

У большинства детей на протяжении первых 2 лет жизни простуда возникает 8–10 раз. Дети, которые посещают детский сад или имеют братьев и сестер школьного возраста, простужаются еще чаще. Простуда, как правило, исчезает сама по себе и не приводит к каким-либо осложнениям. Тем не менее следует обеспечить ребенку дополнительный отдых и удостовериться в том, что он выпивает большое количество жидкости. Что касается остальных симптомов, вот несколько мер, которые помогут улучшить самочувствие вашего ребенка.



Заложенный нос и чувство тяжести в груди

Простые солевые капли (из соленой воды) для носа могут помочь снять заложенность носа. После использования капель у грудных детей удаляйте слизь аспиратором. Чтобы освободить от слизи грудную клетку, слегка похлопайте ребенка по спине. Ночью поместите возле кровати ребенка испарительный увлажнитель воздуха.

Кашель или боль в горле

Куриный суп или другая теплая жидкость могут успокоить раздраженное горло. Детям в возрасте от 4 лет и старше можно давать капли или леденцы от кашля. Для лечения кашля у детей старше 2 лет попробуйте использовать мед (1/2 чайной ложки для детей 2–5 лет, 1 чайная ложка для детей 6–11 лет и 2 чайные ложки для детей от 12 лет и старше).

Препараты для снятия жара и боли

Ацетаминофен (содержится в детском TYLENOL®) и ибупрофен (содержится в детском MOTRIN®) являются безопасными и эффективными, если принимаются по назначению. Проконсультируйтесь с врачом.

Как отличить простуду от гриппа

ПРОСТУДА

Симптомы проявляются постепенно, без жара или с легким жаром

Небольшая усталость, но достаточно сил для повседневной деятельности

Заложенный нос, насморк

Легкий кашель, боль в горле

ГРИПП

Симптомы интенсивны, возникают быстро, включая жар (обычно выше 38 °C)

Сильная усталость

Заложенный нос, насморк (иногда)

Сухой кашель, боль в горле

Боль и озноб

Рвота или диарея (иногда)

Узнайте у врача, при каких симптомах простуды или гриппа необходимо обратиться за помощью.



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.

Медицинские рекомендации Отдела охраны здоровья потребителей (Consumer Healthcare Division) компании McNEIL-PPC, Inc., производителя ТАЙЛЕНОЛА® и МОТРИНА® для младенцев



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

©McNEIL-PPC, Inc. 2013 MHP-003R