

Как определить, что малыш болен?

Казанцева А.Н.- врач аллерголог-иммунолог
ПКД №1(для детей)

Ребенок в возрасте до одного года не может рассказать о своем самочувствии. Поэтому мать должно внимательно наблюдать за малышом, чтобы вовремя определить начало болезни. Что должно насторожить родителей?

- чрезмерное возбуждение, бессонница, плач без особой причины,
- апатия, утомляемость, потеря аппетита,
- появление сыпи, бледное или красное лицо,
- холодный или горячий лоб, потоотделение, озноб, одышка,
- рвота, частый или редкий стул,
- недостаточное или частое мочеиспускание.

У здорового ребенка нормальной считается температура тела 36-37°C. Следует помнить, что температура тела у ребенка до года может повышаться даже от незначительных причин (перегревания например), поэтому, прежде чем вызвать врача, проверьте, не слишком ли тепло одет ваш малыш.

При заболеваниях органов дыхания может появиться одышка. Частота дыхания здорового новорожденного - 40 раз в минуту, во втором полугодии - 32-35 раз.

Важным показателем здоровья ребенка является пульс. У новорожденного он составляет 140 ударов в минуту, в год -120.У маленьких детей удобней всего пульс считать, приложив к височной части кончики указательного и среднего пальцев. Считают пульс, когда ребенок находится в спокойном состоянии или спит.

Стул у здорового ребенка 2-3 раза в день однородный, кашицеобразный, желтого цвета. Признаком заболевания может стать учащение стула и изменение его внешнего вида.

Мочится маленький ребенок до 15-20 раз в сутки. Моча у здорового малыша прозрачная и не имеет осадков.

В первые месяцы жизни, врача нужно вызвать при любых необычных и подозрительных признаках и симптомах. Признаки заболевания родители замечают быстро, если очевидны симптомы болезни, такие, как высокая температура, рвота, понос, сыпь, боль, а также вялость, нарушение аппетита, раздражительность.

Уход за больным ребенком

Больной ребенок отличается повышенной раздражительностью, плохо спит и нуждается в большем внимании, чем обычно. Участие родителей – важная часть ухода за малышом дома и в больнице. Они должны иметь постоянную возможность ухаживать за ребенком независимо от его состояния и типа лечебного учреждения, в котором он находится. Уверенно и спокойно действовать вы сможете, ознакомившись с правилами ухода за ребенком.

Постельный режим

Больному ребенку, обычно подвижному, не обязательно находиться весь день в постели. Он может вставать и играть в комнате. Однако, если врач рекомендовал постельный режим, необходимо постараться развлечь больного и проводить с ним больше времени. Больному часто нравится лежать на диване в общей комнате, он чувствует себя лучше в привычной для него обстановке, в кругу семьи, а родителям удобнее наблюдать за ним. Надо иметь в виду, что больной ребенок не способен долго играть и может воспротивиться играм, требующим большого напряжения. Помните, что сил у больного меньше, чем у здорового.

Чем занять больного ребенка

Хорошее настроение – половина успеха в лечении. Если ребенок хочет или должен оставаться в постели, разрешите ему заниматься рисованием или наклеивать картинки в альбом, слушать музыку, смотреть интересные телевизионные передачи, видеофильмы и т.д. Детям можно позволить также лежать на диване в комнате, где находятся другие члены семьи.

Как снизить температуру тела ребенка?

В развитии лихорадочной реакции, играющей защитно-приспособительную роль, различают 3 стадии: подъем температуры, озноб, резкое уменьшение потоотделения, понижение теплоотдачи; стабилизация температуры на повышенном уровне, усиление теплоотдачи; возможное значительное падение артериального давления, резкое усиление теплоотдачи, что приводит к снижению температуры.

Снизить высокую температуру (выше 38,5°C) можно следующими мероприятиями:

на второй стадии лихорадки раскрыть ребенка, устранив препятствия для эффективной теплоотдачи: водочно-уксусные растирания тела (водка-вода-9% уксус -1:1:1), дав жидкости подсохнуть, процедуру повторяют 2-3 раза; дать обильное питье и возрастную дозу парацетамола. На третьей стадии лихорадки рекомендуется согреть ребенка (грелки к рукам и ногам), дать обильное горячее питье, сделать водочно-уксусные растирания тела (водка-вода-9% уксус – 1:1:1), дав жидкости подсохнуть, процедуру повторяют 2-3 раза); дать возрастную дозу парацетамола.

