

Kad je DETETU

Najučestalije infekcije dece su one gornjih respiratornih puteva, odnosno upala sluzokože nosa i ždrela, uzrokovane virusima. Prvi simptomi su "grebanje" u grlu i pojačana sekrecija iz nosa. Mališani su češće bolesni tokom hladnijih dana, posebno oni koji boreve u kolektivima, vrtićima i školama. Koliko infekcija je "dozvoljeno", odnosno koliko puta godišnje dete "sme" da bude bolesno dok se ne posumnja, na primer, na problem sa imunitetom?

NAJČEŠĆE INFKECIJE DECE SU GNOJNE ANGINE I ŠARLAH

Virusi

Na ova i mnoga druga pitanja za čitaoce "Bilja i Ždravlja" odgovara pedijatar Hibnjeta Apuk, iz Doma zdravlja "Vizim":

- Kada dete dobije infekciju gor-

njih respiratornih puteva posle početnih simptoma kada je sekret bistar, nakon dva tri dana obično bude gušći i obojeniji. To ne znači da je došlo do bakterijske superinfekcije, već je jednostavno reč o fazi u lučenju iz ćelija u nosu.

Kašalj je posledica slivanja pojačanog nosnog sekreta i sluzi, a ne obojenja donjih disajnih puteva, kako često roditelji misle. Kašalj je, štaviše, odbrambena reakcija organizma na slijanje sekreta u donje disajne puteve.

Prehlada je najčešća virusna bolest dece koju obično izazivaju rinovirusi (ima ih više od 100 sojeva). Vrlo se lako prenosi, najčešće kapljičnim putem, preko kijanja i kašljana, a naročito brzo se širi u prenaseljnim područjima i

8-10

SATI DNEVNO
DECI TREBA
OMOGUĆITI
VREMENA ZA ODMOR
I SPAVANJE



u kolektivima kao što su jasle i vrtići. Virusna infekcija zahvata nos i grlo, može trajati od dva dana do dve nedelje, sa simptomima kijanjem, zapušenim nosem, bolovima u grlu i kašljom.

Ko su kliconoše?

Na pitanje koje su još najčešće infekcije, dr Apuk kaže:

- Deca često oboljevaju od gnojne angine i šarlaha. Uzročnik je bakterija beta hemolitički streptokok grupe A. Beta hemolitički streptokok grupe A se u brisu ždrela može naći u oko 15 do 20% slučajeva, zavisno od uzrasta deteta, doba godine i klimatskih faktora. Kod najvećeg broja dece ne dovodi do nastajanja bilo kakvih kli-



Terapija

Da bi se odredila terapija, kaže dr Apuk, veoma je važno da se odredi tip infekcije, odnosno utvrditi da li je u pitanju bakterijska ili virusna infekcija. Pre nego što se započne lečenje deteta treba uzeti bris, krvnu sliku, CRP. Protiv bakterijskih infekcija odlično deluju antibiotici, tako što usporavaju rast bakterija ili direktno uništavaju bakterije. Kod virusnih infekcija se oni ne koriste jer se virusi nalaze unutar ćelija domaćina, pa ne mogu lako da budu prepoznati od strane, što je i razlog neefikasnosti mnogih lekova.

loš imunitet?

ničkih manifestacija, pa te mališane nazivamo "kliconoše". Decu koji nemaju simptome ne treba lečiti, iako je ponekad pritisak roditelja ili vaspitača veliki. Vrlo su česte i upale uha. Smatra se da svako treće dete do treće godine preboli najmanje tri zapaljenja uha, odnosno većina dece preboli bar jedno zapaljenje uha u prvoj godini.

Na pitanje zbog čega su deca podložnija infekcijama zimi naša sagovornica objašnjava:

- Bolesti disajnih puteva najčešće su tokom jeseni i zime jer tada deca uglavnom borave u zatvorenim, zagrijanim prostorijama. Leti su češće crevne infekcije, infekcije kože, alergije.

"Prihvatljiv" broj godišnje

Koliko infekcija godišnje je "dozvoljeno", odnosno koliko puta dete može da bude bolesno, a da se ne posumnja na neki drugi problem dr Apuk kaže:

- Procenjuje se da dete u prve tri godine života ima prosečno četiri do šest infekcija gornjih disajnih puteva godišnje. Faktori vezani za organizam deteta su brojni, a najvažniji su uzrast (deca mlađeg uzrasta su češće bole-

sna). U prve tri godine respiratorne infekcije su ubedljivo najčešće bolesti kod mališana, učestalost se smanjuje kod starije dece. Faktori su još i pol, uhranjenost, sklonost ka alergijama, a češće su bolesna i deca sa urođenim srčanim manama i astmatičari.

Prevencija čestih infekcija

Prevencija infekcija dece se, pre svega, svodi na održavanje higijene, kaže naša sagovornica:

- Ruke treba prati prilikom svakog ulaska u kuću. Treba insistirati da se kod dece razviju higijenske navike, deca ne treba da imaju istu čašu, pribor za jelo, peškire. Često treba provetravati prostorije, ne pretopljavati decu. Kada ukučani imaju infekciju, nije potrebno izolovati dete, ali ne treba dozvoliti bliži kontakt sa inficiranim osobom, jer se većina infekcija prenosi kapljičnim putem. Deci treba omogućiti dovoljno vremena za odmor i spavanje, najmanje 8 do 10 sati dnevno. Deca koja imaju učestale infekcije mogu koristiti suplemente, ali oni neće rešiti sve probleme.

PODSETNIK

Zimi su češće infekcije gornjih respiratornih puteva, a leti crevne i kožne

Posle pete godine - lakše

Naša sagovornica kaže da posle petog rođendana infekcije postaju rede:

- Kad deca krenu u kolektiv vrlo često se razboljevaju, posebno u jaslicama, dok su deca iz vrtića u boljoj situaciji jer su stariji ods 3 godine. Oni, naime, imaju nezreo imunološki sistem koji ne stvara dovoljnu količinu antitela koja štite organizam. Posećeno se tek nakon pete godine stvara dovoljna količina antitela koji mogu pružiti zaštitu. To je razlog zašto su sva mlađa predškolska deca osetljiva na bakterije, viruske koje su neizbežne u kolektivima. Postoje podaci koji navode da deca iz obdaništa nisu češće bolesna od dece koja se neguju u kući. Oboljevanja zavise od imunološkog statusa i epidemiološke situacije u kući ili kolektivu.

Jasna Jovanović

IMMUNILFLOR

SIRUP I KAPSULE

5 najboljih sastojaka za jak imunitet



Immunilflor sirup

za decu.
Sadrži probiotike i cink koji povećava otpornost organizma prema izazivачima virusnih infekcija. Sa ekstraktima acerole, šipurak i borovnica, prirodnim izvorima vitamina C. Ne sadrži veštačke boje ni arome.

Immunilflor kapsule

za odrasle i decu preko 12 godina.
Jačaju narušeni imunitet i povećavaju otpornost prema virusnim, glijvičnim i bakterijskim infekcijama i ubrzavaju oporavak nakon bolesti.



U APOTEKAMA

www.bgitaliana.rs (011) 313 27 72 ESI Srbija