

Два дня ходим, две недели бодем. Почему?



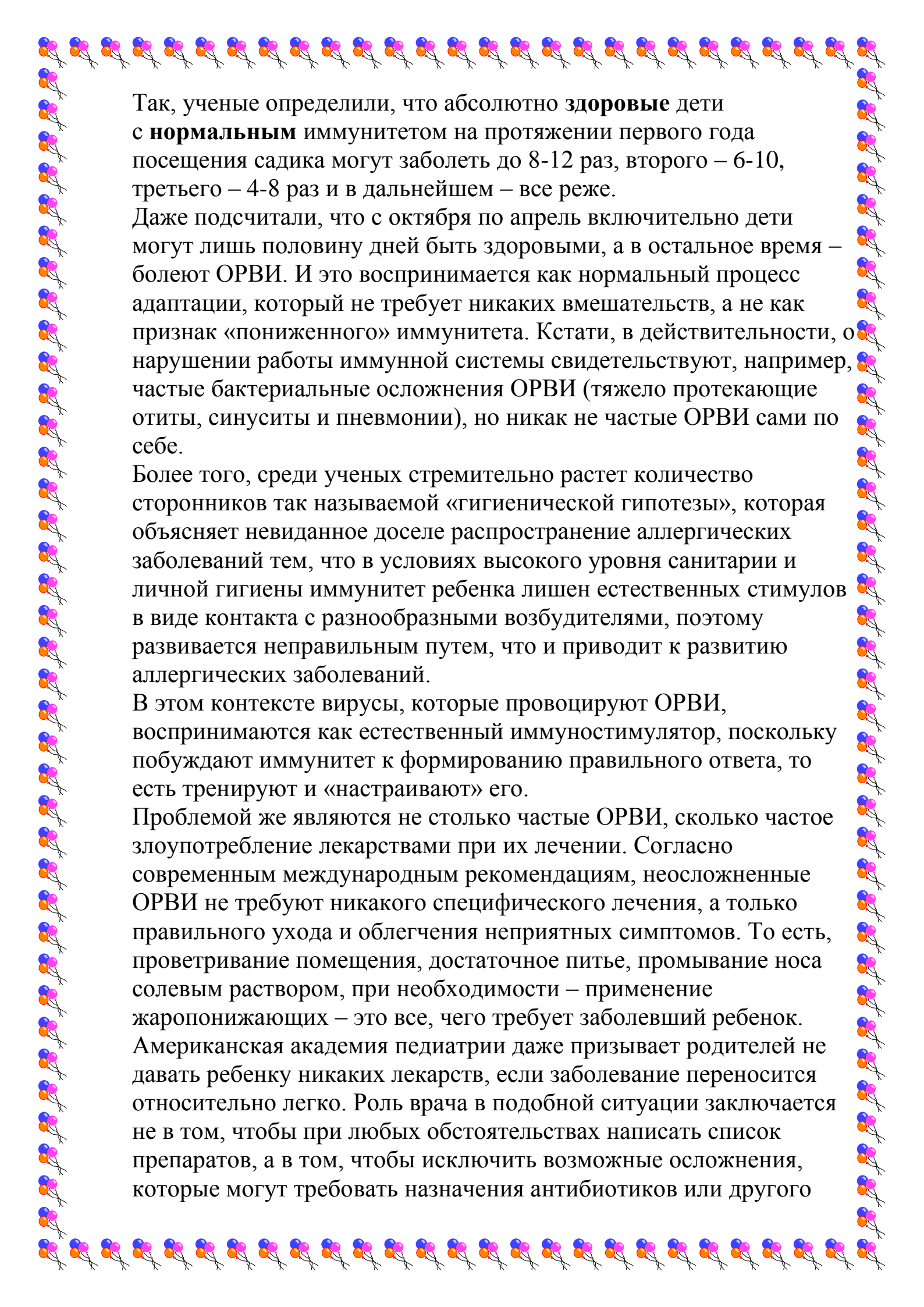
«Почему мой ребенок стал так часто болеть? С тех пор, как малыш начал посещать садик (или школу), складывается впечатление, что насморк и кашель практически не прекращаются».

Подобные вопросы задают себе родители детей, которые посещают организованный детский коллектив и с этими же вопросами обращаются к медикам. Чаще всего им приходится слышать в ответ, что ребенок, который болеет чаще четырех-шести раз в год, относится к категории «часто болеющих», имеет слабый иммунитет и требует комплекса оздоровительных мероприятий. А каждый эпизод ОРВИ непременно должен быть пролечен с использованием некоторого (иногда немалого) количества медицинских препаратов (впрочем, не всегда безопасных и дешевых).

