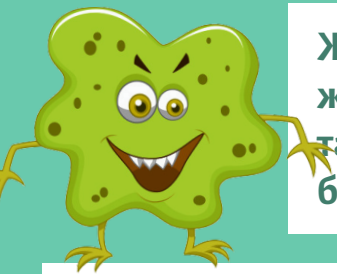


БАЛАЛАРДАҒЫ ЖЕДЕЛ РЕСПИРАТОРЛЫҚ ВИРУСТЫҚ ИНФЕКЦИЯЛАР КЕЗІНДЕГІ ҰСЫНЫСТАР



Жедел респираторлық вирустық инфекция (ЖРВИ) - жоғарғы тыныс алу жолдарының қабынуымен және қызбамен, тұмаумен, түшкірумен, жөтелмен, тамақтың ауыруымен, қарқындылығы әртүрлі жалпы жай-күйінің бұзылуымен байқалатын тыныс алу жолдарының шектелген инфекциясы.



Жедел респираторлық инфекцияны тудыратын вирустардың 300-ден астам түрі бар (тұмау вирусы, риновирус, коронавирусы, респираторлық-синцитиалды вирус, аденовирус және т. б.).

ТАРАЛУ ЖОЛДАРЫ

- Вирус ауа-тамшылы жолмен науқас адам түшкіргенде, сіңбіргенде, жөтелгенде және жай тыныс алуынан кейін ауаға түскен бөлшектерді дем алу жолымен.
- Вирус науқас адам қолмен ұстаған заттар арқылы, мысалы, ыдыс, есік тұтқасы, телефон, жеке гигиена заттар арқылы жұғуы мүмкін.

Балалардағы ЖРВИ кезіндегі негізгі ұсыныстар

Ұсыныстар	Ұсыныстарды орындаудың жақсы жақтары	Ұсыныстарды орындамаудың жағымсыз жақтары
1. Бала жағдайының ауырлығын бағалау	1. Өмірге қауіпті ауруды жіберіп алмау үшін	1. Менингит, тұмау, көкжөтел, пневмонияны дер кезінде анықталмауы мүмкін
2. Гигиенаны сақтау (қолды жиі және дұрыс жуу, тамақтан кейін ауыз қуысын шаю)	2. Инфекцияның таралуын алдын алу және жұқпалы ауруларды алдын алу үшін	2. Отбасы мүшелеріне жұғуы және ауру ұзақтығының ұзаруы
3. Ауыз су режимін міндетті түрде ұстану. Ішуге зауқы болмаған жағдайда жиі, аз бөліктермен беру. Газдалған сусын, какао, кофе, сүт коктейльдерінен, тәтті сусындар және т.б. бас тарту.	3. Ағзадан вирустар мен токсиндерді жылдам шығару үшін	3. Егер су режимін сақтамаса, сусыздану қанның қоюлануы және ішкі мүшелердің қанмен қамтамасыз етілуінің бұзылуына әкеледі
4. Бала бөлмесінің қолайлы ауа параметрлері және температурасын сақтау (темп 18-22°C, ылғалдылық 40-70%)	4. Температураны қалыпқа келтіру және ағзаның сұйықтықты жоғалтуын төмендету үшін	4. Шырышты қабықтар мен терінің құрғауы, және олардың қорғаныс функцияларының жоғалуы
5. Баланың қозғалысын шектемеу, төсек режиміне мәжбүрлемеу, жағдайы көтерсе серуендеу	5. Бұл баланың тез өзіне келуіне көмектеседі	5. Балаға ыңғайсыз жайдай тудыру
6. Бала үшін жайлы эмоциялық жағдай жасау (ұрыспау, ойын түрінде су және дәрі-дәрмек беру, сипалау, құшақтау және т. б.)	6. Баланың иммунитетті артады және өзін жақсы көретіндігін сезінеді	6. Психосоматикалық аурулардың дамуына және денсаулығының нашарлауына алып келеді
7. Тәбет болмаған кезде тамақ ішуге мәжбүрлемеу!	7. Консерванттар мен бояғыштар қосылған тағам, тәттілерді шектей отырып, жасына сәйкес келетін тағамды тұтыну тез сауығуға ықпал етеді	7. Тағамның нашар қорытылуы, құсу. Тәттілерді, консерванттарды, бояғыштарды, дәмдеуіштерді тұтыну дәрі-дәрмектер мен тағам өнімдеріне аллергияның даму қаупін арттырады
8. Ыңғайлы киіндіру (баланы қатты қымтамау!)	8. Температураның төмендеуіне ықпал етеді	8. Балаға ыңғайсыз жайдай тудыру
9. Мұрынмен еркін тыныс алуды қамтамасыз ету (тұз ерітінділері, мұрын бітелгенде мұрын тамшыларын тәулігіне тек 1-2 рет және 3 тәуліктен асырмай қолдану)	9. Тұз ерітінділері тұмауды жеңілдетеді. 1 жасқа дейінгі балаларға мұрын тамшыларын қолдануға болмайды.	9. Мұрын тамшыларын шектен тыс қолдану улануға әкелуі мүмкін. 5 күннен артық қолдану мұрын шырышты қабатының атрофиясын тудырады.
10. Баланың температурасы жоғарылағанда (38 және жоғары) және жағдайы нашарлаған кезінде дене қызуын түсіретін дәрілерді қолдану (парацетамол, ибупрофен)	10. Дене қызуын түсіретін дәрілерді орынды қолдану баланың жалпы жағдайын жақсартады, бірақ тез сауығуға ықпалын тигізбейді	10. Дене қызуын түсіретін дәрілерді шектен тыс және жиі қабылдағанда бауырдың, бүйректің, сүйек кемігінің және т. б. мүшелердің зақымдану қаупі жоғарылайды. Өмірге қауіпті аллергиялық реакциялар туындауы мүмкін

