



# НАИБОЛЕЕ РАСПРОСТРАНЕН- НЫЕ ДЕТСКИЕ ЗАБОЛЕВАНИЯ



Кашель, простуда, больное горло и насморк – это обычные болезни в жизни детей, и обыкновенно они не вызывают беспокойства.

Однако в некоторых случаях кашель и простуда являются симптомами другого, более серьезного заболевания, прежде всего бронхита, воспаления легких или туберкулеза. В мире заболевания дыхательных путей только в 2000 году вызвали смерть 2 миллионов детей в возрасте до пяти лет, а в Беларуси за 2006 год от этих болезней умерло 23 ребенка в возрасте до четырнадцати лет.

Опасными являются и инфекции, проявляющиеся сыпями на коже. Менингококковая инфекция – наиболее опасная из таких инфекций.

Проблема острых кишечных инфекций у детей, сопровождающихся диареей, остается чрезвычайно актуальной в связи с высоким риском заболевания, приводящего к обезвоживанию. В мире ежегодно от данной группы инфекций погибают от 1,5 до 1,8 миллиона человек, из которых 90% – это дети первых пяти лет жизни. Это связано с более быстрым, в сравнении со взрослыми, развитием обезвоживания, вызванного диареей. Один ребенок из 200 детей, заболевших диареей (поносом), имеет риск умереть при отсутствии адекватной своевременной помощи. В Республике Беларусь сохраняется достаточно стабильная ситуация с заболеваниями кишечными инфекциями, что удается благодаря совместным усилиям медицинских работников и населения, и благодаря поддержке государства. Тем не менее, следует отметить, что ежегодно регистрируется заболеваемость кишечными инфекциями у детей всех возрастных групп, среди которых преобладают дети первого года жизни.

# КЛЮЧЕВЫЕ ИДЕИ:

---

*ОБЩЕСТВО, СЕМЬЯ, КАЖДЫЙ ЧЕЛОВЕК ИМЕЮТ ПРАВО ЗНАТЬ, ЧТО:*

1.

Ребенка, у которого кашель или простуда, надо держать в тепле, но не перегревать, и давать ему как можно больше пить.

2.

Иногда кашель или простуда может быть признаком более серьезного заболевания. Если ребенок дышит быстро или тяжело, ему необходима срочная медицинская помощь.

3.

Появление любой сыпи требует обращения к врачу. Багрово-красная сыпь на коже у ребенка является признаком грозного заболевания — менингококковой инфекции. При подозрениях на такую инфекцию необходимо срочно вызвать «скорую помощь»!

4.

Дети особенно подвержены заболеваниям, если находятся возле людей, которые курят, или там, где готовится пища. Курение также может быть причиной синдрома внезапной смерти ребенка.



5.

Если испражнения ребенка жидкие, часто повторяются или в них присутствует кровь, то, скорее всего, — это диарея. Диарея может привести к смерти ребенка из-за обезвоживания организма.

6.

Если ребенок страдает от диареи, нельзя прекращать кормление. Наоборот, такому ребенку необходимо дополнительное питье и еда. При этом обязательно давать ребенку растворы солей (готовые из аптеки или приготовленные дома) для восстановления равновесия воды в организме. Не давайте ребенку никаких лекарств, если они не прописаны врачом.



## ОСНОВНЫЕ СВЕДЕНИЯ

# НАИБОЛЕЕ РАСПРОСТРАНЕННЫЕ ДЕТСКИЕ ЗАБОЛЕВАНИЯ

## 1.

Ребенка, у которого кашель или простуда, надо держать в тепле, но не перегревать, и давать ему как можно больше пить.

Заболевшего ребенка надо держать в тепле, но не позволять ему перегреваться. Надо давать много пить. Лекарства нужно применять только в том случае, если они прописаны врачом.

Детей старше года с простудой, кашлем, насморком, которые дышат нормально, можно оставлять дома, но обязательно показать медицинскому работнику (врачу или фельдшеру).

Детям первого года жизни с кашлем и простудой необходимо ежедневное наблюдение врача.

