

ZALECENIA □ DLA RODZICÓW DZIECI Z □ NIEDOBORAMI □ □ □ ODPORNOŚCI

Jak zadbać aby dziecko nabyło odpowiednią odporność?

Pojawienie się nawracających częstych infekcji u dzieci jest z reguły pierwszym sygnałem nieprawidłowego działania całego układu odpornościowego. Istnieje wiele przyczyn takiego stanu rzeczy jak: niedostatecznie wykształcony system odpornościowy, szkodliwe środowisko, utrzymujące się stany zapalne w organizmie, nowotwory, wirusy, chorobotwórcze drobnoustroje, niedożywienie oraz czynniki genetyczne.

Odporność to zespół reakcji obronnych organizmu, których celem jest neutralizacja lub eliminowanie obcych dla niego substancji. Ten system w życiu człowieka ciągle się rozwija aby dojść do stanu optymalnego, po czym z wiekiem stopniowo słabnie i staje się coraz mniej sprawny. Na system odpornościowy składają się elementy stanowiące o **obronie nieswoistej i swoistej**. Nieswoistym i są: skóra, błony śluzowe, substancje antybakteryjne, enzymy przewodu pokarmowego, układu oddechowego, kwas żołądkowy, bakterie przewodu pokarmowego i inne. Drugą najbardziej istotną częścią układu immunologicznego odpowiedzialną za odporność obrony swoistej są elementy skierowane przeciwko danym patogenom. Są to komórki odpornościowe (limfocyty i granulocyty, komórki żerne) oraz narządy takie jak grasica, śledziona, migdałki, węzły chłonne, pośrednio tarczyca i inne.

Kiedy można mówić o prawdopodobnych niedoborach odporności w organizmie dzieci? Według opinii specjalistów pediatrii kryterium tym jest częstotliwość zachorowań. Jeżeli dziecko zapada na infekcje przeziębieniowe, zwłaszcza dróg oddechowych częściej niż 4-6 razy w roku, przy czym nie uzyskuje się całkowitego wyleczenia, a przyczyn infekcji nie można zdiagnozować - wówczas można szukać przyczyny w nieprawidłowym działaniu systemu odpornościowego.

Organizmy dzieci w miarę dorastania zmieniają i wykształcają swoje wewnętrzne narządy budujące skomplikowany system odpornościowy (obronności swoistej i nieswoistej- wtórny i pierwotny) mający wpływ na przebieg wiele chorób.. System ten określany jako immunologiczny odpowiedzialny jest również za generowanie i utrzymywanie się przewlekłych chorób alergicznych. Chroni on organizm przed szkodliwym działaniem środowiska, zapobiega rozwojowi poważnych chorób i uszkodzeń narządów ciała ludzkiego. Najczęstszymi chorobami, których przyczyną mogą być braki odporności są **infekcje przeziębieniowe górnych i dolnych dróg oddechowych spowodowane □ głównie**

przez wirusy i bakterie

. Do najważniejszych narządów, które wytwarzają komórki limfatyczne, a także zdolne do wytwarzania odpowiednich przeciwciał odpornościowych w układzie limfatycznym zaliczamy: grasicę, układ szpiku kostnego, śledzionę, pośrednio tarczycę. U dzieci w przypadku niedoczynności tarczycy i niedoboru jej hormonów powoduje czasami kretynizm, niedorozwój umysłowy oraz upośledzenie wzrostu. Śledziona wytwarza leukocyty (białe krwinki), limfocyty (białe krwinki powstające w węzłach chłonnych, płytki czyli trombocyty (mające wpływ na proces krzepnięcia oraz komórki plazmatyczne (plazmocyty) Organ ten jest jednocześnie magazynem czerwonych krwinek, z którego organizm korzysta w potrzebie np przy większym zapotrzebowaniu na tlen

Jednym ze skutecznych sposobów stymulowania rozwoju systemu immunologicznego lub jego odbudowy, zwłaszcza odpowiedzialnego za odporność na infekcje i alergię u dzieci są **zabiegi haloterapii w grocie solnej**.

w której wytwarzany jest

aktywny suchy □ aerozol solny, który oddziałuje korzystnie zarówno na układ swoistej odporności obronnej jak też na układ obronności swoistej.

Aerozol ten musi zawierać niezbędne dla organizmu makro i mikroelementy, a wśród nich jony jodku, magnezu, bromu, potasu żelaza, cynku i inne. Aktywny suchy aerozol solny charakteryzuje się bardzo małą wielkością cząstek i ich odpowiednim rozrzutem oraz obdarzony jest ładunkiem ujemnym. Niestety jego żywotność jest krótka i wymaga on częstej wymiany. Właściwości tego aerozolu pozwalają na bezpośrednie jego dostanie się do krwi przez mikropęcherzyki płucne. Jego efektywne działanie i szybkości przyswajania biopierwiastków

przypomina zastrzyk

. Pożądanym warunkiem, ze względu na skuteczność zabiegu

jest brak ostrych infekcji

np. z dużą ilością kataralnego śluzu lub flegmy. Obecność tych wydzielin powoduje utrudnienie penetracji aerozolu do głębszych regionów drzewa oskrzelowego i płuc. Nie oznacza to że jego działanie na infekcje jest niekorzystne. Jego działanie jest zbliżone do leków ułatwiających usuwanie flegmy.

