

Чего стоит ждать от государства

Профилактика туберкулеза в детском саду и школе является основной и практически не требует от родителей вложений сил — достаточно согласиться на её проведение и следовать простым правилам, которые помогут ребенку чувствовать себя максимально хорошо. Основные мероприятия таковы:

Специфические Прививка БЦЖ. Проводится трижды — в новорожденном возрасте, в 7 и в 14 лет.

Предупреждение туберкулеза с её помощью не раз доказывало свою эффективность: привитые дети заражаются в несколько раз реже. Имеет противопоказания (синдром иммунодефицита, например), может вызывать побочные эффекты и на всю жизнь оставляет метку на левой руке. Однако опасность отказа в несколько раз выше, чем опасность возникновения побочных эффектов.

Проба Манту. Ставится каждый год, сначала в детском саду, потом в школе. Призвана выявить состояние организма относительно туберкулеза. Может показать наличие болезни и наличие антител к ней. Не проводится, если по какой-то причине снижен иммунитет, поскольку это заметно влияет на результаты. Не является прививкой и не может вызвать ни поражение туберкулезом, ни симптомы болезни. Не специфические

Обучение правилам гигиены. И в детском саду (ДОУ), и в средней образовательной школе (СОШ) дети получают специфические знания о том, какие методы борьбы с болезнями наиболее эффективны. Презентация, картинки, личный пример. Их учат мыть руки перед едой, избегать контакта с очевидно зараженными людьми, при первых признаках недомогания обращаться к врачу — всем тем вещам, которые для взрослого очевидны.

Повышение общего иммунитета. Работа с иммунитетом — основное действие по профилактике туберкулеза. В детском саду детей закалывают, следят за правильностью их питания и за тем, чтобы они проявляли достаточно двигательной активности.

Следите за питанием. Ребенок должен получать достаточное количество жиров, белков и углеводов, не есть слишком много сладкого, есть овощи и фрукты. В зимнее время следует добавлять к рациону витамины, чтобы

восполнить недостаток в еде, не забывать про молочные продукты, нежирное мясо, рыбу

Больше физической активности. Ребенок должен проводить достаточно времени на свежем воздухе, гулять, играть, бегать. Одевать его нужно по погоде, стараться, чтобы каждый день у него было время для прогулки. Даже если он очень занят — можно хотя бы водить его в школу пешком.

Закаляйтесь сами и закаливайте ребенка. Очень полезны солнечные и воздушные ванны, равно как и контрастный душ. Не нужно одевать малыша слишком тепло, нужно своевременно проветривать его комнату (или общую комнату, в которой он проводит время).

Вовремя и квалифицированно лечите все болезни. Инфекционные заболевания сильно подрывают иммунитет, равно как и длительный прием антибиотиков. Потому стоит следить за состоянием здоровья, если есть ухудшения, обратиться к врачу, принеся ему отчет по происходящему. Ведь чем раньше выявлена болезнь — тем легче её вылечить.

Помимо работы с детьми план мероприятий обычно включает работу и с родителями. Консультация для родителей, родительское собрание — взрослым объясняют, как им работать с иммунитетом, каких правил придерживаться, зачем нужны пробы Манту, чем в плане профилактики младшая группа детского сада отличается от первого класса школы. Часто лекцию сопровождают картинки, иногда презентация. Максимально усвоить материал и следовать правилам важно — именно в семье закладывается иммунитет и представления о нормах гигиены. Но если дома не была заложена основа здорового образа жизни (ЗОЖ), ждать от образовательной программы, что она сможет это исправить, бессмысленно. Задача родителей — поддерживать иммунитет, чтобы, даже если малыш столкнется с зараженным человеком, бактериовыделителем, его организм сумел подавить инфекцию. Краткая памятка родителям по профилактике туберкулеза у детей

Вывод Профилактика туберкулеза не требует много усилий, а шансов, что с оздоровленными по плану детьми случится болезнь, гораздо меньше, чем без неё. Внимание, забота, доверие врачам помогут уберечь ребенка от туберкулеза. Главное делать вовремя прививки и не отказываться без особых на то оснований пробы Манту или заменять ее на реакцию