Младенцы и дети раннего возраста очень быстро отдают тепло своего тела. Когда у них кашель или простуда, их надо накрывать и держать в тепле, но при этом нельзя туго пеленать, чтобы ребенок мог свободно двигаться. Надо давать часто и понемногу пить и полноценно кормить.

Младенца, находящегося на грудном вскармливании, во время простуды или кашля часто бывает трудно кормить грудью. Но кормление грудным молоком способствует как борьбе с инфекцией, так и нормальному росту ребенка. Поэтому матери нужно продолжать часто кормить ребенка. Если ребенок не в состоянии сосать грудь, лучше всего кормить его из ложечки сцеженным грудным молоком.

Нос ребенка с простудой или насморком нужно прочищать по мере необходимости, особенно пе-

РЕД КОРМЛЕНИЕМ ИЛИ УКЛАДЫВАНИЕМ СПАТЬ. ВЛАЖНЫЙ ВОЗДУХ МОЖЕТ ОБЛЕГЧИТЬ ДЫХАНИЕ РЕБЕНКА, ПОЭТОМУ РЕБЕНКУ МОЖЕТ ПОМОЧЬ ПАРОВАЯ ИНГАЛЯЦИЯ И УВЛАЖНЕНИЕ ВОЗДУХА В ПОМЕЩЕНИИ.

ДЕТЯМ, КОТОРЫХ УЖЕ НЕ КОРМЯТ ГРУДЬЮ, НАДО ДАВАТЬ ЕСТЬ И ПИТЬ НЕБОЛЬШИМИ ПОРЦИЯМИ, НО ЧАСТО. КОГДА БОЛЕЗНЬ ПРЕКРАЩАЕТСЯ, РЕБЕНКА НУЖНО КОРМИТЬ НА ОДИН РАЗ В ДЕНЬ БОЛЬШЕ НА ПРОТЯЖЕНИИ, ПО МЕНЬШЕЙ МЕРЕ, НЕДЕЛИ. РЕБЕНОК НЕ ВЫЗДОРОВЕЛ ДО КОНЦА, ЕСЛИ ЕГО ВЕС НЕ ВЕРНУЛСЯ К УРОВНЮ, НА КОТОРОМ ОН БЫЛ ДО ЗАБОЛЕВАНИЯ.

ПОМЕЩЕНИЕ, ГДЕ НАХОДИТСЯ БОЛЬНОЙ РЕБЕНОК, НЕОБХОДИМО ПРОВЕТРИВАТЬ НЕСКОЛЬКО РАЗ В ДЕНЬ, ИЗБЕГАЯ СКВОЗНЯКОВ. КАШЕЛЬ И ПРОСТУДА РАСПРОСТРАНЯЮТСЯ ОЧЕНЬ ЛЕГКО. ЛЮДЯМ, КОТОРЫЕ КАШЛЯЮТ И ПРОСТУЖЕНЫ, НУЖНО СТАРАТЬСЯ НЕ КАШЛЯТЬ, НЕ ЧИХАТЬ И НЕ ПЛЕВАТЬ, КОГДА ОНИ НАХОДЯТСЯ РЯДОМ С ДЕТЬМИ.

НЕОБХОДИМО ИЗОЛИРОВАТЬ ДЕТЕЙ, ОСОБЕННО ПЕРВОГО ГОДА ЖИЗНИ, ОТ БОЛЬНЫХ ДЕТЕЙ ИЛИ ВЗРОСЛЫХ.

## 2.

Иногда кашель или простуда может быть признаком более серьезного заболевания. Если ребенок дышит быстро или тяжело, ему необходима срочная медицинская помощь.

Если у ребенка начинается кашель, который сопровождается учащенным дыханием, значит, ему грозит опасность. Такие признаки могут быть проявлением воспаления легких (пневмонии), стеноза гортани (ложного крупа). Необходимо срочно вызвать медицинского работника или отвезти ребенка в больницу.

Большинство случаев кашля, простуды, больного горла и насморка проходят без приема какого бы то ни было лекарства. Но иногда эти болезни являются признаком пневмонии, лечение которой обычно сопровождается применением антибиотиков.

