

## Поради батькам **На порозі грип!**



**Грип** – вельми заразне гостре вірусне захворювання, що передається повітряно-краплинним шляхом і проявляється головним болем, слабкістю, ознобом, м'язовим болем, закладеністю носа, сухим кашлем. При високій температурі у дітей можливі болі в животі, нудота, блювота і навіть судоми.

На відміну від інших гострих респіраторних інфекцій – **грип «багатоликий»**, відрізняється досить важким перебігом з наявністю ускладнень, які при неправильному лікуванні, або його відсутності можуть закінчитися летальним результатом.

На сьогодні найбільш відомі три типи вірусів грипу: **А, В, С**. Кожен з цих вірусів відрізняється від попереднього і кожен з них викликає захворювання різного ступеня тяжкості.

Вважається, що **дитиною** найлегше переносяться типи грипу В і С. У той час, коли вірус грипу А згідно зі статистикою здатний викликати найбільш важкі форми грипу. Симптоми грипу дуже схожі з симптомами інших простудних захворювань, тому остаточний і найбільш точний діагноз може поставити тільки кваліфікований лікар.



**Слід завжди пам'ятати**, що ускладнення (наприклад: бронхіт, трахеїт, пневмонія, запалення гайморової пазухи носа або середнього вуха) запалення середнього вуха можуть бути набагато небезпечніше самого грипу.

Безсумнівно, найкраще лікування від грипу – це постійна турбота про імунну систему, а так само профілактика за допомогою вакцинації. Щорічно щеплення випускаються виходячи з очікуваного на той чи інший період штаму вірусу.



**Лікування від грипу** в основному полягає як в усуненні симптоматики (жар, хворобливі відчуття, слабкість та ін.) так і в застосуванні хворим противірусних препаратів.

**Що ж стосується антибіотиків** - це теж не найдієвіший лікування від грипу з усіх можливих. Безумовно, антибіотики досить ефективні при боротьбі з бактеріями, проте відносно вірусних інфекцій їх призначають лише у випадках виникнення ускладнень, викликаних бактеріями. Крім того, антибіотики різні за

складом і діючих речовин, тому призначати лікування повинен тільки кваліфікований лікар.

Додатково можливе лікування **народними засобами**, але тільки за відсутності у хворого алергічних реакцій на рослинні компоненти, що використовуються в рецептах.

*Для дітей молодшого дошкільного віку*, лікування народними засобами від грипу у вигляді відварів деяких трав також не рекомендується. Лікування народними засобами у дітей необхідно погоджувати з лікарем.



- *Для зняття жару* лікування народними засобами рекомендує малину. Ягоди малини, перетерті з цукром – найкраще освіжаюче і жарознижувальне. Також із сухих плодів готують настій. Для цього беруть одну столову ложку плодів, заварюють 200мл окропу, настоюють 20 хв., і п'ють по одній склянці неохолодженого напою 2 рази на добу.



- *Для боротьби з хвороботворними бактеріями* і інфекцією корисно робити інгаляції, використовуючи свіжу, заздалегідь натерту м'якоть ріпчастої цибулі. Інгаляції проводять 1р/день, по 15-20 хв. Скасовують в міру одужання, але не більше 14-ти, максимум – 15 процедур. Повторити курс можна через 14 днів після закінчення першого курсу.



- *Для лікування і профілактики грипу* застосовують часник, або часниковий сік. Але при застосуванні цього засобу важливо знати міру. У чистому вигляді часник приймають протягом дня, але не більше 3-5 зубчиків, якщо у вигляді соку – по половинці чайної ложки за прийом.



- Візьміть масло (500гр.) по краплях додайте сік лимона (1шт.), ретельно перемішайте. Потім почистіть часник, і дрібно наріжте, змішайте з гірчицею. Поєднавши часник і гірчицю з лимонним соком і соняшниковою олією, залийте отриману суміш в банку, і приймайте по 1ч. ложці 2 рази на день. Перед застосуванням добре струшуйте.



- Найбільш кращими народними способами лікування від грипу та застудних захворювань **діток** – яблучний еліксир. Для приготування

еліксиру бажано використовувати антонівку. Дуже важливо готувати еліксир з яблук, які не були схильні до хімічної обробки. Промивши холодною водою, яблука складають в емальований посуд, і заливають крутим окропом. Після чого каструлю в якій яблука пріють, закутують теплою ковдрою і наполягають мінімум 3 години. Остигли яблука товчуть товкачем і проціджують через марлю. Приймають отриманий сік вранці і ввечері за 20 хв. до їди по 60 мл., попередньо додаючи ложечку меду.



- Гарним *потогінним засобом* при грипі у **дітей** є чай з чебрецю, меліси, м'яти, календули, смородини, ромашки. Заварювати дані трави можна як змішавши всі трави по чайній ложці – так і окремо.
- В якості ефективного *відхаркувальний засіб* застосовують чай з сухих листя мати й мачухи. Для приготування беруть 1 ст.л. висушеного листя і заварюють як чай на 200мл. окропу.

