**ОРВИ у детей**

**ОРВИ** - это группа **острых вирусных инфекций**, поражающих различные отделы респираторного тракта и имеющих сходную клиническую симптоматику. Этиологически она (группа) представлена эпителиотропными (риновирус, вирус парагриппа, RS-вирус) и лимфотропными **вирусами** (аденовирус).

По данным статистики **ОРВИ у детей**занимают первое место по уровню заболеваемости в общей инфекционной патологии, и  составляет более 90% всех болезней респираторной системы у детей (от 4 до 6 раз в год). Это ситуация возникает из-за еще незрелой  [работы иммунной системы](http://4lifemd.ru/otvety-na-voprosy/immunitet) и достаточно маленьким числом предшествующих контактов с различными вирусами человека. С подрастанием,  [иммунная система](http://4lifemd.ru/otvety-na-voprosy/immunitet) ребенка, приобретает опыт,  и она начинает распознавать все большее число вирусов и наблюдается снижение заболеваемости. К 15 годам [иммунитет](http://4lifemd.ru/otvety-na-voprosy/immunitet) ребенка окончательно созревает и наблюдается максимальная функциональная активность иммунной системы.

Симптомы ОРВИ всем хорошо знакомы: заложенность носа, боли в горле, насморк, чихание, сухой кашель, головные боли, слезящиеся глаза температура и т.д.

 В лечении детей от ОРВИ есть немало общих принципов. Первый из них - **постельный режим**. Вне зависимости от того, каким вирусом вызвано заболевание, необходимо резко снизить физическую нагрузку на детский организм. Это поможет избежать многих [опасных осложнений](http://eva.ru/kids/articles/gripp_compl) гриппа и ОРВИ - в том числе, отдаленных.

Второй общий для всех, без исключения, ОРВИ принцип лечения -**свободный доступ свежего воздуха**. Регулярное проветривание существенно уменьшает риск воспаления легких - одного из самых частых и опасных осложнений гриппа и других респираторных инфекций.

Третий общий принцип - **адекватная диета**. Витаминизированная, умеренно калорийная пища дается ребенку в «дробном» режиме - меньше по объему, но чаще. Частым и обильным должно быть и питье - лихорадящий ребенок теряет много жидкости из-за учащенного дыхания и повышенного потооделения. Правильная диета ускоряет выздоровление и опять-таки, минимизирует риск развития осложнений.

Четвертым, общим для лечения ОРВИ принципом можно считать так называемый «**симптоматический подход**» - т.е. борьбу с отдельными проявлениями заболевания - т.е. борьбу с отдельными проявлениями заболевания. Наиболее частыми из таковых являются [повышение температуры тела](http://eva.ru/kids/articles/deti_tempr) (гипертермия) и. резко затрудненное из-за насморка носовое дыхание.

**Остается лишь добавить, что лечение ОРВИ у детей без участия педиатра абсолютно недопустимо особенно, когда возраст ребенка составляет менее 3 лет, или имеет место тяжелое и осложненное (воспаление легких, воспаление среднего уха и т.д.) течение вирусной инфекции, а также в случаях, когда ОРВИ развиваются у ребенка имеющего хронические заболевания.**