Если врач прописывает антибиотики, очень важно придерживаться указаний относительно их приема и давать ребенку, строго следуя указаниям врача, даже если на вид ребенку становится лучше.

Многие дети умирают от воспаления легких дома, так как родители не поняли до конца всю серьезность заболевания и необходимость квалифицированной медицинской помощи.

Миллионы детских смертей можно предупредить, если:

- ◆ Родители будут знать, в какой момент простуда и кашель становятся признаками серьезной болезни, требующей срочной медицинской помощи;
- ◆ Родители и воспитатели своевременно обратятся за медицинской помощью и дадут ребенку лекарства.

Ребенка нужно немедленно отвести в больницу или показать врачу, если наблюдается любой из следующих признаков:

- ◆ Ребенок дышит намного чаще, чем обычно: для ребенка в возрасте от двух до двенадцати месяцев норма – 50 вдохов в минуту или больше; для ребенка в возрасте от двенадцати месяцев до двух лет – 40 вдохов в минуту или больше;
- ◆ Ребенку тяжело дышать или он ловит воздух открытым ртом;
- ◆ Нижняя часть грудной клетки (между животом и грудной клеткой) втягивается, когда ребенок вдыхает;
- ◆ Ребенок не может пить;
- ◆ У ребенка частая рвота.

Ребенка, у которого имеются длительные или затяжные приступы кашля, надо немедленно отвести к врачу для обследования. У ребенка может быть бронхит, пневмония, туберкулез, врожденные заболевания легких, инородное тело в дыхательных путях или специфическая инфекция, поражающая легкие.

Туберкулез – это серьезное заболевание, способное привести к смерти ребенка или нанести его легким непоправимый вред. Семьи могут оказывать содействие предупреждению туберкулеза, если будут следить за тем, чтобы:

- ◆ Детям были сделаны необходимые прививки – противотуберкулезная вакцина обеспечивает защиту от туберкулеза;

- ◆ Дети не находились в окружении людей, больных туберкулезом или откашливающих кровавистую мокроту.

Очень важно обратиться к врачу, если у ребенка:

- ◆ Наблюдается потеря веса или задержка развития;
- ◆ Отсутствие аппетита, усиленное потоотделение по ночам;
- ◆ Длительное повышение температуры;
- ◆ Ранее был контакт с больным туберкулезом;
- ◆ Гнойная мокрота, неприятный запах изо рта.

Если врач прописывает специальное лекарство против туберкулеза, очень важно придерживаться указаний относительно его применения и давать ребенку все лекарства на протяжении срока, определенного врачом, даже если на вид ребенку лучше. Родители должны знать, что лечение туберкулеза требует длительного времени.

Длительный кашель может быть признаком многих заболеваний, поражающих легкие. Для уточнения причины кашля может понадобиться дополнительное обследование в больнице.

Упорный, навязчивый кашель, сочетающийся с приступами затрудненного дыхания, без повышения температуры может свидетельствовать о наличии у ребенка бронхиальной астмы, что требует консультации специалиста и последующего медицинского вмешательства.

Полный курс профилактических прививок защитит ребенка от таких опасных инфекций, как туберкулез, коклюш, дифтерия, корь, полиомиелит, столбняк.

Появление любой сыпи требует обращения к врачу. Блуждающая сыпь на коже у ребенка является признаком грозного заболевания — менингококковой инфекции.

**При подозрениях на такую инфекцию необходимо срочно вызвать «скорую помощь»!**

Сыпь может быть признаком серьезных заболеваний, таких как корь, скарлатина, ветряная оспа и других.



БАГРОВО-КРАСНАЯ СЫПЬ, ПРОЯВЛЯЮЩАЯСЯ НА ТУЛОВИЩЕ, ОСОБЕННО НА НОГАХ И ЯГОДИЦАХ РЕБЕНКА ПЯТНАМИ, МОЖЕТ ГОВОРИТЬ О ЗАРАЖЕНИИ РЕБЕНКА МЕНИНГОКОККОВОЙ ИНФЕКЦИЕЙ.

