SƏRBƏST
Kaspi.-2019.-18 yanvar.-S.10.

Uşaqları viruslardan necə qorumalı?

Həkimlər deyir ki, son vaxtlar uşaqlar arasında yayılan xəstəlik qrip deyil

Aygün ƏZİZ

Son günlər uşaqlar arasında yayılan xəstəlik gənc anaları təşvişə salır. 38-39 dərəcə qızdırma, baş ağrısı, boğaz ağrısı, iştahasızlıq balacaları incitməklə yanaşı, valideynlərin də ciddi narahatlığına səbəb olur.

Bəs yayılan infeksiyalardan uşaqları necə qorumalıyıq? Bu xəstəliyin müalicəsində nələrə diqqət yetirilməlidir?

"QRİP AĞIR XƏSTƏLİKDİR"

Pediatr Vaqif Qarayev deyir ki, yayılan xəstəliyi qrip adlandırmaq düzgün deyil. Qrip təhlükəli və ölümcül ağırlaşmaları olan xəstəlikdir: "Bəzən biz boğaz ağrısı, öskürək və burun axması ilə müşahidə edilən narahatlıqları ümumi olaraq qrip adlandırırıq. Əslində, qrip virusu ağır epidemiya yarada biləcək qədər ciddi, kütləvi şəkildə ölümlərə səbəb ola biləcək qədər ağır bir xəstəlikdir. Adi zökəmi, boğaz ağrısını qrip adlandırmaq düzgün deyil. Mövsümlə bağlı olan və insanlarda yuxarı tənəffüs yollarını zədələyən viruslar var. Bu xəstəliklərin özü, eləcə də, gedişatı qrip viruslarından fərqlidir. Xüsusən azyaşlı uşaqların orqanizmi, immuniteti zəif olduğundan tez-tez xəstələnirlər. Valideynlər uşaqlarını mövsümi viruslardan qorumaq üçün onları insanların sıx toplaşdığı məkanlara aparmamalıdırlar. Amma bizdə burnu tutulan da, boğazı ağrıyan da, öskürən də qripəm deyir. Bu, adi soyuqdəymədir, qrip deyil. Hər bir ölkədə mövsümlə bağlı yuxarı tənəffüs yollarını zədələyən virusların aktivliyi artır. Ona qrip demək olmaz. Qrip vaxtilə 100 milyon insanın həyatın son qoyub. Rəsmi olaraq bizdə qrip yoxdur. Sadəcə, soyuqdəymədir. Əhali xofa düşməsin".

"ANTİBİOTİKDƏN HƏR VAXT İSTİFADƏ ETMƏK OLMAZ"

Gənc analara məsləhət verən həkim uşaqları virusdan qoruma yollarından da danışdı: "Bu virusun ümumi əlamətləri 39 dərəcə hərarət, öskürək, boğaz ağrısı, yuxunun qaçması, iştahasızlıqla müşahidə olunur. Məktəb yaşlı uşaqlarda əzələ, oynaq ağrıları, baş ağrıları daha çox olur. Bu əlamətlərdə valideynləri daha çox yüksək hərarət narahat edir. Bəzi uşaqlarda qusma, qarın işləməsi, daha çox öskürək kimi hallar da olur. 1 yaşına qədər südəmər uşaqlara təcili yardım mətbəxindən ancaq qızdırmasalıcı dərman verilə bilər. Ya paraçitramol, ya nurofen yaşına uyğun dozada birdəfəlik verə bilər".

Pediatr deyir ki, valideynlərin əksəriyyəti narahat olsa da, həkimə müraciət etmirlər: "Məni ən çox narahat edən valideynlərin həkimə müraciət etməməsidir. Aptekə müraciət etməklə kifayətlənirlər. Valideynin uşağının qızdırması var, aptekdəki satıcı da 2-3 dənə antibiotik verir. Bununla da vəziyyət daha da kəskinləşir. Çünki antibiotik qızdırmasalan deyil. Bunu gərək hamımız bilək. Xəstəlik törədicilərinin adları var. Virus ayrı, mikrob ayrı, parazit ayrı, bakteriya ayrıdır. Yəni, antibiotiklər viruslara təsir etmir. Əksinə, vəziyyəti daha da gərginləşdirir. Valideynlər şikayət edirlər ki, o gün gedib aptekdən filan dərman aldım, vəziyyət daha da pisləşdi. Xüsusən südəmər uşaqlarda hər dərmanı qətiyyən qəbul etmək olmaz. Antibiotiki ancaq və ancaq həkim təyin edə bilər. Bunu gərək bizim valideynlər bilsin və anlasın. Antibiotikin təyinatı ancaq həkimin səlahiyyətindədir".

