

Врач отвечает на популярные вопросы родителей

Если раньше при первых признаках болезни ребенка для родителей был свой определенный алгоритм действий, то сегодня многие зачастую не знают, как поступать. Ведь все чаще дети и взрослые заболевают коронавирусом. Нужно ли лечить ребенка как-то особенно? Стоит ли сразу вызывать врача? Как оградить малыша от болезни? На эти и многие другие популярные вопросы о коронавирусе у детей ответила врач-педиатр, руководитель консультативного отделения ФГАУ «НМИЦ здоровья детей» Минздрава России кандидат медицинских наук Анастасия Полякова.

Какие признаки помогут отличить коронавирус от обычного ОРВИ у ребенка? Нужно ли делать ПЦР или тест из аптеки при первых признаках болезни?

Однозначно ответить на этот вопрос довольно сложно. Потому что штаммы коронавируса, с которыми мы встречались раньше, очень отличаются от штамма омикрон, которым сейчас болеет большая часть пациентов. А основные симптомы при омикроне очень похожи на признаки обычной ОРВИ: высокая температура, насморк, боль в горле, ларингит, ощущение ломоты в теле, боль в мышцах. Тем более сейчас начинается сезон респираторных вирусных инфекций. Если известно, что у членов семьи, от которых заразился ребенок, коронавирус, тогда нет смысла тестировать и ребенка. Если у ребенка первого в семье появились признаки респираторного заболевания, то его тестирование имеет даже больше эпидемиологическое значение, нежели как-то повлияет на его лечение в начальные сроки заболевания. Особенно это актуально при наличии членов семьи с высоким риском тяжелого течения коронавируса. На сегодняшний день экспресс-тесты, основанные на определении антигена коронавируса (они имеются в продаже), равносильны ПЦР-исследованию. Поэтому вы можете сделать как ПЦР, так и экспресс-тест.

Как лечить ковид у ребенка: существуют ли какие-то специфические рекомендации? И нужно ли дополнительно пить ударные дозы витаминов?

Лечение нетяжелого коронавируса у детей сейчас не сильно отличается от лечения сезонной ОРВИ. При наличии повышенной температуры, насморка, боли в горле назначается обычная симптоматическая терапия: жаропонижающие при необходимости; промывание носа с отсмаркиванием или аспирацией слизи. Для промывания используется изотонический раствора хлорида натрия в виде различных спреев для детей разного возраста или физиологический раствор.

При боли в горле помогут препараты с обезболивающим и противовоспалительным действием в виде пастилок, леденцов, растворов для полоскания или спреев. Но нужно понимать, что эти препараты не лечат инфекцию, а только облегчают симптомы.

Если говорить о противовирусных препаратах, то сейчас назначается интерферон альфа-2b человеческий рекомбинантный. Трудно сказать о его реальной эффективности при назначении уже в разгар вирусной инфекции, тем не менее он включен в клинические рекомендации и педиатры должны его назначать.

Что касается витаминов: ни просто витамины, ни тем более их ударная доза не входят ни в один протокол по лечению вирусных инфекций, в том числе коронавирусной. Поэтому таких рекомендаций мы не даем. Большого вреда от дополнительной дозы витамина D

или цинка, скорее всего, не будет, а витамин С в высокой дозе ребенку точно не стоит давать. Лучше самолечением не заниматься.

Нужно ли сбивать температуру и в каких случаях? Какое средство зарекомендовало себя как наиболее эффективное и безопасное — парацетамол или ибупрофен?

Рекомендации по снижению температуры при коронавирусе не отличаются от рекомендаций, касающихся других ОРВИ. Изначально здоровому ребенку в возрасте до 3 месяцев нужно сбивать температуру выше 38,5 °С. Детям старше 3 месяцев жаропонижающие назначают при более высокой температуре — 39 °С и выше. Поэтому при выявлении высоких значений на градуснике не спешите сбивать температуру, особенно при хорошем самочувствии ребенка. Именно при высокой температуре запускается весь механизм, который заставляет вырабатывать антитела, интерлейкины, интерфероны и другие активные вещества, борющиеся с вирусной инфекцией. А при снижении до более низкой температуры иммунный ответ будет не столь эффективным.

