**Внебольничная пневмония у детей**

Пневмония у детей – один из самых частых диагнозов, внебольничная форма встречается чуть реже, но она не менее опасна.

**Описание**

Внебольничная пневмония – острое инфекционно-воспалительное заболевание верхних дыхательных путей, возникающее у маленького пациента в первые двое суток после госпитализации или же вне лечебного учреждения.

**Важно!** Чаще всего внебольничная пневмония является осложнением недолеченного ОРВИ.

Дети больше подвержены этой болезни из-за особенностей строения дыхательных путей, до 5 лет они не так развиты, как у взрослых, и более уязвимы.
Бронхи и трахея у маленьких детей намного уже, это способствует застою мокроты, что в свою очередь открывает благоприятные условия для развития микроорганизмов.

**Все пневмонии делятся на больничные и внебольничные, а также на:**

* очаговые – поражает отдельный участок;
* сегментарная – поражает несколько участков;
* крупозная – полностью одна из долей;
* левосторонняя и правосторонняя.

**Причины возникновения**

Пневмонию чаще всего вызывают вирусы, грибки и бактерии. Детей чаще всего поражают:

* пневмококки;
* микоплазмы;
* хламидии (легочные);
* стафилококки;
* стрептококки;
* клебсиеллы;
* гемофильная палочка;
* кишечная палочка;
* синегнойная палочка;
* грибки;
* гельминты.

Внебольничную пневмонию у детей в 80% случаев вызывают микоплазмы, стафило- и пневмококки, аденовирусы.

Медики выделяют ряд провоцирующих факторов:

* низкий иммунитет;
* пассивное курение;
* хронические инфекции дыхательных путей;
* переохлаждение или перегревание;
* отсутствие гигиены ротовой полости;
* низкая активность (особенно касается новорожденных);
* неправильное питание;
* авитаминоз.

**Симптомы**

Симптомы внебольничной пневмонии зависят от возбудителя, вызвавшего заболевание и от возраста ребенка.

Основные проявления:

* повышенная температура, от 37,2 С° до 39 С и выше;
* одышка, учащенное дыхание;
* поверхностные вдохи;
* отсутствие аппетита;
* вялость;
* капризность;
* боль в груди;
* хрипы;
* кашель.

Для пневмонии характерна несбиваемая или сложно сбиваемая температура, которая возвращается через несколько часов. Врачи рекомендуют не принимать жаропонижающие, пока температура не достигнет отметки 38,8 С°. Для детей до года критическая отметка гораздо ниже – 37,5 С°.

Кашель при пневмонии начинается либо сразу, либо примерно на 5 день. Обычно он сухой, при правильном лечении переходит в мокрый, облегчается отход мокроты. Мокрый кашель при острой внебольничной пневмонии сопровождается гнойной мокротой желтого цвета.

**Важно!** У маленьких детей характерным признаком пневмонии также является западание кожи при вдохе в межреберное пространство.

Диагностика внебольничной пневмонии затрудняется тем, что начальная стадия может быть похожей на обычное ОРВИ, а в первые три дня наступает ложное улучшение.

Прием лекарств приостанавливается, заболевание тем временем прогрессирует и начинаются осложнения.

**Лечение**

Лечить пневмонию, будь то внебольничная или любая другая необходимо под присмотром врача. В некоторых случаях госпитализация не обязательная и острый период проходит спустя две недели лечения и постельного режима.

Но в большинстве случаев, особенно, если речь о детях до 1 года, лечение в домашних условиях исключено.

**Важно!** Пневмонию вызывают патогенные организмы, с которыми могут справиться только правильно подобранные антибиотики. Одними травами тут не обойтись.

**Медикаментозное**

Лечение проводится комплексно, назначают антибиотики, противовирусные препараты, муколитические и отхаркивающие средства, противовоспалительные, а также препараты для укрепления иммунной системы, но уже после выздоровления.

Антибиотики и противогрибковые – препараты разных групп, в зависимости от возбудителя:

* пенициллины – «Ампициллин», «Оксациллин», «Амоксициллин»;
* цефалоспорины – «Цефазолин», «Цефтриаксон», «Цефуроксим»;
* аминопенициллины – «Клавуланат», «Сульбактам»;
* азитромицины – «Сумамед», «Азитрокс»;
* макролиды – «Эритромицин», «Спирамицин», «Кларитромицин»;
* тетрациклины – «Доксициклин».

Антибиотики и противогрибковые препараты подбирают исходя из наличия противопоказания, в зависимости от выявленных вирусов и бактерий, от возраста пациента. Назначают в виде таблеток, суспензий, инъекций или капельниц.