"XƏSTƏ UŞAĞI BAĞÇAYA GÖNDƏRMƏK OLMAZ"

Həkim deyir ki, valideynlərin ən böyük səhvi xəstə uşağı bağçaya, məktəbə göndərmələridir: "Xəstə uşaqlar bağçaya, məktəbə getməməlidirlər. Bunu bizim əhaliyə başa salmaq həddindən artıq çətindir. İllərdir bütün həkimlər deyir ki, xəstə uşağı kollektiv içinə göndərmək olmaz. Bu zaman həm uşaq özü gec sağalacaq, həm də ağırlaşmalar qaçılmaz olacaq. Yəni, soyuqdəymə xəstəlikləri ağırlaşanda təhlükəli olur. Əgər ev şəraitində göstərilənlərə əməl edilsə, virus 3-5 gün yaşayıb çıxıb gedəcək. Ağırlaşma olanda isə vəziyyət ciddiləşir. Ona görə də kollektivinə gedən uşaq gec sağalır. Bununla yanaşı, kollektivdəki sağlam uşaqları xəstələndirir. Bir kollektivin xəstəliyə yoluxması üçün iki nəfər xəstə insan kifayət edir. Xəstəliyin kütləviləşməməsi üçün xəstələnənlərin evdə qalıb müalicə olunmaları vacibdir".

"UŞAĞA TƏBİİ QİDALAR VERİN"

Həkimin sözlərinə görə, xəstə uşağı olan valideynin menyusunda qidası vitaminlərlə zəngin meyvə-tərəvəz çox olmalıdır. Uşaqlar çoxlu maye, ev şəraitində hazırlanmış şirələr, kompotlar, maye qəbul etməlidirlər. Uşağa marketlərdə satılan rəngli içkiləri alıb verməyin. Ət yeməkləri vacibdir. Uşaqlar daha keyfiyyətli yeməlidirlər. Təmiz havadan istifadə etmək lazımdır. Valideyn uşağı həyətə çıxaranda ağzını 2-3 şərflə bağlayır. Uşaq havaya ona görə çıxır ki, təmiz havada nəfəs alsın. Açıq havada olmalıdır. Ev tez-tez havalandırılmalıdır. Ən əsası uşaqları virusdan qorumaq üçün vitamn C verirlər. Bu, özünü aldatmaqdır. Onlar kömək etmir. Vitamini təbii qidalar vasitəsilə vermək lazımdır".

"XÜSUSİ MÜALİCƏSİ YOXDUR"

Pediatr Günay Rəsulova isə deyir ki, son zamanlar yayılan virusun xüsusi müalicəsi yoxdur: "Uşaqlarda soyuqlamanın ən önəmli səbəbi Rinoviruslardır. Bu, xüsusilə də məktəb yaşlı, toplum içərisinə çıxan uşaqlarda görülür. Xüsusi bir müalicəsi olmayan bu virusların səbəb olduğu xəstəliklərdən qorunmanın ən praktik yolu, əl təmizliyinə ciddi fikir verilməsidir. Xəstəliyin ilk əlamətləri asqırma və burun tıxanıqlığıdır. Bundan başqa, burun axıntısı, ümumi halsızlıq, öskürmə, baş ağrısı, boğaz ağrısı da ola bilər. Xüsusi bir müalicəsi yoxdur. Məqsəd, infeksiyanın yol açdığı şikayətlərin azaldılmasıdır. Burunu açıq tutmağa çalışmaq, bol maye qəbul etmək, tez-tez əlləri yumaq, xəstələrin olduğu ortamlardan uzaq olmaq məsləhətdir. Soyuqlama zamanı qripdən fərqli olaraq çox vaxt hərarət normal olur. Qrip virusu zamanı isə, hərarətin yüksəlməsi, əzələ, oynaq ağrıları tez-tez müşahidə olunur. Qrip virusu ilə xəstələnmə zamanı bronxitlə və pnevmoniya ilə ağırlaşma ola bilər. Ümumi soyuqlamadan fərqli olaraq, qripin qarşısını peyvəndlə almaq mümkündür".

Pediatrın sözlərinə görə, infeksiyaların yayılmasının səbəbi insanların vaxtlarının çoxunu otaqlarda, qapalı mühitlərdə keçirməsidir.

"QRİP KARANTİN İNFEKSİYASIDIR"

Tibb elmləri doktoru Adil Qeybulla deyir ki, viruslarının yayılmasını səbəbi qış aylarında havaların mülayim keçməsidir: "Əslində, Azərbaycanın iqlim şəraiti elədir ki, qış aylarında hava bir o qədər də sərt keçmir və bir çox hallarda qar yağmır. Havaların bu cür dəyişkən keçməsi isə virusların fəallaşmasına səbəb olur. Təbii olaraq əhali arasında soyuqdəymə xəstəlikləri də geniş yayılıb. Müşahidə aparsaq, görərik ki, hər üç adamdan biri bu xəstəlikdən əziyyət çəkir. Əslində bu, qrip deyil. Yuxarı tənəffüs yollarında mikroorqanizmlərin fəallaşması nəticəsində əlavə xəstəliklər yaranır".

Ekspert bildirdi ki, burada söhbət təkcə qarın yağmasından getmir: "Amma qışın qış havası olmalıdır. Temperaturun bir müddət mənfi olması çox mühüm şərtdir. Havaların belə keçməsi bütün planetə təsir göstərir. İqlim dəyişikliyi başqa xəstəliklərin də yaranmasına gətirib çıxarır. Bəzən insanlar geyimlərinə fikir vermir, düzgün geyim seçə bilmirlər. Bu da soyuqdəymənin artmasına səbəb olur. Bir daha qeyd edim ki, qrip karantin infeksiyasıdır və bu baş verdikdə, ÜST bu haqda məlumat verir".