

Автор:
Бадеев Владислав Александрович
ученик 3 «Б» класса
МОУ СОШ № 221 школы г. Заречный
Руководитель:
Федотова Елена Геннадьевна
учитель начальных классов
МОУ СОШ № 221 школы г. Заречный

Жить с аллергией и быть счастливым

Аллергия – это серьезное заболевание, одно из самых распространенных в современном мире, угрожающее здоровью людей, а особенно - детям! Исследование посвящено выявлению причин развития, протекания детской аллергии и формулированию правил оптимального образа жизни с данным заболеванием. В работе предложена классификация видов аллергии в зависимости от аллергенов. С учетом рекомендаций врачей разработана схема (памятка) профилактики детской аллергии, гипоаллергенная диета для младшего брата.

Во втором кассе в начале учебного года мы с одноклассниками в дневнике заполняли графу «Медицинские противопоказания». Дома мои родители сказали, что раньше в дневнике такой графы не было. При опросе школьников выяснилось, что примерно 20% в каждом классе в эту графу вписали разные аллергические противопоказания. И у моего младшего брата иногда бывают красные щечки. Мама сказала, что у него аллергия. Тогда у меня стали возникать вопросы: «Аллергия - это болезнь? Болеют только дети или взрослые тоже? И как жить с этой болезнью и быть счастливым?!»

Цель нашей работы: проследить протекание детской аллергии и сформулировать правила оптимального образа жизни с данным заболеванием.

Мы поставили следующие задачи: исследовать причины и методы лечения детской аллергии; провести наблюдение за младшим братом; выявить, как протекает заболевание; оценить эффективность лечения, предложенного врачами; составить памятку для братика.

Предмет исследования: детская аллергия.

Объект исследования: младший брат.

Для решения поставленных задач были использованы следующие методы исследования: поиск, сбор и анализ литературы по теме; наблюдение; интервью со специалистом; опрос учащихся; анкетирование.

Аллергия – это сбой в работе иммунной системы. В современных книгах по медицине [1-4] нет четкой классификации видов аллергии. Мы предприняли попытку классифицировать их в зависимости от типов аллергенов (аллерген – это все, что вызывает аллергическую реакцию):

- 1) Пищевая аллергия - реакция на пищевые продукты.
- 2) Аллергия на лекарства.

3) Бытовая аллергия (на пыль, птичий пух, шерсть домашних животных и прочее). Аллергены проникают через дыхательные пути.

4) Аллергия, вызванная аллергенами растительного и животного происхождения (у моего младшего братика аллергическую реакцию вызывают и запускают укусы комаров, которые очень активны у нас в городе в начале весны).

5) Аллергия, вызванная продуктами химического производства - профессиональная форма аллергии (маляр, парикмахер, художник и другие).

6) Аллергия, вызванная физическими факторами (солнечный свет, холод, высокую температуру, ультрафиолет).

Аллергическую предрасположенность невозможно вылечить. Но если вовремя не начать лечить аллергию, то она может перейти в хроническую форму (например, астму). Поэтому необходимо обращаться к аллергологу - иммунологу. Современная медицина предлагает такие способы борьбы с аллергией, как: профилактика болезни, лечение лекарственными препаратами и никакого контакта с аллергенами. Американские ученые предлагают лечить пищевую аллергию у детей употреблением аллергенной еды в малых дозах [5].

Аллергия у моего братика проявилась сразу после рождения (пищевая аллергия). У него краснеют щеки, становятся шершавыми ножки и ручки. Он наблюдался у педиатра и гастроэнтеролога. В ходе наблюдения установлено, что и после плановых прививок состояние его ухудшалось. В связи с этим братик наблюдался на протяжении года в Пензенской областной детской клинической больнице имени Н.Ф. Филатова (таблица 1).

