

# ОСТОРОЖНО! МЕНИНГИТ!



**Менингит** – это заболевание, при котором происходит воспаление оболочек спинного и головного мозга.

Чаще всего встречается у детей из-за ослабленного и несовершенного иммунитета, неспособного бороться с появлением данного заболевания.

**Менингиты у детей делятся на два основных вида:**

- *Гнойные, возбудителями которых являются бактерии - менингококки, пневмококки и гемофильная палочка.*
- *Серозные, вызываемые попаданием в организм ребенка вирусной инфекции.*

## **Основные признаки менингита у детей:**

- сильная головная боль, которая может усиливаться при воздействии света и звука;
- рвота, не приносящая облегчения;
- вялость, ребенок «лежит пластом»;
- высокая температура, практически не сбивается обычными жаропонижающими средствами;
- ригидность затылочных мышц (попытайтесь лежащему на спине ребенку прижать подбородок к груди – сделать это очень трудно, а чаще всего, просто невозможно);
- больные дети стараются лежать на боку, поджав ноги и откинув голову назад;
- сыпь в виде розовых пятен размером от 5 до 20 мм, появляющаяся в первые же сутки на животе, голених, ягодицах, пятках;
- у малышей до года возможно набухание родничка.

## **При обнаружении перечисленных симптомов следует немедленно вызвать врача или скорую помощь!**

Окончательный диагноз, а соответственно и лечение, определяют только по результатам спинномозговой пункции. **Лечение менингита** зависит от типа возбудителя.

### ***Профилактика заболевания очень проста.***

*Первым делом укрепляйте иммунитет ребенка, больше гуляйте с малышом на свежем воздухе, проветривайте помещение, по возможности избегайте мест с большим скоплением народа, особое внимание уделяйте правильному питанию. Приучите ребенка мыть руки перед едой, и тогда риск этого заболевания будет сведен к минимуму.*

*Еще одной мерой профилактики является **ВАКЦИНАЦИЯ**. Но следует учитывать, что менингит – это болезнь с большим количеством разных возбудителей, и универсального средства, способного защитить от всех этих возбудителей, просто не может быть.*



**БЕРЕГИСЬ  
КИШЕЧНЫХ  
ИНФЕКЦИЙ**

**Острые кишечные инфекции** - это большая группа заболеваний, которые протекают с более или менее похожими симптомами, но вызываться могут огромным количеством возбудителей: бактериями, вирусами, простейшими микроорганизмами.

Летом количество кишечных инфекций у детей неминуемо растет. Причин этому несколько.

**Во-первых**, летом в пищу употребляется большое количество сырых овощей, фруктов и ягод, на невымытой поверхности которых обитает огромное количество микробов, в т. ч. потенциально опасных.

**Во-вторых**, летом дети много времени проводят на улице, и не всегда даже их родители вспоминают, что **еда чистыми руками - обязательное правило**.

**Третья причина**: летом, попадая в продукты питания (молочные продукты, мясо, рыбу, бульоны), некоторые болезнетворные микроорганизмы размножаются с огромной скоростью и быстро достигают того количества, которое с успехом прорывает защитные барьеры желудочно-кишечного тракта.

**От момента внедрения возбудителя** в желудочно-кишечный тракт до начала заболевания может пройти от нескольких часов до 7 дней.

**Заболевание начинается** с повышения температуры тела, недомогания, слабости, вялости. Аппетит резко снижен, быстро присоединяется тошнота, рвота. Стул жидкий, частый с примесями. Следствием потери жидкости является сухость слизистых оболочек и кожи, черты лица заостряются, ребенок теряет в массе, мало мочится. Выражение лица страдальческое. Если у вашего ребенка появились вышеперечисленные признаки болезни - немедленно вызывайте врача. **Самолечение недопустимо**.

**Профилактика кишечных инфекций** требует неукоснительного соблюдения общегигиенических мер в быту, при приготовлении пищи и во время еды.

В летнее время все пищевые продукты следует закрывать от мух. Готовая пища должна храниться в холодильнике: при низкой температуре, даже в случае попадания в пищу микробов, они не смогут размножиться. К заболеванию может привести и неразборчивость при покупке продуктов, употребляемых в пищу без термической обработки - с рук, вне рынков, где они не проходят санитарный контроль. При купании в открытых водоемах ни в коем случае нельзя допускать заглатывания воды. Если едите на пляже, протрите руки хотя бы специальными влажными салфетками.

