**Отличие Гриппа от ОРВИ**

|  |  |
| --- | --- |
| **Грипп** – острая вирусная инфекция (возбудители – вирусы А, В, С), которая поражает верхние дыхательные пути (обычно трахею). Болезнь развивается очень быстро, и, если не предпринимать никаких действий, она может перейти в бронхит или пневмонию (воспаление легких).  При отсутствии адекватного лечения гриппа у детей очень высок риск развития хронических патологий. Гаймориты и тонзиллиты, аллергии, заболевания сердца и сосудов, задержка физического и психомоторного развития – все это может быть следствием гриппа.  Симптомы: головная боль, ломота во всем теле, боль в горле, повышенная температура (до 400С), насморк, кашель. | **ОРВИ (острые респираторные вирусные инфекции), простуда** – инфекционные заболевания, которые могут быть вызваны целым рядом вирусов: риновирус, аденовирус, парагрипп и др. При ОРВИ поражаются верхние дыхательные пути.  Основные симптомы: першение в горле, чихание, заложенный нос, кашель, боль в горле, головная боль, резь в глазах, иногда температура 37–380С.  В отличие от гриппа, ОРВИ развивается медленнее и намного реже приводит к осложнениям (особенно при хорошем иммунитете). |

Причина того, что дети болеют гриппом и ОРВИ чаще, чем взрослые в 3–5 раз

состоит в том, что у малышей еще не окончательно развит и не «натренирован» иммунитет.

При первых признаках заболевания необходимо показаться врачу, чтобы

поставить правильный диагноз и как можно скорее начать грамотное лечение.

Профилактика гриппа у детей дошкольного возраста – надежный способ уменьшить риск возникновения респираторных заболеваний

Чтобы защитить своего кроху от вирусов, некоторые родители пытаются оградить его от лишних контактов (это так называемая экспозиционная профилактика, профилактика от заражения). Это правильная тактика, поскольку инфицирование происходит воздушно-капельным путем. Если вы знаете, что ваши родственники или друзья заболели, необходимо на время отказаться от встреч с ними. Карантин – это также один из методов экспозиционной профилактики.

Но, во-первых, невозможно растить детей в закрытом пространстве – вам все равно придется выходить на прогулку и в магазин, ходить на работу, и там вероятность встречи с больным человеком весьма высока. Во-вторых, «прячась» от вирусов, ребенок не закаляется, его иммунитет не учится бороться с ними, и при выходе «в свет», в частности, в детсад, вероятность заболеть увеличится в разы. Поэтому требуется более активная диспозиционная профилактика гриппа у детей дошкольного возраста.

Специфическая и неспецифическая профилактика орви и простуды у детей в детском саду

Специалисты различают специфические и неспецифические методы профилактики.

***Неспецифическая профилактика*** включает такие всем известные способы защиты от инфекций:

* правильное питание;
* режим дня;
* закаливание;
* создание благоприятных условий (чистые, проветриваемые помещения, отсутствие стрессов и т.д.);
* занятие физкультурой.

Обеспечив своему ребенку здоровый полноценный сон, сбалансированное разнообразное питание (меню с необходимым набором белков, жиров и углеводов, витаминов и микроэлементов), занимаясь с ним физкультурой и закаливанием организма, вы помогаете сформировать и поддерживать крепкий иммунитет. Устойчивая иммунная система сможет отразить многие атаки вирусов, а в случае заболевания быстрее с ними справиться.

Под ***специфической профилактикой*** подразумевается активная иммунизация (прививки) и использование особых средств, позволяющих укрепить иммунную систему, – иммуномодуляторов.

* Прививки от гриппа (вакцины) позволяют иммунной системе «познакомиться» с потенциальным врагом. При вакцинации в организм вводятся ослабленные или мертвые микроорганизмы-возбудители. Иммунитет изучает их, запоминает и вырабатывает вещества, способные уничтожить возбудителей в случае вторжения. При всех плюсах у вакцин есть и минус – они действуют только на определенные микроорганизмы, причем ограниченное время (многие вакцины нужно проводить ежегодно).
* У иммуномодуляторов, к которым относится и Анаферон детский, другой способ действия. Это препараты, которые активируют иммунную систему, повышая сопротивляемость организма к разным инфекциям. Когда опасности нет, препарат поддерживает иммунитет, если же в организм проникают вредоносные микроорганизмы, он способствует повышению выработки биологически активных белков, которые увеличивают сопротивляемость организма. Анаферон детский поможет и в том случае, если ребенок уже заболел, и в тогда, когда требуется профилактика ОРВИ и простуды у детей в детском саду, например, в период массовых заболеваний.