



Медицинская сестра Бышко Наталья Николаевна

Острые детские инфекции

Для заболеваний, которые получили название острых детских инфекций, характерно то, что болеют ими, как правило, в детском возрасте. К острым детским инфекциям относят корь, краснуху, скарлатину, дифтерию, коклюш, эпидемический паротит (свинку), ветряную оспу и полиомиелит.

Все эти заболевания отличаются высокой заразностью. У людей, переболевших ими, остается стойкий иммунитет (за исключением скарлатины). Массовая вакцинация помогла резко снизить заболеваемость многими детскими инфекциями. Однако даже самые эффективные вакцины не всегда дают абсолютный иммунитет. По разным причинам не все дети оказываются охвачены профилактическими прививками. Не от всех инфекций разработаны достаточно эффективные и безопасные вакцины. Поэтому знание особенностей распространения этих заболеваний и профилактических мер необходимо всем — родителям, администрации и сотрудникам дошкольных образовательных учреждений.

В настоящее время доля инфекционных болезней достигает 30% от общей заболеваемости населения страны. В связи с этим особое значение приобретает ликвидация медицинской безграмотности населения. Предупреждение инфекций является ведущим принципом охраны здоровья детей.

Ребенок заболел. Поведение его изменилось: он плачет, просится на руки, отказывается от еды, становится вялым и не играет, как обычно. Вы тревожно трогаете его ручки и ножки... Не надо теряться!

- Прежде всего измерьте ребенку температуру и уложите его в кроватку.
- Если малыша знобит, у него холодные ручки и ножки, укройте его потеплее и положите к ногам грелку.
- Заболевшего ребенка изолируйте от других детей и немедленно вызовите врача.

- Детей, контактировавших с заболевшим ребенком, до разрешения врача нельзя отправлять в детские учреждения.
- Выделите заболевшему ребенку отдельные посуду, полотенца, горшок. Спать он должен обязательно на отдельной кровати.
- Если болезнь началась рвотой или поносом, не кормите ребенка до прихода врача, а только поите кипяченой водой или чаем.
- Пеленку или горшок с испражнениями сохраните и покажите врачу.
- Если врач сочтет необходимым поместить ребенка в больницу, вы должны согласиться.

Профилактика инфекционных заболеваний

Инфекционные заболевания возникают в результате проникновения в организм человека каких-либо микроорганизмов (бактерий, вирусов или простейших) и размножения их там.

Профилактика инфекционных заболеваний проводится по трем направлениям. Первое из них связано с выявлением и изоляцией источника инфекции, второе направлено на исключение механизмов передачи и третье — повышение устойчивости ребенка к инфекционным заболеваниям.

Для предупреждения распространения инфекции в дошкольном учреждении важно своевременно выявить заболевшего ребенка.

Большую помощь в этом медицинскому персоналу оказывают заведующая ДООУ, воспитатель, няня, которые, зная индивидуальные особенности каждого ребенка, при внимательном к нему отношении могут своевременно заметить любое отклонение в его поведении и самочувствии и сообщить об этом врачу для установления диагноза и изоляции.

Большинство родителей понимает, что благодаря несложной профилактике болеть ребенок будет реже, а лечение (если он все-таки заболеет) окажется менее длительным и дорогостоящим. Если прививки и профилактические осмотры делать своевременно, то поводов для визита к врачу станет меньше, а любые отклонения в росте и развитии ребенка будут замечены вовремя.

Кроме того, если ребенок привыкнет видеть доктора во время регулярных осмотров, медицинская помощь не будет ассоциироваться у него с болью и страхом, и, заболев, он не станет бояться человека в белом халате. Наконец, привычка заботиться о своем здоровье, соблюдать меры профилактики пригодится ему в будущем. Для профилактики наиболее опасных и часто встречающихся заболеваний у детей раннего и дошкольного возраста на базе поликлиник и дошкольных учреждений проводится вакцинация с целью

создания искусственного иммунитета. В настоящее время в соответствии с приказом Минздрава Российской Федерации от 27.06.01 № 229 «О национальном календаре профилактических прививок по эпидемическим показаниям» в России проводится вакцинация против следующих заболеваний: вирусного гепатита В, туберкулеза, коклюша, дифтерии, столбняка, полиомиелита, кори, эпидемического паротита и краснухи.

Острые инфекционные заболевания верхних дыхательных путей

Ангина

Описание: воспаление и увеличение миндалин.

