

## **Профилактика инфекционных заболеваний у детей**

**Инфекционные болезни являются неотъемлемой частью нашей жизни, на протяжении всей истории существования человечества они формировались, изменялись и менялись вместе с ним. Одни заболевания и возбудители инфекций сменялись другими, наряду с чем возникали новые проблемы их профилактики. На настоящий момент риск заражения различными инфекционными заболеваниями остаётся достаточно высоким, а распространение болезни порой принимает глобальные масштабы, поэтому на сегодняшний день проблема проведения профилактических мероприятий заболеваний по-прежнему актуальна.**

**Профилактика инфекционных заболеваний в целом представляет собой ряд мероприятий, направленных на снижение факторов риска или предотвращение заболевания населения различными болезнями и поддержание высокого уровня здоровья населения.**

**Наиболее восприимчивым и открытым для различных вирусов и инфекций является детский организм в силу ещё не достаточно развитого иммунитета и низкой сопротивляемости организма вирусно-микробным атакам. Чаще всего подвергаются воздействию инфекций дыхательная и пищеварительная системы ребёнка. При этом, чем младше ребёнок, тем больше риск заражения или развития различных осложнений болезни.**

**Профилактика инфекционных заболеваний у детей делится на два вида: специфическую и неспецифическую.**

**Специфическая профилактика, подразумевающая проведение специальных медицинских мероприятий, бывает двух видов:**

- пассивная, т.е. профилактика заболеваний путём введения в организм уже готовых иммунных сывороток, глобулинов и других специальных компонентов, повышающих защитные силы организма;**
- активная, т.е. профилактика заболеваний путём стимуляции выработки в организме иммунных тел путём**

**В настоящее время профилактические прививки или иммунопрофилактика является основным способом предотвращения различных инфекционных заболеваний у детей. Но в то же время прививки являются предметом непрекращающихся споров, как среди медиков, так и среди родителей. Главной причиной споров являются возможные осложнения после проведения вакцинации у детей.**

**Главным правилом профилактики различных заболеваний является соблюдение личной гигиены. С самого детства нужно приучать ребенка мыть руки перед едой и после туалета, иметь личное полотенце и зубную щётку. Необходимо проводить закаливание ребёнка, чаще бывать с ним на свежем воздухе, правильно питаться и следить за физическим развитием ребёнка. Все эти меры значительно повышают шансы детского организма при борьбе с вирусами и микробами.**

**Необходимо тщательно следить за чистотой в помещениях, где находятся дети, контролировать температуру, как можно чаще проветривая помещение. Самой оптимальной температурой для детей является 18-20°C, а духота и сухой воздух лишь способствуют размножению вирусов.**

**Для профилактики заболеваний желудочно-кишечного тракта не рекомендуется использовать сырую воду из под крана, лучше позаботиться о наличии в доме кипячёной или покупной воды, которая будет храниться в надёжно закрытой посуде. Овощи и фрукты перед употреблением необходимо тщательно мыть, а лучше даже обдавать кипятком.**

**Залогом детского здоровья в младенческом возрасте является грудное вскармливание, поэтому необходимо как можно дольше поддерживать лактацию. Кроме того, доказано, что дети на естественном вскармливании и в дальнейшем имеют более сильную сопротивляемость инфекциям, чем дети-искусственники, так как вместе с материнским молоком они получили и антитела, препятствующие развитию многих инфекционных заболеваний.**