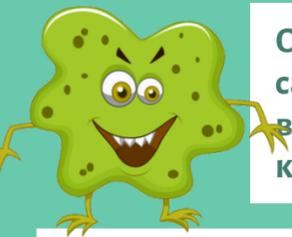


РЕКОМЕНДАЦИИ ПРИ ОСТРЫХ РЕСПИРАТОРНЫХ ВИРУСНЫХ ИНФЕКЦИЯХ У ДЕТЕЙ



Острая респираторная вирусная инфекция (ОРВИ) - острая, в большинстве случаев, самоограничивающаяся инфекция дыхательных путей, проявляющаяся воспалением верхних дыхательных путей и протекающая с лихорадкой, насморком, чиханием, кашлем, болью в горле, нарушением общего состояния разной выраженности.



Существует более 300 видов вирусов способных вызывать острую респираторную инфекцию (вирус гриппа, риновирус, коронавирусы, респираторно-синцитиальный вирус, аденовирус и др.

ПУТИ РАСПРОСТРАНЕНИЯ

- Воздушно-капельный путь: при кашле, чихании, насморке. Путем вдыхания частичек, попавших в воздух после чихания, сморкания, кашля и просто дыхания больного человека
- Прямой и опосредованный контакт: через слизистые выделения, переносимые руками больного при прикосновении другого человека, через предметы, инфицированные больным (общая с больным посуда, предметы личной гигиены, дверная ручка или телефон)

Основные рекомендации при ОРВИ у детей

Рекомендации

Хорошо



Плохо



1. Оценка тяжести состояния ребенка	1. Чтобы не пропустить серьезное заболевание	1. Можно вовремя не выявить менингит, грипп, круп, коклюш, пневмонию
2. Соблюдение гигиены (частое и правильное мытье рук, полоскания ротовой полости после еды)	2. Для профилактики распространения инфекции и повторного инфицирования	2. Заражение членов семьи и удлинение продолжительности болезни
3. Обильный питьевой режим обязателен (любые жидкости, кроме газированных напитков, какао, кофе, молочных коктейлей, сладкие жидкости и др.). При отсутствии желания пить давать часто, мелкими порциями	3. Для более быстрого выведения вирусов и токсинов из организма	3. Обезвоживание, с последующим применением «капельниц», сгущение крови и нарушение кровоснабжения внутренних органов
4. Оптимальные параметры воздуха и температуры комнаты где находится ребенок (температура 18-22°C, влажность 40-70%)	4. Для способствования нормализации температуры и снижения потери жидкости организмом	4. Сухость слизистых оболочек и кожи, потеря ими защитных функций
5. Свободный двигательный комфортный режим для ребенка (не принуждать к постельному режиму), прогулки	5. Это способствует более быстрому выздоровлению	5. Дискомфортное состояние ребенка
6. Комфортный эмоциональный режим для ребенка (не ругать, давать воду и лекарства в игровой форме, легкие тактильные прикосновения, объятия и прочее)	6. Способствует повышению иммунитета и ощущению что его любят	6. Развитие психосоматических заболеваний и ухудшение здоровья
7. Не заставлять принимать пищу при отсутствии аппетита!	7. Потребление пищи, соответствующей возрасту с ограничением сладостей, консервантов и красителей способствует более быстрому выздоровлению	7. Плохое переваривание пищи, рвота. Избыточное потребление сладостей, консервантов, красителей, специй повышает риск развития аллергии на лекарства и продукты
8. Одевать по комфорту (не перегреть ребенка!)	8. Способствует снижению температуры	8. Дискомфортное состояние ребенка
9. Обеспечить свободное носовое дыхание (солевые растворы, применение сосудосуживающих средств при выраженной заложенности не более 1-2 раз в сутки и не дольше 3 суток)	9. Солевые растворы способствуют более быстрому разрешению симптомов ринита. Применение сосудосуживающих препаратов детям до 1 года не рекомендовано	9. Превышение дозировки сосудосуживающих капель в нос может привести к отравлению со следующими симптомами. Применение больше 5 дней может привести к атрофии сосудов носа
10. Жаропонижающие средства при высокой температуре (38 и выше) и плохом самочувствии ребенка (парацетамол, ибупрофен)	10. Редкое, ситуационное применение жаропонижающих препаратов улучшает общее состояние ребенка, но не способствует более быстрому выздоровлению	10. При превышении дозы и несоблюдении интервала приема жаропонижающих препаратов имеется высокий риск повреждения печени, почек, костного мозга и др. Может спровоцировать возникновение жизнеугрожающих аллергических реакций

Чем спокойнее мама, тем быстрее выздоравливает ребенок (без паники, тревоги)

НЕДОКАЗАННЫЕ И НЕБЕЗОПАСНЫЕ МЕТОДЫ ЛЕЧЕНИЯ ОРВИ

- **Применение антибиотиков**
Антибиотики эффективны только для лечения бактериальных инфекций. Большинство респираторных заболеваний вирусной этиологии, применение антибиотиков не излечивает и не сокращает их продолжительность. Кроме того, ненужное использование антибиотиков может привести к развитию устойчивости к антибиотикам. Использование антибиотиков у младенцев и детей часто вызывает развитие аллергических реакций.
- **Не рекомендуется использование иммуномодуляторов** с целью профилактики и лечения ОРВИ.

- **Ингаляции паровые и аэрозольные не рекомендованы** к использованию, т.к. не показали эффекта в рандомизированных исследованиях, а также не рекомендованы ВОЗ для лечения ОРВИ. Паровые ингаляции не рекомендуются применять детям из-за опасности ожогов.
- **Не следует использовать противоотечные средства** для лечения детей первых лет жизни, так как это может вызвать неблагоприятные побочные эффекты, при длительном применении вызывает атрофию слизистой оболочки носовой полости.

Health Care Guideline Diagnosis and Treatment of Respiratory Illness in Children and Adults 2017. ICSI. Institute for Clinical Systems Improvement

МАТЕРИАЛ ПОДГОТОВИЛИ:

Макалкина Л.Г., к.м.н., PhD, MD, доцент кафедры клинической фармакологии НАО "МУА"
Ихамбаева А.Н., магистр медицины, MD, клинический фармаколог
Мынжанова А.М., MD, магистр медицины, врач-педиатр
Оспанова А.А., MD, резидент кафедры клинической фармакологии НАО "МУА"