



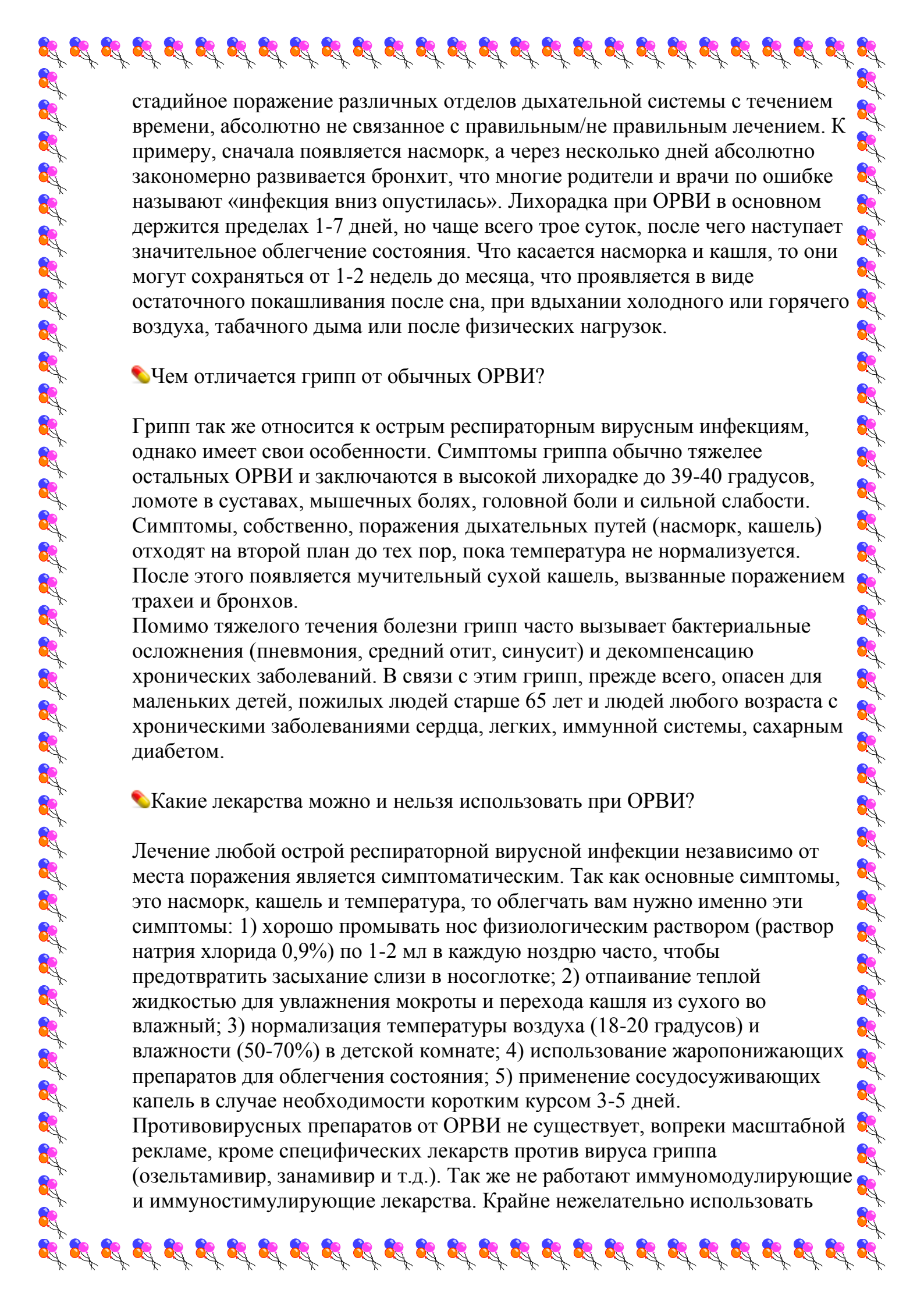
ОРВИ у детей. Как правильно лечить и как избежать осложнений

🍬 Что такое ОРВИ?

