

Myslím si, že to je fyziologická záležitost - používá se i termín - fyziologická nemocnost předškolních dětí . Děti v předškolním věku jsou od září do dubna prakticky pořád nemocné - buď jim něco teče z nosu nebo k tomu kašlou. Souvisí to s tím, že si děti budují vlastní imunitu - odolnost , zejména k virovým infekcím. jak přicházejí do styku s různými viry , tak onemocní a získají odolnost ke konkrétnímu viru, protože těch virů je velké množství, tak se nemocnost opakuje. Také k tomu velmi přispěla izolace dětí a rodičů minulý rok, nošení roušek u starších dětí a dospělých a tím i zvýšená nemocnost od září.

Pokud se nemocnost sníží s nástupem teplého období - duben - září, tak to nevyžaduje nějaký zásah nebo vyšetření.

U těch doplňků jsem trochu rezervovaný, kolostrum nevím , spíše si myslím, že je to takový marketing, není žádná relevantní studie, která by prokázala efekt na imunitu. Osobně doporučuji u dětí Vitamín D , má výrazný vliv na vývoj imunity, ale chce to, aby dávka byla 400 - 800 UI denně/ to znamená 1-2 kapky Vigantolu nebo jiného vitamínu D pro děti, ostatních vitamínů mají děti dost, pokud mají pestrou stravu a ovoce, není potřeba dodávat. S čím máme jako pediatři dobrou zkušenost je Imunoglukan/ výtažek z hlívy ústříčné/ - originál IMUNOGLUKAN PH4 - dává se to 1 ml/5 kg hmotnosti dlouhodobě v sezóně, pokud je dítě akutně nemocné, tak se dávka zvyšuje na 2 ml/5 kg hmotnosti (během nemoci).

Moc nedoporučuji plavání v bazénu, kde je chlorovaná voda, u malých dětí chlor narušuje slizniční imunitu v dutině ústní, ale je to moje osobní zkušenost.

Hodně důležitá je péče o nos , i když dítě není nemocné, 1-2 denně prostříknout nos mořskou vodou, protože je důležité, aby dítě dýchalo nosem , pokud má nos ucpaný a dýchá pusou, tak veškeré viry jdou rovnou do průdušek a také dítě v zimě potom dýchá přímo studený vzduch- odpadá předeřívání vzduch v nosu.

A také přirozené otužování během spánku.