Не комментируя эту устоявшуюся точку зрения, которая крепко засела в подсознании большинства отечественных родителей, хотим предложить альтернативный взгляд на проблему и осветить современное отношение к ней врачей и ученых всего цивилизованного мира. А уважаемый читатель пусть сам сделает выводы.

Итак, почему дети часто болеют ОРВИ и следует ли воспринимать это как проблему?

Дело в том, что существует более двухсот различных вирусов, которые способны спровоцировать у человека острую инфекцию верхних дыхательных путей. Иммунитет маленького ребенка еще не знаком с большинством возбудителей, которых немало вокруг и особенно много там, где одновременно находится большое количество детей. Поэтому **каждая** встреча с **новым** вирусом чаще всего заканчивается развитием заболевания, которое, как правило, протекает сравнительно легко и проходит достаточно быстро. Совершенно очевидно, что требуется немало времени, чтобы ребенок «перезнакомился» хотя бы с частью возбудителей, но это обязательно происходит и частота ОРВИ постепенно уменьшается.



Так, ученые определили, что абсолютно **здоровые** дети с **нормальным** иммунитетом на протяжении первого года посещения садика могут заболеть до 8-12 раз, второго – 6-10, третьего – 4-8 раз и в дальнейшем – все реже.

Даже подсчитали, что с октября по апрель включительно дети могут лишь половину дней быть здоровыми, а в остальное время – болеют ОРВИ. И это воспринимается как нормальный процесс адаптации, который не требует никаких вмешательств, а не как признак «пониженного» иммунитета. Кстати, в действительности, о нарушении работы иммунной системы свидетельствуют, например, частые бактериальные осложнения ОРВИ (тяжело протекающие отиты, синуситы и пневмонии), но никак не частые ОРВИ сами по себе.

Более того, среди ученых стремительно растет количество сторонников так называемой «гигиенической гипотезы», которая объясняет невиданное доселе распространение аллергических заболеваний тем, что в условиях высокого уровня санитарии и личной гигиены иммунитет ребенка лишен естественных стимулов в виде контакта с разнообразными возбудителями, поэтому развивается неправильным путем, что и приводит к развитию аллергических заболеваний.

В этом контексте вирусы, которые провоцируют ОРВИ, воспринимаются как естественный иммуностимулятор, поскольку побуждают иммунитет к формированию правильного ответа, то есть тренируют и «настраивают» его.

Проблемой же являются не столько частые ОРВИ, сколько частое злоупотребление лекарствами при их лечении. Согласно современным международным рекомендациям, неосложненные ОРВИ не требуют никакого специфического лечения, а только правильного ухода и облегчения неприятных симптомов. То есть, проветривание помещения, достаточное питье, промывание носа солевым раствором, при необходимости – применение жаропонижающих – это все, чего требует заболевший ребенок.

Американская академия педиатрии даже призывает родителей не давать ребенку никаких лекарств, если заболевание переносится относительно легко. Роль врача в подобной ситуации заключается не в том, чтобы при любых обстоятельствах написать список препаратов, а в том, чтобы исключить возможные осложнения, которые могут потребовать назначения антибиотиков или другого

соответствующего лечения. Очень часто из офиса зарубежного педиатра родители уходят с назначением одного лишь жаропонижающего средства.

Ни в одной развитой стране при ОРВИ не назначают противовирусные лекарства, интерфероны, иммуномодуляторы и т.д. Главным образом из-за того, что на сегодняшний день почти не существует препаратов, которые бы в научных исследованиях доказали свою способность профилактировать ОРВИ или ускорять выздоровление.

Почти, потому что есть исключения (например, Плеконарил, которого вы не найдете в отечественных аптеках), которые, впрочем, из-за очень скромного эффекта (ускорение выздоровления лишь на несколько часов), высокой стоимости, а также наличия побочных эффектов, так и не стали широко применяться. Остальное, чем пытаются лечить своих малышей отечественные родители, к сожалению, имеет больше отношение к фармацевтическому бизнесу, чем к медицине как таковой.

Впрочем, если б даже были такие лекарства... Стали бы вы посещать вместо ребенка университет, если бы хотели, чтобы он был умным и образованным? Так нужны ли детскому иммунитету «костыли» в виде лекарств? Как мы уже говорили, выводы делайте сами.

