



Почему-то одни дети не поддаются простудным заболеваниям, а другие болеют постоянно: только подуй на них, и тут же поднимается температура, появляются насморк и кашель. И вот здесь-то, дорогие мамы, вы должны быть начеку.

Прежде всего, следует определить, почему ваш ребенок подвержен простудам. На это имеются свои причины.

Во-первых, может сказаться вялотекущая инфекция, которая "бродит" по организму ребенка, постепенно его ослабляя. Это всевозможные недолеченные заболевания - гаймориты, риниты, ангины, фарингиты.

Во-вторых, провоцировать простудные болезни могут нарушения в эндокринной системе организма (чаще всего у детей встречается увеличение вилочковой железы, которая и отвечает за выработку защитных телец - лимфоцитов). Поэтому поспешите к эндокринологу, если ваш ребенок часто болеет.

В-третьих, причиной частых простудных заболеваний могут быть и нарушения обмена веществ, которые ведут к бактериальным инфекциям, циститам и другим заболеваниям мочеполовой системы.

И, наконец, одной из причин может быть то, что во время борьбы с простудой вы пичкаете ребенка модными антибиотиками или, того лучше, различными гормональными препаратами. Делать этого не стоит, а вот пройти с ребенком обследование просто необходимо.

Так что, если ваш ребенок страдает частыми простудами, кроме похода к эндокринологу, сдайте анализы (общий и биохимический) крови, анализ на иммунный статус, а также сделайте тест на гормоны. Не откладывайте визит к врачу! Но и не спешите пичкать ребенка лекарствами при первых же признаках простуды. Постарайтесь помочь ему испытанными народными методами (если, конечно, нет признаков никаких других побочных заболеваний).

В прошлых статьях я упоминала народные средства от простуды, кашля, насморка, которые можно применять как взрослым, так и детям. Выпишите то, что может вам понадобиться. И постарайтесь сделать так, чтобы дома у вас всегда имелись лекарственные травы, малиновое варенье и мед.

А теперь о том, какие народные средства на основе даров природы помогут справиться с простудами не только вашим детям, но и вам.

- Если нет высокой температуры, кроме горчичников можно применить растирания. Они улучшат поверхностное кровообращение и согреют организм. Растирать следует сухую

кожу. Можно применять нутряной, свиной, барсучий, козий или гусиный жир либо мази на их основе.

- Снять первые симптомы простуды поможет чай с малиновым вареньем или травяные чаи. Например, такой: смешать в равных пропорциях сушеные листья подорожника, липового цвета и мяты перечной. Такой сбор снимет воспаление слизистой оболочки, уменьшит отечность, а подорожник поможет избавиться от насморка.

- Настой из зеленого чая с добавлением 1 ч. ложки эвкалипта помогает убить простуду в самом ее начале. Но прежде чем выпить этот настой самому или дать его ребенку, рекомендуется сначала подышать его парами, так как эфирные масла эвкалипта обладают сильным антибактериальным и противовоспалительным действиями.

- Отлично помогает при простуде и такой сбор: в равных количествах смешать цветки ромашки, лимонные корки, плоды шиповника, сушеные или замороженные ягоды малины. 3 ч. ложки сбора залить 1 стаканом кипятка и настаивать 10 минут. Принимать теплый настой по 1/3 стакана 3 раза в день за 15 минут до еды.

- Такой настой помогает при кашле: 2 ст. ложки сухих цветков клевера заварить в фарфоровом чайнике стаканом кипятка, настаивать 15 минут и пить теплым 3-4 раза в день по полстакана, добавляя вместо сахара мед.

- Горячий травяной напиток из цветков ромашки аптечной, шалфея и Melissa лимонной (все травы в равных частях по 1 ч. ложке) снимает боль в грудной клетке, улучшает отхождение мокроты и способствует быстрому излечению от кашля.

Вот такой испытанный народный метод борьбы с бронхитом известен издавна.

Применять его можно всем: и взрослым, и даже самым маленьким детям.

Простерилизуйте на водяной бане 1/3 или 1/2 стакана нерафинированного растительного масла. Возьмите махровое полотенце, чтобы его длины хватило обернуть ребенку спинку и грудь вокруг тельца под мышками. Пропитайте полотенце маслом и еще теплым (не горячим!) оберните ребенка. Поверх полотенца положите целлофан и укутайте ребенка теплым одеялом. Кстати, если вы стираете полотенца сразу же после процедуры, следов масла на нем не останется.

Главное условие - не застудить организм после подобного компресса. А процедуру можно повторять, но не сразу, а спустя пару дней. Таким способом можно лечить и хронический бронхит.

Испытанным способом борьбы с кашлем является питье настоя листьев мать-и-мачехи. Внимание! Не давайте такой настой грудному ребенку, не выяснив у врача причину, вызвавшую кашель.

