



► Смена сезонов для многих - время болезней. Чуть ли не каждый второй в это время года кашляет, чихает или остаётся дома из-за поднявшейся температуры. Особенно часто этому подвержены дети. Почему так происходит, как этого не допустить, какие заболевания наиболее частые, есть ли от них действенные средства? Ответы на эти и другие вопросы «Нашему Белгороду» дала врач-педиатр детской поликлиники № 3 города Белгорода Алёна Быдина.



# Осеннее обострение

- Алёна Ивановна, почему именно осенью обостряются многие заболевания? В чём причины?

- Во-первых, это происходит из-за похолодания и резкой смены погоды в течение дня, из-за чего непонятно, как одеваться: вроде и тепло, но ветер уже прохладный. У детей иммунная система только формируется, а у подростков подвергается критическим перепадам, поэтому им свойственно болеть чаще

то вряд ли они сильно пригодятся. Есть такой негласный диагноз - «часто болеющие дети», - они через каждые десять дней приходят с одними и теми же симптомами: насморк, кашель, температура.

- Расскажите про COVID-19. В последнее время о нём не так много новостей. Свидетельствует ли это о том, что болезнь стала протекать легче?

ше - за последние четыре месяца я взяла всего два мазка.

- Существуют ли прививки от COVID для детей? Есть ли какие-то противопоказания?

- Детям мы начинаем делать прививки от COVID с 15 лет. Тем, кто уже переболел (поскольку у них уже есть антитела), лучше ставить вакцину спустя полгода. При наличии хронических

- Приходилось ли вам сталкиваться с родителями-«антипрививочниками»?

- За прививками люди приходят в основном сами. Родители приводят детей со словами: «Мы не хотим болеть». Обычно это те, у кого ни разу не было положительного теста на ковид либо же болезнь протекала бессимптомно. Среди противников или, скорее, тех, кто не видит в прививке смысла, - уже перебо-

чем взрослым. Во-вторых, не все родители обращают внимание на первые симптомы заболевания ребёнка на ранней стадии и ведут своё чадо в садик или в школу с насморком. Заразить другого ребёнка несложно: раз на него чихнуть - и вот он уже с температурой. Поэтому если малыш начал кашлять или зашмыгал носом, лучше оставить его дома. Так вы позаботитесь и о нём, и о других детях, которых ребёнок мог бы заразить.

**- Можно ли предупредить подобные сезонные заболевания среди детей? Что посоветуете родителям в этот период?**

- Для профилактики и облегчения течения простуды рекомендуем применять противовирусные средства, а также не забывать про частые проветривания помещений - не менее двух раз в сутки. Особое внимание следует уделить и образу жизни ребёнка: повысить физическую активность и подумать о закаливании. Если появились симптомы - насморк, например, - но нет температуры, то можно и даже нужно выходить на улицу. Если не злоупотреблять прогулками, это тоже отлично помогает облегчить болезненное состояние.

**- Что делать, если ребёнок всё же заболел?**

- В такие периоды в первую очередь нужно обеспечить ему покой и постельный режим. Терапию назначаем симптоматическую, в зависимости от жалоб больного (кашель, насморк, першение в горле), и этиологическую, к которой относятся противовирусные препараты. Стоит отметить, что у ребёнка с ослабленным иммунитетом результат от этой терапии будет гораздо хуже. Витамины С, D - всё это, конечно, помогает в отдельных случаях поддерживать иммунитет, но, если иммунная система слабая,

- Да, дети тоже нередко болеют ковидом, но его лечение особо не выделяется. Здесь мы пытаемся установить наиболее яркие симптомы и работать с ними. В этом всё очень схоже с обычной простудой. Противовирусные назначаем обязательно, а дальше посимптомно: если кашель - выписываем лекарства от кашля, насморк - от насморка. Когда была вспышка омикрона, часто обращались с болью в животе, тошнотой, рвотой. Даже отрицательный анализ не всегда гарантировал отсутствие коронавируса. Я какое-то время работала в ковидном корпусе, и у нас чуть ли не половина людей лежали с отрицательными результатами анализов, но при этом компьютерная томография показывала пневмонию и другие симптомы. Сейчас случаев выявления стало заметно мень-



заболеваний в стадии обострения следует отложить прививку не меньше чем на месяц.

**- Насколько эффективны эти прививки? Дают ли они гарантированный результат?**

- Тут важно понимать, что не так страшен COVID, как его осложнения. Этот вирус бьёт по всем внутренним органам: по сердцу, лёгким, суставам, нервной системе. Позже это может вызвать кучу проблем. Прививка помогает избежать их. Да, она не даёт стопроцентной гарантии того, что вы не заболеете, однако в случае заболевания позволяет перенести всё в более лёгкой форме, избежав серьёзных последствий. Это пишут, по-моему, во всех аннотациях к таким препаратам.

левшие. У человека логика такая: раз я перенёс заболевание, то мне уже ничего не угрожает. Хотя мы стараемся объяснить, что даже в таком случае можно повторно заразиться. А вот настоящие противники отказываются по иной причине: они думают, что от прививки чуть ли не рога вырастают (смеётся). Но таких случаев сейчас не могу припомнить больше пяти всего, в основном реакция положительная или нейтральная.

**- Существуют ли какие-то прививки для профилактики сезонных заболеваний?**

- Из наиболее регулярных - это прививка от гриппа, её следует обновлять ежегодно. Чтобы сделать такую прививку, ребёнок должен быть здоровым. Мы не делаем прививку, если у маленького пациента наблюдаются аллергические реакции - в таком случае должно пройти не меньше недели, чтобы организм успел восстановиться.

**- А на что может быть аллергия у ребёнка?**

- Часто на лекарства бывает, если какой-то компонент вводится человеку впервые. В летний период часто были кожные сыпи из-за купания в грязных водоёмах, много людей обращались с этим. Самый популярный случай - аллергическая реакция на еду, но тут вообще всё индивидуально. Также частый враг аллергиков - цветущие растения, но здесь уже работает аллерголог-иммунолог или дерматолог, к нам редко обращаются. У профильных специалистов есть соответствующее оборудование, чтобы определить причину детально, мы же в основном только узнаём, есть ли у ребёнка склонности к аллергии и выдаём направление.

Записал Никита МИГУЛИН  
ФОТО АВТОРА И БОРИСА ЕЧИНА