

Повышение иммунитета у детей

Когда человек взаимодействует с окружающим миром, на него оказывают влияние различные факторы. Некоторые из них, например инфекции, могут нанести организму непоправимый вред. А в роли защитника выступает иммунная система. В результате ее сложной работы у человека вырабатывается иммунитет, который бывает двух видов.



Специфический иммунитет. Возникает во время болезни, а также как реакция на прививку против определенного заболевания. Он строго индивидуален для каждого человека и работает только в отношении определенной инфекции.

Неспецифический иммунитет. Защищает организм от различных болезней. Он одинаков у разных людей.

У ребенка иммунная система несовершенна, поэтому повышение иммунитета у детей чрезвычайно важно для их здоровья. Повышать иммунитет можно различными способами. Если для выработки специфического иммунитета необходимо пройти вакцинацию или переболеть той или иной болезнью, то для повышения неспецифического иммунитета, для детей используют такие средства:

- налаживание полноценного питания, богатого всеми необходимыми веществами, витаминами и микроэлементами;
- коррекция имеющихся заболеваний, ликвидация хронических источников инфекции, которые могут быть в кариозных зубах, придаточных пазухах носа, миндалинах;
- назначение специальных препаратов, повышающих иммунитет у детей;
- различные методы закаливания;
- создание позитивной психологической атмосферы в окружении ребенка и др.

Состояние иммунитета ребенка во многом зависит от количества минералов и витаминов, поступающих в организм. Дети нуждаются в своих дозировках этих веществ. Поэтому лучше использовать адаптированные специально для детей витамины, повышающие иммунитет. Особенно важно их принимать зимой и осенью, когда увеличивается риск эпидемий гриппа и наблюдается недостаток витаминов в употребляемой пище.

Если ребенок часто и длительно болеет, необходимо показать его врачу-иммунологу, потому что только врач может найти слабые звенья в иммунной системе и правильно подобрать препарат. Применять для детей препараты для повышения иммунитета бесконтрольно и без наличия у ребенка иммунодефицита, подтвержденного лабораторными методами исследования, – не рекомендуется.