W przypadku **alergii suchy aerozol** oddziałując na śluzówkę górnych dróg oddechowych stymuluje wydzielanie flegmy i jego efektywne działanie lecznicze polega na uwalnianiu organizmu od alergenów a także blokuje ich penetrację do krwi. W leczeniu alergii istotne jest aby odbyć odpowiednią ilość zabiegów haloterapii, a w tym czasie unikać styczności ze środowiskiem alergizującym. Stąd dla powodzenia leczenia zalecane jest zdiagnozowanie rodzaju alergenów na które organizm dziecka jest wrażliwy i które to należy eliminować z otoczenia. Po odbyciu cyklu zabiegów najkorzystniej od 12-15, należy ustalić po jakim okresie nastąpi powrót objawów alergii i wówczas powtórzyć te zabiegi zwiększając je. Jeżeli nie zauważymy objawów alergii po 2-3 miesiącach wskazane jest powtarzanie cyklu zabiegów po

Odporność dzieci na infekcje i alergie

Wpisany przez Administrator
wtorek, 15 lipca 2014 22:24

3-4 miesiącach. Taki sposób postępowania daje sposobność nabywania stopniowej odporności na alergię i stwarza duże prawdopodobieństwo całkowitego ustąpienia objawów alergii lub wydłużenia okresu kiedy te objawy nie wystąpią.

Ponadto aby zwiększyć skuteczność leczenia zabiegami haloterapii w celu nabycia odporności na infekcje przeziębieniowe zaleca się:

- codzienne spożywanie **1 łyżki tranu i 1 tabl witaminy D** lub w przypadku braku tolerancji na tran - olej z czarnuszki . Przy uporczywych nawracających się infekcjach zaleca się profilaktycznie stosować 1-2 tabl dziennie Rutinoscorbin dla dzieci.
- **odpowiedni ubiór** dostosowany do zewnętrznych warunków atmosferycznych zwłaszcza temperatur Należy unikać zarówno przechłodeń jak i przegrzań. W okresie zimowym należy w pomieszczeniach mieszkalnych nawilżać ich wnętrza aby uniknąć u dzieci wysuszenia błon śluzowych, przez które to łatwo wnikają wirusy. Wymagana wilgotność powietrza, zwłaszcza w sypialni to min 40%.
- **zachowanie odpowiedniej diety** z dużą ilością jarzyn i owoców i unikanie „fastfoodów”
- **unikanie zakażeń** wirusami i drobnoustrojami chorobotwórczymi przez częste mycie rąk, zwłaszcza przed jedzeniem. Szczególnie dotyczy to dzieci które przebywają długo w tzw dużych zbiorowiskach, zwłaszcza w przedszkolach, żłobkach itp.,
- **częsty ruch i zabawy**, zwłaszcza na świeżym powietrzu, unikanie dłuższego siedzenia przy komputerze

W przypadku wystąpienia u dziecka nagłej infekcji przeziębieniowej w trakcie odbywania cyklu zabiegów nie należy wpadać w panikę. Zaleca się wówczas przerwać zabiegi, a po wyleczeniu ostrej infekcji kontynuować je w grocie solnej. Z naszych doświadczeń wynika, iż dzieci które odbyły odpowiednią ilość zabiegów haloterapii nabywając pewną odporność **nie zapadają na infekcję przez okres od 3-ch do 9-ciu miesięcy**

, a nieraz nawet dłużej, Natomiast te, które nie uzyskały jeszcze dostatecznej odporności - **przechodzą infekcję krócej i z lżejszymi dolegliwościami**

oraz nie wymagają na ogół leczenia drogimi lekami lub suplementami. Te ostatnie czasami dają pozorne ustąpienie objawów bez zwiększenia dłuższego okresu trwałej odporności. Należy pamiętać, iż każda prawidłowo wyleczona infekcja pod warunkiem braku powikłań - powoduje w konsekwencji również wytworzenie pewnej odporności immunologicznej. Wiadomo też, iż częste infekcje wskutek niedoborów odporności mogą spowodować wystąpienia w organizmie dzieci groźnych powikłań. Istotne jest więc aby niedobory te w porę likwidować oraz zapobiegać ich wystąpieniu.

Zabiegi haloterapii oraz seanse relaksacyjne są wykonywane w grocie solnej Soljamed w Jaśle

Odporność dzieci na infekcje i alergie

Wpisany przez Administrator
wtorek, 15 lipca 2014 22:24

*od poniedziałku do piątku w godzinach od 10 do 18 tej, a w sobotę i niedzielę od 11 tej do 16 tej po uprzedniej rejestracji telefonicznie- tel **692835545** lub przez zamówienie pocztą elektroniczną e-mail... biuro@soljamed.com*
[d.com](http://www.soljamed.com)

Soljamed s.c. 38-200 Jasło, ul Lenartowicza 6, www.soljamed.com