

Дышим НОСОМ

Многие слышали шутку о том, что если лечить насморк, он длится 7 дней, а если ничего не делать, то проходит за неделю. Давайте разберемся, так ли это.



Современные специалисты отмечают несколько основных причин заложенности носа у детей. Это острые респираторные вирусные заболевания (ОРВИ, ОРЗ), переохлаждение либо следствие аллергической реакции. Объединяют эти недуги некоторые общие симптомы: ребенок капризничает, все время жалуется на головные боли, шум в ушах, у него пропадает аппетит, течет из носика... Проявления похожи, а вот лечение назначают разное.

Вредный аллерген

Аллергический ринит (его выдают не только выделения из


носа, но и красные воспаленные веки) обязательно нужно лечить. И первым пунктом в списке оказания помощи должно быть выявление аллергена и его исключение из окружения малыша. Возможно, насморк вызван пылью растений, шерстью животных или реакцией на новый стиральный порошок, которым вы стирали детские колготки и пижамку. В любом случае нелишне вспомнить, что изменилось в доме за последнее время.

Не можете разобраться самостоятельно?

Обратитесь к доктору и следуйте его советам. Традиционные средства от аллергии – глюконат кальция, антигистаминные препараты. Есть и особые спреи, снимающие отечность слизистых.

Вирусы атакуют

Во время простуды у крохи из носа ручьем течет? Современные специалисты считают, что особых процедур пока не требуется (если

 **Совет:** *Посоветовавшись с врачом, приобретите спрей, препятствующий проникновению аллергенов в слизистую оболочку носа. Мелкие частички целлюлозы создают защитную пленку, и аллерген не может попасть в организм.*



он принимает противовирусные препараты, назначенные доктором). Дело в том, что в избыточной слизи содержатся вещества, нейтрализующие вирусы. Поэтому жидкие выделения – это признак того, что организм борется и на данном этапе справляется с вирусом.

А вот когда слизь становится густой и приобретает желто-зеленый оттенок, это означает, что произошёл переход от вирусной к вирусно-бактериальной инфекции (в таких выделениях удобно размножаться бактериям). И если не принять меры на этом этапе, то воспалительный процесс может пойти дальше, например, перекинуться на гайморовы или лобные пазухи, обернуться болью в ухе (отит).

А этого допустить нельзя! □

Наталья Габрильчук



Маме на заметку

Для того чтобы организм ребенка справился с густыми выделениями из носа, необходимо не так уж много.

- Часто проветривайте детскую и поставьте в ней увлажнитель, чтобы воздух, которым малыш дышит, был влажным и чистым.
- Регулярно очищайте носовые ходы солевыми растворами, которые продаются в аптеке.
- Чтобы предотвратить пересыхание слизистой, используйте капли на основе эфирных масел.



Наш эксперт
к.м.н., врач-отоларинголог
клиники
«МедикСити»
Ирина Осипова

- * Врач назначил ребенку сосудосуживающее средство? Оно даст хороший результат: уменьшит отек слизистой и носик снова сможет дышать. Есть мнение, что сосудосуживающие средства вызывают привыкание, высыхание слизистой. Однако современные отоларингологи считают, что если использовать такие лекарства не более семи дней, никаких побочных явлений не будет.
- * Если использовать такие лекарства не более семи дней, никаких побочных явлений не будет. Главное, чтобы препарат, который назначил доктор, соответствовал возрасту ребенка (в детских формах меньшая концентрация активного вещества) и был в пределах указанного срока годности.
- * Промывание полости носа у ребенка нужно проводить очень осторожно, соблюдая определенные правила. Несоблюдение этих правил может привести к развитию отита. Нельзя промывать заложенный нос – за 5-10 мин до промывания следует закапать в нос сосудосуживающие капли, чтобы снять отек слизистой носа. Голова ребенка во время процедуры должна быть наклонена вниз. Маленького ребенка лучше положить на живот. Детей постарше попросить наклонить голову вперед.
- * Солевой раствор в нос вводим очень маленькими порциями, лучше по каплям, поочередно в правую и левую половину носа. Отсмаркиваться нужно одной ноздрей, плотно закрыв другую половину носа. У маленьких детей следует использовать аспиратор д носа.