ПРИ МЕНИНГОКОККОВОЙ ИНФЕКЦИИ ПОРАЖАЕТСЯ ГОЛОВНОЙ МОЗГ, ПРОИСХОДЯТ КРОВОИЗЛИЯНИЯ ВО ВНУТРЕННИЕ ОРГАНЫ, ОПАСНЫЕ ДЛЯ ЖИЗНИ. ПРОМЕДЛЕНИЕ С ОКАЗАНИЕМ МЕДИЦИНСКОЙ ПОМОЩИ ОПАСНО ДЛЯ ЖИЗНИ РЕБЕНКА.

РЕБЕНКА НУЖНО НЕМЕДЛЕННО ОТВЕЗТИ В БОЛЬНИЦУ ИЛИ К МЕДИЦИНСКОМУ РАБОТНИКУ, ЕСЛИ НАБЛЮДАЕТСЯ ЛЮБОЙ ИЗ СЛЕДУЮЩИХ ПРИЗНАКОВ:

- ◆ РЕБЕНОК ДЫШИТ НАМНОГО ЧАЩЕ, ЧЕМ ОБЫЧНО: (ТРЕВОЖНЫМ ЯВЛЯЕТСЯ ДЛЯ РЕБЕНКА В ВОЗРАСТЕ ОТ ДВУХ ДО ДВЕНАДЦАТИ МЕСЯЦЕВ 50 И БОЛЬШЕ ВДОХОВ В МИНУТУ; ДЛЯ РЕБЕНКА В ВОЗРАСТЕ ОТ ДВЕНАДЦАТИ МЕСЯЦЕВ ДО ДВУХ ЛЕТ – 40 И БОЛЕЕ ВДОХОВ В МИНУТУ);
- ◆ РЕБЕНКУ ТЯЖЕЛО ДЫШАТЬ ИЛИ ОН ЛОВИТ РТОМ ВОЗДУХ;
- ◆ НИЖНЯЯ ЧАСТЬ ГРУДНОЙ КЛЕТКИ (МЕЖДУ ЖИВОТОМ И ГРУДНОЙ КЛЕТКОЙ) ВО ВРЕМЯ ВДОХА ВТЯГИВАЕТСЯ, А НЕ ВЫПЯЧИВАЕТСЯ, КАК ЭТО ОБЫЧНО БЫВАЕТ ПРИ ЗДОРОВОМ ДЫХАНИИ;
- ◆ РЕБЕНОК НЕ МОЖЕТ ПИТЬ;
- ◆ У РЕБЕНКА ЧАСТАЯ РВОТА ИЛИ ОН РЕДКО МОЧИТСЯ;
- ◆ У МЛАДЕНЦЕВ – МОНОТОННЫЙ ДЛИТЕЛЬНЫЙ КРИК, РЕЗКАЯ ВЯЛОСТЬ;
- ◆ ПОВЫШЕННАЯ ТЕМПЕРАТУРА ТЕЛА БОЛЕЕ ТРЕХ ДНЕЙ;
- ◆ ТЕМПЕРАТУРА ПОДНИМАЕТСЯ ВЫШЕ 39°C И ПЛОХО СНИЖАЕТСЯ, ПРИ ЭТОМ СТОПЫ И КИСТИ РЕБЕНКА ХОЛОДНЫЕ;
- ◆ НАРАСТАЮЩАЯ БЛЕДНОСТЬ ИЛИ СИНЮШНОСТЬ КОЖИ, ПОЯВЛЕНИЕ «МРАМОРНОГО» РУСУНКА НА КОЖЕ;
- ◆ ПОЯВЛЕНИЕ НА КОЖЕ БАГРОВО-КРАСНОЙ СЫПИ;
- ◆ ПРИСТУП СУДОРОГ (ДАЖЕ ОДНОКРАТНЫЙ), В ТОМ ЧИСЛЕ КАЖУЩЕЕСЯ БЕЗОБИДНЫМ ПОДЕРГИВАНИЕ МЫШЦ ЛИЦА ИЛИ РУК;

## 4.

Дети особенно подвержены заболеваниям, если находятся возле людей, которые курят, или там, где готовится пища. Курение также может быть причиной синдрома внезапной смерти.