Однако выраженное нарушение самочувствия, наличие хронических заболеваний сердечно-сосудистой, нервной систем, фебрильные судороги в анамнезе и некоторые другие состояния диктуют необходимость снижения температуры уже при 38–38,5 °С.

В самом начале пандемии были публикации о том, что ибупрофен не следует назначать в случае коронавирусной инфекции. Однако эти данные не подтвердились. Доказано, что как парацетамол, так и ибупрофен — это наиболее эффективные и безопасные препараты для купирования лихорадки у детей. Поэтому при необходимости ребенок может получать один из этих препаратов в соответствующей возрасту и весу лекарственной форме и дозировке. Единственное, их не рекомендуют чередовать.



Какие симптомы должны насторожить родителей и стать сигналом для обращения к врачу? Или вызывать доктора надо при первых же симптомах?

Если ребенок нормально себя чувствует, то при первых симптомах ОРВИ, наверное, не обязательно обращаться к врачу. Но если при повышенной температуре ребенок вялый, отказывается от еды и жидкости, много спит, есть рвота или лихорадка длится более 3 дней, конечно, осмотр врача необходим.

В ранние сроки коронавирусной инфекции у детей обычно никаких опасных симптомов не бывает, и сейчас при омикроне мы практически не видим изменений в легочной ткани. При этом штамме более частая ситуация — это ларингит, который у детей младшего возраста может протекать в виде ложного крупа. Поэтому, если у ребенка появляется лающий кашель, затрудненное дыхание, нужно срочно вызывать врача. Скорее всего, он назначит ингаляции с будесонидом, что быстро купирует симптомы крупа.

Сколько по времени обычно длится ковид у детей разного возраста? Правда ли, что совсем малыши болеют легче?

Если говорить о дельте и предыдущих штаммах коронавируса, то, действительно, малыши в большинстве случаев болели легче и выздоравливали быстрее. У детей постарше мы наблюдали клинику тяжелого заболевания с пневмонией, снижением сатурации и другими симптомами. В настоящее время (при омикроне) практически все дети без сопутствующих серьезных состояний болеют относительно легко: появляются катаральные явления и буквально на несколько дней повышается температура.

А вот ощущение, что сейчас детей болеет больше, наверное, не совсем верное. Поскольку раньше был строгий режим изоляции, дети не ходили в сад, учились дистанционно, то есть контактов было меньше, то, соответственно, и заразиться коронавирусом было меньше шансов. Сегодня, когда у детей значительно расширился круг общения, разумеется, они и болеют намного чаще, как и взрослые.

Какие осложнения бывают у детей после коронавируса? Сейчас многие говорят про мультисистемный синдром, что это такое?

Если говорить об омикроне, то сейчас прошло довольно мало времени, чтобы мы что-то могли сказать о постковидном мультисистемном воспалительном синдроме. Само по себе это — так же как и цитокиновый шторм — иммуноопосредованное состояние. Это некротизирующий системный васкулит (Кавасаки-подобный синдром), развивающийся через несколько недель, а то и месяцев после перенесенной инфекции. Клинически тяжелое состояние с внезапной высокой температурой, полиорганным поражением. В любом случае такое заболевание родители точно не пропустят и обратятся за помощью.

Что касается вялости, апатии, быстрой утомляемости, то, действительно, после коронавируса мы часто наблюдаем выраженную астенизацию. При омикроне, может быть, в меньшей степени, чем раньше. Родители должны понимать, что ребенок даже после выздоровления какое-то время нуждается в более щадящем, охранительном режиме со сниженной нагрузкой.

Однако, если астенический синдром очень явно выражен или затянулся надолго, необходимо обратиться к врачу, так как такое состояние может быть связано не просто с астенией, а с более серьезными причинами.

Как можно помочь ребенку, у которого пропало обоняние после коронавируса?

Да, такое действительно бывает. Есть даже случаи, когда в первую волну коронавируса люди потеряли обоняние, и оно не восстановилось до сих пор, хотя уже 2 года прошло. Но у большинства переболевших обоняние и вкусовые ощущения восстанавливаются в течение 3–5 дней.

