

# Чи можна запобігти грипоznій інфекції у дитини

Поради педіатра

Грип впродовж багатьох років залишається проблемою охорони здоров'я у багатьох країнах, у т.ч. України, а економічний збиток, який пов'язаний з прямими та непрямими наслідками епідемії грипу, складає десятки-сотні мільярдів доларів. Щороку, навіть в сприятливій з епідеміологічної точки зору роки, в Україні фіксується кілька спалахів грипу та ГРВІ, тому абсолютно виправданим було введення положення про щеплення проти грипу. Вакцини спрямовані на боротьбу із тими штамами вірусів, які прогноуються у певному епідемічному сезоні. Так, в Україні у 2012-2013 рр. прогноують циркуляцію вірусу грипу А(Н3N2), нового штаму А/Н3N2/Вікторія/361/211, нового штаму вірусу грипу В/Вісконсін/1/2010, і не виключається можливість циркуляції вірусу грипу А/Н1N1/Каліфорнія/2009.

Вирізняється це вірусне захворювання недовготривалим інкубаційним періодом (коли дитина виглядає здоровою, але інфекційний процес уже розвивається в її організмі), що становить від декількох годин до 1-2 днів. Потім набі раптово розпочинається власне клініка інфекції – значно підвищується температура тіла (в межах 39-40°C), дитина стає млявою, адинамічною чи, навпаки, збудженою, в неї порушуються сон і апетит, старші діти скаржаться на головний біль переважно у лобній ділянці, біль у м'язах, нудоту, запаморочення, трясовицю. Слід відмітити, що катаральні явища (про які часто згадують) саме при грипоznій інфекції у перші доби хвороби виражені незначно, переважно це порушення носового дихання внаслідок закладеності носа, сухий непродуктивний кашель. Останній з часом посилюється, як і катаральні ураження очей, носоглотки, та набуває ознак трахеїтного (сухий, настирливий, з больовими відчуттями за грудиною).

Чим менша за віком дитина, тим виразнішими у неї будуть прояви грипоznої інфекції, яка, окрім лихоманки і так званого «синдрому інтоксикації», може уражати трахею (стеноз гортани), головний мозок та його оболонки, бронхи (астма-подібний бронхіт), легені (пневмонія), серцево-судинну систему тощо.

Лікування здійснюється тільки під контролем лікаря (педіатра, сімейного лікаря) у лікарні або вдома, що залежить від багатьох обставин. Слід дотримуватися ліжкового режиму (щонайменше до нормалізації температури тіла), відокремити хвору дитину від інших членів сім'ї (особливо дітей), пропонувати хворому збільшений обсяг рідини (чай, компоти, морси тощо). Необхідно виокремити для хворої дитини особистий посуд і предмети догляду. Усі члени родини, хто доглядає за хворою дитиною, повинні ретельно мити руки з милом, користуватися захисними масками. Приміщення, де знаходиться дитина, слід провітрювати кожні 3 години для зменшення вірусної концентрації у повітрі! Носові ходи дитини слід зволожувати фізіологічним розчином хлориду натрію. Всі інші симптоматичні препарати (відхаркувальні, жарознижувальні, судинознижувальні тощо), як і препарати, які діють на грипоznу інфекцію (противірусні) чи бактеріальні її ускладнення (антибіотики), може призначати дитині ВИКЛЮЧНО ЛІКАР (!). Батьки повинні чітко дотримуватися його рекомендацій, не допускати самолікування, а також отримати від педіатра відповіді на всі питання щодо хвороби, які цікавлять. Знання батьків про інфекційне захворювання значно зменшає ризик самолікування та покращає прихильність (комплаєнс) до лікування.

Не варто боротися щосили з температурною реакцією, оскільки вона, по-перше, притаманна грипоznій інфекції та, по-друге, носить захисно-приспосувальний характер і спрямована на боротьбу з вірусом. Тільки діти групи ризику (віком до 2 місяців, такі, що мають органічні ураження ЦНС та тяжку енцефалопатію, з судомами в анамнезі і тяжкими супутніми хворобами) потребують постійного контролю лихоманки до позначки 38°C. Для

зменшення температури слід використовувати виключно ті препарати, які призначені лікарем, зокрема, небезпечним і тому забороненим є застосування препаратів ацетилсаліцилової кислоти (аспірину) у дітей до віку 12 років (хоча у дорослих даний препарат застосовують). Слід пам'ятати, що дитина – «це не дорослий в мініатюрі», тому рекомендації по лікуванню дітей можуть значно відрізнятися від таких у дорослій практиці.

