

«Не обращайтесь к врачу»

- 95% заболеваний проходят сами
- Риск неосторожного или ненужного мед. вмешательства
- Не подавлять способность организма к самоисцелению
- 90% лекарств принимать нет нужды. Все лекарства токсичны
- 90% хирургических операций проводится без достаточных оснований и подвергает пациентов риску от непредвиденных обстоятельств, инфекции, анестезий
- Пациенты страдают от невежества врачей в вопросах диетотерапии, побочных эффектов лекарств
- Родители не знают когда врач необходим, а когда они сами могут справиться

Родители мудрее врачей

- Семейный врач – прошлое или сегодняшняя необходимость?
- Анамнез и лабораторные исследования, что важнее?
- Как отличить, какие болезни серьезные, а какие нет?

Родители мудрее врачей

- **Правило № 1.** *Если ребенок не чувствует себя больным, не выглядит больным и не ведет себя как больной, скорее всего, он здоров.*
- **Правило № 2.** *Дайте матери-природе достаточно времени для ее чудес, прежде чем подвергать ребенка предложенному врачом потенциально опасному лечению.*
Организм имеет способность исцелять себя самостоятельно — способность, в большинстве случаев превосходящую все, на что способна медицинская наука, и без нежелательных побочных эффектов.
- **Правило № 3.** *Здравый смысл — лучший инструмент при обращении с болезнью.* Врач вряд ли будет им пользоваться с тем же успехом, ведь на медицинском факультете его учили не этому!

Температура- друг или враг?

- Беспокоитесь ли вы, когда обнаруживаете, что у ребенка повышенная температура? Тянется ли ваша рука к телефону, чтобы немедленно позвонить врачу? Уверен, что да. Многие родители
- Медицинские работники — заставили поверить, что высокая температура всегда опасна.
- Мало того, они еще и усилили эффект страха, распространив
- заблуждение, что тяжесть состояния ребенка определяется
- температурой его тела.
- Именно поэтому для 30 процентов пациентов поводом обращения к педиатру является повышенная температура.

Температура друг или враг

- Повышенная температура, действительно, представляет собой важный диагностический симптом в контексте последующего обследования. Проблема в том, что ей придается гораздо больше значения, чем стоило бы.
- Когда врач видит в карте запись медсестры о температуре, скажем, 39,5 градусов, он с мрачным видом неизменно произносит: «Ого! Надо что-то делать!»

Температура – друг или враг?

Факт № 1.

Температура 37 градусов не является «нормальной» для всех, как нам твердят всю жизнь. Это неправда.

Установленная «норма» условна, так как показатель 37 градусов

— величина среднестатистическая. У множества людей нормальная температура выше или ниже. Особенно это относится

к детям. Исследованиями выявлено, что температура тела у большинства абсолютно здоровых детей 35,9-37,5 градусов и лишь

у немногих — ровно 37 градусов.

Колебания температуры тела ребенка в течение дня могут быть

значительными: вечером она на целый градус выше, чем утром.

Обнаружив у ребенка во второй половине дня слегка повышенную

температуру, не тревожьтесь. Для этого времени суток это вполне

Температура - друг или враг

Факт № 2.

Температура может подниматься по причинам, не связанным с каким-либо заболеванием: при переваривании обильной

и тяжелой пищи или в момент овуляции у девочек-подростков в период их полового созревания. Иногда повышение температуры

является побочным эффектом прописанных врачом лекарств —

Температура – друг или враг?

Факт № 3.

Температура, которой стоит опасаться, обычно имеет очевидную причину.

В большинстве случаев повышение температуры, которое может представлять угрозу для здоровья, возникает либо в результате отравления токсическими веществами, либо в результате перегрева (так называемый тепловой удар).

Классические примеры перегрева — солдат, теряющий сознание

на параде, или марафонец, сходящий с дистанции и падающий от

изнеможения на солнцепеке. В таких случаях температура может

подняться до 41,5 градуса или выше, что чревато для организма пагубными последствиями. Подобного эффекта можно добиться и перегревшись сверх меры в бане или в джакузи.

Температура – друг или враг?

Немедленное лечение также необходимо, если ребенок теряет

сознание, пусть даже ненадолго, после подвижных игр в жару или

после бани или джакузи. Звонка врачу в этой ситуации недостаточно.

Как можно скорее везите ребенка в больницу.

Внешние воздействия потенциально опасны. Они способны подавить защитные силы организма, которые в нормальных условиях не дают температуре подняться до опасного уровня.

Распознать такие состояния помогают предшествовавшие им события и сопутствующие симптомы.

Потеря сознания означает, что ребенок в опасности.

Температура друг или враг?

Факт № 4. Показания температуры тела зависят от способа ее измерения.

Ректальная (в прямой кишке) температура у детей обычно на градус выше, чем оральная (во рту), подмышечная — на градус ниже. Однако у младенцев разница между значениями температуры, измеренной этими способами, не столь велика, поэтому им лучше измерять температуру в подмышечной впадине.