У некоторых наблюдается извращение запахов и вкуса, часто неприятное. Реально работающих способов восстановления обоняния пока не придумали. Но появились такие методы, как тренировка обоняния, когда человеку в течение определенного времени дают последовательно вдыхать известные ему запахи различной интенсивности. За разработанной методикой лучше обратиться к специалисту.



Как защитить ребенка от коронавируса? Эффективны ли маски — какие и с какого возраста? Нужна ли оксолиновая мазь, иммуностимуляторы, специальные блокаторы вирусов в виде брелоков? Как защититься, если кто-то заболел дома?

Лучшая защита от коронавируса для детей старше 12 лет — прививка. Важно понимать, что она защищает не столько от заболевания, сколько от тяжелого его течения и летального исхода. Очень надеемся, что в скором времени уже одобрят вакцину для детей более младшего возраста. Это тем более важно для снижения заболеваемости среди взрослых.

Что касается масок, то они эффективны для людей любого возраста. При этом носить их должны все: и те, кто здоров, и те, кто болен в данный момент, и те, кто еще не знает о том, что заражен. Только в этом случае защита будет максимально эффективной. В повседневной жизни достаточно и обычной хирургической маски. В очаге инфекции и при непосредственном близком общении с заболевшим, конечно, респиратор надежнее.

Также никто не отменял и привычных рекомендаций по защите от ОРВИ. Придя домой, ребенок обязательно должен переодеться, тщательно вымыть руки, умыться, а лучше еще и прополоскать рот, промыть слизистую оболочку носа, чтобы максимально смыть все вирусы. Помещения нужно часто проветривать.

Закладывание оксолиновой мази в нос, возможно, и имеет какой-то барьерный смысл. А остальное, пожалуй, из разряда плацебо, которое, как известно, тоже иногда помогает.

То же касается иммуномодуляторов и иммуностимуляторов — эффективность их не доказана. Будь они реально эффективны и безопасны, мы бы их с удовольствием назначали.

Если дома заболел кто-то из членов семьи, его можно изолировать, чтобы не заболел ребенок. Но это не всегда эффективно, поскольку от момента, когда человек начал выделять вирус, до момента появления симптомов болезни уже прошло какое-то время. В любом случае нелишним будет выделить пациенту отдельную комнату, если есть такая возможность, чаще проветривать ее и делать влажную уборку.

Передаются ли антитела от мамы новорожденному ребенку?

При коронавирусе работают те же механизмы, что и при других вирусных инфекциях. Вакцинированная или переболевшая мама, безусловно, какую-то часть антител передаст ребенку, однако этот иммунитет нестойкий. Также надо понимать, если мама переболела инфекцией непосредственно перед родами и выработала еще мало антител, то и передаст она их еще меньше. Поэтому в настоящее время существуют следующие рекомендации: если мама на момент родов болеет коронавирусом, то малыша изолируют непосредственно после рождения. И практически в 100% случаев эти дети не заболевают.

Беременным женщинам рекомендуется прививаться от коронавируса с 22-й недели. Однако известны случаи, когда женщины были дважды привиты на ранних сроках, не зная о беременности, и никаких нежелательных последствий не было.

Через какое время после перенесенного коронавируса можно вести обычный образ жизни или нужно сдать тест, чтобы убедиться, что болезнь ушла? И каков шанс заболеть снова?

По сегодняшним рекомендациям, если пациент получал стационарное лечение от коронавирусной инфекции в течение 7 дней, не требуется проведение повторного тестирования перед выпиской. Соответственно, если прошло меньше 7 дней, мы обязаны выполнить тест, так как клинически здоровый пациент еще может выделять вирус и должен соблюдать режим изоляции. Также больничный при амбулаторном лечении пациент получает на 7 дней, а не как раньше — на 14 дней.

Заболеть коронавирусом снова в ближайшие несколько месяцев после выздоровления практически нереально, выработанные антитела защищают. Но вот заболеть другой инфекцией вполне возможно.