



Простуда — весьма распространенное явление среди младенцев, как правило, не представляющее серьезной опасности. Более того, в первые два года жизни большинство младенцев переносят от 8 до 10 простудных заболеваний.

Симптомы простуды, такие как насморк, заложенность носа, кашель, чихание и незначительное повышение температуры, обычно проходят без лечения за 7–10 дней. В большинстве случаев малыша лишь следует окружить вниманием и заботой. Следующие рекомендации помогут даже самым маленьким почувствовать себя лучше:

Очистите заложенный нос

Используйте обычный физиологический раствор (соленую воду) и резиновый аспиратор перед кормлением и сном. Закапайте по две капли в каждую ноздрю. Выпустите воздух из аспиратора, затем аккуратно введите кончик в ноздрю. Медленно дайте аспиратору расправиться и удалите слизь. Этот способ лучше всего подходит для детей младше 6 месяцев. Позже, когда ребенок начнет сопротивляться введению аспиратора, используйте капли для разжижения выделений.

Снимите недомогание при небольшом повышении температуры (38,3–38,9 °C/101–102 °F)

Рекомендуется применять ацетаминофен (содержится в детском TYLENOL®) или ибупрофен (содержится в детском MOTRIN®). Проконсультируйтесь с врачом.

Проследите, чтобы ребенок употреблял достаточное количество жидкости

Давайте ребенку дополнительное питье (например, молоко или молочную смесь) в течение всего дня. Заложенный нос не позволяет детям выпить много жидкости за один раз.

Детям младше 3 месяцев немедленно вызовите врача

У детей данного возраста симптомы простуды бывают обманчивы и могут быстро привести к серьезным осложнениям, таким как затрудненное дыхание. Ваш врач должен осмотреть ребенка и убедиться, что это не более чем обычная простуда.

Детям старше 3 месяцев следует немедленно вызвать врача при появлении следующих симптомов:

- Затрудненное дыхание, включая учащенное дыхание, расширение ноздрей при каждом вдохе, посинение губ и ногтей.
- Температура выше 38,9 °C (102 °F).
- Повышенная утомляемость или капризность.
- Нехарактерное поведение.

Рекомендации Американской академии педиатрии:

- Старайтесь держать ребенка подальше от людей с выраженными симптомами простуды.
- Всем, кто прикасается к ребенку, следует предварительно мыть руки с мылом.
- По возможности избегайте мест большого скопления людей, таких как общественный транспорт, рестораны и торговые центры.
- Продолжайте кормить ребенка грудью, даже если вы простужены, чтобы передать ребенку свои противовирусные антитела.
- Проследите, чтобы все члены семьи прошли вакцинацию от гриппа, в том числе младенцы старше 6 месяцев.



Скачайте БЕСПЛАТНОЕ приложение для контроля самочувствия ребенка Kids' Wellness Tracker

Приложение для контроля роста, веса, ИМТ, симптомов и приема лекарств ребенка, календарь прививок, а также расчет дозы препаратов.



Рекомендации фармацевтического отдела компании McNEIL-PPC, Inc., производителя детского TYLENOL® и детского MOTRIN®

App Store — знак обслуживания компании Apple Inc. Google Play — товарный знак компании Google Inc. При скачивании может взиматься стандартная плата.