



ВЫПУСКА
ДОКТОРА КОМАРОВСКОГО

Е.О. Комаровский



КНИГА ОТ НАСМОРКА

О ДЕТСКОМ НАСМОРКЕ
ДЛЯ МАМ И ПАП



Принимать
по 5 страниц
3 раза в день



Е. О. КОМАРОВСКИЙ

КНИГА ОТ НАСМОРКА

**О ДЕТСКОМ НАСМОРКЕ
ДЛЯ МАМ И ПАП**

*Человек должен знать,
как помочь себе самому в болезни...*

Гиппократ



Харьков

КЛИНИКОМ

2012

УДК 616.21-036.1-053.2-085

ББК 57.33

К63

Серия «Библиотечка доктора Комаровского» основана в 2008 году.

Художники М. М. Осадчая, А. В. Павлюкевич, В. М. Юденков

Книга выходит в авторской редакции.

Охраняется законом об авторском праве. Воспроизведение всей книги или любой ее части запрещается без письменного разрешения правообладателя. Любые попытки нарушения закона будут преследоваться в судебном порядке.

Защиту интеллектуальной собственности и прав издательства «КЛИНИКОМ» осуществляет юридическая компания «ЮРПАЙИНТЕЛ».

Комаровский Е. О.

К63 Книга от насморка: о детском насморке для мам и пап / Е. О. Комаровский; художники: М. М. Осадчая, А. В. Павлюкевич, В. М. Юденков. — Харьков: Изд-во КЛИНИКОМ, 2012. — 160 с., ил. — (Б-чка доктора Комаровского).

ISBN 978-966-2065-24-4 (Б-чка доктора Комаровского).

ISBN 978-966-2065-13-8.

Медицинская наука не может избавить вашего ребенка от соплей. Какими бы вы ни были замечательными родителями, с каким бы замечательным детским врачом вы ни дружили, несколько раз в год вы, мамы и папы, окажетесь перед фактом: у дитя насморк, надо помочь.

И если вы мамы и папы ответственные, то вы не будете проводить над малышом эксперименты, а постараетесь получить знания. Ибо есть реальные, простые, доступные, азбучные способы помощи ребенку, и вам надо совсем немного — захотеть об этом узнать.

Еще раз повторим: избежать насморков нельзя, помочь при насморке очень даже можно.

Вполне можно сделать так, что детство, сопливое постоянно, станет детством, сопливым эпизодически, и эпизоды эти будут короткими, легкими, редкими.

Давайте попробуем!

УДК 616.21-036.1-053.2-085
ББК 57.3

ISBN 978-966-2065-24-4

(Б-чка доктора Комаровского)

ISBN 978-966-2065-13-8

© Е. О. Комаровский, 2008

© М.М. Осадчая, А.В. Павлюкевич,
В.М. Юденков, иллюстрации, 2008

© Оформление «КЛИНИКОМ», 2008

© ООО Издательство «КЛИНИКОМ», 2008



СОДЕРЖАНИЕ

Маленькое предисловие.....	5
Что такое насморк?.....	8
Анатомия и физиология, или рассказ о носсах и носиках.....	11
Несколько слов о словах, или основы терминологии.....	17
Чиханье.....	21
От чего бывает насморк?.....	25
Каким бывает насморк?.....	34
Особенности детского насморка.....	39
Начинаем лечить. Как? Симптоматически!.....	42
Главное правило симптоматического лечения насморка и два способа его реализации.....	45
Симптоматическое лечение. Воздух.....	49
Симптоматическое лечение. Вода.....	74
Симптоматическое лечение. Очистка носа.....	86
Симптоматическое лечение. Лекарства.....	93
Маленькое послесловие.....	126

Приложение

Насморк в вопросах и ответах

<i>Немного течет из носа.....</i>	128
<i>Заложенный нос.....</i>	129
<i>Малыш сопит носом.....</i>	130
<i>«Козюли» в носу.....</i>	131

<i>Насморк — реакция на сухость воздуха</i>	131
<i>Насморк и зубы</i>	133
<i>Насморк у новорожденного</i>	134
<i>Насморк у новорожденного и его связь с болезнями мамы</i>	135
<i>Что означают зеленые сопли?</i>	137
<i>Длительный насморк</i>	138
<i>Уже второй месяц насморк</i>	139
<i>Простудный и аллергический насморк</i>	140
<i>Можно ли купаться при насморке?</i>	141
<i>Бассейн и насморк</i>	142
<i>Прогревание носа</i>	144
<i>Аллергический насморк. Посоветуйте лекарства</i>	144
<i>Что закапывать в нос?</i>	145
<i>Физиологический раствор</i>	146
<i>Боржомом в нос</i>	147
<i>Когда нужны сосудосуживающие капли?</i>	147
<i>Как вылечить длительный насморк?</i>	148
<i>Антибиотики в нос?</i>	150
<i>Насморк и мед</i>	150
<i>Насморк и каланхоэ</i>	151
<i>Лук, чеснок и ОРВИ</i>	152
<i>Просьбы и координаты</i>	155



МАЛЕНЬКОЕ ПРЕДИСЛОВИЕ

*Сопли — не дождь, что иссякнет вскоре,
Нет! Бесконечны они, как море.*

Шломит Шварц

Особо интеллигентная фраза «слизь, вытекающая из носа» в переводе на нормальный язык выглядит некрасиво, но понятно — **сопли**. Соответственно, индивидуум, у которого вышеупомянутые сопли текут, называется **сопливым**.

