

Η ΥΓΕΙΑ ΤΩΝ ΠΑΙΔΙΩΝ ΜΑΣ ΕΙΝΑΙ ΤΟ **πολυτιμότερο αγαθό**

Μάθετε πόσο σημαντική είναι η πρόληψη για την αντιμετώπιση της εξάρσης των αλλεργιών και των λοιμώξεων του αναπνευστικού που τα ταλαιπωρούν ειδικά την περίοδο της άνοιξης.

Τα παιδιά είναι οι μεγάλοι πρωταγωνιστές της ζωής μας, έχουν ανάγκη την απόλυτη φροντίδα μας, γι' αυτό και δεν μπορούμε να παίζουμε με την υγεία τους. Παρά τη ραγδαία εξέλιξη των μεθόδων πρόληψης και θεραπείας στον τομέα της ωτορινολαρυγγολογίας, παρατηρείται σημαντική αύξηση στη συχνότητα εμφάνισης ΩΡΛ παθήσεων, ιδιαίτερα στις παιδικές ηλικίες όπου το ανοσοποιητικό σύστημα είναι ανώριμο. Η ανησυχητική έξαρση των αλλεργιών σχετίζεται με παράγοντες όπως η κακή διατροφή και η «πλούσια» σε αλλεργιογόνα ατμόσφαιρα των παιδικών δωματίων. Η αλλεργική ρινίτιδα δημιουργεί ισχυρή προδιάθεση για την εμφάνιση λοιμώξεων του αναπνευστικού και λειτουργεί ερεθιστικά για τα αυτιά, τα ιγμόρεια, το λαιμό.

Κρεατάκια και αμυγδαλές

Σε πολλές περιπτώσεις είναι απαραίτητος ο συνδυασμός των προληπτικών μέτρων με κατάλληλη φαρμακευτική αγωγή ή ακόμα και με χειρουργική αντιμετώπιση. Τα κύρια προβλήματα που οδηγούν σε χειρουργείο στην παιδική ηλικία είναι οι άνοιξες και το ροχαλτό, που οφείλονται συνήθως στα μεγάλα κρεατάκια και στις υπερτροφικές αμυγδαλές και σπανιότερα σε ατρησία των ρινικών κοιλιών, και η επίμονη παρουσία υγρού στα αυτιά ή οι υποτροπιάζουσες αμυγδαλίτιδες. Όλα αυτά καθιστούν απαραίτητη την παρακολούθηση του παιδιού και από τον ωτορινολαρυγγολόγο, ο οποίος, ως ειδικός, θα θέσει την ένδειξη για έγκαιρη και εξατομικευμένη χειρουργική αντιμετώπιση των παραπάνω προβλημάτων ώστε να αποφευχθούν χρόνια ζητήματα υγείας.

Οι σύγχρονες χειρουργικές μέθοδοι είναι σε θέση να διορθώσουν άριστα και δίχως μετεγχειρητική ταλαιπωρία για το παιδί τα προβλήματα αυτά. Ωστόσο ο θεμελιώδης στόχος της ιατρικής είναι η πρόληψη. Συνεπώς η παρακολούθηση από τον ειδικό είναι αναγκαία, καθώς οι γνώσεις που διαθέτει του επιτρέπουν να δώσει χρήσιμες συμβουλές που αφορούν την κατανόηση του μηχανισμού και των αιτιών των καθημερινών ΩΡΛ προβλημάτων υγείας.

Επίσης η αναγκαιότητα της εγγραφής των μικρών σε παιδικούς σταθμούς από πολύ νωρίς, λόγω της αύξησης του αριθμού των εργαζόμενων μητέρων, οδήγησε σε αύξηση της νοσηρότητας, κυρίως με λοιμώξεις του ανώτερου αναπνευστικού, όπως η ωτίτιδα, η αμυγδαλίτιδα, οι ρινίτιδες. Ο συγχρωτισμός με άλλα παιδιά, ιδιαίτερα τις περιόδους που παρατηρείται έξαρση των λοιμώξεων, οδηγεί σε πολύ συχνά προβλήματα. Μερικές από τις βασικές μεθόδους πρόληψης ξεκινούν από την καθημερινότητα των παιδιών. Το συχνό πλύσιμο των χεριών με νερό και σαπούνι και όχι η απλή εφαρμογή αντισηπτικών, η σωστή φροντίδα των νυχιών, που εύκολα μαζεύουν μικρόβια, καθώς και η ενίσχυση της διατροφής με φρούτα και λαχανικά μπορούν να θωρακίσουν αποτελεσματικά το ανοσοποιητικό τους.



ΑΝΑΤΟΛΗ ΠΑΤΑΡΙΔΟΥ,
ωτορινολαρυγγολόγος χειρουργός
Κεφαλής & Τραχήλου, pataridou.gr