- ◆ Сильная боль в животе;
- ◆ Сильная головная боль, особенно в сочетании с рвотой и повышенной температурой.

Дети более склонны заболеть пневмонией и другими заболеваниями дыхательных путей, если они живут в окружении людей, которые курят.

Если ребенка окружает дым от сигарет, это может нанести ему большой вред, даже до рождения. Беременным женщинам не следует курить или находиться в окружении людей, которые курят.

Употребление табака обычно начинается в юношеском возрасте. Молодые люди более склонны начать курить, если взрослые, окружающие их, курят, если распространена реклама табачных изделий и если табачные изделия недороги и легкодоступны. Молодежь нужно побуждать избегать курения и предупреждать своих друзей об опасности курения.

## 5.

Если испражнения ребенка жидкие, часто повторяются или в них присутствует кровь, то, скорее всего, — это диарея. Диарея может привести к смерти ребенка из-за обезвоживания организма.

Ребенок болен диареей, если у него в течение дня наблюдаются два или три водянистых испражнения. Чем более водянистые по консистенции и частые эти испражнения, тем опаснее диарея.

Некоторые считают, что питье жидкости может привести к ухудшению состояния при диарее. Это неверно. Ребенку с диареей нужно давать пить как можно чаще, до тех пор, пока не прекратится диарея. Употребление большого количества воды помогает заменить жидкость, утраченную из-за диареи.

### **Напитки, рекомендованные ребенку, страдающему диареей:**

- ◆ Грудное молоко (матерям нужно кормить грудью чаще, чем обычно);
- ◆ Рисовый отвар;
- ◆ Отвар шиповника;

- ◆ Слабый чай с небольшим количеством сахара;
- ◆ Кисель;
- ◆ Каротиновая смесь, которая готовится из отвара моркови;
- ◆ Чистая вода из безопасного источника. Ребенку нужно давать только кипяченую воду.

Для того, чтобы избежать обезвоживания, детей, находящихся на грудном вскармливании, необходимо кормить как можно чаще. Детям, которых не кормят грудью, надо дополнительно пить жидкость каждый раз после водянистого испражнения:

- ◆ Ребенку до двух лет – от четверти до половины стакана;
- ◆ Ребенку, которому исполнилось два года или больше, – от половины до полного стакана.

Давать ребенку пить нужно из чистой чашки. Ни в коем случае не допускается использование бутылочки.

Если у ребенка рвота, нужно подождать десять минут, и только потом давать ему пить, но медленно, небольшими глотками.

Ребенку надо давать пить дополнительную жидкость до тех пор, пока не прекратится диарея.

Родителям нужно немедленно обратиться за помощью к врачу, если у ребенка есть хотя бы один из следующих симптомов:

- ◆ Несколько испражнений в течение часа-двух;
- ◆ Кровь в кале;
- ◆ Тошнота и рвота (3 и более эпизода в течение часа);
- ◆ Повышенная или низкая температура;
- ◆ Сильная жажда;
- ◆ Не хочет пить;
- ◆ Отказывается есть;
- ◆ Запавшие глаза;

- ◆ Отсутствие слез при плаче;
- ◆ Сухие слизистые полости рта;
- ◆ Западение большого родничка;
- ◆ Выглядит слабым или вялым;
- ◆ Мышечные подергивания или судороги;
- ◆ Не мочится.

До обращения к медицинскому работнику ребенку надо дать раствор соли, восстанавливающий равновесие воды в организме (1 чайная ложка соли на литр воды), или другие жидкости.

## 6.

Если ребенок страдает от диареи, нельзя прекращать кормление. Наоборот, такому ребенку необходимо дополнительное питье и еда. При этом обязательно давать ребенку растворы солей (готовые из аптеки или приготовленные дома) для восстановления равновесия воды в организме. Не давайте ребенку никаких лекарств, если они не прописаны врачом.