Таблица 1
Наблюдения врачей за состоянием брата (выписка из медицинской карты)

Назначения / рекомендации	Диагноз, результат лечения
врач-педиатр (вел наблюдения в начале заболевания с рождения братика)	
назначил анализ кала на капрограмму.	врач поставил диагноз: диатез По результатам анализа в возрасте 2,5 месяца врач-педиатр назначил братику консультацию у гастроэнтеролога.
врач-гастроэнтеролог на приеме от 04.03.2011	
направления на дополнительные анализы: - анализ кала на дисбактериоз, - биохимический анализ крови.	врач поставил диагноз: - дисбактериоз кишечника - это нарушение равновесия микрофлоры, - лактозная недостаточность - это неспособность ферментных систем кишечника расщеплять лактозу (молочный сахар).
врач-гастроэнтеролог на приеме от 03.05.2011	
по результатам анализов врач – гастроэнтеролог назначил братику: - «Энтеросгель» ½ чайной ложки развести в 30 мл воды и по ½ чайной ложке давать 2 раза в день за 1 час до еды (10 дней); - «Зодак» по 5 капель 1 раз в день 2 недели; - «Лактозар» ½ капсула с каждым кормлением (до достижения братика 6 месяцев).	врач гастроэнтеролог отмечает, что состояние братика улучшается (записи в карточке).

врач-гастроэнтеролог на приеме от 10.05.2011	
врач гастроэнтеролог назначил братику: - УЗИ брюшной полости, - анализ кала на капрограмму.	УЗИ брюшной полости не выявило отклонений. Анализ кала на капрограмму показал плохое расщепление крахмала.
врач-гастроэнтеролог на приеме от 26.05.11	
назначил: - «Энтеросгель» ½ чайной ложки развести в 30 мл воды и по ½ чайной ложке давать 2 раза в день за 1 час до еды (10 дней); - «Лактобактерин» по 8 доз 2 раза в день перед едой 20 дней; - «Лактозар» ½ капсула с каждым кормлением (до достижения братика 6 месяцев); - для наружного лечения на сухие участки кожи «Эммолиум-крем» 2 раза в день 1 месяц; - анализ кала на капрограмму.	гастроэнтеролог подтверждает свой диагноз: - дисбактериоз кишечника, - лактозная недостаточность.
врач-гастроэнтеролог на приеме от 24.06.2011	
- «Пиобактериофаг жидкий» 5 мл 2 раза в день за 1 час до еды; - «Нормофлорин Л» и «Нормофлорин Б».	врач гастроэнтеролог отмечает, что состояние братика улучшается. Ставит диагноз: - дисбактериоз кишечника.
аллерголог – иммунолог на приеме от 07.07.2011	
дал рекомендации: - наблюдение у педиатра; - гипоаллергенная диета 3 месяца; - постель ватная; ведение дневника питания 1 мес.; - стирать детским мылом, если стиральный порошок, то «Аистенок»; не пылесосить; спать на возвышении; - массаж воротничковой зоны № 10; - «Зодак» или «Зиртек» 5 капель 1 раз в день 1 мес - «Креон-10000» по 7-8 микрограмм 2 раза в день во время приема пищи, по 2 недели 2 месяца 7 и 8 месяцы 2011 год. - «Нормофлорин Л» и «Нормофлорин Б» по назначению гастроэнтеролога - наружное лечение: «Ла-кри» 2 раза в день или «Момат-крем» 10 дней; - анализ кала на капрограмму, явка через 3 месяца.	поставил диагноз младшему брату: - атопический дерматит, - детская экзема, - контактный дерматит, - аллергия на лекарства.
врач аллерголог – иммунолог на приеме от 28.07.2011	
рекомендации врача: - наблюдение у педиатра; - гипоаллергенная диета 3 месяца; - постель ватная; - массаж воротничковой зоны № 10 3 курса лечения с интервалом в 1, 5 месяца; - прививки не проводить до сентября 2011 г.; - анализ кала на капрограмму.	поставил диагноз: - дисбактериоз кишечника
дальнейшие наблюдения заболевания вел врач-педиатр	
«Зодак» по 5 капель 1 раз в день 1 месяц по необходимости.	симптомы аллергии снижались

