

## Какие существуют детские летние болезни и как их избежать?

Лето является прекрасной порой для детского отдыха, но многочисленные болезни, возникающие именно в эту пору, могут этому помешать. Летом очень распространены кишечные инфекции. Ниже мы рассмотрим виды кишечных заболеваний, и методы борьбы с ними. Возбудителями кишечных инфекций являются бактерии и вирусы, в результате их попадания в организм в желудочном тракте начинается воспалительный процесс. Именно летом с легкостью ветра распространяются такие инфекции как дизентерия, эшерихиоз, сальмонеллез, иерсиниоз, кампилобактериоз и другие.

Все кишечные инфекции передаются грязными руками, через известные всем предметы как игрушки и посуда.

**Дизентерию** могут вызвать микробы содержащиеся в сырой воде и некипяченом молоке, в невымытых овощах и фруктах, в поднятых с пола съедобных и несъедобных предметах. Кишечная инфекция возникает чаще всего из-за кишечных палочек, содержащихся в некачественных кисломолочных продуктах.

**Стафилококки** наиболее сильно развиваются в теплую пору в кремах тортах и других сладостях.

**Бактерии сальмонеллеза** проникают в организм через все зараженные продукты. Встречаются случаи, когда ими перевозчиками становятся домашние животные. **Микроб кампилобактериоза** обитает в козьем молоке, **сальмонеллы группы D** живут в яйцах кур и их кишечнике.

В любом случае бактерии попадают в организм ребенка, когда родители неправильно обрабатывают продукты, потребляемые малышом.

## Как обереечь ребенка от кишечных заболеваний и оказать ему



### первую помощь до приезда врача?

Если ребенка тошнит, то промойте ему желудок, дайте ему выпить большое количество воды и вызовите рвоту, вложив ему два пальца в рот.

При диарее дайте малышу любой энтеросорбент.  
Будьте осторожны с дозировкой.

При небольших болях в животе можно дать ребенку Но-шпу, но не закармливайте его сильными обезболивающими.  
Заболевшему ребенку требуется правильная диета.

В первые дни после отравления кормите его легкими кисломолочными продуктами, кашами на воде, овощными супами. Следует исключить из его рациона молоко, хлеб, салаты, острую, соленую и жирную пищу. Даже если малыш поправится подержите его на диете еще пару недель.

Но в это время уже со смелостью давайте ему отварное мясо, перемолотую рыбу и суфле из фрикаделек и котлет.

Кормите ребенка самыми свежими продуктами, однажды приготовив ребенку еду, не рассчитывайте ее на неделю, каждый день готовьте что-то свежее.

### Симптомы кишечных инфекций:

Поставить точный диагноз в случае болезни может только врач, но многие симптомы заболевания видны невооруженным глазом.

Дизентерия протекает как колит (воспаление толстой кишки) или гастроэнтероколит (воспаление кишечника и желудка). Для дизентерии характерны высокая температура и слабость, плохой стул и боли в животе.

При сальмонеллезе сразу же видны симптомы отравления, вялость, бледность, озноб и рвота, стул при этом резко портится.

При болезнях эшерихиозы у ребенка нормальная температура, его рвет, у него жидкий стул, но в то же время он чувствует обезвоживание.

**При брюшном тифе**, который считается наиболее опасным у ребенка постоянная лихорадка, сыпь на животе и сонливость, малыш начинает бредить.

**При холере** ребенка постоянно поносит, наступает обезвоживание организма. Ребенок теряет в весе, что вызывает опасность для его жизни.

### **Чему следует научить ребенка, чтобы избежать летних болезней.**

1. Следует тщательно мыть руки с мылом после каждого возвращения с улицы, особое внимание, уделяя ногтям и межпальцевым впадинам.



2. Не контактировать с уличными животными, какими чистыми бы они не были.

3. Не пить и не кушать с одной бутылки (стаканчика и т.д.) с другими детьми, чужие бактерии тоже могут быть опасны.

4. Фрукты и овощи следует тщательно промывать, используя кипяток или не крепкий раствор уксуса.

5. В жаркую погоду давать ребенку достаточное количество обычной питьевой воды (лучше бутилированной), чтобы не допустить обезвоживания.

6. Одевать ребенка в легкую, хорошо проветриваемую одежду, обязательно головной убор, ведь потницы, тепловых и солнечных ударов никто не отменял.

7. Избегать сквозняков, купания в холодной воде и холодных напитков, а также поедание мороженого, ведь даже летом ангина и прочие болезни не так редки.

**И, наконец, используйте средства от насекомых, чтобы коварные расчесы и опухоли не омрачали жизнь вашего ребенка.**

**Наслаждайтесь летними деньками со своими детками и приятного нам всем отдыха!**