 5 раз в день.

**Капли**. После каждого закапывания рекомендуется слегка помассировать пальцами крылья носа в течение нескольких минут для равномерного распределения препарата в носовой полости.

**Спрей**. Для введения препарата следует снять защитный колпачок, ввести распылительное устройство в носовой ход и сильно нажать на распылительный механизм (1 доза — 1 нажатие). Перед первым применением следует несколько раз нажать на распылительный механизм до появления облачка спрея.

**При повышении температуры многие родители сразу начинают бороться с ней. Многие люди не знают, что организм человека сам начинает «бороться» с вирусом. При повышении температуры у ребёнка начинает вырабатываться свой собственный интерферон в крови, который подавляет размножение вирусов. Поэтому температуру до 38,5 градусов не рекомендуется понижать.** Исключения составляют дети с тяжёлой неврологической симптоматикой, у которых в анамнезе были судороги, а также дети, у которых ранее наблюдались судороги при высокой температуре. Из разрешённых препаратов применяется только парацетамол и нурофен.

Антибиотики нельзя применять при ОРВИ. Родителям необходимо знать, что антибиотики можно применять только по назначению врача. При ОРВИ они бесполезны и даже могут принести вред. Недавно я видела у грудного ребёнка очень тяжёлую аллергическую реакцию на антибиотик «флемоксин солютаб». Чаще бывает аллергия у детей на антибиотики пенициллинового ряда.

**Антибиотики при лечении ОРВИ у большинства детей не используют. Их назначают при выявлении бактериальных осложнений, при тяжелом течении у новорожденных, у больных раннего возраста с первичными и вторичными иммунодефицитами, детям с отягощенным фоном. Назначение антибиотиков при ОРВИ должно быть четко обоснованным.**

**Эксперты ВОЗ предлагают следующие критерии для назначения антибиотиков при ОРВИ: кашель, западение межреберных промежутков, отказ от питья, число дыханий более 50 в 1 мин у детей до 1 года, более 40 у детей после года.**

**Основанием для назначения антибиотиков у детей раннего возраста, больных ОРВИ, являются:**

**1.высокая лихорадка дольше трех дней;**

**2.подозрение на острую пневмонию (выраженная интоксикация, лихорадка, нарастающая дыхательная недостаточность);**

**3.признаки бактериальной инфекции по данным исследований крови;**

**4.ОРВИ, возникшая в поствакцинальном периоде;**

**5.гипотрофия II–III степени у ребенка;**

**6.родовая травма в анамнезе, судорожный синдром;**

**7.глубокая недоношенность;**

**8.врожденные заболевания (пороки развития сердца, легких и др.).**

При амбулаторном лечении антибиотик назначают через рот. Необходимо с самого начала лечения использовать современные антибиотики с широким спектром действия.

При ларингите назначают теплое питье (молоко с питьевой содой — 1/2 чайной ложки на стакан, молоко с боржомом, малиновый, липовый чай). Можно применять ножные и ручные горячие ванны, аэрозоли с 2% раствором натрия гидрокарбоната, календулу (30 капель на стакан воды), настои листьев ромашки, шалфея, подорожника (1 столовая ложка на стакан кипятка, настоять 15 мин., процедить, принимать по 1 чайной ложке 3 раза в день).

При сухом мучительном кашле применяют микстуры из алтейного корня с натрия гидрокарбонатом (настой корня алтея из 2 г на 100 мл, натрия гидрокарбоната 2 г, сахарного сиропа 10 мл — по 1 чайной ложке 4-5 раз в день). Также у детей старшего возраста можно применять настой или порошок девясила, глауцин (по 1 мг на год жизни на один прием — 3 раза в день); либексин (по 1/4 таблетки 3–4 раза в день).

В качестве отхаркивающих средств детям раннего и дошкольного возраста применяют грудной сбор № 1, мукалтин (1 таблетку растворить в 1/3 стакана теплой воды и добавить сахарный сироп, по 1–2 чайные ложки перед едой 2–3 раза в день); настой из травы термопсиса — 0,1 г на 100 мл — детям до 2 лет 1/2–1 чайная ложка 3 раза в день, капли нашатырно-анисовые — по 1 капле на год жизни на прием 2–3 раза в день; пертуссин по 1/2 чайной ложки 3 раза в день; бромгексин в сиропе детям до 1 года по 1/4 чайной ложки 2–3 раза в день, в 1–2 года по 1/2 чайной ложки 2 раза, в 3–5 лет по 1 чайной ложке 2 раза в день.

