

Лучше руки ещё раз помыть. С какого возраста детям можно использовать антисептики и маски

Об этом «Белгородская правда» узнала у врача областного Центра общественного здоровья и медпрофилактики Маргариты Подобед



Фото: pixabay.com

Нас с детства учат мыть руки перед едой и после улицы, но пандемия внесла изменения в привычный ритуал. Теперь при каждом удобном случае мы обрабатываем руки с помощью разных антибактериальных и спиртовых жидкостей. Маски и кожные антисептики стали обычным делом для взрослых. Но как реагирует на них нежная кожа ребёнка?

Не разбавляйте

«Антисептики для детей больше зло, чем благо, – утверждает **Мargarита Подобед**. – Кожа не только у ребёнка, но и у взрослого человека не должна быть стерильной. Ведь на ней живут и бактерии, которые нас защищают, создают определённый иммунитет. Пустого места природа не терпит, поэтому на их месте появляются другие бактерии, и, как правило, вредоносные».

Малышам Margarита Александровна советует просто как можно чаще мыть руки с мылом, в крайнем случае – использовать антибактериальные салфетки.



Фото: *Наталья Козлова*

Порошком или раствором. Как жить, когда вокруг сплошная дезинфекция

«Когда мы чего-то боимся, то в попытках обезопасить себя доходим до фанатизма. Так и с антисептиками: надо или нет, всё равно пользуемся. Но активным веществом в них, уничтожающим вирус, является спирт. Средство работает, если в нём больше 60 % спирта, для ребёнка такая концентрация вредна, – отмечает врач. – Кожа крохи имеет высокую абсорбирующую способность, поэтому, например, водочные компрессы могут привести к алкогольному отравлению малыша».

По её словам, разбавлять спиртосодержащее средство не стоит, это бесполезная мера. Антисептик перестаёт быть таковым, если содержание спирта в нём **меньше 60 %**. Им можно обработать руки, но это действие не заменит их полноценного мытья.

«Мыть руки следует не только после посещения туалета, но и перед, а также до приёма пищи, даже если вы дома и кажется, что они у вас чистые, – объясняет Маргарита Александровна. – Ведь у многих есть домашние животные, мы контактируем с внешней средой, приносим домой другую флору с обувью, верхней одеждой. Мы не можем жить в стерильных условиях».

Дети могут случайно или из любопытства использовать антисептики не по назначению. Школьник может испытать его на предмет горючести, а малыш – попробовать на вкус. Ведь в антисептики добавляют ароматизаторы, которые приятно пахнут.

«Если ребёнок облизнет дозатор антисептика или только что обработанные руки, то возможны аллергические последствия, – отмечает врач. – Страшнее, если малыш выпьет антисептик, он отравится. В этом случае вызовите скорую, нужно обильное питьё, абсорбент».



Приучайте к маске

Все взрослые во время пандемии обязаны носить медицинские маски, но детям до 7 лет Роспотребнадзор не рекомендует это делать, лучше сохранять социальную дистанцию.

«Одно дело – надеть маску на школьника, совсем другое – на грудничка. Буря отрицательных эмоций обеспечена, дети вообще не терпят, чтобы что-то находилось на лице. А также маска у него вызовет задержку дыхания вплоть до того, что он не сможет дышать. Поэтому на детей младше 2 лет не рекомендуют надевать её», – предупреждает Подобед.

Детям старше 12 лет нужно носить маски так же, как взрослым, в частности, когда они не могут соблюдать расстояние 1,5 метра от других в общественных местах, где есть риск передачи инфекции, особенно в транспортных средствах.

«Приучайте кроху к ношению маски ещё до детсадовского возраста, пока он находится дома, – говорит врач. – Показывайте ему, как использовать этот предмет правильно, надевайте на кукол, мягкие игрушки. Превращайте такие уроки в игру и объясняйте, где маска необходима».

Мargarита Александровна напоминает, что для защиты малыша иногда не нужна маска.

В качестве профилактики коронавирусной инфекции детям следует просто максимально избегать массового скопления людей и соблюдать безопасную дистанцию.

Не посещайте с ребёнком торговые центры, покупайте продукты в магазинах у дома.

Это сделать проще, чем надеть маску на кроху.



Фото: pixabay.com

Проблема на лицо. Как минимизировать вред от маски

«В крайних случаях медицинскую маску всё же можно надеть на ребёнка, к примеру, в общественном транспорте – месте повышенной опасности, – утверждает Подобед. – Помните, что маска должна быть не годовой давности, её нужно менять каждые два часа. Спустя это время аккуратно снимите и уберите её в пакет, завяжите, а дома постирайте, погладьте – и снова можете использовать».

Важно, чтобы маска подходила ребёнку по размеру, поэтому приобретайте специальные детские маски или сшейте по индивидуальным размерам чада. Средство защиты из хлопчатобумажной ткани должно быть в два слоя, из марли – в четыре.

«Лицевой щиток вместо маски не подойдёт в поездке на общественном транспорте, он не защитит малыша полностью от проникновения микробов, – отмечает врач. – Ребёнок всё равно вдохнёт их, если рядом кто-то чихнул или кашлянул».

Всемирная организация здравоохранения рекомендует не надевать детям маски при занятиях спортом и других физических нагрузках, таких как бег, прыжки или игры на детской площадке, чтобы не нарушать дыхание. Важно при этом соблюдать все противоэпидемические меры во время игр: интервал между детьми не менее одного метра, следить, чтобы мыли руки.

Анастасия Писаревская