

Часто болеющие дети - почему ребенок часто болеет?

А. А. БАРАНОВ, доктор медицинских наук, директор Горьковского педиатрического института

Понятие «**часто болеющие**» дети имеет вполне конкретный критерий—это те, кто болеет 4 и более раз в году. Но как попадает ребенок в категорию часто болеющих?

Почему именно к нему буквально липнут всяческие **ОРВИ, ангины, бронхиты?**

После обследования большой группы таких детей, изучения их домашних условий мы установили по меньшей мере три причины.

ПЕРВАЯ И ОСНОВНАЯ: НЕПРАВИЛЬНЫЙ ОБРАЗ ЖИЗНИ В СЕМЬЕ.

Это подтверждают такие, например, цифры:

90,5 процента детей, болеющих более 4 раз в году, и 84 процента их родителей не делают утреннюю гимнастику;

в 80 процентах семей детей не закаляют;

более чем в половине семей ребенка поздно укладывают спать, и продолжительность его сна оказывается намного меньше нормы.

У 57,3 процента один из родителей курит, нередко даже в присутствии ребенка.

ВТОРАЯ: СНИЖЕНИЕ ПОКАЗАТЕЛЕЙ НЕСПЕЦИФИЧЕСКОГО ИММУНИТЕТА, ТО ЕСТЬ ОБЩИХ ЗАЩИТНЫХ СИЛ ОРГАНИЗМА.

В большинстве случаев этому способствовало самолечение антибиотиками, вызывающее, в частности, дисбактериоз—изменение микрофлоры кишечника. Кроме того, более чем у половины детей обнаружены патологические изменения в носоглотке, иначе говоря—очаги постоянно тлеющей инфекции, способной вспыхнуть ее любой момент.

ТРЕТЬЯ: ПОВЫШЕННЫЙ РИСК ЗАРАЖЕНИЯ В СЕМЬЯХ, ГДЕ ВЗРОСЛЫЕ ЧАСТО БОЛЕЮТ РЕСПИРАТОРНЫМИ ИНФЕКЦИЯМИ.

Как видим, склонность к частым заболеваниям в подавляющем большинстве случаев объяснялась не какими-то врожденными особенностями организма, не была фатальной, неотвратимой. А значит, настойчивая оздоровительная работа обязательно должна дать положительный результат.

Часто болеющий ребенок может болеть реже.

Но **добиваться этого надо** очень энергично, постоянно, круглый год, активно **влияя на организацию режима дня** и всего быта ребенка, **создавая условия для правильного физического воспитания и закаливания.**