Что нужно знать:

миндалины — часть лимфатической системы. Они играют роль в поддержании здоровья;

у детей 2—6 лет миндалины обычно увеличены. С годами они уменьшаются;

удаляют миндалины только по серьезным медицинским показаниям; при ангине хорошо помогают антибиотики, но их нужно применять по назначению врача;

чаще всего эта инфекция поражает детей в возрасте 5—14 лет. Обратитесь к врачу, если:

появились описанные симптомы;

у ребенка болит горло. Хотя боль в горле — не неотложное состояние, вызвать врача надо обязательно. Симптомы:

боль в горле, увеличение миндалин, налет или бело-желтые точки на них;

общее недомогание, снижение аппетита, головная боль; повышенная температура. Что проверить:

с помощью портативного фонарика осмотрите горло, миндалины. Лечение: назначит врач;

домашние средства от ангины те же, что и при обычной простуде. Цель домашнего лечения — облегчить состояние; в лихорадочный период рекомендуется обильное питье; больного следует изолировать в отдельной комнате, выделить ему личную посуду, полотенце;

при любой ангине производится бактериологическое исследование мазка с миндалин для выявления возбудителя заболевания, в том числе на дифтерию; важно, чтобы ребенок прошел весь курс назначенных антибиотиков, даже если он чувствует себя неплохо; давайте парацетамол, леденцы для горла, мед, чаще напоминайте ребенку полоскать горло (4—5 раз в день):

- теплым раствором соли;
- настоем ромашки;
- 1 ч. ложка настойки календулы или эвкалипта на стакан воды.

Уход за больным ребенком в семье

Прежде всего обеспечьте ребенку покой. Не допускайте посещения родственников и знакомых.

Кровать ребенка поставьте в хорошо освещенном месте, но так чтобы он не лежал лицом к свету: прямые лучи света утомляют больного и раздражают глаза.

Рядом с его постелью поставьте маленький столик или стул с питьем и игрушками. На кровать повесьте мешочек с носовым платком и полотенцем.

Охраняйте сон ребенка. Но если вы заметили, что он непрерывно спит или находится в сонливом состоянии, необходимо сказать об этом врачу.

Комнату, где находится ребенок, убирайте влажным способом и чаще проветривайте. Лишние вещи уберите, чтобы в комнате было меньше пыли. Чаще ее проветривайте.

Обязательно выполняйте советы врача.

В холодные зимние дни во время проветривания укройте малыша двумя одеялами, повяжите ему головку, сядьте рядом и следите за тем, чтобы малыш не раскрылся. Когда закроете окно или форточку, дайте воздуху согреться и только тогда снимите с ребенка теплые вещи.

Постель ежедневно перестилайте — одеяло и подушку вытряхните, а белье смените. Следите за тем, чтобы постель была ровная, без складок и бугров. Все это может беспокоить больного. У тяжело больных-детей неровности постели могут вызвать пролежни. Следите, чтобы на его постель не попали крошки, чтобы в ней не остались игрушки. Все это может беспокоить больного.

Проведенные правильно и в нужные сроки прививки обеспечивают надежную защиту от опасных для здоровья и жизни инфекционных заболеваний. По заключению Всемирной организации здравоохранения и Минздрава России,

прививкам подлежат все дети, особенно с ослабленным здоровьем, для которых инфекционные болезни особенно опасны.

Календарь прививок составлен так, чтобы ребенок был привит к тому возрасту, когда болезнь наиболее опасна. Несоблюдение графика прививок снижает их результативность, ребенок оказывается недостаточно защищенным и может заболеть.

Не только ваш участковый педиатр должен заботиться о своевременной вакцинации вашего ребенка. Каждая мать должна заботиться о защите от инфекций своего малыша, должна знать сроки проведения прививок и вовремя приходить в поликлинику для проведения очередной вакцинации.



Грипп

С гриппом хоть однажды в своей жизни сталкивались, пожалуй, все. И это неудивительно, ведь *грипп* – одно из самых распространенных инфекционных заболеваний, способное приводить к массовым вспышкам и даже эпидемиям почти ежегодно. Поэтому так важно знать «врага в лицо»: чем он опасен, как от него защищаться, и как легче всего перенести.

Почему же он так распространен? Почему ежегодно по всему миру огромное количество взрослых и детей страдает от этого вездесущего заболевания, которое может приводить к весьма серьезным осложнениям?

Вирус *гриппа* крайне изменчив. Ежегодно появляются новые подвиды (штаммы) вируса, с которыми наша иммунная система еще не встречалась, а, следовательно, не может легко справиться. Именно поэтому и вакцины против гриппа не могут обеспечить 100%-ую защиту – всегда существует вероятность новой мутации вируса.