ОРВИ – острые респираторные вирусные инфекции. Это группа заболеваний, которых объединяет то, что они вызываются вирусами и имеют очень похожие симптомы поражения дыхательной системы. Так как этих вирусов очень много (около двухсот), вызывают они похожие симптомы и точная диагностика, по сути, не меняет тактику лечения болезни, всех их объединили в одну группу для упрощения. ОРВИ вызывают риновирусы, коронавирусы, аденовирусы, вирусы гриппа, парагриппа и др.

🍬 Основные симптомы ОРВИ. Как долго могут сохраняться кашель и насморк после ОРВИ?

Самые частые симптомы острых респираторных вирусных инфекций – насморк, кашель, повышение температуры тела. Различные вирусы «любят» различные отделы дыхательной системы, то есть, обладают так называемой тропностью к отдельным клеткам. Например, риновирусы в основном вызывают воспаление носоглотки и обильным насморком, першением в горле и кашлем. Аденовирусы поражают носоглотку и конъюнктиву глаз. Вирус гриппа – трахею и бронхи. Вирус парагриппа – гортань с возможным развитием крупа у детей. Так же стоит отметить, что чаще всего происходит



стадийное поражение различных отделов дыхательной системы с течением времени, абсолютно не связанное с правильным/не правильным лечением. К примеру, сначала появляется насморк, а через несколько дней абсолютно закономерно развивается бронхит, что многие родители и врачи по ошибке называют «инфекция вниз опустилась». Лихорадка при ОРВИ в основном держится пределах 1-7 дней, но чаще всего трое суток, после чего наступает значительное облегчение состояния. Что касается насморка и кашля, то они могут сохраняться от 1-2 недель до месяца, что проявляется в виде остаточного покашливания после сна, при вдыхании холодного или горячего воздуха, табачного дыма или после физических нагрузок.

Чем отличается грипп от обычных ОРВИ?

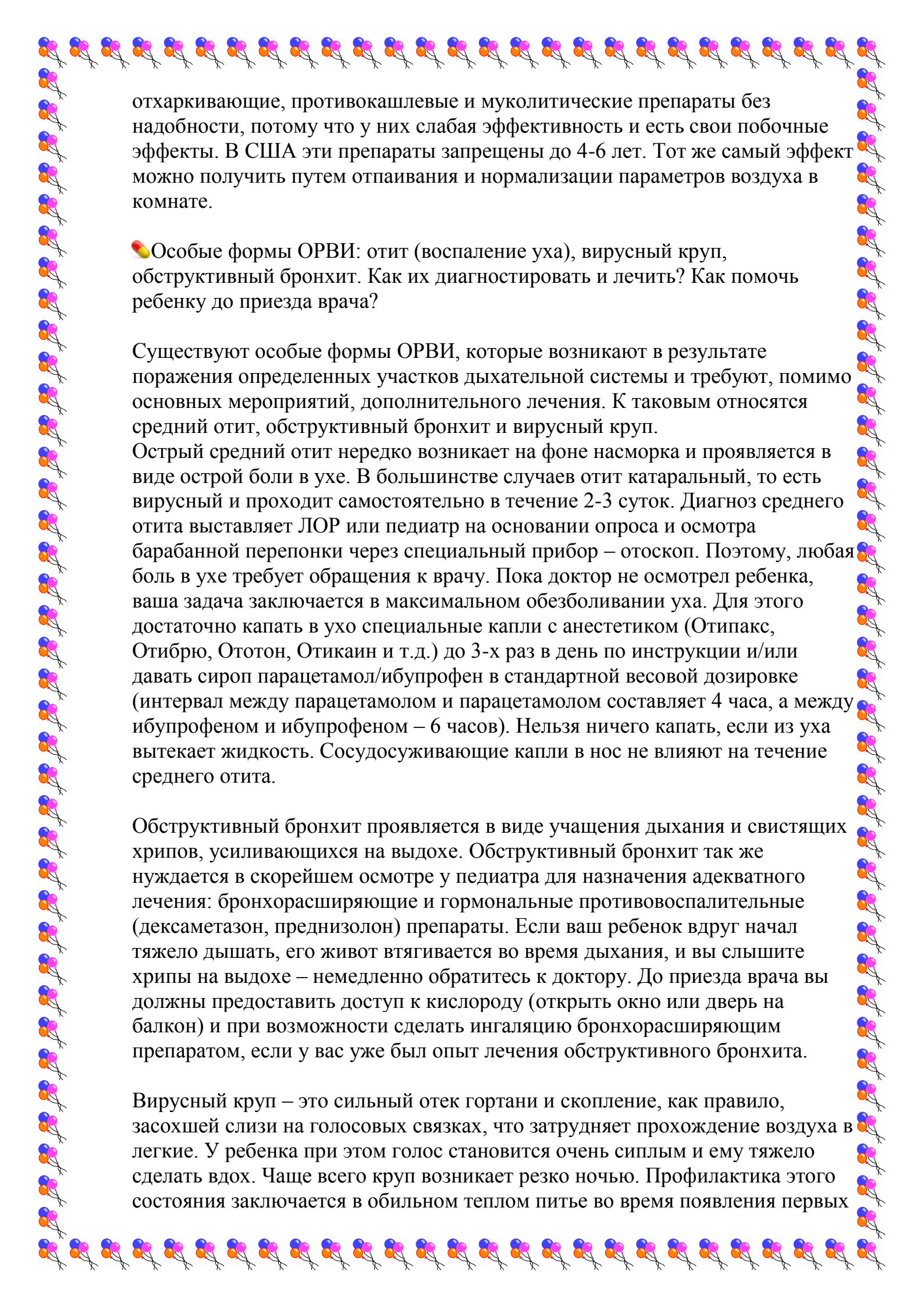
Грипп так же относится к острым респираторным вирусным инфекциям, однако имеет свои особенности. Симптомы гриппа обычно тяжелее остальных ОРВИ и заключаются в высокой лихорадке до 39-40 градусов, ломоте в суставах, мышечных болях, головной боли и сильной слабости. Симптомы, собственно, поражения дыхательных путей (насморк, кашель) отходят на второй план до тех пор, пока температура не нормализуется. После этого появляется мучительный сухой кашель, вызванный поражением трахеи и бронхов.

