

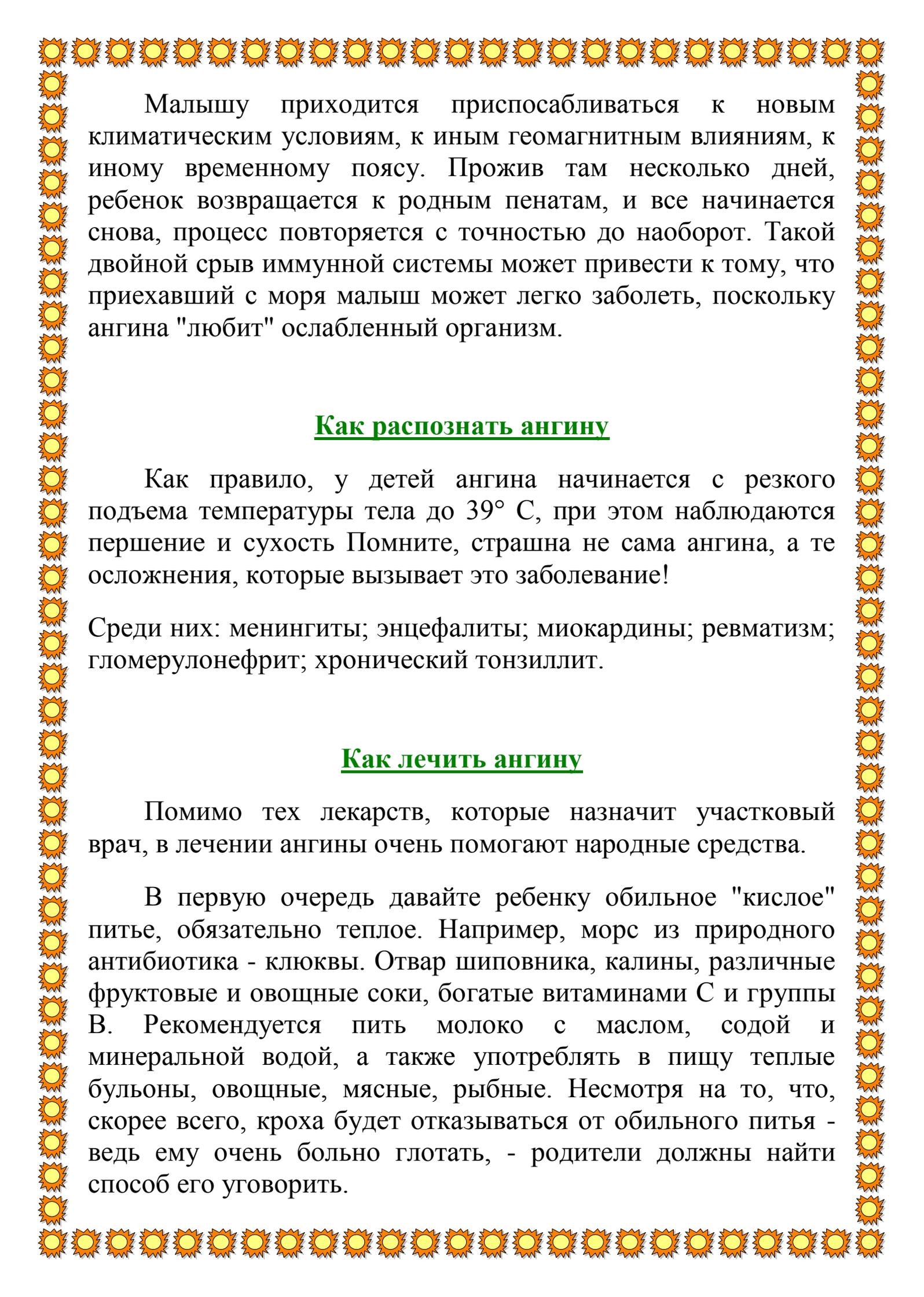
Летняя ангина

Летом, когда детский организм еще не успел набраться сил и энергии солнечных дней, а иммунная система ослаблена, малыши особенно подвержены различным инфекционным заболеваниям. Одним из наиболее распространенных заболеваний летнего периода является так называемая "летняя" ангина, возбудителем которой является В-гемолитический стрептококк группы А; реже стафилококк или их сочетание.