История гриппа

Грипп был известен человечеству много веков назад. Первая задокументированная эпидемия *гриппа* случилась в 1580 году. Правда, тогда еще ничего не было известно о природе этого заболевания.

Пандемия респираторной инфекции в 1918-1920гг, которая захватила земной шар, и была названа «испанкой», вероятнее всего, была ничем иным, как эпидемией тяжелейшего гриппа. Известно, что испанка отличалась

невероятной смертностью – молниеносно приводила к пневмонии и отеку легких, даже у молодых больных.

Достоверно вирусная природа грипп установлена в Англии только в 1933 году Смитом, Эндрюсом и Лейдлоу, выделившими специфический вирус воздействующий преимущественно на дыхательные пути из легких хомячков, зараженных смывом из носоглотки больных гриппом и обозначенный ими как вирус гриппа А. В 1940 году Френсис и Мэджил открыли вирус гриппа В, а в 1947 году Тейлор выделил ещё один новый вариант вируса гриппа типа С.

С 1940-го года появилась возможность активно изучать вирус гриппа и его свойства – вирус стали выращивать в куриных эмбрионах. С тех пор, в изучении гриппа был сделан большой шаг вперед – была открыта способность к мутациям, а также выявлены все участки вируса, способные к изменчивости. Важным открытием, безусловно, стало создание вакцины против гриппа.

Что такое грипп

Грипп – это острое вирусное заболевание, которое может поражать верхние и нижние дыхательные пути, сопровождается выраженной интоксикацией и может приводить к серьезным осложнениям и летальным исходам – в основном у пожилых больных и детей.

Гриппи ОРВИ – близкие друг другу заболевания – и по способу заражения, и по основным проявлениям, однако это не одно и то же. Грипп вызывает значительно большую интоксикацию, часто протекает тяжело и приводит к различного рода осложнениям.

Заражение гриппа

Источником инфекции является больной человек. Вирусы выделяются со слюной, мокротой, отделяемым носа - при кашле и чихании. Вирусы могут попасть на слизистые носа, глаз или верхних дыхательных путей непосредственно из воздуха, при тесном контакте с больным человеком; а могут оседать на различных поверхностях и далее попадать на слизистые оболочки через руки или при использовании общих с больным предметов гигиены.

Затем вирус попадает на слизистую верхних дыхательных путей (носа, глотки, гортани или трахеи), проникает в клетки и начинает активно размножаться. Всего за несколько часов вирус поражает практически всю слизистую верхних дыхательных путей. Вирус очень «любит» именно слизистую дыхательных путей, и не способен поражать другие органы. Именно поэтому неправильно применять термин «кишечный грипп» – грипп не может поражать слизистую кишечника. Чаще всего, то, что называют кишечным гриппом - лихорадка, интоксикация, сопровождающаяся поносом - является вирусным гастроэнтеритом.

Точно не установлено, благодаря каким защитным механизмам прекращается размножение вируса и наступает выздоровление. Обычно через 2-5 суток вирус перестает выделяться в окружающую среду, т.е. больной человек перестает быть опасным.

Проявления гриппа

Инкубационный период при гриппе очень короткий – от заражения до первых проявлений заболевания проходит в среднем 48 ± 12 часов.

Грипп всегда начинается остро – больной может точно указать время начала симптомов.

По тяжести течения выделяют грипп легкого, средней тяжести и тяжелого течения.

Во всех случаях в той или иной степени присутствуют признаки интоксикации и катаральные явления. Кроме того, в 5-10% случаев имеет место также геморрагический компонент.

Интоксикация имеет следующие проявления:

- в первую очередь высокая лихорадка: при легком течении температура не повышается выше 38°C ; при гриппе средней тяжести – $39-40^{\circ}\text{C}$; при тяжелом течении – может повышаться выше 40°C .
- озноб.
- головная боль – особенно в области лба, глаз; сильная боль при движении глазных яблок.
- боли в мышцах – особенно в ногах и пояснице, суставах.
- слабость.
- недомогание.
- ухудшение аппетита.
- может быть тошнота и рвота.

Признаки острой интоксикации обычно сохраняются до 5 дней. Если температура держится дольше, скорее возникли какие-либо бактериальные осложнения.

Катаральные явления сохраняются в среднем 7-10 дней:

- Насморк.
- Боль в горле.
- Кашель: при неосложненном течении это обычно сухой кашель.
- Осиплость голоса.
- Резь в глазах, слезотечение.