Помимо тяжелого течения болезни грипп часто вызывает бактериальные осложнения (пневмония, средний отит, синусит) и декомпенсацию хронических заболеваний. В связи с этим грипп, прежде всего, опасен для маленьких детей, пожилых людей старше 65 лет и людей любого возраста с хроническими заболеваниями сердца, легких, иммунной системы, сахарным диабетом.

Какие лекарства можно и нельзя использовать при ОРВИ?

Лечение любой острой респираторной вирусной инфекции независимо от места поражения является симптоматическим. Так как основные симптомы, это насморк, кашель и температура, то облегчать вам нужно именно эти симптомы: 1) хорошо промывать нос физиологическим раствором (раствор натрия хлорида 0,9%) по 1-2 мл в каждую ноздрю часто, чтобы предотвратить засыхание слизи в носоглотке; 2) отпаивание теплой жидкостью для увлажнения мокроты и перехода кашля из сухого во влажный; 3) нормализация температуры воздуха (18-20 градусов) и влажности (50-70%) в детской комнате; 4) использование жаропонижающих препаратов для облегчения состояния; 5) применение сосудосуживающих капель в случае необходимости коротким курсом 3-5 дней.

Противовирусных препаратов от ОРВИ не существует, вопреки масштабной рекламе, кроме специфических лекарств против вируса гриппа (озельтамивир, занамивир и т.д.). Так же не работают иммуномодулирующие и иммуностимулирующие лекарства. Крайне нежелательно использовать



отхаркивающие, противокашлевые и муколитические препараты без надобности, потому что у них слабая эффективность и есть свои побочные эффекты. В США эти препараты запрещены до 4-6 лет. Тот же самый эффект можно получить путем отпаивания и нормализации параметров воздуха в комнате.

