



Е. О. Комаровский

# КНИГА ОТ КАШЛЯ

О ДЕТСКОМ КАШЛЕ ДЛЯ МАМ И ПАП



*Принимать  
по 5 страниц  
3 раза в день*

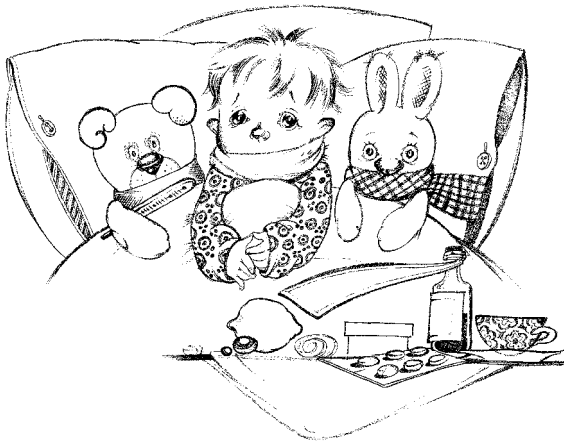


Е. О. КОМАРОВСКИЙ

**КНИГА ОТ КАШЛЯ:  
О ДЕТСКОМ КАШЛЕ  
ДЛЯ МАМ И ПАП**

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

Гиппократ



Харьков, 2012

КЛИНИКОМ

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 «ЮРПАЙНТЕЛ».

### **Комаровский Е. О.**

К63 Книга от кашля: о детском кашле для мам и пап. / Е.О. Комаровский; худ. М. М. Осадчая, А. В. Павлюкевич. — Харьков: Изд-во КЛИНИКОМ, 2012 — 160 с., ил. — (Библиотечка доктора Комаровского).

ISBN 978-966-2065-11-4.

Все дети эпизодически кашляют. Кашляющие дети нуждаются в помощи взрослых. Находящиеся рядом взрослые (мамы, папы, бабы, деды) ВСЕГДА имеют возможность эффективно помочь.

Чтобы научиться эффективно помогать, надо:

- потратить немного времени;
- получить необходимую информацию;
- понять и усвоить несложные правила;
- реализовать все это на практике.

Если вы готовы потратить совсем немножко,

но взамен получить и реализовать, эта книга для вас!

**УДК 616.21-036.1-053.2-085**

**ББК 57.3**

© Е. О. Комаровский, 2012

© М. М. Осадчая, А. В. Павлюкевич,  
иллюстрации, 2012

© ООО «КЛИНИКОМ», 2012

ISBN 978-966-2065-11-4



# СОДЕРЖАНИЕ

Маленькое предисловие .....	6
Кашель — что это? .....	9
Рассказ про дыхательные пути.....	11
Почему и от чего надо очищать дыхательные пути? .....	16
Кашель — способ очистки. И все? .....	20
Почему мы кашляем? .....	21
Как мы кашляем?.....	23
Каким бывает кашель?.....	25
Особенности детского кашля .....	27
Не болезнь, а симптом!.....	29
Болезни с кашлем, или когда ребенок кашляет?.....	31
ОРЗ — самая частая причина кашля.....	34
Что такое симптоматическая терапия?.....	38
Два главных правила симптоматического лечения кашля .....	40
Режим чистого прохладного влажного воздуха .....	43
Обильное питье .....	71
Что могут лекарства? .....	89
Лекарства от кашля .....	91
Отхаркивающие средства.....	98
Муколитики .....	103
ИТОГИ, или маленькое послесловие .....	112

---

Приложение 1	
Коклюш .....	114
Приложение 2	
Кашель в вопросах и ответах.....	121
<i>Плач и кашель</i> .....	121
<i>Кашель на улице</i> .....	122
<i>Малыш покашливает</i> .....	122
<i>Влажный кашель и насморк</i> .....	124
<i>Ларингит или круп?</i> .....	125
<i>Мать-и-мачеха при кашле грудным детям</i> .....	126
<i>Слизь, стекающая по задней стенке горла</i> .....	126
<i>Затяжной кашель, который заканчивается рвотой</i> .....	127
<i>Муколитическое и секреторное действие лекарств</i> .....	127
<i>Случайно обнаруженный обструктивный бронхит</i> .....	128
<i>Ухудшение после купания</i> .....	129
<i>Эуфиллин и АЦЦ</i> .....	131
<i>Интерферон для профилактики</i> .....	132
<i>Увлажнитель воздуха и ОРВИ</i> .....	132
<i>Лазолван и антибиотики</i> .....	133
<i>Уколы алоэ</i> .....	134
<i>Кашель по утрам</i> .....	134
<i>Кашель и прогулки</i> .....	135
<i>Мокрота у детей до года</i> .....	136
<i>Профилактика вирусного крупа</i> .....	137
<i>Отвлекающие процедуры</i> .....	138
<i>ОРВИ, приступ кашля и рвоты</i> .....	140
<i>Кашель и санаторий</i> .....	141