При неускладненому грипі через 3-5 днів температура тіла швидко нормалізується, покращуються самопочуття і стан дитини, зникають ознаки інтоксикації, кашель набуває продуктивного характеру, хоча слабкість, втомлюваність і астенія можуть зберігатися ще впродовж 2-х тижнів. У цей період дитина є особливо вразливою до інших неінфекційних та інфекційних чинників (вірусів, бактерій), оскільки опірність організму значно знижена.

Профілактика грипу поділяється на специфічну і неспецифічну. Найбільш дієвою, без сумніву, є профілактика специфічна (використання вакцин). Вона рекомендується з 6-місячного віку у вигляді щорічних щеплень, причому оптимальним є введення двох доз з інтервалом в 1 місяць напередодні спалаху грипоznої інфекції (переважно в жовтні-листопаді). Зокрема існують рекомендації ВООЗ, які вказують, що «рекомендована схема вакцинації – це одна доза інактивованої вакцини щорічно, за винятком раніше не щеплених дошкільнят, яким показано введення двох доз вакцин проти грипу з інтервалом в один місяць». Проведені на нашій кафедрі дослідження показали найвищу клінічну ефективність двократного режиму щеплення проти грипу в дітей раннього віку. За нашими даними, однократна вакцинація поступалася дворазовій (причому найбільше за показником кількості епізодів ГРВІ та частотою госпіталізації).

Наразі з літературних джерел відомо про зниження на чверть частоти ГРВІ (іншої, негрипоznої етіології), зменшення тривалості непрацездатності з приводу ГРВІ на 43% серед вакцинованих проти грипу осіб. Цікавими також видаються повідомлення російських колег щодо зниження в 2,4 раза захворювань дихальних шляхів негрипоznої етіології у щеплених проти грипу дітей. Дослідження в Японії та Сполучених Штатах Америки доводять, що чим вищою є повнота охоплення населення щепленням проти грипу, тим менша смертність від пневмоній бактеріальної етіології. Це доводить ефект вакцинації проти грипу, що є значно ширшим, ніж прямий вплив на вірус. Ймовірно, ефект зменшення частоти та тривалості ГРВІ, а також їх ускладнень базується не на здатності грипоznих вакцин викликати специфічну імунну відповідь відносно інших респіраторних вірусів, мова, скоріше всього, йде про імуностимулюючий ефект вакцини, а також зниження частоти та тяжкості комбінованих інфекцій за участю грипоznого вірусу, який зазвичай діагностують як ГРВІ. Практично ідентичні результати щодо зменшення майже на 50% протягом 12 місяців після вакцинації випадків ГРВІ у дітей молодшого шкільного віку з супутньою алергопатологією, зокрема бронхіальною астмою, отримані в Росії проф. Таточенком В. К.

Наразі існує група хронічно хворих дітей, яким такі щеплення слід проводити обов'язково через високий ризик для життя, пов'язаний з перебігом грипоznої інфекції. Усім решта – такі щеплення є рекомендовані.

Неспецифічна профілактика передбачає своєчасну ізоляцію хворих дітей, регулярне провітрювання приміщень, використання захисних пов'язок на рот і ніс, підтримання оптимальної вологості повітря в приміщеннях, уникання проведення масових заходів під час епідемічного періоду, регулярне миття рук, збалансоване харчування, дотримання режиму дня і загартовування.

## Оксана МАРІУЦА: «В Україні теж можна бути усні»

Нині гостя нашої редакції – студентка філологічного факультету Чернівецького національного університету ім. Ю. Федьковича Оксана Маріуца.

– Оксано, чи влаштовує Вас якість лекцій і система вищої освіти так звана Болонська?

– Як кажуть, досконалість не має меж. Те ж саме можна сказати і про нинішню систему освіти, адже, коли щось зроблено добре – можна зробити це ще краще!