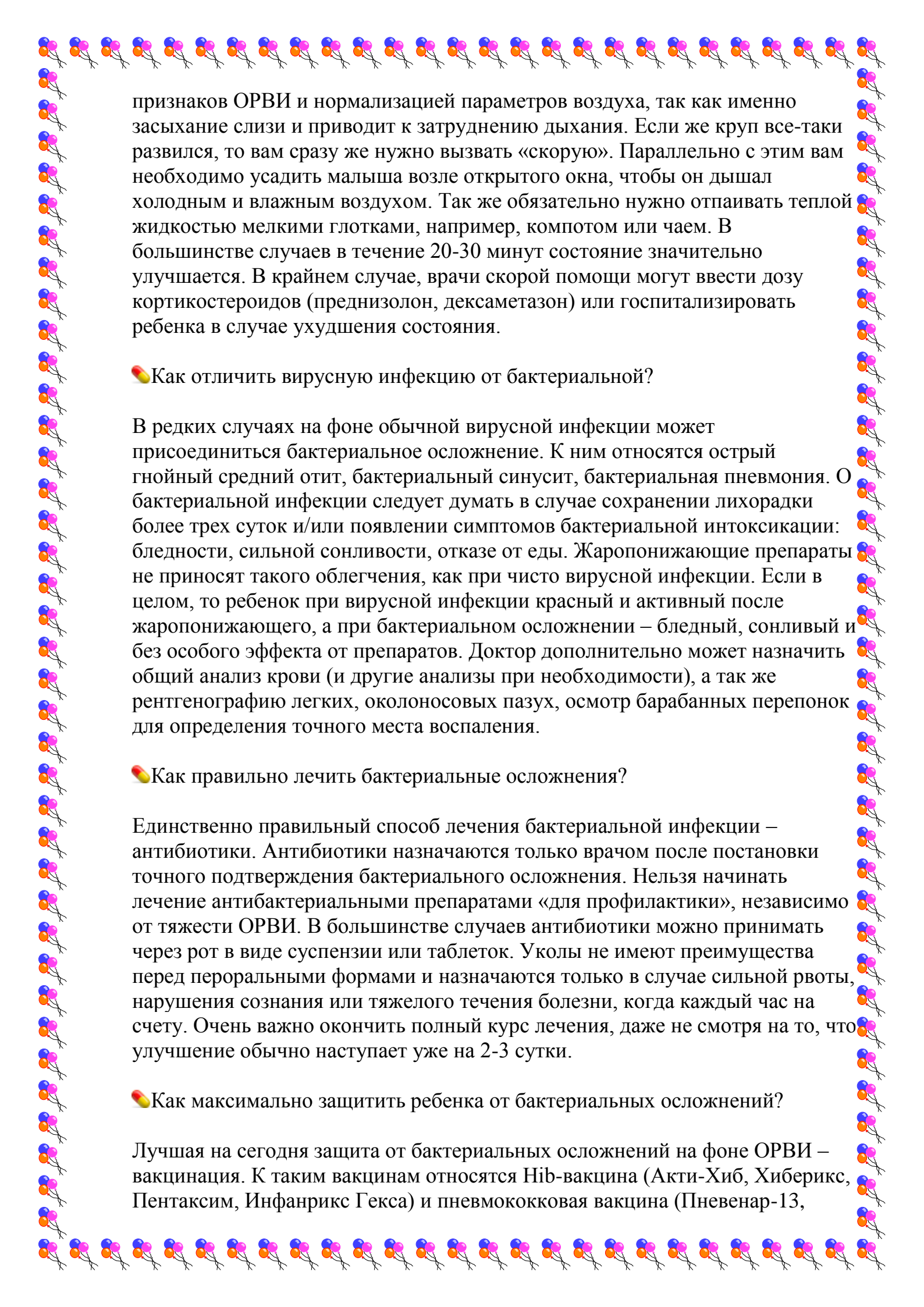
🍬 **Особые формы ОРВИ:** отит (воспаление уха), вирусный круп, обструктивный бронхит. Как их диагностировать и лечить? Как помочь ребенку до приезда врача?

Существуют особые формы ОРВИ, которые возникают в результате поражения определенных участков дыхательной системы и требуют, помимо основных мероприятий, дополнительного лечения. К таковым относятся средний отит, обструктивный бронхит и вирусный круп.

Острый средний отит нередко возникает на фоне насморка и проявляется в виде острой боли в ухе. В большинстве случаев отит катаральный, то есть вирусный и проходит самостоятельно в течение 2-3 суток. Диагноз среднего отита выставляет ЛОР или педиатр на основании опроса и осмотра барабанной перепонки через специальный прибор – отоскоп. Поэтому, любая боль в ухе требует обращения к врачу. Пока доктор не осмотрел ребенка, ваша задача заключается в максимальном обезболивании уха. Для этого достаточно капать в ухо специальные капли с анестетиком (Отипакс, Отибрю, Ототон, Отикаин и т.д.) до 3-х раз в день по инструкции и/или давать сироп парацетамол/ибупрофен в стандартной весовой дозировке (интервал между парацетамолом и парацетамолом составляет 4 часа, а между ибупрофеном и ибупрофеном – 6 часов). Нельзя ничего капать, если из уха вытекает жидкость. Сосудосуживающие капли в нос не влияют на течение среднего отита.