Пользоваться ректальным термометром я не советую: при его введении возможна перфорация прямой кишки. Наконец, не думайте, что температуру тела ребенка можно определить на ощупь, потрогав лоб или грудь.

Температура – друг или враг?

Факт № 5. Сбивать температуру тела не следует.

Исключением являются лишь новорожденные, страдающие от инфекций, причиной которых часто являются акушерские вмешательства роды, внутриутробные и наследственные болезни.

Острое заразное заболевание может стать результатом и некоторых процедур. Например, абсцесс под кожей головы может развиться у младенца от датчиков прибора при внутриутробном наблюдении, а аспирационная пневмония — из-за амниотической жидкости, попавшей в легкие в результате введения матери во время родов лекарственных средств.

Заражение инфекцией возможно в больницах легионы патогенных возбудителей

Если у младенца в первые месяцы жизни поднимается высокая

температура, показать его врачу просто необходимо.

Температура – друг или враг?

Факт № 6. *Температура может подняться от чрезмерного укутывания.*

Дети очень чувствительны к перегреванию. Родители укутывают малышей во множество одежд и одеял, забывая, что, если ему станет жарко, он не сможет освободиться от теплых вещей самостоятельно.

Если у младенца поднялась температура, не забудьте проверить, не слишком ли он тепло одет.

Если ребенка с температурой, особенно сопровождаемой ознобом,

плотно завернуть в толстые одеяла, это спровоцирует еще больший ее подъем.

Простое правило, которое я рекомендую родителям своих пациентов: пусть на ребенке будет столько слоев одежды, сколько на них самих.

Температура – друг или враг?

Факт № 7. Большинство случаев повышения температуры

связано с вирусными и бактериальными инфекциями, с которыми

защитные силы организма справляются без всякой помощи.

Простуда и грипп — наиболее частые причины повышения температуры

у детей любого возраста. Температура может повыситься до 40,5 градусов, но даже в этом случае причин для беспокойства нет.

Единственная опасность — риск обезвоживания от сопутствующих

процессов потоотделения, частого пульса и дыхания, кашля, рвоты и поноса. Его можно избежать, давая ребенку обильное питье.

Было бы неплохо, если бы ребенок выпивал каждый час по стакану

жидкости, желательно питательной. Это может быть фруктовый

В большинстве случаев вирусные и бактериальные инфекции легко распознать по сопутствующим повышению температуры симптомам: легкому кашлю, насморку, слезящимся глазам.

При этих заболеваниях не нужны ни помощь врача, ни какие-либо лекарства. Врач не сможет «прописать» ничего более эффективного, чем защитные силы организма.

Лекарства, облегчающие общее состояние, только мешают действию жизненных сил.

Не нужны и антибиотики: хотя они и могут сократить продолжительность бактериальной инфекции, но связанный с ними риск очень велик.

Температура – друг или враг?

Факт № 8. Не существует однозначной связи между температурой тела ребенка и тяжестью заболевания.

Распространенное заблуждение относительно этого ничем не обосновано.

Нет единого мнения о том, что считать «высокой температурой»,

нет ни среди родителей, ни даже среди врачей.

Исследования показали, что более половины опрошенных родителей считают «высокой» температуру от 37,7 до 38,8 градусов и почти все называют температуру 39,5 градусов «очень высокой».

Кроме того, все опрошенные были убеждены, что высокая температура указывает на тяжесть заболевания.

Температура - друг или враг?

Чтобы определить, легким, вроде простуды, или серьезным,

вроде менингита, заболеванием вызвана температура, важно учитывать общее состояние ребенка, его поведение и внешний вид.

Все эти моменты вы оцените гораздо лучше, чем врач. Вы куда лучше знаете, как ваш ребенок обычно выглядит и как он себя ведет.

Если наблюдается необычная вялость, спутанность сознания

и другие настораживающие симптомы, которые продолжаются день-два, есть смысл позвонить врачу.

Если же ребенок активен, не изменил своего поведения, причин опасаться, что он серьезно болен, нет.

Температура – друг или враг?

Факт № 9. Температура, вызванная вирусной или бактериальной инфекцией, если ее не сбивать, не поднимется выше 41 градуса.

Педиатры оказывают плохую услугу, прописывая жаропонижающие средства. В результате их назначений тревога родителей о том, что температура может подняться до крайнего предела, если не принять меры, подкрепляется и усиливается. Врачи не говорят, что сбивание температуры на процесс выздоровления не влияет, равно как и то, что человеческий организм обладает механизмом

(еще не до конца объясненным), который не позволяет температуре преодолеть барьер в 41 градус.

Температура - друг или враг?