Отпуска, каникулы в детском саду и школе. Кто-то едет отдыхать в деревню и общается там с деревенскими ребятами, кто-то отправляется в дом отдыха с родителями. Заболеваемость во вновь возникающих коллективах, например, на детской площадке, при наличии больного ребенка очень быстро распространяется уже в первые две недели.

Следите за тем, чтобы у ребенка не было резкого переохлаждения организма. Не рекомендуется в жару есть много мороженого, пить ледяные или со льдом прохладительные напитки - местное переохлаждение отрицательно сказывается на слизистой глотки.

Резкие перепады температуры окружающей среды ослабляют иммунную систему детского организма. Считается, что если ребенка повезли на юг, то это непременно прибавит ему здоровья. В действительности такие поездки имеют смысл, если они продолжительны во времени - месяц и более. Если ребенка везут на 10-14 дней, то это вряд ли принесет пользу, потому что его биоритмы не успевают перестроиться.



Малышу приходится приспосабливаться к новым климатическим условиям, к иным геомагнитным влияниям, к иному временному поясу. Прожив там несколько дней, ребенок возвращается к родным пенатам, и все начинается снова, процесс повторяется с точностью до наоборот. Такой двойной срыв иммунной системы может привести к тому, что приехавший с моря малыш может легко заболеть, поскольку ангина "любит" ослабленный организм.

Как распознать ангину

Как правило, у детей ангина начинается с резкого подъема температуры тела до 39° С, при этом наблюдаются першение и сухость. Помните, страшна не сама ангина, а ее осложнения, которые вызывает это заболевание!

Среди них: менингиты; энцефалиты; миокардиты; ревматизм; гломерулонефрит; хронический тонзиллит.

Как лечить ангину

Помимо тех лекарств, которые назначит участковый врач, в лечении ангины очень помогают народные средства.

В первую очередь давайте ребенку обильное "кислое" питье, обязательно теплое. Например, морс из природного антибиотика - клюквы. Отвар шиповника, калины, различные фруктовые и овощные соки, богатые витаминами С и группы В. Рекомендуется пить молоко с маслом, содой и минеральной водой, а также употреблять в пищу теплые бульоны, овощные, мясные, рыбные. Несмотря на то, что, скорее всего, кроха будет отказываться от обильного питья - ведь ему очень больно глотать, - родители должны найти способ его уговорить.

При ангине назначают полоскание горла (до 8-10 раз в сутки) отварами трав: шалфея, ромашки, эвкалипта, слабыми растворами калия перманганата, натрия гидрокарбоната, фурацилина, перекиси водорода. Если малыш еще не умеет полоскать горло - используйте спреи. Можно налить раствор в спринцовку. Если вашему ребенку больше двух лет - начните обучение полосканию.

Хорошо помогает сухое тепло вокруг шеи.

И еще очень важный момент. Постарайтесь, чтобы малыш соблюдал постельный режим. Почитайте ему сказку, покажите любимый мультфильм. Однако следите за тем, чтобы телевизор был включен негромко и недолго. Мерцание голубого экрана быстро утомляет глаза и нервную систему, и без того ослабленную болезнью. Наиболее активным детям можно давать успокоительные средства, такие, как пустырник, горицвет, так как излишняя живость дает ненужную нагрузку на детский организм и может спровоцировать осложнения.

Не забывайте хорошо проветривать детскую, поскольку сухой, застоявшийся воздух раздражает и без того отекающие и припухшие дыхательные пути. А вот выходить на улицу, какой бы теплой погода ни была, не стоит.