---

<i>Кашель и ингаляции</i> .....	141
<i>Лечение покашливания</i> .....	144
<i>Частые бронхиты и плохой аппетит</i> .....	144
<i>Коклюш (профилактика)</i> .....	145
<i>Коклюш (профилактика для грудного ребенка)</i> .....	146
<i>Перкуссионный массаж</i> .....	146
<i>Курение и кашель</i> .....	149
<i>Инфекция или аллергия?</i> .....	150
<i>Кашель в горизонтальном положении</i> .....	151
<i>Лечение насморка и кашля</i> .....	152
<i>Кашель и жесткое дыхание</i> .....	153
<i>Просьбы и координаты</i> .....	156

# МАЛЕНЬКОЕ ПРЕДИСЛОВИЕ


*Обучай только того, кто способен, узнав про один угол квадрата, представить себе остальные три.*

Конфуций

Кашель — явление чрезвычайно распространенное. Все мы кашляем. Дети наши кашляют. Кто чаще, кто реже, кто будучи больным, кто здоровым.

Кашель — это привычно, стандартно, обыденно.

Детский кашель — привычно вдвойне.



***Какими бы вы ни были замечательными, заботливыми и внимательными родителями, какими бы закаленными и здоровыми ни были ваши дети, как минимум 3—4 раза в год вы будете сталкиваться с ситуацией, когда вашему ребенку плохо из-за того, что он кашляет.***

И ребенок будет просить помощи у близких, у тех, кто всегда рядом: у мамы и папы, у бабушек и дедушек.

И вы, разумеется, постараетесь ребенку помочь. Вы мобилизуете весь свой жизненный опыт, вспомните, что помогает при кашле именно вам, что использовали при кашле ваши родители, какие лекарства назначали врачи, вполне возможно и очень даже вероятно, что вы обратитесь за помощью к детскому доктору или попросите «что-нибудь от кашля», забежав в близлежащую аптеку.

Насколько эффективной будет ваша помощь? Ответить на этот вопрос сложно. Ибо причины кашля бывают разные, да





и выраженность кашля бывает разной. И вам, родителям, в большинстве случаев не под силу разобраться с причиной кашля, но в этом, как правило, и нет необходимости, это задача врача. Но



*какой бы диагноз ни был установлен, каким бы ужасным и мучительным ни был кашель у вашего ребенка, есть, тем не менее, универсальные правила помощи, есть четкие, конкретные и, что самое главное, высокоэффективные родительские действия.*

### **Подводим итоги.**

Все дети эпизодически кашляют.


Кашляющие дети нуждаются в помощи взрослых.

Находящиеся рядом взрослые (мамы, папы, бабы, деды) ВСЕГДА имеют возможность эффективно помочь.

Чтобы научиться эффективно помогать, надо:

- ▶ потратить немного времени;
- ▶ получить необходимую информацию;
- ▶ понять и усвоить несложные правила;
- ▶ реализовать все это на практике.

Если вы готовы потратить совсем немножко, но взамен получить и реализовать, эта книга для вас!



# КАШЕЛЬ — ЧТО ЭТО?

*Точность слова является, прежде всего, требованием смысла.*

Константин Федин

*Что пишут словари?*

## **Словарь Даля:**

КАШЕЛЬ, м. — недуг, большею частью простудный: судорожное и громкое выдыханье, с болью, харкотиною и другими припадками.

## **Словарь Ожегова:**

КАШЕЛЬ, -шля, м. — судорожный выдох с хрипом (при болезни дыхательных путей).

## **Большой Энциклопедический Словарь:**

КАШЕЛЬ, рефлекторный акт — произвольные форсированные выдыхательные движения, обусловленные раздражением преимущественно слизистой оболочки дыхательных путей (напр., мокротой).

## **Энциклопедический словарь медицинских терминов:**

Кашель — произвольный или непроизвольный (рефлекторный) толчкообразный форсированный звучный выдох; может являться признаком патологического процесса.

Итак, что такое кашель?