Геморрагические явления:

- Мелкие кровоизлияния или расширение сосудов склер
- Кровоизлияния в слизистые: это бывает заметно на слизистых рта, глаз
- Носовые кровотечения
- Очень характерный признак при гриппе – покраснение лица при общей бледности кожных покровов
- Появление кровоизлияний на коже – крайне неблагоприятный признак с точки зрения прогноза.

Симптомы гриппа

- Температура 40 °С и выше.
- Сохранение высокой температуры дольше 5 дней.
- Сильная головная боль, которая не проходит при приеме обезболивающих средств, особенно при локализации в области затылка.
- Одышка, частое или неправильное дыхание.
- Нарушение сознания – бред или галлюцинации, забытье.
- Судороги.
- Появление геморрагической сыпи на коже.

При всех перечисленных симптомах, а также появлении других тревожных симптомов, которые не входят в картину неосложненного гриппа, следует немедленно обратиться за медицинской помощью.

Кто чаще болеет гриппом

Наиболее подвержены гриппу люди с ослабленной иммунной системой:

- Дети младше 2 лет, поскольку их иммунная система неокончательно сформирована
- Лица, страдающие различными иммунодефицитными состояниями: врожденными иммунодефицитами или ВИЧ
- Пожилые люди

Кто тяжелее переносит грипп

- Лица, страдающие хроническими заболеваниями сердечно-сосудистыми заболеваниями: особенно врожденными и приобретенными порока сердца (особенно митральный стеноз).
- Лица, страдающие хроническими заболеваниями легких (в том числе бронхиальной астмой).
- Больные сахарным диабетом.
- Больные хроническими заболеваниями почек и крови.
- Беременные.
- Пожилые люди старше 65 лет, поскольку в большинстве случаев у них имеются хронические заболевания в той или иной степени.

- Дети до 2 лет и лица, страдающие иммунодефицитом, также подвержены развитию осложнений гриппа.

Профилактика гриппа

В первую очередь важно не допускать попадания вирусов на слизистые оболочки носа, глаз или рта. Для этого необходимо ограничить контакт с заболевшими людьми. Кроме того, необходимо помнить, что вирусы способны некоторое время задерживаться на предметах личной гигиены больного человека, а также на различных поверхностях в помещении, где он находится. Поэтому важно мыть руки после контакта с предметами, на которых могут оставаться вирусы. Не следует также дотрагиваться грязными руками до носа, глаз, рта.

- Следует отметить, что мыло, безусловно, не убивает вирусы гриппа. Мытье рук водой с мылом вызывает механическое удаление микроорганизмов с рук, чего вполне достаточно. Что касается различных дезинфицирующих лосьонов для рук – не существует убедительных данных о том, что содержащиеся в них вещества губительно действуют на вирусы. Поэтому использование таких лосьонов для профилактики простудных заболеваний совершенно не оправдано.

Кроме того, риск подхватить ОРВИ напрямую зависит от иммунитета, т.е. сопротивляемости организма инфекциям. Для поддержания нормального иммунитета необходимо:

- Правильно и полноценно питаться: пища должна содержать достаточное количество белков, жиров и углеводов, а также витаминов. В осенне-весенний период, когда количество овощей и фруктов в рационе снижается, возможен дополнительный прием комплекса витаминов.
- Регулярно заниматься физическими упражнениями, желательно на свежем воздухе, в том числе ходьбой в быстром темпе.
- Обязательно соблюдать режим отдыха. Адекватный отдых и полноценный сон – крайне важные аспекты для поддержания нормального иммунитета.
- Избегать стрессов
- Бросить курить. Курение – мощный фактор, снижающий иммунитет, который оказывает негативное влияние как на общую сопротивляемость инфекционным заболеваниям, так и на местный защитный барьер – в слизистой носа, трахеи, бронхов

Вакцинопрофилактика гриппа

Вакцины против гриппа ежегодно обновляются. Вакцинация проводится вакцинами, созданными против вирусов, циркулировавших в предыдущую

зиму, поэтому эффективность ее зависит от того, насколько те вирусы близки настоящим. Однако известно, что при повторных вакцинациях эффективность возрастает. Это связывают с тем, что образование антител – защитных противовирусных белков – у ранее вакцинировавшихся людей происходит быстрее.

Какие вакцины существуют?

Сейчас разработано 3 вида вакцин:

- Цельновирионные вакцины – вакцины, представляющие собой цельный вирус гриппа – живой или инактивированный. Сейчас эти вакцины практически не применяются, поскольку обладают рядом побочных эффектов и часто вызывают заболевание.
- Сплит-вакцины – это расщепленные вакцины, содержащие лишь часть вируса. Обладают значительно меньшим числом побочных эффектов и рекомендуются для вакцинации взрослых.
- Субъединичные вакцины – это высокоочищенные вакцины, которые практически не вызывают побочных эффектов. Возможно применение у детей.

