

Если ребенок часто болеет насморком



НАСМОРК — воспаление слизистой оболочки носа. Обычно вызывается различными микробами и вирусами, его развитию способствуют переохлаждение организма, сильная запыленность и загазованность воздуха.

Кроме того, насморк часто является симптомом инфекционных болезней (напр., гриппа, дифтерии, кори и др.).

В самом начале заболевания, чтобы не допустить дальнейшего развития НАСМОРКА, можно выпить горячего чая с медом или малиновым вареньем, закапать прописанные врачом сосудосуживающие капли в нос. В результате уменьшается отек слизистой оболочки, становится меньше выделений из носа, улучшается носовое дыхание. Очень важно научиться правильно сморкаться (без напряжения и поочередно из каждой ноздри), чтобы не занести микробов в среднее ухо. Необходимо строго выполнять назначения врача, чтобы воспалительный процесс не перешел в хроническую форму.

Острый насморк, особенно если он часто повторяется, может перейти в хронический, постоянный, который может привести к гипертрофии (разрастанию) слизистой оболочки полости носа и, следовательно, к затруднению дыхания или, наоборот, к ее атрофии — истончению. В последнем случае восстановить функцию слизистой оболочки и обоняние очень трудно. Вот почему важно не допускать развития хронического насморка

Особое внимание следует уделять предупреждению насморка и прежде всего закаливанию организма, что позволяет человеку приспособляться к быстрой смене температуры, охлаждению или перегреванию, повышенной влажности или сухости, к сквозняку.