

## Насморк у детей.

Как не удивительно, но насморк, на самом деле - большой помощник, сигнализирующий о проблемах в организме: будь то попадание аллергена, вируса, или вредоносных бактерий. При лёгком насморке, не затрудняющем дыхание нужно дать возможность сопелькам свободно выходить и не густеть. Сама слизь содержит специальные вещества, выделяемые организмом для нейтрализации вируса, с насморком выводятся и бактерии. Лучше всего при легком насморке оставить нос в покое. Слизистая имеет определённый коэффициент регенерации и способна самостоятельно восстанавливаться, а необоснованное резкое лечение и воздействие сильными средствами может не только осложнить ситуацию, но и снизить способность самовосстановления в дальнейшем. Многие родители считают, что чтобы вылечить насморк у ребенка, нужно достаточно много времени и сделать это быстро – что то из области научной фантастики. По «бабушкиным» меркам принято считать, что детский насморк полностью отступает лишь по прошествии семи дней активного лечения. Зачастую так оно и бывает, если не верить в современный уровень научного прогресса и не пребывать избавить ребенка от насморка гораздо быстрее. Ведь это очень даже реально! Причины появления насморка Возможные причины появления насморка бывают абсолютно разные. При упорном насморке есть смысл задуматься об аденоидах. Если есть симптомы. Необходимо показать ребенка ЛОР врачу, который назначит подробное лечение относительно аденоидов. Очень важно не упустить момент и выявить проблему как можно раньше, дабы не довести до хирургического вмешательства. Самостоятельные методы лечения весьма рациональны и действенны, но они не смогут заменить действие профессиональных специфических препаратов, используемых при лечении ринита и аденоидов. Лечение насморка у ребенка Итак, начинать лечение чувствительной слизистой малыша необходимо с промываний носовой полости и носоглотки. Подробный процесс примерно такой: для начала необходимо закапать малышу назальные сосудосуживающие капельки, когда нос отложит нужно, чтобы ребенок высморкался. Приготовить раствор: половину чайной ложки соды и половину чайной ложки соли на стакан кипяченой теплой воды, туда же можно добавить 1-2 капли йода (не больше!). Этим раствором промывать носик малыша несколько раз в день. В блюдечко налить приготовленный раствор, затем, зажать одну ноздрю, а другой втянуть его, если ребёнок не сможет сделать этого, можно воспользоваться пипеткой, одноразовым шприцем (без иглы!!!) или даже маленькой детской клизмой, и с их помощью влить раствор в ноздрю. После этого, нужно продержать жидкость в носу хотя бы несколько секунд, а потом высморкать. То же самое произвести с другой ноздрей. Такой раствор, из-за наличия в нем соли, будет раздражать слизистую носа, и в любом случае ребёнок будет жаловаться на лёгкое пощипывание, но в случае сильного дискомфорта следует уменьшить количество соли в растворе. Промывать нужно обязательно не меньше пяти раз в день. В дальнейшем количество промываний можно уменьшать зависимо от количества выделяемой слизи и от заложенности носа. Ни в коем случае нельзя заставлять малыша громко и долго сморкаться, это очень вредно и может ухудшить положение, переведя инфекцию в среднее ухо. Справиться с насморком и заложенным носом также хорошо помогают ингаляции. Приготовить ингаляции довольно просто: в широкой кастрюле вскипятить воду, добавить несколько капель эфирного масла пихты, сосны или шалфея, можно вместо масел с большим успехом использовать обычную «Звёздочку». Ребёнок должен закрыть глаза наклонить голову над паром (не слишком сильно, чтобы не ошпарить лицо), сверху нужно накрыть его большим махровым полотенцем, чтобы оно полностью закрыло голову и кастрюлю. Самый лёгкий способ предотвратить насморк – микроклимат климат в квартире, при помощи увлажнителя воздуха. Иногда вместо воды в такой прибор можно добавлять такую смесь: на 1 литр воды 5 капель йода и 5 капель пихтового масла (не использовать при наличии аллергии на эфирные масла). Такой способ профилактики поможет не только малышу, но всем взрослым, подарив свободное дыхание, заодно уменьшит количество пыли в помещении.

Источник: <http://lechenie-simptomy.ru>