Когда лучше всего вакцинироваться?

Лучше всего проводить вакцинацию заранее, до развития эпидемии – с сентября по декабрь. Вакцинироваться во время эпидемии тоже можно, но необходимо иметь в виду, что иммунитет формируется в течение 7-15 дней, во время которых лучше всего проводить дополнительную профилактику противовирусными средствами – например, ремантадином.

Безопасность вакцин:

Как уже упоминалось, для большей безопасности лучше применять наиболее очищенные субъединичные вакцины.

Побочные реакции:

- Местные реакции в виде покраснения, проходят за 1-2 дня
- Общие реакции: повышение температуры, недомогание, озноб, боли в мышцах. Встречаются довольно редко и проходят также в течение 1-2 дней

Аллергия на компоненты вакцины. Необходимо помнить о том, что вакцину не стоит вводить людям с непереносимостью куриного белка, поскольку вирусы для вакцин выращиваются с использованием этого белка, и вакцины содержат его следы. При аллергии на противогриппозные вакцины вакцинацию в последующем проводить нельзя.

Экстренная профилактика гриппа

В случае вспышки заболевания в закрытом коллективе или во время эпидемии гриппа эффективность прививки значительно снижается, поскольку для формирования полноценного иммунитета требуется как минимум 1-2 недели.

Поэтому если вакцинация не проводилась, особенно у людей из группы риска, целесообразен профилактический прием противовирусных средств.

Для экстренной профилактики можно также применять специфический противогриппозный иммуноглобулин, особенно у больных иммунодефицитом

Вирусные осложнения при гриппе

- Первичная вирусная пневмония – редкое, но крайне тяжелое осложнение гриппа. Обусловлена распространением вируса из верхних дыхательных путей дальше по бронхиальному дереву и поражением легких. Заболевание начинается как грипп и неуклонно прогрессирует. Интоксикация при этом выражена в крайней степени, наблюдается одышка, иногда с развитием дыхательной недостаточности. Наблюдается кашель со скудной мокротой, иногда с примесью крови. К вирусной пневмонии предрасполагают пороки сердца, особенно митральный стеноз.
- Инфекционно-токсический шок– крайняя степень интоксикации с нарушением функционирования жизненно-важных органов: в частности сердечно-сосудистой системы (наблюдается выраженное учащение сердечных сокращений и критическое падение артериального давления) и почек. Первым проявлением инфекционно-токсического шока.
- Миокардит и перикардит– как осложнения гриппа встречались во время пандемии «испанки». В настоящее время встречаются крайне редко.

Бактериальные осложнения при гриппе

При *гриппе* значительно снижается естественная сопротивляемость другим инфекциям. Все резервы организм тратит на борьбу с вирусом, поэтому бактериальные инфекции присоединяются к клинической картине очень часто. Особенно при наличии каких-либо хронических бактериальных заболеваний – все они после перенесенного гриппа имеют обыкновение обостряться.

- Бактериальная пневмония. Обычно через 2-3 дня острого течения заболевания, после улучшения состояния, температура повышается вновь. Появляется кашель с мокротой желтого или зеленого цвета. Важно не пропустить начало этого осложнения и вовремя начать лечение правильно подобранными антибиотиками.
- Отит, гайморит, фронтит. Бактериальное воспаление носовых пазух и уха являются, пожалуй, самыми частыми осложнениями гриппа.

- Гломерулонефрит– это воспаление почечных канальцев, который сопровождается снижением функции почек.
- Менингит, энцефалит – воспаление оболочек и/или ткани мозга. Встречается чаще всего у больных группы риска, в основном страдающих иммунодефицитом.
- Септические состояния – состояния, сопровождающиеся попаданием и последующем размножении бактерий в крови. Крайне тяжелые состояния, часто заканчивающиеся летальным исходом.

Немедикаментозное лечение гриппа

- Спокойный, лучше постельный режим в течение 5 дней. Не стоит во время острого периода болезни (как бы того не хотелось) читать, смотреть телевизор, работать за компьютером. Это истощает и без того ослабленный организм, продлевает время болезни и риск развития осложнений.
- Обильное теплое питье не менее 2л в день. Лучше богатое витамином С - чай с лимоном, настой шиповника, морс. Выпивая ежедневно большое количество жидкости, больной человек проводит дезинтоксикацию – т.е. ускоренное выведение из организма токсинов, которые образуются в результате жизнедеятельности вирусов.