На первый взгляд, здесь вообще нечего объяснять, ибо каждый человек неоднократно кашлял лично и многократно слышал кашель в исполнении друзей, знакомых, сотрудников, детей и других родственников. Внятно и недвусмысленно растолковать, что же такое кашель, может быть, и непросто, но уж продемонстрировать (показательно покашлять) — сможет любой.

Тем не менее некие общие разъяснения нужны, поскольку кашель всеми рассматривается как явление однозначно бесполезное, плохое, неправильное, мешающее и ненужное.

С кашлем хочется активно бороться!

...и вообще хочется жить и не кашлять!

Парадокс заключается в том, что на самом деле кашель — явление чрезвычайно нужное. Жить и не кашлять, может быть, и хочется, но жить и не кашлять у вас однозначно не получится.

**Кашель — эффективный (самый эффективный)  
способ очистки дыхательных путей.**



Стоп. Здесь уже надо кое-что объяснить, ведь если мы не ответим на два элементарных вопроса — что такое дыхательные пути и почему (от чего) их надо очищать — так все дальнейшие разъяснения-рассуждения окажутся ненужными и непонятными.

# РАССКАЗ ПРО ДЫХАТЕЛЬНЫЕ ПУТИ

*У каждого органа свое положение, своя функция, свои случайные и наследственные болезни, свои лекарства, свои ощущения, свои движения, свое питание, свои возбуждающие средства, свое рождение, свое развитие.*

Дени Дидро

Обмен веществ у человека требует постоянного присутствия кислорода и сопровождается постоянным образованием углекислого газа. Далеко не единственная, но основная задача дыхательной системы — доставить кислород и удалить углекислый газ.

Кислород содержится во вдыхаемом воздухе, и первая задача органов дыхания — осуществить доставку воздуха туда, где будет происходить *газообмен*. **Транспорт воздуха осуществляют дыхательные пути.**

Начало дыхательных путей — полость носа; далее следуют глотка, гортань, трахея, бронхи и, наконец, самые мелкие бронхи — бронхиолы.

*Часть респираторного<sup>1</sup> тракта, состоящую из носа, глотки и гортани, принято называть обобщающим термином «верхние дыхательные пути».*

Соответственно, **нижние дыхательные пути** — это трахея, бронхи и бронхиолы.

Газообмен осуществляется в *легких*. Ткань легких состоит из огромного количества мелких пузырьков — *альвеол*. К альвеолам

1

*Респираторный* (лат. *respiro, respiratum* — дышать) — относящийся к дыханию, к дыхательным путям.

подходят и отходят сосуды, доставляют воздух соответствующие бронхиолы.

У детей раннего возраста все органы дыхательной системы и по строению, и по функциональным возможностям существенно отличаются от таковых у взрослых, являются незрелыми и в течение нескольких лет продолжают активно расти и совершенствоваться.

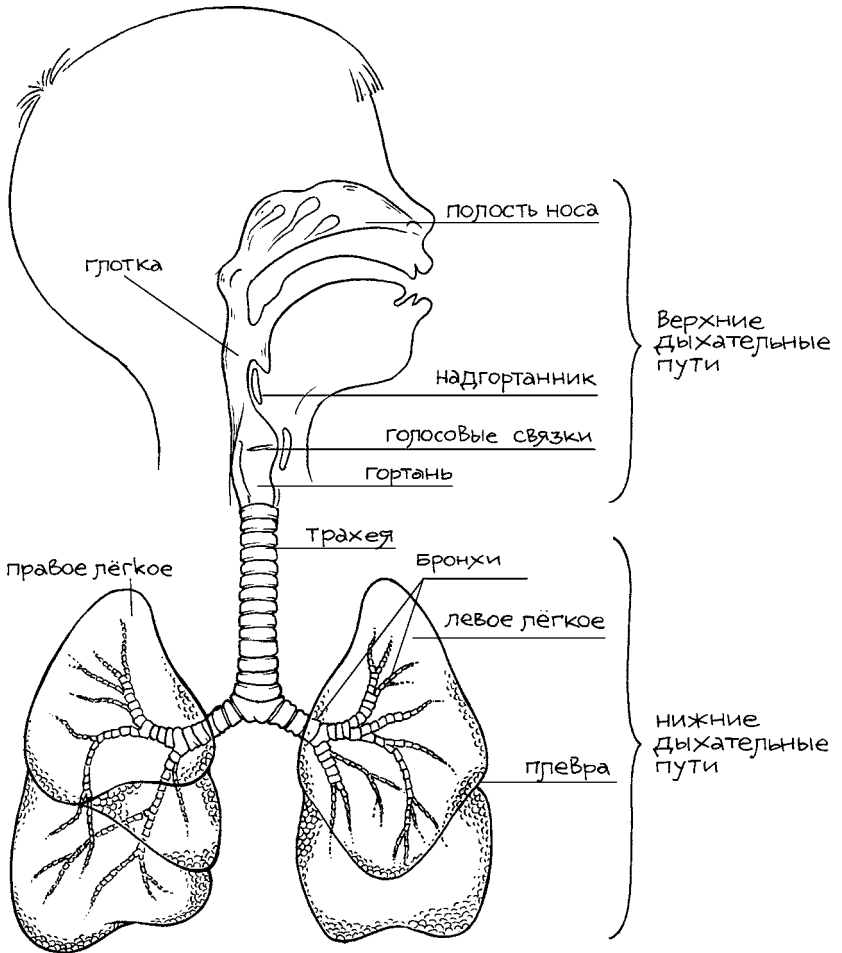
Принято считать, что формирование органов дыхания заканчивается, в основном, к семилетнему возрасту. Рост, разумеется, продолжается, но после семи лет можно говорить уже не столько об особенностях функционирования, сколько об увеличении размеров и не более того.