Факт № 10. *Меры по снижению температуры, будь то применение жаропонижающих средств или обтирание водой, не только не нужны, но и вредны.*

Если ребенок инфицирован, то повышение температуры, которым сопровождается течение болезни, родители должны воспринимать не как проклятие, а как благословение. Температура повышается в результате спонтанной выработки пирогенов — веществ, вызывающих лихорадку.

Это естественная защита организма от болезни. Повышение температуры говорит о том, что система исцеления организма включилась и работает.

Температура - друг или враг?

Факт № 11. *Высокая температура, вызванная вирусной или*

бактериальной инфекцией, не приводит к поражению мозга и не вызывает иных отрицательных последствий.

Страх высокой температуры во многом исходит из широко распространенного представления, что она может привести к необратимому поражению мозга или иных органов. Если бы это было так, паника родителей при повышении температуры была бы оправданной.

Простуда, грипп и любая другая инфекция не поднимут температуру тела ребенка выше 41 градуса, а температура ниже этого уровня не причинит вреда.

Не нужно каждый раз подвергать себя страху возможного поражения

мозга у ребенка при повышении у него температуры:
защитные

силы организма не позволят температуре подняться выше 41 градуса

Фебрильные судороги

Факт № 12. Высокая температура не вызывает судороги.

- Их вызывает резкий подъем температуры.
- Ужасное зрелище, страх родителей
- У детей с заболеваниями нервной системы
- Склонны дети до 5 лет
- Не нарушают моторику, развитие и не приводят к смерти
- Прием жаропонижающих часто опаздывает
- Не приводят к эпилепсии
- Повод для углубленного обследования
- Проводить или не проводить долгосрочное лечение????

Краткое руководство по температуре тела

- Высокая температура — часто встречающийся у детей симптом, не связанный с тяжелыми болезнями (в отсутствие других тревожных симптомов, таких как необычные вид и поведение, затруднение дыхания и потеря сознания).
- Она не является показателем тяжести заболевания.
- Температура, повышающаяся в результате инфекции, не достигает значений, при которых возможны необратимые поражения органов ребенка.
- Повышенная температура не требует медицинского вмешательства сверх того, что рекомендовано ниже. Температуру не нужно сбивать.
- Она является естественной защитой организма от инфекции и помогает скорейшему исцелению.

Краткое руководство по температуре тела

1. Если температура тела у ребенка до двух месяцев поднялась выше 37,7 градусов, обратитесь к врачу. Это может быть симптомом инфекции — внутриутробной или связанной с вмешательством в процесс родов. Повышенная температура у детей такого возраста настолько необычна, что благоразумнее подстраховаться и скорее успокоиться, если тревога окажется ложной.
2. Для детей старше двух месяцев врач при повышении температуры не нужен, кроме случаев, когда температура держится более трех дней или сопровождается серьезными симптомами — рвотой, затрудненным дыханием, сильным кашлем в течение нескольких дней и другими, не характерными для простуды.
Посоветуйтесь с врачом, если ребенок необычно вял, раздражителен, рассеян или выглядит серьезно больным.

3. Обращайтесь к врачу независимо от показаний термометра,

если у ребенка трудности с дыханием, неукротимая рвота, если температура сопровождается непроизвольными подергиваниями мышц или другими странными движениями или беспокоит что-то еще в поведении и виде ребенка.

4. Если подъем температуры сопровождается ознобом, не пытайтесь справиться с этим ощущением ребенка с помощью одеяла. Это приведет к еще более резкому повышению температуры. Озноб неопасен — это нормальная реакция организма, механизм приспособления к более высокой температуре. Он не означает, что ребенку холодно.

5. Попробуйте уложить температурящего ребенка в постель, но не переусердствуйте. Нет никакой необходимости приковывать ребенка к кровати и держать его дома, если погода не слишком плохая. Свежий воздух и умеренная активность улучшат настроение малыша, не ухудшая состояния, и облегчат вам жизнь. Однако слишком интенсивные нагрузки и спортивные состязания поощрять не надо.

6. Если есть основания подозревать в качестве причины высокой температуры не инфекцию, а другие обстоятельства — перегрев или отравление, везите ребенка в больницу немедленно. Если в вашей местности нет отделения скорой помощи, пользуйтесь любой доступной медицинской помощью.

7. Не пытайтесь, по народной традиции, «заморить голодом лихорадку

». Питание важно для выздоровления от любой болезни.

Если

ребенок не оказывает противодействия, «закармливайте» и простуды,

и лихорадки. И те, и другие сжигают запасы белков, жиров и углеводов

в организме, и их нужно возмещать. Если ребенок отказывается

есть, поите его питательными жидкостями, например фруктовым соком.

И не забывайте, что куриный суп полезен всем.

Высокая температура и обычно сопутствующие ей симптомы приводят

к существенной потере жидкости и вызывают обезвоживание.

Его можно избежать, давая ребенку много пить, лучше всего — фруктовые соки, но, если он их не захочет, подойдет любая жидкость, желательно — по одному стакану каждый