**И помните, что личный пример родителей - лучший способ обучения ребенка.**



# Корь

**Корь** – острая вирусная инфекция, пожалуй, самая «заразная» среди детских инфекций. В отсутствие вакцинации ею переболели практически все дети раннего возраста.

**Источником заражения** является больной человек, который выделяет вирус при чихании, кашле, с капельками слюны. **Первые признаки заболевания** появляются на 8-12 день после заражения и характеризуются лихорадкой, недомоганием, насморком, кашлем, воспалением конъюнктив. Затем, обычно на 13-14 день, за ушами и на щеках появляется сыпь, которая быстро распространяется на все лицо и шею. На второй день она появляется на теле, а на третий – на руках и ногах. В период высыпания температура достигает более высоких цифр, нарастает интоксикация, усиливается насморк, кашель, светобоязнь, ухудшается сон. В течение трех-четырех последующих дней сыпь исчезает в той же последовательности, как и появилась. **Осложнениями** кори являются тяжелые пневмонии (1-6%), воспаление среднего уха (7-9%), энцефалит (1 случай на 1000 заболевших), синдром крупа, желудочно-кишечные расстройства. Особенно тяжело протекает корь у детей с нарушениями иммунной системы у ослабленных детей, а так же у детей на втором году жизни. На первом году жизни большая часть детей защищена от заболевания, поскольку в их крови содержится материнские антитела. Перенесенная корь оставляет после себя пожизненный иммунитет (невосприимчивость) к повторному заражению.

**Единственной мерой эффективной и длительной защиты ребенка от кори является вакцинация**, которая проводится во всех странах мира с использованием живых вакцин, содержащих аттенуированный (ослабленный) вирус кори. Эти препараты являются высокоэффективными, обеспечивая защиту более 95% привитых. Достаточно привести две цифры: довакцинальное время в США корью ежегодно переболело 400 000 – 600 000 человек, а в 1998 г. – 100, т.е. в 50 000 раз меньше.



**Защитить ребенка от кори – ваш родительский долг!**

# ОРВИ у детей



Острая респираторная вирусная инфекция (ОРВИ, ранее ОРЗ) – самая распространенная группа инфекционных заболеваний детей и взрослых в нашей стране. Симптомы ОРВИ - насморк, кашель, чихание, головная боль, боль в горле, усталость. Лучшее средство от ОРВИ у детей – профилактика. Чтобы ваш ребенок (и вы сами) реже болели, соблюдайте следующие несложные правила:

▣ Заразиться ОРВИ можно только от человека. Чем реже вы посещаете места массового скопления людей (школы, детские сады, поликлиники, магазины, офисы, общественный транспорт, массовые мероприятия и т. п.) – тем меньше шансов заразиться.

▣ Сухой, теплый и неподвижный воздух отапливаемых помещений вызывает пересыхание слизистых оболочек верхних дыхательных путей – а это открывает вирусу дорогу в организм. Для профилактики ОРВИ больше времени проводите на свежем воздухе, регулярно проветривайте квартиру и мойте полы, купите увлажнитель воздуха, по возможности не используйте электрических и других дополнительных обогревателей! Температура воздуха в квартире должна быть около 20° С, влажность воздуха – 50-70 %.

▣ Кроме сухого воздуха, пересыхание слизистых оболочек могут вызывать некоторые лекарства. Если необходимо принимать такие средства во время эпидемии ОРВИ, следует строго соблюдать другие меры профилактики.

Когда нужен врач при ОРВИ у детей? Всегда!

Любые проблемы со здоровьем ребенка должен решать именно специалист!

Вот случаи, когда необходим срочный вызов врача:

- ▣ На четвертый день болезни не наступило улучшение, или после улучшения началось ухудшение;
- ▣ На седьмой день болезни температура ребенка остается повышенной;
- ▣ Не действуют или почти не действуют жаропонижающие средства;
- ▣ Кашель усиливается и становится более сухим;
- ▣ Присутствует хотя бы один из этих симптомов: сильная боль, гнойные выделения, одышка, жажда, сильная бледность;
- ▣ Кашель, насморк и другие обычные симптомы ОРВИ выражены не сильно, но ребенок очень плохо себя чувствует.

Врача надо вызывать срочно, если ребенок потерял сознание, задыхается, у него наблюдаются: судороги, головная боль и рвота, боль в горле, при этом нет насморка, опечность на шее, температура выше  $39^{\circ}\text{C}$ , не снижающаяся через полчаса после приема жаропонижающего, бледность кожи, озноб, сыпь.

Берегите себя и своих детей!

Будьте здоровы!