Щодо якості лекцій, то можу запевнити, що наші викладачі – надзвичайно обізнані, освічені люди, які просто закохані у свою професію. На лекціях можна отримати величезну кількість інформації, але в цьому випадку багато чого залежить вже від самих студентів. За ними залишається вибір – слухати чи ні, сприймати інформацію чи просто ігнорувати роботу викладача. Хоча скажу, що залишитися байдужими до їх наполегливої праці дуже важко, бо вони вміють подавати матеріал і робити це так, аби увага аудиторії не розсіювалася, хоча, як і в усіх правилах, існують винятки.

Що стосується Болонської системи, то у цьому питанні дуже багато розбіжностей у думках між самими студентами, бо з одного боку доводиться набагато більше працювати, а з іншого – знаєш на що ти можеш розраховувати. Я маю на увазі, що, навчаючись за Болонською системою, можна розраховувати лише на самого себе, на свої сили, а не сподіватися на випадковість та удачу. Коли наполегливо працюєш протягом усього семестру, то хвилюватися майже немає причин, адже студенти готуються до кожного семінару, аби отримати свої омірні бали. Болонська система розрахована на постійну роботу, а не на байдкування до самого екзаміну.

– Як Ви ставитесь до реформ, які проводить нині Міністерство освіти?

– Насамперед система освіти має сприяти розвитку майбутніх спеціалістів, фахівців, знавців своєї справи, тому під час реформ мають бути враховані інтереси та бажання тих, хто навчається, і тих, хто навчає. Реформи, що стосуються освіти, несуть за собою серйозні наслідки: є в цьому і позитив, і негатив... Варто звернути увагу на те, скільки невдоволених студентів беруть участь у різноманітних страйках, відстоюючи свої права. Це свідчить про те, що є ще над чим працювати!

– Що найбільше нині хвилює студентство і особисто Вас?

– Важко сказати, що хвилює студентство загалом, бо у кожного з нас різні погляди, сприйняття навчання, студентського життя. Для когось – це суцільні розваги, для когось – непосильна праця, для когось – безглузде проведення часу. Особисто мене зараз хвилює в першу чергу навчання, адже хочеться дійти до фіналу з хорошими результатами, аби далі мати

у кожного різний. До того, ж і відпочивати треба, адже не хочеться пропустити всі найцікавіші моменти студентського життя.

Щодо наполегливості у відстоюванні своїх прав та інтересів, то цього у студентів якраз вистачає, іноді аж занадто вони захоплюються цим процесом.

– Як Ви оцінюєте вчинок студентки Києво-Могилянської академії щодо ляпасу міністру освіти?

– Я завжди намагаюся знайти пояснення подібним вчинкам, зрозуміти мотивацію. Якщо розглядати цю конкретну ситуацію, то, я думаю, що тут все-таки ведеться боротьба за власні права... Просто методика такої боротьби у кожного різна. Іноді, захищаючи себе і свої інтереси, можна перегнути палку, що і сталося у цьому випадку.

Студентка 2-го курсу Києво-Могилянської академії Дарія Степаненко дала ляпас букетом квітів міністру освіти Дмитру Табачнику під час Форуму міністрів освіти європейських країн, чим одразу спровокувала жваве обговорення цієї ситуації. Не знаю, чи можна розцінювати цей вчинок як адекватний, та можу сказати одне – це не вихід із ситуації.

– Що Вам імпонує у ваших однолітках?

– На сьогоднішній день мої сучасники – це молодь, розвиток і майбутнє якої тісно переплітається із науково-технічним прогресом. Чому? Та тому, що кожному другу молододу людину на вулиці ми бачимо з телефоном чи ноутбуком в руках, з навушниками або плеєром... Те ж саме стосується і розмов, які можна почути, йдучи поруч. Чесно кажучи, я і сама не уявляю, що робила б без сучасної техніки, яка, здавалось би, так у всьому нам допомагає і полегшує життя, та це лише одна сторона медалі. Через це все ми забуваємо що таке просто прогулятися, бо постійно зайняті Інтернетом та соціальними мережами, поспілкуватися з друзями не через мобільний зв'язок.

Це все дуже негативно впливає на розвиток сучасних молодих людей, на їхні характери, манеру спілкування, інтереси тощо. Звичайно, мені у нашому середовищі не все подобається. Просто треба навчитися бути більш чуйними і співчутливими, з більшою повагою ставитися до інших.

