

ЧЕРВОНІ ЩІЧКИ — НЕ ВТІХА

“Мойї донечці зараз два роки і три місяці. У неї постійно червоні щічки. А почалося це в семимісячному віці, коли я перестала годувати її дитячою сумішшю і почала давати різні пригодовування, які рекомендують у цьому віці. Спочатку на личку був висип, а потім з'явилися цятки. Тепер на тому місці, де був висип, у доні постійно червоні щічки, а взимку на вулиці ці плями навіть синіють. Порадьте, що мені робити?”

Іванна Катрич, Тисменицький район, Івано-Франківська обл.

— Це досить типова проблема малюків, які не отримували маминого молока, — пояснює Олена Шевчук, лікар-імунолог клініки сімейної медицини. — Саме воно є головним захистом не лише від інфекцій, а й від алергенів, які атакують неформований імунітет дитини звідусіль.

Спровокувати алергічну шкірну реакцію у семимісячного малюка може будь-що, навіть продукт, який вважають здоровим (червоне яблуко, морква, м'ясо чи риба) для дорослого, але він не властивий для немовляти. Природою дитя “запрограмоване” отримувати мамине молоко аж до появи повного “комплекту” зубів. Із цього моменту імунологічний ланцюг уже запущено, будь-який алерген може спровокувати нову висипку. Він може міститися у побутових хімічних засобах, ліках, навіть іграшках. На жаль, багато молодих мам того не знають і на цьому “обпікаються”.

Серед проявів алергії на шкірі вашої дитини — і холодова алергія (це через неї щічки дитини так сильно реагують на холод).

Правильне харчування — найголовніше лікування діатезу. Вам слід ретельніше, ніж іншим мамам, пильнувати, що дитина їсть. Меню доньки має

бути максимально гіпоалергенним. До алергенів, нагадаю, належать не лише мед, цитрусові, суніці, шоколад, а й риба, ковбаса. Найкраще, щоб замість цих білкових продуктів у меню було кроляче чи індиче м'ясо. Треба повністю виключити продукти з харчовими барвниками та консервантами.

Не менш важлива особиста гігієна (купання у м'якій воді), використання гіпоалергенних шампуню і мила, а також кремів, які усувають свербіж і заспокоюють шкіру. Близьку дитини та одяг, який вона носить, краще треба прати гіпоалергенним порошком або засобом, добре прополіскувати і прасувати гарячою праскою з обох боків.

Візьміть за правило готувати на парі або пекти в духовці продукти, що призначені для вашої доньки, — так вони втрачають більшу частину алергенів. Вимочуйте в холодній воді крупу і картоплю упродовж 10 — 12 годин, інші овочі — 1 — 2 години, варіть м'ясо двічі: спочатку залийте його холодною водою, доведіть до кипіння і залиште на 20 — 30 хвилин, а потім злийте бульйон, наповніть каструлю гарячою водою і тоді готуйте до готовності. А ще варто перевірити дитину на індивідуальні алергени. Алерголог у районній поліклініці може скерувати вас із донькою на відповідні тести. Якщо “вирахувати” алергени й уникати їх, пройти спеціальні процедури, то є великий шанс на одужання. Як правило, до 4 років шкірні прояви харчової алергії зникають у 80% дітей.

Якщо ж алергію запустити, вона може перерости в atopічний дерматит. Ця хвороба трапляється у кожного третього малюка, котрий змалку страждає на алергію, причому в 70% випадків воно обростає “букетом” інших: бронхіальною астмою, полінозом. Це відбувається тому, що імунні комплекси атакують спеціальні клітини — “мішені”, які є і на шкірі, і на слизових оболонках дихальних шляхів та

шлунково-кишкового тракту.
І. К.

З ІМУНОСТИМУЛЯТОРАМИ — ОБЕРЕЖНО

“Синові — два роки. Недавно він почав ходити до садка і дуже хворіти. Підкажіть, які загальнозміцнювальні, імуномодельовальні препарати можна йому давати?”

Тетяна Бівзюк, Кіцманський р-н, Чернівецька обл.

— Не потрібні ніякі спеціальні препарати для зміцнення імунної системи, бо дитина повинна самостійно пройти адаптаційний садковий період. Згодом вона хворітиме значно менше, — запевняє Олена Власова, кандидат медичних наук, асистент кафедри педіатрії та дитячих інфекційних хвороб Буковинського державного медуніверситету. — Річ у тім, що активне використання імуностимулювальних препаратів у ранньому віці може бути шкідливим для дітей. Імунітет завершує формування лише у п'яти-шестирічному віці. І не треба йому заважати самостійно працювати. Регулярне вживання імуностимуляторів може викликати ряд захворювань у зв'язку з “порушенням” функціонуванням імунної системи. Будьте обережні із цим!

— Загалом, є такі норми: якщо дитина до року має ГРЗ понад 4 рази на рік, від 1 до 3 років — понад 6 разів, від 3 до 5 років — понад 5 разів, а діти від 5 років — більш як 4 рази, їх зараховують до тих, хто часто хворіє, — доповнює Володимир Родіонов, провідний науковий співробітник відділення проблем здорової дитини та преморбідних (передхворобливих) станів Інституту педіатрії, акушерства та гінекології АМН України. — Нормою можна вважати, коли дитина нездухає на респіраторні захворювання менш як три рази за півроку.

Ольга КАМСЬКА-ОПОЛОНІК