

Балабақшада тұмау, ЖРВИ және суықтың алдын алу



Статистикаға сәйкес, біздің еліміздегі әрбір ересек адам жылына орта есеппен 2 рет респираторлық инфекциялармен ауырады. Орта және жоғары мектеп жасындағы балаларда бұл көрсеткіш сәл жоғары-жылына 3 реттен. Балабақша жасындағы сәбилер ең осал болып табылады¹ – оларға жыл сайын ЖРВИ және тұмау диагнозы жылына 6 рет қойылады. Бұл аурулар

асқынуларымен қауіпті, сондықтан ата-аналар баланы қалай дұрыс емдеу керектігін ғана емес, сонымен қатар мектеп жасына дейінгі балаларда тұмаудың алдын-алу қалай жүргізілетінін білуі керек².

Респираторлық аурулар ең көп таралған аурулардың бірі болғандықтан, әр ересек адамда олардың не екендігі туралы ең аз Білім болуы керек.

Тұмау мен ЖРВИ арасындағы айырмашылық

Тұмау – жоғарғы тыныс жолдарына (әдетте трахеяға) әсер ететін жедел вирустық инфекция (қоздырғыштар-а, В, С вирустары). Ауру өте тез дамиды, егер ешқандай әрекет жасалмаса, ол бронхитке немесе пневмонияға (өкпенің қабынуы) ауысуы мүмкін.

Балаларда тұмауды тиісті емдеу болмаған жағдайда созылмалы патологияның даму қаупі өте жоғары. Синусит пен тонзиллит, аллергия, жүрек және қан тамырлары аурулары, физикалық және психомоторлық дамудың кешігуі тұмаудың салдары болуы мүмкін.

Симптомдары: бас ауруы, бүкіл дененің ауыруы, тамақ ауруы, безгегі (400С дейін), мұрыннан су ағу, жөтел.

ЖРВИ (жедел респираторлық вирустық инфекциялар), суық тию – бірқатар вирустардан туындауы мүмкін жұқпалы аурулар: риновирус, аденовирус, парагрипп және т.б.

ЖРВИ-де жоғарғы тыныс жолдары зардап шегеді.

Негізгі белгілері: жұлдыру, түшкіру, мұрын бітелуі, жөтел, тамақ ауруы, бас ауруы, көзді кесу, кейде температура 37–38С.

Тұмаудан айырмашылығы, SARS баяу дамиды және асқынуларға әкеледі (әсіресе жақсы иммунитетпен).

Балалардың тұмаумен және ЖРВИ-мен ересектерге қарағанда 3-5 есе жиі ауыратындығының себебі-нәрестелерде иммунитет әлі толық дамымаған және "үйретілмеген".

Аурудың алғашқы белгілерінде дұрыс диагноз қою және мүмкіндігінше тезірек сауатты емдеуді бастау үшін дәрігерге көріну керек.

Мектеп жасына дейінгі балаларда тұмаудың алдын алу-тыныс алу жолдарының ауруларының қаупін азайтудың сенімді әдісі

Балаңызды вирустардан қорғау үшін кейбір ата-аналар оны артық байланыстардан қорғауға тырысады (бұл экспозицияның алдын-алу, инфекцияның алдын-алу деп аталады)³. Бұл дұрыс тактика, өйткені инфекция ауа тамшылары арқылы жүреді. Егер сіздің туыстарыңыз немесе достарыңыз ауырып қалғанын білсеңіз, олармен кездесуден біраз уақыт бас тарту керек. Карантин сонымен қатар экспозицияның алдын алу әдістерінің бірі болып табылады.

Бірақ, біріншіден, балаларды жабық кеңістікте өсіру мүмкін емес-сіз әлі де серуендеуге және дүкенге барып, жұмысқа баруыңыз керек, сонда науқас адаммен кездесу ықтималдығы өте жоғары. Екіншіден, вирустардан "жасыру" арқылы бала қатаймайды, оның иммунитеті олармен күресуді үйренбейді және "жарыққа", атап айтқанда, балабақшаға шыққанда, ауру ықтималдығы бірнеше есе артады. Сондықтан мектеп жасына дейінгі балаларда тұмаудың белсенді диспозициялық алдын-алу қажет.

Балабақшадағы балалардағы ЖРВИ мен суықтың нақты және спецификалық емес алдын алу.

Мамандар профилактиканың нақты және спецификалық емес әдістерін ажыратады.

Спецификалық емес профилактика инфекциялардан қорғаудың белгілі әдістерін қамтиды:

- * дұрыс тамақтану;
- * күн режимі;
- * қатаю;
- қолайлы жағдайлар жасау (таза, желдетілетін бөлмелер, стресстің болмауы және т. б.);
- * дене шынықтыру сабағы.

Балаңызға дұрыс ұйқыны, теңдестірілген әр түрлі тамақтануды (ақуыздар, майлар мен көмірсулар, дәрумендер мен микроэлементтердің қажетті жиынтығы бар мәзір) қамтамасыз ете отырып, онымен дене шынықтырумен және денені қатайтумен айналыса отырып, сіз күшті иммунитетті қалыптастыруға және сақтауға көмектесесіз. Тұрақты иммундық жүйе көптеген вирустық шабуылдарды жеңе алады және ауру болған жағдайда оларды тезірек жеңе алады.

Нақты профилактика белсенді иммундауды (вакцинацияны) және иммундық жүйені нығайтуға мүмкіндік беретін арнайы құралдарды – иммуномодуляторларды қолдануды білдіреді.

- Тұмауға қарсы екпелер (вакциналар) иммундық жүйеге ықтимал жаумен "танысуға" мүмкіндік береді. Вакцинация кезінде ағзаға әлсіреген немесе өлі қоздырғыш микроорганизмдер енгізіледі. Иммунитет оларды зерттейді, есте сақтайды және шабуыл кезінде қоздырғыштарды жоюға қабілетті заттар шығарады. Барлық артықшылықтармен вакциналардың кемшілігі бар-олар тек белгілі бір микроорганизмдерге әсер етеді және шектеулі уақыт (көптеген вакциналар жыл сайын жасалуы керек).

Имуномодуляторларда басқа әрекет әдісі бар. Бұл иммундық жүйені белсендіретін, дененің әртүрлі инфекцияларға төзімділігін арттыратын дәрілер. Қауіп болмаған кезде, препарат иммунитетті қолдайды, егер зиянды микроорганизмдер ағзаға енсе, бұл организмнің төзімділігін арттыратын биологиялық белсенді ақуыздардың өндірісін арттыруға көмектеседі.