Василиса обычно прекрасная, Кащей практически всегда бессмертный, а ребенок, как правило, сопливый.

Шмыгающий носом Сашенька, не умеющий сморкаться Юрочка, забывшая носовой платок Наташенька, Настенька, не пришедшая в детский сад из-за очередного насморка, — как все это привычно, заурядно, обыденно.

Сопливое детство! В этих словах почти нет негатива, ибо **детство вполне может быть сопливым и счастливым одновременно!** Мы все это понимаем. Будучи детьми, ходили с соплями. Став родителями, начали вытирать сопли у собственных детей.

Ребенок с насморком — явление настолько обыкновенное, что сам факт сопливости уже даже не воспринимается как препятствие для общения с другими детьми — двери детских садов и школ всегда широко раскрыты, поскольку, по меткому высказыванию одной воспитательницы, «если сопливых в детский сад не пускать, так мы здесь все без работы останемся».

Итак, насморк у детей — явление широко распространенное. И мы все, готовясь к родительству или став мамами и папами, прекрасно понимаем, что вырастить ребенка и не столкнуться многократно как с самим фактом соплей, так и с необходимостью лечения насморка нам однозначно не удастся.

Мы прекрасно понимаем, что если во всех случаях, когда у ребенка обнаруживаются сопли, родители будут немедленно обращаться за врачебной помощью, то нам однозначно не хватит ни врачей, ни поликлиник, ни лабораторий. Таким образом, детский насморк — совершенно реальный повод для родительского самолечения.

И хотим мы (врачи) этого или нет, но так было и так будет. И бороться с этим бессмысленно.

Тем не менее взрослые, помогающие сопливым детям, в абсолютном, в подавляющем большинстве случаев понятия не имеют о том, как помогать правильно.

Казалось бы, именно эти знания жизненно необходимы всем! Да не тут-то было: удивительно, нелогично, парадоксально, однако факт — в школах нам рассказывают о синусах и косинусах, но не рассказывают о том, как помочь при насморке собственному ребенку.

ИТОГИ

Детские насморки — не беда, не трагедия, а просто временная неприятность. Медицинская наука не может избавить вашего ребенка от соплей. Какими бы вы ни были замечательными родителями, с каким бы замечательным детским

врачом вы ни дружили, несколько раз в год вы, мамы и папы, окажетесь перед фактом: у дитя насморк, надо помочь.

И если вы мамы и папы ответственные, то вы не будете проводить над малышом эксперименты, а постараетесь получить знания. Ибо есть реальные, простые, доступные, азбучные способы помощи ребенку, и вам надо совсем немного — захотеть об этом узнать.

Еще раз повторим: избежать насморков нельзя, помочь при насморке очень даже можно.

Вполне можно сделать так, что *детство, сопливое постоянно, станет детством, сопливым эпизодически*, и эпизоды эти будут короткими, легкими, редкими.

Давайте попробуем!





ЧТО ТАКОЕ НАСМОРК?

Достаточно, чтобы слова выражали смысл.

Конфуций

Что пишут словари?

Словарь Ожегова:

НАСМОРК, -а, м. — воспаление слизистой оболочки носа, сопровождающееся слизисто-гнойными выделениями и чиханием.

Большой Энциклопедический Словарь:

НАСМОРК (ринит) — воспаление слизистой оболочки носа в результате охлаждения, инфекции, аллергии.

Энциклопедический словарь медицинских терминов:

НАСМОРК — см. *Ринит*.

РИНИТ — воспаление слизистой оболочки полости носа.

— Самый распространенный симптом поражения дыхательных путей?

Слово из семи букв, первая «Н», последняя «К»?

— Конечно же, **НАСМОРК!** И есть такое подозрение, что это вообще самый распространенный симптом человеческих болезней...

Итак, насморк.

Все словари — и толковые, и медицинские — рассматривают слово «насморк» в качестве синонима понятия «воспаление слизистой оболочки носа», т. е. «насморк» = «ринит».

На самом же деле разница есть, хотя, на первый взгляд, она (разница) не вполне очевидна. Но это только на первый взгляд.

— На что жалуетесь, мамочка?

— У нас насморк.

— Что с тобой, дружище?

— Насморк замучил!

Т. е. *насморк* — это жалоба, констатация того факта, что из носа сопли бегут, или, как вариант, что нос заложило.

Насморк-жалоба — явление вполне ощутимое, его легко можно увидеть. Т. е. когда пациент жалуется на головную боль, так проверить это сложно, а когда на сопли, так проверить легко — вот они, родимые. Таким образом *насморк-жалоба* превращается в *насморк-симптом*¹.

Ну а насморк-симптом позволяет врачу сделать вывод о том, что имеет место воспаление слизистой оболочки носа, и на этом основании поставить конкретный диагноз — *ринит*.

¹ *Симптом* — внешний признак, внешнее проявление чего-нибудь.

ИТОГИ

НАСМОРК — жалоба и симптом, которые возникают при РИНИТЕ — воспалении слизистой оболочки полости носа.

Сформулированные итоги наводят на мысль, что нам еще многое предстоит узнать, ибо если слова «нос» или «слизистая оболочка» кажутся вполне понятными, то словосочетание «полость носа» ясно не до конца. Ясность мы постараемся внести в следующей главе.

