

Как лечить «детсадовский носик»: 3 этапа

Первый – промывание. «Почистить» носик можно домашними средствами, например **отваром ромашки** (на чашку отвара нужно добавить чайную ложку соли) или **теплой минеральной водой** без газов. Обычно малышам до года хватает нескольких капель такого средства, а уже более взрослым деткам можно увеличить дозу до полной пипетки раствора. Для промывания есть и аптечные препараты, такие, как всем мамам известный «Солин» или «Аквamaris», есть еще «Numer 150» Но знать, какими средствами «чистить» носик, недостаточно.

Очень важно **делать это правильно**: головку ребенка нужно повернуть на бок и аккуратно, без давления, закапать раствор в ту ноздрю, в какую сторону повернута голова. Чтобы эффект был большим, после процедуры сделайте **массаж крыльев носика** (обычные круговые движения пальцами). Потом нужно старательно **высморгать нос ребенка** – по очереди каждую ноздрю, обязательно прижимая другую пальцем, чтобы инфекция не попала в слуховые трубы. Младенцам же вычистить носик можно спринцовкой или ватной увлажненной палочкой.

Второй шаг – это снятие отека сосудов. Для этого и требуются **сосудосуживающие препараты**. Сегодня таких много. Но считается, что более мягко действует новое поколение сосудосуживающих. Это такие препараты как «Атривин», «Називин», «Ксимелин», «Виброцил», «Адрианол» и другие – они действуют большой промежуток времени и не так сушат слизистую оболочку.

Третий шаг – закапывание лекарств. Это делают через 10-15 минут после применения сосудосуживающих, когда уже снят отек сосудов. Закапывают лечебные препараты в зависимости от индивидуальной терпимости детей к лекарствам. Мама, как правило, сама знает, какие средства помогают их ребенку лучше. Сначала можно попробовать или 2-процентный раствор «Протаргола», или «Альбуцид» (20-процентный раствор деткам до трех лет, а 30-процентный – более взрослым), или «Диоксидина» 1-процентный раствор. Если эти лекарства не помогают или у малыша «тяжелый» насморк (это когда выделения из носа гнойные, с неприятным запахом), то можно перейти на лечение **антибактериальными препаратами местного действия**. В спреевой форме есть такие антибиотики, как «Изафра», «Полидекс с фенилэфрином» и «Биопарокс», а кому больше нравятся капли, можно приобрести «Софродэкс» (это капли для ушей, но они хорошо помогают при насморке). Все эти препараты продаются в аптеке без рецепта.

Это не значит, что консультация врача не нужна, особенно, если не удалось избавиться от насморка сразу. Затяжной насморк нарушает вентиляцию слуховых труб и связь барабанной полости с полостью носа и рта. А это может привести к **катаральному отиту**, который нельзя лечить без наблюдения врача. При отите у ребенка может нарушиться слух (ребенок слышит свой голос эхом, или просто какой-то шум). Аденоиды, кстати, также могут вызвать отиты у детей, и если их своевременно не удалить, могут привести к **утрате слуха**. Детское ушко может воспалиться, даже если малыш часто принимает соляные ванны или ходит в бассейн. В таких случаях одевают шапочки для бассейна или делают для ушек масляные

палочки (вату намочить в прокипяченном подсолнечном масле или в аптечном «Отинуме»). Такие приспособления не позволят воде попасть в ушко.

Вообще ушки, горло и носик у маленьких детей находятся в тесной связи между собой, поэтому часто проблемы одного из этих органов провоцируют проблемы с другими. Вот почему, если у малыша обычный насморк, **лучше пересидеть с ним дома 5 дней** и вылечить его целиком.