

Профилактика гриппа и ОРВИ у детей



Пришла осень, ожидается похолодание. Приближается неблагоприятный период по распространению ОРВИ, а затем и гриппа. В этой связи достаточно актуальными являются вопросы профилактики ОРВИ и гриппа у детей.



В целом профилактика ОРВИ и гриппа у детей состоит из двух методик: неспецифической профилактики и специфической профилактики.

Неспецифическая профилактика ОРВИ и гриппа включает:

- регулярная влажная уборка и проветривание помещений, где находятся дети;
- закаливание организма здоровых детей (проводится в летний сезон года задолго до похолоданий);
- предотвращение сквозняков в жилых и учебных помещениях, в дошкольных учреждениях, а также предотвращение переохлаждения детей, так как переохлаждение резко снижает способность организма ребенка вырабатывать эндогенный (внутри организма) интерферон (один из основных факторов организма ребенка и человека по борьбе с вирусной инфекцией);
- предотвращение переохлаждения детей ни в коем случае не должно ассоциироваться с чрезмерным укутыванием детей или их перегреванием (необходимо подобрать каждому ребенку зону комфорта);
- приложение всех усилий для реализации современных принципов по грудному вскармливанию детей грудного возраста (грудное вскармливание обеспечивает организм ребенка комплексом иммунных факторов по борьбе с инфекцией);
- соблюдение режима, ухода за детьми, их личной гигиены (начиная с мытья рук перед едой, после прогулок и т.д.), принципов здорового образа жизни и рационального питания с включением в суточные рационы овощей, фруктов, соков (в возрастных дозировках и с учетом индивидуальной переносимости);
- изоляция заболевшего члена семьи, соблюдение масочного режима;
- применение иммуномодуляторов (преимущественно растительного происхождения).



Специфическая профилактика ОРВИ и гриппа включает:



- применение гомеопатических («Афлубин» или антигомотоксических (близких к гомеопатическим препаратам) средств («Грипп-Хеель» по назначению врача-педиатра;
- применение противовирусных препаратов («Анаферон», «Арбидол», «Виферон», препараты интерферона, оксолиновая мазь и др.) по назначению врача-педиатра;
- активная специфическая профилактика гриппа путем проведения вакцинации (считается наиболее эффективным методом снижения заболеваемости гриппом и смертности от него). Вакцинацию против гриппа желательно назначать всем детям, начиная с 6-месячного возраста (особенно детям из групп риска).

К детям групп риска, подлежащим вакцинации против гриппа, относятся:

- * дети с хроническими заболеваниями легких и бронхиальной астмой;
- * дети с заболеваниями сердца (пороки сердца с гемодинамическими расстройствами и нарушениями ритма);
- * дети, имеющие болезни и пороки развития центральной нервной системы;
- * больные сахарным диабетом, хроническими заболеваниями почек и метаболическими заболеваниями;
- * дети с иммунопатологией, включая ВИЧ-инфицирование.

Вакцинация против гриппа обязательно должна проводиться в домах ребенка, школах-интернатах, дошкольных учреждениях. Вакцинация против гриппа в других группах детей хоть и желательна, но ее можно проводить по желанию родителей.

Все вопросы вакцинации детей против гриппа решаются врачами-педиатрами, детскими иммунологами прививочных кабинетов детских поликлиник районов обслуживания детей или в аналогичных кабинетах частных медицинских учреждений.

