

Консультация для родителей. Когда ребёнок – аллергик.

Лечение детей с различными аллергическими заболеваниями должно быть планомерным. Его следует проводить не только в период обострения заболевания, но и в так называемый спокойный период.



Прежде всего, родителям больного ребёнка совместно с лечащим врачом необходимо разработать рациональный режим дня в соответствии с возрастом и состоянием подопечного и стараться неукоснительно его выполнять. При этом нужно, чтобы ребёнок избегал чрезмерных физических нагрузок и переутомления.



Следует строго следить за наличием надлежащих гигиенических условий в квартире или доме, где живёт ребёнок. Соседство с животными для такого ребёнка не желательно.

Поэтому в доме не должно быть собак, кошек, аквариумов с рыбками, птиц. Необходимо также убрать из квартиры ковры, паласы, тяжёлые шторы, драпировку (особенно всё это важно, если ребёнок страдает астматическим бронхитом или бронхиальной астмой).

Мягкую мебель по возможности зачехлить, убрать старые книги, газеты, журналы. Книги нужно держать в застеклённых шкафах или на полках. Уборку квартиры следует проводить только влажным способом и желательно пылесосом.

Постель больного ребёнка должна состоять из поролонового матраца, ватной подушки, байкового или ватного одеяла в закрытом пододеяльнике. Всё дело в том, что у многих детей – аллергиков нередко имеется чувствительность к домашней пыли, а также к шерсти, пуху домашних животных.

Немаловажное значение имеет и семейный климат.



Психологическая обстановка в доме должна быть спокойной, ровной, не следует фиксировать внимание ребёнка на его болезни. Надо постоянно внушать ему веру в выздоровление.

Нельзя курить в помещении, где находится ребёнок.

Нужна также и соответствующая диета. Из питания детей, страдающих аллергическими заболеваниями, полностью исключаются продукты, к которым у ребёнка имеется повышенная чувствительность; не только сами по себе продукты, но и блюда содержащие эти продукты даже в минимальных количествах (например, при аллергии к яйцу запрещаются сдобные булочки, блинная мука, макароны и т.д.).

исключаются также продукты, заведомо обладающие повышенной аллергической активностью: апельсины, мандарины, лимоны, бананы, ананасы, персики, клубника, малина, шоколад и шоколадные изделия; острые блюда и пряности: горчица, перец, уксус, маринад, консервы, деликатесные сорта рыбы (белая и красная), крабы, икра чёрная и красная, острые сыры, орехи, копчености, баранина, утка, гусь, печень, мозги, почки; жаренные блюда (заменить их отварными или тушеными). Обязательно следует давать свежие овощи и фрукты, за исключением перечисленных выше.

Полезны детям - аллергикам занятия лечебной физкультурой, а также закаливающие процедуры. Закаливание следует начинать с воздушных ванн, затем переходить к обтираниям водой комнатной температуры, обливанию ног. Температура воды вначале 34-32 °С. Постепенно снижая температуру на 1° в неделю, доводят её до 20 - 18°.

С. Мартынов, врач - педиатр



Группа № 4