Муколитические и отхаркивающие помогают откашливанию, разжижают мокроту, облегчают дыхание – «Бромгексин», «Флуимуцил», «Амброксол», «Амбробене».

Пробиотики неотъемлемая часть лечения, их назначают в паре с антибиотиками для поддержания микрофлоры и как профилактика дисбактериоза – «Бифиформ», «Йогурт», «Хилак форте», «Бифидумбактерин».

**Важно!** Противокашлевые препараты при внебольничной пневмонии запрещены!

**Ингаляции**

В качестве дополнительных мер в отдельных случаях показаны ингаляции.

Основные правила проведения процедуры:

* за 2 часа до приема пищи или через 2 часа после;
* продолжительность не более 10 минут;
* не разговаривать, не прерывать процедуру;
* выбирать одежду с открытым горлом;
* вдыхать через рот, выдыхать через нос;
* вдыхать медленно, задержать дыхание на 5 секунд, медленно выдохнуть;
* не выходить на улицу после процедуры в течение 3 часов;
* после ингаляции лежать без движения 20 минут.

Травяные ингаляции и другие народные составы отлично помогут при внебольничной пневмонии и подкрепят действие медикаментов.

1. *Календула*
1 ст.л. цветков залить 1 стаканом холодной воды, отправить на тихий огонь, довести до кипения, постоянно помешивая. Варить под крышкой на 10 минут. Дать остыть 5 минут.
2. *Сода и морская соль*
На стакан кипятка по 1 ст.л. соды и морской соли, размешать, пока не растворится. Перелить смесь в миску или небулайзер.
Эфирные масла На 250 мл. кипятка взять по 10 капель масла можжевельника и сосны, по 5 капель ели и пихты.

**Важно!** Ингаляции противопоказаны детям с температурой выше 37,5 С°.

**Массаж**

Профилактический и лечебный массаж можно выполнять самостоятельно. Такие манипуляции помогут:

* укрепить мышцы легких и бронхов;
* наладить дыхание;
* нормализовать вентиляцию легких;
* облегчить отхаркивание;
* ускорить рассасывание очага пневмонии.

*Баночный*

1. Смазать грудную клетку ребенка маслом, кремом или вазелином.
2. Нагреть банку над огнем в течение нескольких секунд.
3. Поместить банку на тело, должен образоваться вакуум.
4. Выполнять круговые движения по часовой стрелке, не нарушая вакуума.
5. Второй этап – все то же самое, но теперь уже на спине больного.

*Точечный*

Массаж выполняется надавливание на определенные точки и массированием на протяжении 2 минут.

1. Углубление яремной впадины.
2. Под 7 шейным позвонком, на спине.
3. Между большим и указательным пальцем, с внешней стороны обеих рук поочередно.
4. Основание фаланги больших пальцев рук.
5. Массаж проводят через день.

*Перкуссионный*

До и после процедуры активно растереть грудную клетку и спину малыша.

1. Левую ладонь положить на грудь ребенку.
2. Кулаком правой руки ритмично, но не слишком сильно, постукивать по своей кисти.
3. Простукивать поочередно в подключичной зоне и под нижней реберной дугой по 3 хлопка.
4. Перевернуть ребенка на живот.
5. Выполнить те же манипуляции под, между и над лопатками.
6. Проводить массаж 10 минут 2 раза в сутки.

**Дыхательная гимнастика**

Регулярные упражнения помогут быстро восстановить ослабленную болезнью дыхательную систему ребенка.

Основные упражнения

1. Плотно сжать губы, произвести глубокий вдох через нос и выдохнуть через рот, при этом, не разжимая губы – оказывается сопротивление воздуху, легкие напрягаются и начинают работать активнее.
2. Глубоко вдохнуть через нос, задержать дыхание на 3-5 секунд. Выдох через рот, не надувая щек, короткими толчками.
3. Упражнение выполняется так же, как и предыдущее, только к толчкам на выдохе добавляется произношение любых звуков.

**Профилактика**

Пневмония – серьезное и опасное заболевание, потому лучше уделить внимание профилактики, нежели потом лечить ее.

Основные меры:

* вакцинация против гемофильной инфекции, пневмококков, коклюша и кори;
* кормить новорожденных грудь (это обеспечит хорошую именную защиту);
* сбалансированное и полноценное питание;
* прогулки на свежем воздухе, активный образ жизни;
* регулярные проветривания помещения;
* отсутствие ковров в спальне ребенка;
* регулярные оздоровления, посещения моря, лесных зон, гор;
* оградить чадо от табачного дыма;
* соблюдение правил гигиены, особенно в полости рта и рук;
* своевременное лечение простуды и гриппа.