Неғұрлым анасы тыныш болса, соғұрлым бала тез сауығады (үрейсіз, дүрбелеңсіз)

ЖРВИ ЕМДЕУДІҢ ДӘЛЕЛДЕНБЕГЕН ЖӘНЕ ҚАУІПТІ ӘДІСТЕРІ

- **Антибиотиктерді қолдану**
Антибиотиктер бактериялық инфекцияларды емдеу үшін ғана тиімді. Респираторлық аурулардың басым көпшілігін вирустар тудырады, антибиотиктерді қолдану аурудың ұзақтығын қысқартпайды және емдемейді. Сонымен қатар, антибиотиктерді орынсыз пайдалану антибиотиктерге төзімділіктің дамуына әкеледі. Сәбилер мен балаларда антибиотиктерді қолдану жиі аллергиялық реакциялардың дамуына септігін тигізеді.
- ЖРВИ алдын алу және емдеу мақсатында **иммуномодуляторлық дәрілік заттарды қолдануға болмайды.**

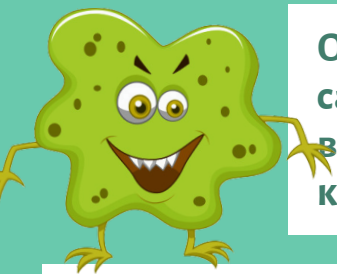
- **Булы және аэрозольдық ингаляциялар қолданған дұрыс емес**, себебі рандомизацияланған зерттеулерде әсері дәлелденбеген, сондай-ақ Дүниежүзілік денсаулық сақтау ұйымымен ЖРВИ емдеуге ұйғарылмаған. Бу ингаляцияларын күйік қаупіне байланысты балаларға қолдануға болмайды.
- **Нәрестелерге мұрын тамшыларын пайдалануға болмайды**, себебі бұл жағымсыз жанама әсерлерді тудыруы мүмкін, ұзақ уақыт қолданғанда мұрын қуысының шырышты қабығының атрофиясын тудырады.

Health Care Guideline Diagnosis and Treatment of Respiratory Illness in Children and Adults 2017. ICSI. Institute for Clinical Systems Improvement

МАТЕРИАЛДЫ ДАЙЫНДАҒАН:

Макалкина Л.Г., м.ғ.к., PhD, MD, "АМУ" КеАҚ клиникалық фармакология кафедрасының доценті
Ихамбаева А.Н., медицина магистры, MD, клиникалық фармаколог
Мынжанова А.М., медицина магистры, MD, дәрігер-педиатр
Оспанова А.А., MD, клиникалық фармакология кафедрасының резиденті

РЕКОМЕНДАЦИИ ПРИ ОСТРЫХ РЕСПИРАТОРНЫХ ВИРУСНЫХ ИНФЕКЦИЯХ У ДЕТЕЙ



Острая респираторная вирусная инфекция (ОРВИ) - острая, в большинстве случаев, самоограничивающаяся инфекция дыхательных путей, проявляющаяся воспалением верхних дыхательных путей и протекающая с лихорадкой, насморком, чиханием, кашлем, болью в горле, нарушением общего состояния разной выраженности.



Существует более 300 видов вирусов способных вызывать острую респираторную инфекцию (вирус гриппа, риновирус, коронавирусы, респираторно-синцитиальный вирус, аденовирус и др.

