



Інформаційний бюлетень

ГРИП ТА ГРВІ У ДІТЕЙ

Період осені завжди нагадує про себе нестійкістю погодних умов та поширеністю гострих респіраторних вірусних інфекцій, у тому числі грипу. Саме зараз на часі корисною є інформація про методи запобігання грипу та ГРВІ у дітей.

Профілактика грипу та ГРВІ може бути *специфічною* – направленою на сам вірус та його певні штами, що циркулюватимуть за прогнозами Всесвітньої організації охорони здоров'я на даній території (за допомогою щеплень), та *неспецифічною* – проведення заходів зміцнення опірності організму малюка.

За часом проведення заходів профілактика може бути *передсезонна* (до початку сезонного підйому захворюваності) та *сезонна*, яка проводиться в період значної поширеності захворювання.

ГРВІ У ДІТЕЙ ТА ОСОБЛИВОСТІ ПЕРЕБІГУ

Характерними ознаками гострих респіраторних вірусних інфекцій у немовляти виступає гострий початок, якому притаманне швидке підвищення температури тіла вже протягом декількох годин з початку хвороби. Можливий швидкий розвиток важкого стану у дітей, що веде до ускладнень.



Розрізнити грип чи ГРВІ у дитини буває складно через те, що найчастіше симптоми дуже схожі:

- нежить
- біль у горлі
- висока температура
- кашель
- загальна слабкість та млявість
- головний біль
- біль в суглобах та м'язах
- іноді може виникати нудота, біль в животі
- хворобливі відчуття в органах зору.

Звичайно є певні суттєві відмінності, наприклад, інкубаційний період грипу значно коротший, від 1 до 3 днів, тоді як при інших вірусних інфекціях він може розтягнутись на 10 днів.

Симптоми грипу у дітей проявляються раптово і протікають більш яскраво, з дуже високою температурою до 39-40 ° і загальною сильною інтоксикацією організму.

Однак, іноді навіть досвідчений лікар-педіатр не в змозі розрізнити збудника хвороби без спеціальних аналізів. Тому краще не займатись лікуванням застуди вдома, а одразу звернутись до спеціалістів.

Грип та інші ГРВІ у маленьких дітей протікають особливо важко, адже ще не повністю сформований імунітет не може дати достойну відсіч вірусам, що атакують організм

Тривалість хвороби коливається у відповідності з індивідуальними особливостями кожного окремого малюка.



Інформаційний бюлетень

Особливо важко малюки витримують високу температуру, в тяжких випадках навіть можуть з'явитись судоми. Тривала і некерована лихоманка при цифрах більше $38,5^{\circ}$ потребує негайного втручання з дуже ретельним підбором жарознижуючих лікувальних засобів і обов'язково за участю педіатра.

Разом з тим не настільки страшний грип, як його наслідки. Невчасно або неправильно пролікована гостра респіраторна інфекція може вилитись в запалення вух, горла, носа або й в запалення бронхів та легень. Також у зв'язку з анатомо-фізіологічними особливостями будови дихальних шляхів дитини навіть незначний набряк слизової оболонки може призвести до припинення носового дихання, або стенозу (звуження) гортані – несправжнього крупу. Тому краще своєчасно звертатися до дитячого лікаря і дотримуватись його рекомендацій.

Що робити полегшення стану дитини?

Звичайно дитина просто фізично не може весь час перебувати під наглядом лікаря, але полегшити її стан та пришвидшити одужання ви можете і самостійно.

Що треба робити?

1. Постільний режим – відпочинок не тільки зніме надмірне фізичне навантаження з хворого організму, а й допоможе уникнути ускладнень у майбутньому.
2. Регулярне провітрювання – організм хворої дитини гостро потребує кисню, якого не вистачає у сухому та перегрітому повітрі кімнати. Крім того, регулярне провітрювання істотно зменшує ризик запалення легень, як найбільш серйозного ускладнення респіраторних інфекцій.
3. Правильне харчування, а саме неважка для шлунку їжа, збагачена вітамінами, та вживання якомога більше теплої рідини (чай, мінеральна вода).



ПРОФІЛАКТИКА ГРИПУ ТА ГРВІ

Найефективнішим засобом профілактики грипу є щорічна вакцинація – це специфічна профілактика. Вакцина захищає від усіх актуальних штамів грипу і є безпечною та ефективною.

Найкращий час для проведення вакцинації — напередодні грипозного сезону (у вересні). Якщо такої можливості не було, то щеплюватися можна і впродовж всього сезону. Це посилює здатність організму протистояти грипу.

Питання доцільності протигрипозної вакцинації під час епідемії все ще залишається спірним, але наукові дослідження Американської академії педіатрії та досвід минулих епідемій грипу довели: важливою умовою для успішної стратегії у боротьбі з грипом являється проведення щеплень, навіть коли є циркуляція вірусу.

Насправді, якість вакцини від грипу, яка була 10-20 років тому, суттєво відрізняється від сучасних ін'єкцій. Раніше при створенні вакцин від грипу використовувалися так звані живі, але ослаблені віруси. При використанні таких вакцин ймовірність мати помірні симптоми захворювання суттєво зростають.



Інформаційний бюлетень

В сучасних вакцинах не використовують живий вірус, це так звані інактивовані вакцини, що включають в себе фрагмент вірусу, відповідального за вироблення імунітету. Такі вакцини можливо вводити одночасно з іншими вакцинами, згідно з календарем профілактичних щеплень.

Слід бути обізнаними в кількох особливостях вакцинації:

- вироблення імунітету відбувається лише через 10-14 днів за здійснення вакцинації
- до складу сучасних вакцин входить не 1, а 3 збудника, що спрямовано на попередження зараження при першій і другій хвилі епідемії
- щорічно на утримання вакцин вносяться зміни, що обумовлено здатністю грипу до мутацій.

Неспецифічна профілактика

Профілактичні заходи, які необхідно виконувати батькам для попередження зараження дитини простудними захворюваннями, представлені у дотриманні правил гігієни,

що полягають у:

- режимі дня
- уникненні переохолодження або перегріву
- регулярному та ретельному митті рук з милом
- використанні індивідуальних предметів особистої гігієни
- користуванні носовою хусткою під час кашлю або чхання
- регулярному провітрюванню і прибиранню у дитячій кімнаті і житловому приміщенні в цілому
- загартовуванні дитячого організму
- профілактиці захворювань простудного характеру за допомогою спеціально призначених лікарських засобів.

У разі перших симптомів хвороби необхідно:

- обмежити спілкування хворого з іншими членами сім'ї

- не відправляти дитину в школу або дитячий садочок
 - звернутися за допомогою до лікаря
- Неодмінно звертайтеся до лікаря, якщо з'явилися небезпечні ознаки:**

- задишка
- висипи на шкірі
- кровохаркання
- синюшний відтінок шкіри
- блювання та пронос
- біль в грудях
- зниження тиску
- сповільнений пульс
- аритмія
- порушення свідомості
- судом.

Пам'ятайте, раннє розпізнавання небезпечних ознак є надзвичайно важливим! Саме тому для постановки діагнозу необхідно звернутися до лікаря, який призначить лікування та буде контролювати стан вашого здоров'я чи здоров'я вашої дитини.

