**Памятка для родителей по ветряной оспе.**

**Ветряная оспа (ветрянка) — инфекционное заболевание, отличительной особенностью которого является образование на коже специфической сыпи в виде мелких пузырьков.**

ВЕТРЯНКА – это одно из самых распространенных заболеваний, встречающихся у детей. Болеют ветрянкой только один раз, после этого у человека вырабатывается пожизненный иммунитет, причем, у детей данное заболевание протекает намного легче, чем у взрослых людей.

Причины ветряной оспы.

Ветрянка вызывается вирусом герпеса, который обладает очень высокой способностью передаваться воздушно-капельным путем от больных к здоровым не болевшим детям. Поэтому, если в течение последних трех недель (инкубационный период - от 10 до 21 дня) ребенок мог контактировать с больным (в детском саду, школе, в транспорте и других общественных местах), то вероятность заболеть ветрянкой значительно повышается. К сожалению, ветряная оспа становится заразной еще до того, как появляется сыпь, поэтому не всегда можно точно определить, был ли такой контакт. Больной начинает быть заразным для окружающих за 2 дня до появления сыпи и заразен еще в течение недели после ее появления. Восприимчивость к ветрянке особенно высока у детей в возрасте до 5 лет. Ветрянка - преимущественно детское заболевание, но не болевшие в детстве взрослые также могут заразиться ветряной оспой.

Признаки ветряной оспы у детей.

Однажды вы заметили, что на теле вашего ребенка появился прыщик, но не придали его появлению особого значения - может комар укусил, а может просто так вскочил. Прыщик быстро начал расти, увеличиваться в размерах, стал плотным на ощупь и превратился в волдырек с водянистым содержимым. Мало того, такая сыпь появилась по всему телу, прыщи выскочили и на руках и ногах, на животе и спине. При этом ребенок какой-то горячий, вялый (впрочем, температуры может и не быть), стал хуже кушать, его даже может тошнить - и все это началось за пару дней до появления первого прыща. Количество прыщиков - элементов сыпи - может увеличиваться молниеносно, а может и медленно в течение нескольких дней. Как правило, новая сыпь появляется волнами через 1 - 2 дня на протяжении недели или меньше - все зависит от иммунитета ребенка в данный момент. Каждый элемент сыпи из маленькой розовой точки превращается в округлой или неправильной формы темно-розовое пятно, возвышающееся над кожей, с уплотнением внутри и пузырьком с жидкостью снаружи. Со временем пузырек лопается и засыхает корочкой, которая отваливается, не оставляя рубцов на коже ребенка. Розовое твердое пятно на коже при этом остается и будет сходить еще долго - около 2 недель. Вновь появившиеся прыщики сыпи не такие страшные, они меньше по размеру, поскольку ребенок уже начал вырабатывать антитела к вирусу простого герпеса, вызывающего ветрянку, и они противостоят разрастанию сыпи.

Симптомы ветрянки.

Инфекция обычно начинается с легкого жара (обычно лихорадка умеренная 38—39 °С) и недомогания. Через сутки появляется сыпь. Сначала это маленькие красные пятнышки на теле, руках, ногах и лице. Вскоре пятнышки уплотняются, набухают и наполняются жидкостью, образуя пузырьки. При этом ребенок ощущает интенсивный зуд, вследствие чего постоянно стремится расчесывать пораженную кожу. Дело родителей — следить за ним и предотвращать расчесы, поскольку таким образом можно внести и дополнительную инфекцию. Жидкость в пузырьках при ветряной оспе очень заразна, так как содержит живые вирусы ветрянки. Может быть несколько волн высыпания на протяжении недели в 2—3 этапа с интервалом 1—2 дня. Каждый такой этап сопровождается повторным подъемом температуры, которая затем вновь снижается. В это время ребенок ощущает слабость, раздражительность, у него нарушаются сон и аппетит. Пузырьки подсыхают и покрываются корочкой. На 7-10-й день все пузырьки покрываются коркой, температура падает и больной перестает быть заразным.

Течение ветряной оспы.

Скрытый инкубационный период заболевания длится в среднем 2 недели, реже 10—21 день. Начало ветрянки острое, с лихорадкой - 1-2 суток. Период сыпи - 1 неделя или чуть более. По окончании периода высыпаний корочки на коже остаются еще 1 —2 недели, после чего сходят, оставляя незначительную пигментацию. Рубцы при неосложненном течении ветряной оспы не образуются. Если при расчесывании все же была занесена гноеродная инфекция, пузырьки перерождаются в гнойнички, и тогда после их исчезновения возможны остаточные явления в виде пожизненных мелких рубчиков, внешне сходных с оспенными. Выздоровление ребенка наступает не ранее 10-го дня с момента первых высыпаний. Выделение вируса прекращается после подсыхания последних элементов сыпи. Важным фактором, влияющим на тяжесть протекания ветрянки, является гигиена.

Почаще меняйте нательное и постельное белье ребенка, причем даже домашняя одежда должна быть хлопчатобумажная, с длинными рукавами и штанинами. Это предотвращает расчесывание и инфицирование здоровых участков тела. Но одевайте ребенка так, чтобы он не потел. Во время ветряной оспы нужно чаще давать ребенку пить, особенно при температуре. При температуре выше 38 - давать жаропонижающее. Температура при ветрянке может повышаться волнообразно: перед первыми высыпаниями, во время волны новых высыпаний температура может подняться снова, может быть высокая температура на весь период высыпаний. Мыть ребенка в ванне во время ветрянки не стоит, это лишь увеличит количество и размеры сыпи. Максимум - быстрый душ. Но оставлять ребенка грязным, ни в коем случае нельзя, не допускайте размачивания корочек, после - промокните полотенцем (не тереть). Мытья рук бояться не надо, мойте руки и лицо ребенка аккуратно, промокните насухо полотенцем. Берегите ребенка от сквозняков и инфекций, простуды, которые могут еще более снизить иммунитет. Помогите иммунитету, давайте ребенку витамин С, фрукты, соки, чаще бывайте на свежем воздухе, но вдали от детей, чтобы не заразить их.

Использованная литература: медицинская энциклопедия 2016 года.