Тем не менее размер имеет значение. И не маленькое, мягко говоря! Ведь именно



***с относительно небольшими размерами связана главная особенность детских дыхательных путей — их узость, во много раз увеличивающая вероятность возникновения затрудненного дыхания при воспалении и скоплении слизи.***

*Слизистая оболочка дыхательных путей* также имеет свои особенности — она тонкая, легко повреждается, а вот сосудов в ней много. Сосудов много, а желез, продуцирующих слизь, мало, более того — и те железы, что есть, недоразвиты. Как следствие — и количество слизи далеко не всегда соответствует потребностям, и защитные свойства слизи, и физические характеристики слизи (вязкость, эластичность) оставляют желать лучшего. К чему это приводит, догадаться несложно: именно у детей быстро и с легко-



стью развивается воспаление, возникает отек, образующаяся слизь не выполняет своих функций, дополнительно затрудняя дыхание.

После вдоха воздух попадает в *носовые ходы*, где проходит обработку — очищается, согревается, увлажняется.

Пройдя через носовые ходы, воздух попадает в *глотку*, затем в *гортань*. Вход в гортань прикрыт *надгортанником*. Надгортанник препятствует попаданию пищи и воды в дыхательные пути — закрывает вход в гортань во время глотания и представляет собой хрящевую пластинку, которая расположена у основания языка.

В глотку воздух может попасть и через рот. Понятно, что в этом случае он (воздух) не будет обработан (т. е. не будет очищен, обогрет, увлажнен).

После глотки воздух направляется в гортань. Детская гортань состоит из тонких мышц, нежных связок и нескольких очень подвижных хрящей. Кстати, уже упомянутый нами надгортанник тоже относится к хрящам гортани. Главная физиологическая особенность гортани — она является не только органом дыхания, но и главным органом голосообразования. В просвете гортани, в самом узком ее месте, получившем название *голосовой щели*, имеются *голосовые связки*<sup>1</sup>. Натяжение связок и расстояние между ними (т. е. размеры голосовой щели) меняются, а выдыхаемый воздух создает звуки.

Продолжением гортани и началом нижних дыхательных путей является *трахея*. Трахея — трубчатый орган, состоящий из хрящевых полуколец и натянутой между ними мышечной мембраны. Пройдя по шее, трахея входит в грудную клетку и раздваивается: образует два *bronха* — правый и левый, их еще называют глав-

1

Для того чтоб быть точным до конца, следует отметить, что голосовая щель — самое узкое место гортани именно у взрослых. У детей наиболее узкое место — чуть ниже, в подвязочном пространстве, в области так называемого перстневидного хряща.

ными бронхами. Вполне очевидно, что правый главный бронх доставляет воздух в правое легкое, ну а левый — в левое. Каждое легкое делится на *доли*. В левом легком — две доли, в правом — три. Соответственно, главные бронхи делятся на бронхи долевые, а долевые — на сегментарные, поскольку доли легкого, в свою очередь, состоят из *сегментов*.

Так, постепенно делясь, увеличиваясь в количестве и уменьшаясь в диаметре, заканчиваются дыхательные пути. Самые мелкие бронхи — *терминальные бронхиолы* — доставляют воздух к *альвеолам*. Начинается газообмен.