

Памятка для родителей:

ОРВИ у детей — что нужно знать и как действовать



В потоке информации про лечение острых респираторных инфекций (ОРВИ) легко запутаться: одни советуют антибиотики «на всякий случай», другие — мощные иммуномодуляторы.

Эта памятка создана для того, чтобы вы чувствовали себя увереннее. Она позволит разобраться с особенностями течения и лечения ОРВИ, а также понять, когда организм ребёнка справится сам, а в какой ситуации требуется немедленная помощь врача.

Как происходит заражение

Вирусы попадают на слизистую носа или глаз чаще всего через грязные руки, после контакта с больным или предметами общего пользования. Второй путь — воздушно-капельный: при кашле и чихании рядом инфицированного человека. Ребёнок становится максимально заразным на 3-й день болезни; обычно выделение вируса прекращается к 5-му дню, но может длиться до двух недель.

Симптомы: норма или нет?

- ✓ **Насморк:** прозрачные, белые, жёлтые или зелёные выделения из носа — это нормальные стадии течения вирусной инфекции. Жёлтый или зелёный цвет слизи сам по себе не означает присоединение бактериальной инфекции.
- ✓ **Температура:** чаще всего держится не более 3 дней. При гриппе или аденовирусе лихорадка может сохраняться до 5–7 дней.
- ✓ **Прочее:** возможны першение в горле, кашель, покраснение глаз и чихание.

Лечение: главное — не навредить

Большинство ОРВИ проходят самостоятельно за 7–10 дней без специфических противовирусных препаратов.

- 1 **Снижение температуры.** Ребёнка можно раскрыть и обтереть водой температурой 25–30° С. Использование спиртовых и других растворов не допускается — это может привести к интоксикации детского организма!

В качестве жаропонижающих у детей разрешены только два препарата: парацетамол или ибупрофен. Чередовать их между собой или давать одновременно бессмысленно — усиления эффекта не будет.

- ✓ Ребёнку ≥ 3 месяцев жаропонижающее дают при температуре выше 39,0–39,5°С. До этих цифр организм борется сам.
- ✓ При температуре 38,0–38,5°С жаропонижающие показаны детям до 3 месяцев, пациентам с хронической патологией, а также при дискомфорте на фоне температуры.

Запрещено детям: аспирин (риск синдрома Рея), нимесулид (токсичен для печени) и анальгин/метамизол (риск агранулоцитоза кроветворной системы)

2 **Питьевой режим.** Обильное тёплое питье обязательно. Это разжижает слизь и снижает интоксикацию.

3 **Антибиотики.** Не действуют на вирусы. Назначаются врачом строго при подозрении на бактериальное осложнение (отит, пневмония, синусит). Бесконтрольный приём антибиотиков ведёт к резистентности бактерий.

4 **Лечение кашля.** При ОРВИ кашель чаще всего вызван стеканием слизи из носоглотки (постназальный затёк) или раздражением гортани самим вирусом. В большинстве случаев он проходит самостоятельно по мере стихания воспаления и не требует подавления, так как кашлевой рефлекс выполняет защитную функцию — очищает дыхательные пути.

Однако при инфекционно-воспалительных заболеваниях верхних дыхательных путей и бронхов кашель может становиться навязчивым, а мокрота — густой и трудноотделяемой. Для облегчения этого симптома в составе комплексной терапии могут применяться растительные отхаркивающие средства, например, препарат Геделикс®.

Геделикс® применяют у детей в возрасте от 2 лет до 18 лет и взрослых в качестве отхаркивающего средства при инфекционно-воспалительных заболеваниях верхних дыхательных путей и бронхов, сопровождающихся кашлем с трудно отделяемой мокротой.²

Ключевыми активными компонентами экстракта листьев плюща являются тритерпеновые сапонины, прежде всего гедеракозид С и его агликон α -гедерин. С ними связан основной спектр фармакологических эффектов:

- ✓ **Секретолитическое действие:** стимуляция выработки бронхиального секрета и снижение вязкости мокроты, что облегчает её выведение.
- ✓ **Отхаркивающее действие:** повышение активности реснитчатого эпителия для ускорения эвакуации слизи.
- ✓ **Бронхоспазмолитический эффект:** расслабление гладкой мускулатуры бронхов, облегчающее дыхание.
- ✓ **Противовоспалительное действие:** модуляция продукции провоспалительных медиаторов.

«Красные флаги»: когда нужно срочно обратиться к врачу

Не занимайтесь самолечением и вызывайте специалиста немедленно, если видите следующие признаки:

- ✓ Ребёнок категорически отказывается от любого питья.
- ✓ Странное поведение: выраженная вялость, сонливость, ребёнок трудно просыпается или не реагирует на обращение.
- ✓ Дыхание: одышка, шумное дыхание, втяжение кожи между рёбрами или над яремной ямкой (углубление внизу шеи).
- ✓ Судороги на фоне температуры.
- ✓ Спутанность сознания или бред.
- ✓ Температура выше 38,4–38,5°C сохраняется более 3 дней.
- ✓ Заложенность носа длится более 10–14 дней без улучшения или появилась «вторая волна» лихорадки.

- ✓ Боль в ухе или выделения из него.
- ✓ Кашель продолжается более 10–14 дней без положительной динамики.

Источники:

1. Острая респираторная вирусная инфекция (ОРВИ). Клинические рекомендации МЗ РФ, 2022 г.
2. URL: <https://medical.krewelmeuselbach.ru/materials/zatyazhnoy-kashel-u-detey-ot-anamneza-k-vyboru-terapii/>.



7 действий при кашле, бронхите, простуде и гриппе для взрослых и детей с 2 лет



ЛП-№(004526)-(РГ-RU)

- | | | |
|--------------------------|-------------------|--|
| ✓ муколитическое | ✓ отхаркивающее | ✓ противовирусное* |
| ✓ бронхоспазмолитическое | ✓ антиоксидантное | *При применении с осельтамивиром усиливает эффективность противовирусного препарата в отношении гриппа А (H1N1). |
| ✓ противовоспалительное | ✓ антимикробное | |

ИНФОРМАЦИЯ ПРЕДНАЗНАЧЕНА ДЛЯ МЕДИЦИНСКИХ
И ФАРМАЦЕВТИЧЕСКИХ РАБОТНИКОВ

Разработка и поддержка: MedInform
ООО «Др. Тайсс Натурварен Рус». Все права защищены.
2026

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. НЕОБХОДИМО
ПРОКОНСУЛЬТИРОВАТЬСЯ СО СПЕЦИАЛИСТОМ