 Растительные сиропы от кашля назначают грудным детям с 6 месяцев. Перед употреблением сиропы необходимо взбалтывать. Хранить их следует в темном, прохладном месте. Вот характеристика некоторых сиропов:

Бронхикум — сироп от кашля (содержит тимьян, шиповник, мед и другие вещества), назначается внутрь по 0,5 чайной ложки 2-4 раза в день. Нежелательно применение сиропа в первые месяцы жизни, поскольку в его состав входит мед. При приеме бронхикума на 3-5-ый день кашель смягчается, становится более редким.

«Доктор Тайсс» — сироп с подорожником от кашля, применяется внутрь по 0,5 чайной ложки каждые 2-3 часа (с ночным перерывом). Рекомендуется применять при кашле с затрудненным отделением мокроты.

«Доктор МОМ» — растительный сироп от кашля (содержит солодку, базилик, шафран), применяется внутрь по 0,5-1 чайной ложке 3 раза в день. Особенно рекомендуется при першении, раздражительном, судорожном кашле.

Туссамаг — сироп от кашля (содержит экстракт тимьяна), применяется с 9-12 месяцев по 0,5-1 чайной ложке 3 раза в день. Особенно показан при сухом кашле.

**Все растительные вещества в домашних условиях применяются по назначению врача** и только для лечения легких простудных заболеваний детей раннего возраста.

Из отвлекающей терапии можно использовать давно забытые «бабушкины» средства:

На грудную клетку можно поставить готовые горчичники. Для этого нужно погрузить их на 5-10 сек. в воду температуры +40…+45 гр .С, после чего приложить на 7-10 мин. на кожу ребенка. Можно горчичники приготовить из сухой горчицы. Для этого размешивают равные количества муки и горчицы (по 2-3 столовые ложки) и разводят теплой водой до густоты манной каши. Затем намазывают пеленку горчичной массой и складывают вчетверо таким образом, чтобы горчица оказалась внутри. Дальнейшая процедура такая же, как и при горчичном обертывании. Держат горчичники 5-10 мин. Горчичные ванны и горчичники следует назначать с осторожностью при обструктивном синдроме.

Ножные горячие ванны — опускают ножки ребенка в ведро с водой температуры +37…+37,5 °С, а затем подливают горячую воду, с тем чтобы температура на протяжении этой процедуры сохранялась +39…+40 °С. Продолжительность ванны 10 мин. После ванны ребенка укладывают в постель. Ручные ванны проводят так же, только ручки погружают в таз. Эти процедуры нельзя применять при температуре и дыхательной недостаточности.

С цель повышения иммунитета у детей можно применять следующие лекарственные препараты:

Иммунал – по 5-10 капель перорально (1-3 года), по 10-15 капель (с 7 лет) 3 раза в день;

Эхинацин – по 5 мл перорально (до 3 лет), по 10-15 мл (с 4 лет) 2 раза в день;

Доктор Тайсс – настойка эхинацеи – перорально с 1 года – по 10-20 капель 3 раза в день;

Эхинацея Гексал – перорально по 5-7 капель с 12 лет и старше 2 раза в день.

Экстракт элеутерококка – по 1-2 капли на год жизни 2 раза в день 25-30 дней.

Настойка аралии – по 1-2 капли на год жизни 1 раз в день за 30 мин до еды в течение 2-3 недель.

**Уважаемые родители! Помните, что самолечение детей может привести к необратимым осложнениям! Бесконтрольное лечение антибиотиками наносит огромный вред здоровью и понижает иммунитет, с каждым разом у ребёнка наступает привыкание к антибиотикам. Если ОРВИ каждый раз лечить антибиотиками, при заболевании пневмонии или бактериального менингита антибиотики могут быть неэффективными, так как у ребёнка уже наступило привыкание к антибиотикам! Поэтому будьте бдительными к здоровью своих детей, закаляйте их, занимайтесь с ними физкультурой, бывайте больше на свежем воздухе, ходите пешком, употребляйте больше овощей и фруктов местного производства и будьте здоровы и счастливы!**

Педиатр: С.Д.Цыренова