Обструктивный бронхит проявляется в виде учащения дыхания и свистящих хрипов, усиливающихся на выдохе. Обструктивный бронхит так же нуждается в скорейшем осмотре у педиатра для назначения адекватного лечения: бронхорасширяющие и гормональные противовоспалительные (дексаметазон, преднизолон) препараты. Если ваш ребенок вдруг начал тяжело дышать, его живот втягивается во время дыхания, и вы слышите хрипы на выдохе – немедленно обратитесь к доктору. До приезда врача вы должны предоставить доступ к кислороду (открыть окно или дверь на балкон) и при возможности сделать ингаляцию бронхорасширяющим препаратом, если у вас уже был опыт лечения обструктивного бронхита.

Вирусный круп – это сильный отек гортани и скопление, как правило, засохшей слизи на голосовых связках, что затрудняет прохождение воздуха в легкие. У ребенка при этом голос становится очень сиплым и ему тяжело сделать вдох. Чаще всего круп возникает резко ночью. Профилактика этого состояния заключается в обильном теплом питье во время появления первых



признаков ОРВИ и нормализацией параметров воздуха, так как именно засыхание слизи и приводит к затруднению дыхания. Если же круп все-таки развился, то вам сразу же нужно вызвать «скорую». Параллельно с этим вам необходимо усадить малыша возле открытого окна, чтобы он дышал холодным и влажным воздухом. Так же обязательно нужно отпаивать теплой жидкостью мелкими глотками, например, компотом или чаем. В большинстве случаев в течение 20-30 минут состояние значительно улучшается. В крайнем случае, врачи скорой помощи могут ввести дозу кортикостероидов (преднизолон, дексаметазон) или госпитализировать ребенка в случае ухудшения состояния.

 Как отличить вирусную инфекцию от бактериальной?

В редких случаях на фоне обычной вирусной инфекции может присоединиться бактериальное осложнение. К ним относятся острый гнойный средний отит, бактериальный синусит, бактериальная пневмония. О бактериальной инфекции следует думать в случае сохранения лихорадки более трех суток и/или появлении симптомов бактериальной интоксикации: бледности, сильной сонливости, отказе от еды. Жаропонижающие препараты не приносят такого облегчения, как при чисто вирусной инфекции. Если в целом, то ребенок при вирусной инфекции красный и активный после жаропонижающего, а при бактериальном осложнении – бледный, сонливый и без особого эффекта от препаратов. Доктор дополнительно может назначить общий анализ крови (и другие анализы при необходимости), а так же рентгенографию легких, околоносовых пазух, осмотр барабанных перепонок для определения точного места воспаления.

 Как правильно лечить бактериальные осложнения?

Единственно правильный способ лечения бактериальной инфекции – антибиотики. Антибиотики назначаются только врачом после постановки точного подтверждения бактериального осложнения. Нельзя начинать лечение антибактериальными препаратами «для профилактики», независимо от тяжести ОРВИ. В большинстве случаев антибиотики можно принимать через рот в виде суспензии или таблеток. Уколы не имеют преимущества перед пероральными формами и назначаются только в случае сильной рвоты, нарушения сознания или тяжелого течения болезни, когда каждый час на счету. Очень важно окончить полный курс лечения, даже не смотря на то, что улучшение обычно наступает уже на 2-3 сутки.

 Как максимально защитить ребенка от бактериальных осложнений?

Лучшая на сегодня защита от бактериальных осложнений на фоне ОРВИ – вакцинация. К таким вакцинам относятся Нib-вакцина (Акти-Хиб, Хиберикс, Пентаксим, Инфанрикс Гекса) и пневмококковая вакцина (Пневенар-13,

Синфлорикс, Пневмо-23). Доказано, что использование этих прививок достоверно снижает вероятность бактериальных пневмоний, синуситов и средних отитов как минимум на 50-60%.

