**Профилактика ОРВИ и ОРЗ у детей в детском саду**

У детей дошкольного возраста, посещающих детсады, возрастают риски появления острых респираторных вирусных инфекций, включая грипп. Тем не менее, ребенок должен посещать детский сад и пребывать в коллективе.

Это необходимо для тренировки иммунной системы.



**Осложнения ОРВИ и ОРЗ у детей**

На фоне перенесенной простуды или вирусного заболевания возможно появление ряда негативных последствий.

У детей распространены следующие осложнения:

* отиты;
* гаймориты;
* бронхиты;
* пневмония.

**Внимание!** Перечисленные болезни, по словам медиков, формируют контингент часто болеющих малышей.

Длительно и часто болеющие дети – это те маленькие пациенты, у которых симптоматика заболевания длится от 2-3 недель и даже дольше (при каждом эпизоде заболевания).

**Профилактика ОРЗ и ОРВИ у детей**

В профилактических целях в первую очередь следует проводить своевременную и грамотную терапию заболевания при появлении самых первых признаков болезни. Это позволит избежать опасных осложнений и учащения эпизодов болезни в дальнейшем. Именно плохо вылеченное заболевание становится причиной развития осложнений и повторения болезни в дальнейшем. Кроме того, возрастает вероятность формирования, к примеру, аллергического ринита.

Другие меры профилактики:

* правильное питание;
* достаточное пребывание на свежем воздухе;
* [прием витаминов](https://stolichki.ru/stati/s-kakogo-vozrasta-mojno-davat-detyam-vitaminyi) и комплексом для детей;
* закаливание;
* занятие физкультурой, плаванием.

**Профилактика и лечение простуды и гриппа с помощью фитопрепаратов**

Сейчас в аптечной сети представлен широкий ассортимент качественных средств на растительной основе, разработанных специально для детей, включая [чаи и сборы](https://stolichki.ru/catalog/fitochai/). Многие такие препараты имеют комплексный состав и обладают широким спектром действия, обладают лечебными и профилактическими свойствами и хорошо переносятся пациентами.

**Использование иммуномодуляторов**

По назначению педиатра можно применять качественные современные [иммуномодуляторы](https://stolichki.ru/catalog/immunomodulyatory/), предназначенные для активизации иммунного ответа организма на проникновение болезнетворной инфекции. Как показывает практика, грамотно назначенный препарат вдвое сокращает риски появления эпизодов заболеваний у часто болеющих детей. По рекомендации врача также проводится вакцинация от гриппа.