Мої однолітки – це те молоде покоління, яке живе сьогоднішнім днем, не розуміючи того, що вчинки і поведінка можуть вилитися в негативне русло.

Отже, я вважаю, що ми, сучасна молодь, повинні працювати над собою, бо є багато недоліків, які ми не помічаємо зараз, але матимемо багато наслідків своїх дій в майбутньому.

– А це ось запитання як до майбутнього фахівця-філолога. Які

безкінечно, бо щоразу знаходжу там щось нове.

Тарас Григорович Шевченко – духовний батько українського народу, людина, яка присвятила своє життя збереженню і поширенню самобутньої народної мудрості. Він вмів бачити крізь час, адже його вірші й сьогодні є актуальними.

Такою ж глибиною є і творчість Ольги Юліанівни Кобилянської. Те, про що вона писала у своїх творах, зокрема у повісті «Земля», має підтвердження і в наші дні, бо є багато прикладів того, коли люди, іноді і друзі, і родичі, не можуть поділитися між собою землю, гроші, вдаючись до ганебних вчинків стосовно один одного.

– Ваше ставлення до питання державної мови в Україні?

– Можливо, це прозвучить надто гучно, та я за те, що в Україні має бути тільки одна державна мова – українська. Я з дитинства чула вдома лише українську мову, я люблю її і впевнена, що наша мова багато на що здатна, вона має безмежні можливості. Цим був зумовлений і мій вибір того, на який факультет вступати та яку спеціальність обирати. Я, не сумніваючись, вибрала філологічний факультет і спеціальність: «Українська мова та література». Я з повагою ставлюсь до історії нашої мови, бо такий важкий і тернистий шлях витримала вона, щоб стати державною, а зараз було б просто несправедливо стосовно нашої держави, народу, змінювати це.

– Чи вважаєте Ви, що в житті треба вміти йти проти течії, власне, завжди мати свою думку, свою точну зору.

– Іноді саме життя змушує нас йти проти течії, але це часто є дуже ризикованою справою. Щоб досягти своєї мети, потрібно мати характер, інакше доведеться постійно погоджуватися зі своїми колегами, начальством, незалежно від того, чого хочеш сам. Це, мабуть, дуже важко не мати змоги висловити власну думку, залишатися завжди в тіні тих, хто може це зробити.

Щоб відстоювати свою точку зору, треба мати міцні нерви, бо це не завжди приводить до позитивних наслідків, не всім подобається. Іноді за власні переконання можна серйозно постраждати, не отримавши бажаних цілей. Але я вірю в те, що рано чи пізно знайдеться місце і для таких людей. Щодо цього питання можна довго сперечатися, бо будь-яке рішення залежить від конкретної життєвої ситуації, коли доводиться вибирати, чимось жертвувати, щось втрачати.

– Що для Вас важливіше – матеріальне чи духовне? Чому?

– Звичайно, духовне. Щодо цього питання я ніколи не сумнівалася, бо щоразу переконувалася, що багатство душі набагато важливіше за матеріальні статки, бо, якщо в людині є оте духовне – це назавжди, а матері-



ніж ми, хто не має скільки хліба...

Дуже б хотіло і нашому суспільству співчутливості, один до одного. І та людина, яка просить милостиню життя чи хоча бити вигляд, що теж не можна, б через які воно зм...

Ми повинні чімо, ту допомогу, інших і надати її требує. Якщо це ми просто зобов'язані самим довести бути доброю, чуй серце і вміє відчув...

– Яким Ви бачите, воно залежить...

– Важко пере, може щось зміниттягом якого я щедлося б, звичайно я благополучно з потім п'ятий ку Потім настане тоно шукати місце ня. Це зараз дуже студентів-випускне роботу на сьогодні легко. У цьому випадку рахує на що м зв'язки, і гроші, і з...

Наше майбутнє Тому і розраховувати бально на власні сна свої знання. Як ших фахівців ціну треба докласти сил, щоб тебе по зарекомендувати, здатен. Я вважаю, домогтися чогось завдяки своїм здіб цьому не всім, та хочеш, і впевнено результату не тично нікому не...