

Как не заболеть на Новый год

Новогодние праздники и зимние каникулы увеличивают риск отравлений, травм, простуд и прочих неприятностей. Родители должны быть к этому готовы и уметь правильно оказать первую помощь ребенку.



Готовясь к праздничным каникулам, нужно запастись необходимыми лекарствами, держать под рукой контакты дежурных врачей, ну и, разумеется, иметь представление о том, как оказывать ребенку помощь в случае необходимости. Какие же проблемы могут возникнуть, и как их разрешить?

У ребенка болит живот

Нам врач сказала, что малыш съел что-то жирное, желудок не справился. Отсюда и температура, которая держалась два дня.

Самая распространенная жалоба – боль в животе. Нередко этот симптом сопровождается банальное переедание за новогодним столом. Причем, тут важно не только количество, но и качество съеденных продуктов. Каждый день ребенок соблюдает определенный пищевой режим, а в праздники родители разрешают ему «всего понемножку» – и копченую колбасу, и жареные блюда, и маринады, и сладости – будьте уверены, животу это не понравится!

Если ребенок жаалуется на ноющую боль в правом подреберье и имела место погрешность в диете, вероятнее всего, это реакция желчного пузыря или печени. В таком случае нужно перевести ребенка на щадящую диету и дать ему ферментный препарат для облегчения пищеварения. Ферменты также можно использовать, если ребенок жаалуется на тяжесть в животе и переедание.

Необходимо вызвать скорую помощь, если:

- 1. Боль в животе сопровождается повышением температуры тела, нарушением аппетита и вялостью – возможен аппендицит, медлить нельзя.*
- 2. Маленький ребенок начинает резко плакать, подтягивая ножки к животу, это может быть инвагинация кишечника. В данной ситуации от скорости оказания медицинской помощи зависит выбор тактики лечения. Чем скорее родители доставят ребенка в хирургический стационар, тем вероятнее консервативная помощь. Протянув несколько часов и пытаясь помочь ребенку дома, можно только ухудшить самочувствие, а лечение уже будет только оперативное.*
- 3. Боль в животе сочетается с рвотой, поносом и повышением температуры тела, весьма вероятна кишечная инфекция, которая чревата быстрым обезвоживанием, (иногда даже опасным для жизни). Это важно*

ОРВИ

Насморк и кашель, как правило, являются признаками [ОРВИ](#), которое мама нередко пытается лечить самостоятельно. Однако в таком случае есть большой риск пропустить осложнения, ведь легкие при ОРВИ надо

слушать регулярно (а также осматривать горло и уши). Если ребенок начал кашлять, чихать и сопловать, вызовите дежурного врача из поликлиники. Доктор назначит промывание носа препаратами на основе морской воды, использование противовирусного препарата, орошение слизистой зева (если горло красное) противомикробным спреем и ингаляции на небулайзере для лечения кашля.

Скорая помощь необходима, если развивается такое грозное осложнение, как стеноз – ребенку становится трудно дышать, кожа бледнеет, у губ появляется синюшный оттенок.

Аллергия

У дочки случился приступ ночью, оказалось реакция на креветки.

Мандарины, шоколад, заморские фрукты – каждый по отдельности и все вместе эти продукты могут вызывать у детей сильные [аллергические реакции](#). Если у ребенка появилась небольшая сыпь на коже, можно дать ему противоаллергическое средство. Если сыпь поблекла, требуется продлить применение препарата и гипоаллергенное питание еще на 2-3 дня.

Скорая помощь необходима, если кожная сыпь сопровождается отеком губ и нарушением дыхания. В таком случае речь идет об ангионевротическом отеке – опасном для жизни ребенка состоянии, требующем срочной медицинской помощи.

Травма

Ни один ребенок не застрахован от падений, как дома, так и на улице. Задача родителей – внимательно осмотреть область удара и оценить последствия. Скорая помощь необходима, если:

- ребенок ударился головой;
- место удара стремительно краснеет и отекает;
- конечность принимает неестественное положение;
- ребенок постоянно плачет после падения.

Аптечка

Заранее проверьте [домашнюю аптечку](#). Запаситесь всем необходимым до праздников.

1. От травм, порезов, ссадин

В случае подобных проблем могут потребоваться: перекись водорода, зеленка, ватные диски, обычный и эластичный бинты, пластырь. Для врачевания ушибов – троксевазиновая мазь и охлаждающие пакетики.

2. От проблем с животом

- спазмолитик для снятия спазмов и боли (но-шпа);
- кишечные противомикробные средства (энтерофурил);
- препараты для нормализации кишечной микрофлоры (бифиформ, линекс);
- ферментные препараты (креон);
- энтеросорбенты (смекта, энтеросгель).

3. От простуды

- насморк: препараты на основе морской воды (аква марис), сосудосуживающие капли (назол беби), противомикробные препараты (вибрацил);
- противовирусные средства (оксалиновая мазь, свечи Виферон, охлаждающий пластырь);
- жаропонижающие средства (свечи Цефекон, сироп нурофен, градусник);
- кашель: сиропы (стодаль, эреспал), небулайзер, минеральная вода;
- гормоны (например, дексаметазон), которые используются в ингаляциях при стенозах и бронхоспазмах.

4. От аллергии

- наружные средства (фенистил);
- препараты для приема внутрь (эриус или зиртек в сиропе или каплях).

Если вы сомневаетесь, что можете справиться без врача, то лучше вызвать скорую помощь. В вопросах детского здоровья гораздо лучше поднять ложную тревогу, чем потерять драгоценное время и потом иметь дело с [последствиями](#) и осложнениями.

Будьте внимательны, и хороших вам праздников!