Питье и питание

Плохой аппетит – естественная биологическая реакция малыша на заболевание. Более важно, чтобы больной ребенок много пил, особенно при высокой температуре, при наличии рвоты и/или поноса. Предпочтительнее использовать кипяченую воду, несладкие фруктовые соки, компот, глюкозо-солевые растворы, причем понемногу, но часто. Не рекомендуют газированные напитки и

напитки на основе органических красителей. И конечно же, не следует кормить малыша насильно, поскольку это вряд ли ускорит выздоровление. В первые дни болезни нужна легкоусвояемая, негрубая и не раздражающая пища, протертый творог, яблочное пюре, детское питание (в зависимости от возраста ребенка).

Как только малыш начинает поправляться, у него улучшается аппетит. Это хороший признак. Для начала надо приготовить ребенку любимое блюдо, чтобы он испытал удовольствие от еды. Дальнейшее расширение диеты идет с учетом всех необходимых ингредиентов – белков, жиров, углеводов, минеральных солей, воды и витаминов. Однако белковым продуктам поначалу придается особое значение. Рекомендуется использовать яйца, лучше в виде парового омлета или варенного (но не более одного яйца в день), мясо, рыбу и др. Зелень, овощи, фрукты – важная часть рациона больного ребенка. Однако все это дается в умеренном количестве.

Свежий воздух

Поддержание оптимальной температуры (18-20°C) в помещении, где находится больной, – важное условие ухода за ребенком. Это возможно при систематическом проветривании. Если состояние ребенка позволяет ему играть во дворе – пусть играет, но при инфекционном заболевании следует быть осторожным.

Инфекционные болезни

Если у ребенка инфекционное заболевание, существует опасность заражения окружающих. В таких случаях его надо изолировать от других детей, а также от взрослых, которые могут быть восприимчивы к инфекции. Например, при краснухе нельзя допускать ребенка в людные места, особенно в поликлинику, где от него может заразиться беременная женщина, что грозит внутриутробным заражением плода. К больному ребенку можно лишь приглашать в гости детей, ранее переболевших этой инфекционной болезнью. Опасность повторного заболевания весьма невелика.

Когда вызывать врача

За медицинской помощью рекомендуется обращаться в следующих случаях:

- причина недомогания не ясна;
- заболел маленький ребенок;
 - отсутствует эффект от лечения и/или состояние ребенка ухудшается;
- состояние ребенка ухудшилось, и он отказывается от питья или слишком сонлив.

Помните, что у детей, особенно раннего возраста, болезни развиваются быстрее, чем у взрослых, и несвоевременное обращение за медицинской помощью грозит серьезными осложнениями.

Лекарства

Лекарственные препараты детям выписывают в виде удобных для приема вкусных микстур, порошков или таблеток. Грудному ребенку дают точно отмеренное количество лекарства с помощью пипетки или мерной ложки. Давая лекарство детям более старшего возраста, пользуются мерной ложкой, прилагаемой к микстуре или купленной в аптеке. Следует максимально ограничить инъекции, причиняющие неприятные ощущения. Если ребенок отказывается принимать лекарство, а вы не можете убедить принять его, постарайтесь влить лекарство как можно глубже в горло (вкусовые рецепторы расположены на передней части языка).

Как давать лекарство ребенку

Детям грудного возраста назначенную дозу жидкого лекарства рекомендуется вводить по частям, соблюдая осторожность, чтобы не разлить микстуру, если ребенок будет активно отказываться принимать ее или поперхнется. Чтобы дать грудному ребенку лекарство, наберите его пипеткой и опорожните глубоко в горло. Давая лекарство старшим детям, используйте специальную мерную ложку или мензурку; при этом ребенок должен сидеть. Не рекомендуется давать больному ребенку одновременно через рот

3-4 и более лекарственных препаратов. Желательно давать их с небольшими промежутками. Нельзя давать лекарства детям в руки и позволять принимать их в отсутствие взрослых. Важно проследить, чтобы дозировка лекарства была правильной, и ребенок прошел полный курс лечения.