

Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования  
«Детский оздоровительно-образовательный (профильный) центр «Крепыш»»

## Консультация для родителей

### «Мононуклеоз: определение, симптомы»

Разработала: Садовая Г.М.

медсестра

г. Новокузнецк

октябрь 2019 г.



## Мононуклеоз: определение, симптоматика

Под этим названием скрывается инфекционное заболевание вирусного происхождения, которое передается контактно-бытовым (при поцелуях, через игрушки, посуду и т.д.) и воздушно-капельным путем. Начинается заболевание незаметно и постепенно, а на каком-то этапе становится схожим с ангиной. Сначала больной ребенок жалуется на слабость, утомляемость, головные боли, тошноту, снижение аппетита, мышечные боли, а также боли в животе. Далее у него отмечаются боли в горле, которые постепенно усиливаются, увеличение миндалин, а температура тела повышается до 38-39°C. Но характерным признаком инфекционного мононуклеоза является увеличение лимфатических узлов (чаще всего “страдают” узлы, находящиеся под углом нижней челюсти, за сосцевидным отростком, шейные и затылочные), печени и селезенки. Заложенность носа и увеличение аденоидной ткани в носоглотке приводят к тому, что ребенок храпит во сне, а это, как мы знаем, детям не свойственно. Окончательный диагноз – мононуклеоз – ставят при выявлении необычной картины крови, при которой появляются особые крупные, пораженные вирусом, клетки. Речь идет о «пострадавших» лейкоцитах, которые называют атипичными мононуклеарами.

На самом деле, опытный педиатр или инфекционист уже после первого осмотра может установить диагноз. Если врач не уверен, то направит больного на анализ крови для обнаружения антител к вирусу Эпштейн-Барра, который является возбудителем мононуклеоза.

Инкубационный период может длиться как несколько дней, так и два месяца – все зависит от состояния иммунной системы ребенка. Но наиболее часто инкубационный период составляет 30-50 дней.

Мононуклеоз не носит эпидемического характера и обычно длится в течении 2-3 недель. В некоторых случаях могут присоединиться бактериальные осложнения – отит, ангина, пневмония.

После выздоровления ребенок еще в течении приблизительно года может ощущать слабость, утомляемость и даже повышение температуры тела. Из-за этого переболевших детей на год освобождают от профилактических прививок, ограничивают физические нагрузки, летом стараются максимально сократить их пребывание на солнце.

## Лечение мононуклеоза у ребенка

Какого-то особенного, специфического, лечения мононуклеоза не существует. Чтобы побороть заболевание, нужны не столько лекарства, сколько покой, диета, обильное питье, витамины и, в случае высокой температуры, жаропонижающие средства. Как видим, тактика лечения подобна той, что применяется при обычной ОРВИ. Помещение, в котором находится больной ребенок, время от времени нужно проветривать и периодически проводить там влажную уборку. Регулярно увлажняйте воздух в комнате. Облегчить носовое дыхание и не допустить пересушивания горла



можно, используя увлажнитель воздуха. В него, кстати, можно добавить эвкалиптовое или сосновое эфирное масло.

В терапии нередко используются противовирусные средства. В тех случаях, когда присоединяется бактериальная инфекция и имеют место разнообразные осложнения, назначают антибиотики. Некоторые из осложнений мононуклеоза лечатся ампициллином. Родители должны знать, что в 95% случаев прием этого антибиотика сопровождается появлением сыпи.

Чтобы снизить температуру, используют парацетамол или препараты на его основе. При этом категорически запрещается прием аспирина (его применение может спровоцировать тяжелое поражение печени и головного мозга). Чтобы уменьшить боль в горле, рекомендуется полоскание зева растворами фурацилина, йодинола и других антисептиков, разрешенных к употреблению детьми. Для облегчения носового дыхания назначают сосудосуживающие капли.

Если у ребенка наблюдается значительное увеличение селезенки и лимфатических узлов, назначают кортикостероидные гормоны (преднизолон), которые оказывают противовоспалительное действие.

Противопоказана при мононуклеозе физиотерапия и все виды прогреваний. Детей с легкими формами мононуклеоза лечат на дому, а при тяжелых формах, когда наблюдается увеличение печени и селезенки, госпитализируют в инфекционный стационар. В остром периоде заболевания, во избежание травмирования увеличенной селезенки (или ее разрывов), очень важно соблюдать постельный режим.

Лечение мононуклеоза у детей можно совмещать с фитотерапией. В этом случае эффективны разнообразные отвары. Можно взять в равных частях цветки ромашки, календулы и бессмертника, листья мать-и-мачехи, траву тысячелистника и череды. Все травы нужно перемолоть на мясорубке. Далее взять две столовые ложки смеси и залить ее литром кипятка. Отвар настаивается в термосе в течение ночи. Принимать настой необходимо за полчаса до еды по 100 мл.

Нередко детям прописывают специальную диету, которой следует придерживаться полгода-год. В это время им не разрешается ничего жирного, копченого, сладкого. Блюда должны быть достаточно «легкими» и богаты витаминами. Больному следует как можно чаще употреблять молочные продукты, рыбу, нежирное мясо, супы (желательно овощные), пюре, каши, свежие овощи и фрукты. В то же время придется отказаться от большого количества сливочного и растительного масла, сметаны, сыра, сосисок. Категорически противопоказаны при мононуклеозе: горох, фасоль, мороженое, лук, чеснок.

После выздоровления на протяжении, как минимум, 6 месяцев, ребенок наблюдается инфекционистом, чтобы не пропустить осложнения со стороны крови. Перенесенное заболевание оставляет после себя стойкий иммунитет.