Иммунитет ребёнка: укреплять или лечить.

Укрепление иммунитета ребенка - одна из главных задач, стоящих перед всеми заботливыми родителями. Иммунитет является фундаментом здоровья каждого человека от рождения до глубокой старости.

Чтобы понять, как укрепить защитные силы организма, надо выяснить саму природу иммунитета и механизм его работы. Иммунитет - это способность эффективно противостоять воздействию микроорганизмов, например, бактерий, которые вызывают инфекционные заболевания.

Существуют 2 вида иммунитета: специфический и неспецифический. Первый вырабатывается после перенесенного заболевания (краснуха, корь и т.п.) и может быть как на всю жизнь, так и на какое-то время, это зависит от конкретного заболевания. Второй вид иммунитета формируется у плода еще в утробе матери.

Часто при первых признаках простуды родители жалуются на слабый иммунитет у ребенка, при этом не представляя себе, какие признаки нездоровья действительно могут вызывать тревогу. Если ребенок болеет ОРВИ, ОРЗ или даже гриппом до 4 раз в год, то волноваться скорее всего абсолютно не стоит, так же как и вмешиваться в процесс формирования иммунитета. Можно порекомендовать в качестве общеукрепляющих процедур прогулки на свежем воздухе, банальное закаливание организма и прием растительных препаратов, например, с эхинацеей (только с трехлетнего возраста).

Иногда грань между болезнью и здоровьем почти неразличима. Что должно насторожить внимательных родителей?

* инфекционные и простудные заболевания чаще, чем 5 раз в год;
* отсутствие повышенной температуры во время болезни – очень тревожный симптом, который может говорить о том, что иммунная система так сильно ослаблена, что не реагирует на вторжение вирусов и бактерий;
* слабость и повышенная утомляемость – серьезный повод для обращения к врачу, поскольку такие признаки могут свидетельствовать о наличии анемии или заболевании крови;
* увеличение лимфоузлов (у детей с ослабленным иммунитетом обычно увеличиваются шейные и подмышечные узлы);
* увеличение селезенки;
* частые аллергические реакции на пищевые продукты;
* дисбактериоз, вызывающий дискомфорт, вздутие живота, диарею и других расстройств пищеварения, не связанные с пищевыми отравлениями или кишечными инфекциями.

Что делать родителям, заподозрившим, что у ребенка понижен иммунитет? Безусловно, нужно обратиться к врачу. Отлично, если в вашей детской поликлинике принимает специалист-иммунолог. Если нет, обращайтесь к участковому педиатру, который назначит определенные обследования и порекомендует при необходимости лечебное учреждение, в которое надо будет обратиться. И помните: самолечение особенно опасно, если речь идет о детском иммунитете.

Mamashcam.ru