ПУТИ РАСПРОСТРАНЕНИЯ

- Воздушно-капельный путь: при кашле, чихании, насморке. Путем вдыхания частичек, попавших в воздух после чихания, сморкания, кашля и просто дыхания больного человека
- Прямой и опосредованный контакт: через слизистые выделения, переносимые руками больного при прикосновении другого человека, через предметы, инфицированные больным (общая с больным посуда, предметы личной гигиены, дверная ручка или телефон)

Основные рекомендации при ОРВИ у детей

Рекомендации

Хорошо



Плохо



1. Оценка тяжести состояния ребенка	1. Чтобы не пропустить серьезное заболевание	1. Можно вовремя не выявить менингит, грипп, круп, коклюш, пневмонию
2. Соблюдение гигиены (частое и правильное мытье рук, полоскания ротовой полости после еды)	2. Для профилактики распространения инфекции и повторного инфицирования	2. Заражение членов семьи и удлинение продолжительности болезни
3. Обильный питьевой режим обязателен (любые жидкости, кроме газированных напитков, какао, кофе, молочных коктейлей, сладкие жидкости и др.). При отсутствии желания пить давать часто, мелкими порциями	3. Для более быстрого выведения вирусов и токсинов из организма	3. Обезвоживание, с последующим применением «капельниц», сгущение крови и нарушение кровоснабжения внутренних органов
4. Оптимальные параметры воздуха и температуры комнаты где находится ребенок (темп 18-22°C, влажность 40-70%)	4. Для способствования нормализации температуры и снижения потери жидкости организмом	4. Сухость слизистых оболочек и кожи, потеря ими защитных функций
5. Свободный двигательный комфортный режим для ребенка (не принуждать к постельному режиму), прогулки	5. Это способствует более быстрому выздоровлению	5. Дискомфортное состояние ребенка
6. Комфортный эмоциональный режим для ребенка (не ругать, давать воду и лекарства в игровой форме, легкие тактильные прикосновения, объятия и прочее)	6. Способствует повышению иммунитета и ощущению что его любят	6. Развитие психосоматических заболеваний и ухудшение здоровья
7. Не заставлять принимать пищу при отсутствии аппетита!	7. Потребление пищи, соответствующей возрасту с ограничением сладостей, консервантов и красителей способствует более быстрому выздоровлению	7. Плохое переваривание пищи, рвота. Избыточное потребление сладостей, консервантов, красителей, специй повышает риск развития аллергии на лекарства и продукты
8. Одевать по комфорту (не перегреть ребенка!)	8. Способствует снижению температуры	8. Дискомфортное состояние ребенка
9. Обеспечить свободное носовое дыхание (солевые растворы, применение сосудосуживающих средств при выраженной заложенности не более 1-2 раз в сутки и не дольше 3 суток)	9. Солевые растворы способствуют более быстрому разрешению симптомов ринита. Применение сосудосуживающих препаратов детям до 1 года не рекомендовано	9. Превышение дозировки сосудосуживающих капель в нос может привести к отравлению со следующими симптомами. Применение больше 5 дней может привести к атрофии сосудов носа
10. Жаропонижающие средства при высокой температуре (38 и выше) и плохом самочувствии ребенка (парацетамол, ибупрофен)	10. Редкое, ситуационное применение жаропонижающих препаратов улучшает общее состояние ребенка, но не способствует более быстрому выздоровлению	10. При превышении дозы и несоблюдении интервала приема жаропонижающих препаратов имеется высокий риск повреждения печени, почек, костного мозга и др. Может спровоцировать возникновение жизнеугрожающих аллергических реакций

Чем спокойнее мама, тем быстрее выздоравливает ребенок (без паники, тревоги)

НЕДОКАЗАННЫЕ И НЕБЕЗОПАСНЫЕ МЕТОДЫ ЛЕЧЕНИЯ ОРВИ

- **Применение антибиотиков**
Антибиотики эффективны только для лечения бактериальных инфекций. Большинство респираторных заболеваний вирусной этиологии, применение антибиотиков не излечивает и не сокращает их продолжительность. Кроме того, ненужное использование антибиотиков может привести к развитию устойчивости к антибиотикам. Использование антибиотиков у младенцев и детей часто вызывает развитие аллергических реакций.
- **Не рекомендуется использование иммуномодуляторов** с целью профилактики и лечения ОРВИ.

- **Ингаляции паровые и аэрозольные не рекомендованы** к использованию, т.к. не показали эффекта в рандомизированных исследованиях, а также не рекомендованы ВОЗ для лечения ОРВИ. Паровые ингаляции не рекомендуются применять детям из-за опасности ожогов.
- **Не следует использовать противоотечные средства** для лечения детей первых лет жизни, так как это может вызвать неблагоприятные побочные эффекты, при длительном применении вызывает атрофию слизистой оболочки носовой полости.

Health Care Guideline Diagnosis and Treatment of Respiratory Illness in Children and Adults 2017. ICSI. Institute for Clinical Systems Improvement

МАТЕРИАЛ ПОДГОТОВИЛИ:

Макалкина Л.Г., к.м.н., PhD, MD, доцент кафедры клинической фармакологии НАО "МУА"
Ихамбаева А.Н., магистр медицины, MD, клинический фармаколог
Мынжанова А.М., MD, магистр медицины, врач-педиатр
Оспанова А.А., MD, резидент кафедры клинической фармакологии НАО "МУА"