Грудное молоко – это лучший источник жидкости и пищи для маленького ребенка, страдающего диареей. Оно питательное и чистое, помогает бороться с болезнями и инфекциями. Младенец, которого кормят только грудным молоком, практически не может заболеть диареей.

Грудное молоко предупреждает обезвоживание и недоедание (недостаточное получение пищевых веществ) и помогает восстановить утраченную жидкость. Часто матери уменьшают кормление грудью, если у ребенка диарея. Это неправильно. Если у ребенка диарея, матерям нужно кормить грудью чаще, чем обычно.

Ребенку с диареей надо давать растворы солей для восстановления равновесия воды в организме и лекарства, назначенные только медицинскими работниками. Ни в коем случае не следует давать ребенку какие бы то ни было таблетки, антибиотики или другие препараты, не прописанные врачом, – они могут быть вообще неэффективными и навредить.

Лучшее лечение диареи – это употребление большого количества жидкости и правильно растворенных в воде солей, которые восстанавливают равновесие воды в организме (СВРВ).

Если нет пакетиков СВРВ, обезвоживание можно лечить, давая ребенку пить напиток, состоящий

из 8 чайных ложек сахара и 1 чайной ложки соли мелкого помола, 1/2 чайной ложки пищевой соды, растворенных в одном литре чистой кипяченой и охлажденной воды. Будьте очень внимательны и придерживайтесь правильных пропорций, поскольку слишком большое количество сахара может привести к усилению диареи, а слишком большое количество соли может навредить ребенку. Если напиток немного разбавлен, это не причинит ребенку никакого вреда, в то время как эффективность остается почти неизменной.

### Что такое СВРВ?

СВРВ (соли для восстановления равновесия воды в организме) – это специальная комбинация сухих солей, которые, если их правильно смешивают с чистой водой, могут помочь восстановить в организме равновесие воды, утраченной из-за диареи.

Пакетики с СВРВ продаются в аптеках.

### Как сделать напиток с СВРВ:

1. Высыпьте содержимое пакетика с СВРВ в чистый сосуд. Проверьте инструкцию на пакетике и добавьте правильное количество чистой воды. Слишком малое количество воды может ухудшить состояние больного диареей.
2. Прибавляйте только воду. Не прибавляйте СВРВ к молоку, супу, фруктовому соку или безалкогольным напиткам. Не добавляйте сахар.
3. Хорошо размешайте и дайте выпить ребенку из чистой чашки. Не используйте бутылки и соски.
4. Если ребенок не хочет пить из чашки или бутылочки, можно выпаивать его из пипетки.

### Какой объем напитка с СВРВ давать?

Поощряйте ребенка пить как можно больше.

Ребенку, которому не исполнилось двух лет, надо выпивать, по меньшей мере, от четвертой части до половины большой чашки (стакана) напитка каждый раз после водянистого испражнения.

Ребенок с диареей теряет в весе, поэтому он нуждается в дополнительном питании. Во время выздоровления ребенка нужно кормить, как минимум, на один раз больше ежедневно на протяжении двух недель. Это необходимо для восстановления сил после болезни.

Ребенок с диареей может не хотеть есть, или у него может быть рвота, поэтому кормление может усложниться. Если ребенку около шести месяцев или даже больше, родители должны поощрять его есть как можно чаще, предлагая небольшое количество мягкой, протертой пищи или пищи, которая ребенку нравится. В этой еде должно быть небольшое количество соли. Мягкую пищу легче есть, она также содержит больше жидкости, чем твердая.

Не рекомендуется использовать продукты, которые усиливают перистальтику кишечника, бродильный процесс и содержат грубую клетчатку:

- ◆ Черный хлеб и сухари из черного хлеба;
- ◆ Цельное молоко, йогурты, сливки;
- ◆ Каши на цельном молоке;
- ◆ Бобовые, свеклу, огурцы, квашеную капусту, редьку, редис;
- ◆ Цитрусовые (мандарины, апельсины), груши, сливы, виноград;
- ◆ Жирные сорта мяса, рыбы, птицы.

Ребенок полностью не выздоровел, пока его вес не возвратился, как минимум, к тому уровню, на котором он был до начала болезни.