При сильном кашле нагреть на сковороде соль, положить ее в чистый хлопчатобумажный носок и приложить на грудь на ночь. Сверху накрыть пленкой и теплым одеялом. Перед сном выпить стакан горячего молока с медом и кусочком растворенного в молоке сливочного масла. Дня через два кашель становится мягким, легко отходит мокрота, и вскоре наступает полное излечение. Такой метод лечения предписан и беременным женщинам, когда принимать таблетки противопоказано.

Для лечения ангины, в том числе и хронической, применяют смазывание гланд йодом. Процедура неприятная, но эффективная. Маленький ребенок вряд ли ее выдержит. А вот взрослым и детям постарше можно смазать гланды ватным тампоном, туго намотанным на тупой конец вилки или ложки. Просто обмакнуть тампон в йод и смазать горло. Порой для полного излечения хватает и одной процедуры.

В период обострения болезней горла рекомендуются следующие рецепты:

1. Очистите головку репчатого лука, пропустите ее через мясорубку и отожмите сок. Принимать по 1 ч. ложке 3-4 раза в день.
2. Полоскать горло теплым раствором соли (1 ч. ложка на стакан воды) через каждые 3 часа по 3 глотка.
3. 3 части горячей воды разбавить очищенным профильтрованным через промокательную бумагу или вату керосином (1 часть). Полученную смесь тщательно взболтать и полоскать горло утром и вечером.
4. Наложить на горло согревающую повязку или компресс. Можно сделать такие растворы: 1 ч. ложку уксуса развести в 0,5 л воды; подогретое растительное масло, водка или разбавленный наполовину спирт, либо просто теплая вода. Обмотайте шею увлажненной одним из указанных растворов и отжатой тканью, поверх нее положите вощеную бумагу, потом слой ваты или мягкий шерстяной шарфик и закрепите бинтом или косынкой. Держать компресс до двух часов.
5. Медленное жевание лимона, особенно его цедры, помогает при начинающейся ангине. После этого в течение часа ничего не нужно есть, чтобы дать возможность эфирным маслам и лимонной кислоте воздействовать на воспаленные слизистые оболочки. Повторять эту процедуру каждые три часа.
6. Сок свежей капусты, разведенный пополам с водой, применять при полоскании горла 5-6 раз в день.

А для профилактики ангины воспользуйтесь следующим методом: взять по 1 части цветочные корзинки ромашки аптечной, листьев эвкалипта и цветков календулы лекарственной. Все измельчить, хорошо перемешать. 1 ст. ложку смеси насыпать в термос, залить 1,5 стакана кипятка и настаивать 8-10 часов. Процедить, разделить настоем пополам и полоскать горло 2 раза в день – утром и вечером. Начинать полоскание настоем температурой 25 градусов, постепенно убавляя в день по 1 градусу, и дойти так до температуры 15 градусов. Такое полоскание позволяет снять хронический воспалительный процесс в миндалинах и закалить их.

Избавиться от насморка и детям, и взрослым помогут следующие средства:

1. Отожмите свежий сок листьев мать-и-мачехи и закапывайте ребенку в каждую ноздрю по 2-3 капли 2-3 раза в день.
2. Сок свежих листьев каланхоэ закапывать ребенку в каждую ноздрю по 3-5 капель 2-3 раза в день.
3. 3 раза в день закапывайте в обе ноздри по 5-6 капель свежего сока алоэ.
4. Принимать внутрь отвар сушеного винограда (изюма) вместе с небольшим количеством сока репчатого лука.
5. Давайте ребенку нюхать растертые в порошок сухие листья и цветочные верхушки душицы (мяты лесной). При простуде можно заваривать душицу и пить как чай. Внимание! При беременности препараты душицы применять нельзя!

Уже несколько лет в нашей стране успешно проводится вакцинация против гриппа. Современные вакцины практически не вызывают никаких осложнений, и врачи призывают всех делать профилактические прививки. Особенно это касается тех, кто входит в так называемую группу риска. По данным ИПК Федерального медико-биологического агентства России это:

- часто болеющие;
- страдающие хроническими заболеваниями органов дыхания и/или имеющие пороки развития дыхательной системы;

Автор: Administrator

11.07.2008 15:33 - Обновлено 11.07.2008 15:38

---

- страдающие болезнями и/или пороками развития центральной нервной системы;
- больные с врожденными и/или приобретенными нарушениями сердечного ритма;
- люди с заболеваниями почек (хронический гломерулонефрит, хроническая почечная недостаточность);
- люди с болезнями крови;
- страдающие эндокринными заболеваниями (сахарный диабет);
- больные с иммунодефицитными состояниями;
- дети, которых лечат препаратами, подавляющими иммунную систему.

Что касается детей-аллергиков, аллергические заболевания не являются противопоказаниями к вакцинации, если, конечно же, нет периода обострения заболевания.

Врачи отдают должное народным профилактическим методам и способам лечения простудных заболеваний, но настоятельно рекомендуют пройти вакцинацию против гриппа, так как считают это единственным способом противостояния вирусу.