ВИРУСЫ КОКСАКИ: КАК РАСПОЗНАТЬ ИНФЕКЦИЮ У РЕБЁНКА И ЧТО ДЕЛАТЬ РОДИТЕЛЯМ



У ребёнка поднялась температура, появились болезненные высыпания во рту, на ладонях или стопах? Это может быть энтеровирусная инфекция, вызванная вирусами Коксаки.

Что такое вирусы Коксаки?

Это группа энтеровирусов, которые могут вызывать различные заболевания. Один из наиболее известных вариантов — синдром «рука — нога — рот».

Чаще болеют дети дошкольного возраста, особенно посещающие детские сады, но заразиться могут и школьники, и взрослые.

Большинство детей выздоравливают за 7–10 дней. Однако иногда инфекция протекает тяжелее и требует медицинской помощи.

Как распознать заболевание?

Первые признаки могут напоминать обычную простуду:

- **Повышение температуры.**
- **Слабость, головная боль.**
- **Боль в горле, снижение аппетита.**
- **Иногда — тошнота, рвота или диарея.**

На что обратить особое внимание?

Через 1–2 дня могут появиться болезненные пузырьки и язвочки во рту, красные пятна или пузырьки на ладонях, стопах, иногда на ягодицах и других участках тела.

Из-за боли во рту ребёнок может отказываться от еды и питья.

Важно: не у каждого заболевшего появляется характерная сыпь. Похожие симптомы встречаются и при других инфекциях, поэтому диагноз должен устанавливать врач.

Что делать, если ребёнок заболел?

1. Оставьте ребёнка дома. Не отправляйте его в детский сад или школу при температуре и плохом самочувствии. Обратитесь к педиатру.

2. Чаще предлагайте пить. Вода, прохладные напитки и при необходимости растворы для восполнения жидкости помогут избежать обезвоживания. Предлагайте пить небольшими порциями.

3. Выбирайте мягкую пищу. Каша, пюре, йогурт и другие нераздражающие продукты легче переносятся при болезненных язвочках во рту. Избегайте кислой, острой и горячей пищи.

4. Облегчайте симптомы. Жаропонижающие и обезболивающие средства применяйте с учётом возраста ребёнка и рекомендаций врача.

5. Соблюдайте гигиену. Выделите отдельные полотенце и посуду, регулярно мойте руки, очищайте игрушки и поверхности.

Не назначайте самостоятельно антибиотики и противовирусные препараты! Антибиотики на вирусы не действуют, а специфического лечения большинства инфекций Коксаки нет.

Когда обязательно нужен врач?

Обратитесь за медицинской помощью в ближайшее время, если:

- **Ребёнок плохо пьёт или отказывается от жидкости.**
- **Мочится заметно реже обычного, появились сухость во рту и другие признаки обезвоживания.**
- **Температура сохраняется более трёх дней.**
- **Рвота повторяется, боли усиливаются или состояние ухудшается.**
- **Симптомы не проходят в течение 7–10 дней.**

Срочно вызывайте скорую помощь по номеру 103 или 112, если появились:

- **Судороги.**

- **Потеря сознания, спутанность сознания или выраженная сонливость, ребёнка трудно разбудить.**

- **Затруднённое дыхание.**

- **Сильная головная боль с рвотой и невозможностью наклонить голову вперёд.**

- **Сильная боль в груди или резкая, выраженная боль в животе.**

Тяжёлые осложнения встречаются редко, но такие симптомы требуют немедленной оценки врача.

Как защитить ребёнка от заражения?

Вирусы Коксаки передаются через грязные руки, загрязнённые предметы, воду, пищу, а также при близком контакте с заболевшим.

Специальной общедоступной вакцины против вирусов Коксаки нет. Поэтому основная защита — гигиена и своевременное выявление заболевания.

ГЛАВНОЕ ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ

Не каждое повышение температуры и не каждая сыпь означают заражение вирусом Коксаки.

Наблюдайте за самочувствием ребёнка, следите, чтобы он достаточно пил, и не откладывайте обращение к врачу при тревожных симптомах.