врач-педиатр на приеме от 22.05.2012	
дал повторное направление к аллергологу в ГБУЗ «Пензенская областная детская клиническая больница имени Н.Ф.Филатова».	состояние ухудшилось
врач аллерголог – иммунолог на приеме от 31.05.2012	
<p>Рекомендации:</p> <ul style="list-style-type: none"> - наблюдение у педиатра; - гипоаллергенная диета 3 месяца; - постель ватная; - скорлупа яиц на кончике ножа + 1 капля кислого сока (лимина); во время еды 2 раза в день 1,5 месяца; - «Зодак» или «Зиртек» 5 капель 1 раз в день 3 недели; - массаж воротничковой зоны № 10 2 курса с интервалами в 1 месяц; - «Креон-10000» по 20 микрограмм 3 раза в день во время приема пищи, по 2 недели 2 месяца 6 и 7 месяцы 2012 года; - «Нормофлорин Л» и «Нормофлорин Б» 1 месяц, повтор 1 раз в 3 месяца в год; - наружное лечение: «Ла-кри» 2 раза в день 10 дней; на сухие участки «Эммолиум-крем» 2 раза в день 1 месяц. - прививки проводить через 1 месяц после последнего высыпания на фоне «Зодак» 5 капель 1 раз в день 5 н. 	диагноз: атопический дерматит обострение.
врач окулист	
<p>Назначил лечение:</p> <ul style="list-style-type: none"> - ципромед (глазные капли) по 1-2 капли 3 раза в день не менее 7-10 дней; - офтальмоферон (глазные капли, противовирусное средство) по 1-2 капли 5 раз в день не менее 7-10 дней; - сульфацил-натрия (глазные капли) по 1-2 капли 3 раза в день не менее 5 дней; - дексаметазон-лэнс (глазные капли) по 1-2 капли 3 раза в день не менее 5 дней; - тетрациклин (мазь глазная) закладывать на ночь за нижнее веко не менее 5 дней. 	диагноз – конъюктивит
врач окулист	
<p>Назначил лечение:</p> <ul style="list-style-type: none"> - ципромед (глазные капли) по 1-2 капли 3 раза в день не менее 7-10 дней; - офтальмоферон (глазные капли, противовирусное средство) по 1-2 капли 5 раз в день не менее 7-10 дней; - эритромицин (мазь глазная) закладывать на ночь за нижнее веко не менее 5 дней. 	диагноз – конъюктивит

Замечено, что после назначенного лечения состояние братика заметно улучшалось. Данное лечение аллергии остается основным и по сей день. В ходе наблюдения установлено, что обострение аллергии наступает в феврале – марте, июле – августе. Это время профилактических прививок. А спад наблюдается осенью и в начале зимы.

Совместно с врачами выявлено, что аллергия у младшего братика связана: с плохой работой пищеварительной системы; нарушением микрофлоры кишечника; слабым иммунитетом; реакцией на профилактические прививки. Назначенное лечение и соблюдение диеты улучшают состояние братика, и рост заболевания замедляется.

Была проведена беседа с аллергологом. Врач объяснила, что сдавать анализ крови на аллергены в раннем возрасте не надо, возможны ошибочные результаты. Рекомендован массаж воротничковой зоны. Если при рождении ребенок получил травму шеи, то это оказывается на процессе усвоения пищи. Братик получил такую травму, поэтому массаж поможет восстановить кровоснабжение головного мозга и будет способствовать лучшему усвоению пищи. Врач - аллерголог отметил, что чем старше становится мой братик, тем лучше будет работать его пищеварительная система, при условии соблюдения гипоаллергенной диеты.

Для того, чтобы выяснить, что знают ученики об аллергии, было проведено анкетирование среди учащихся 2-х и 6-х классов нашей школы (таблица 2). Вот какие результаты мы получили (рисунок 2): большинство опрошенных учеников знают, что аллергия - это заболевание. На вопрос: «Болеете ли Вы аллергией или Ваши родные и близкие?» школьники 2-х классов дали больше положительных ответов, по сравнению со старшеклассниками. Это подтверждает тот факт, что аллергия «молодеет».

Таблица 2

Анкета

Ответьте, пожалуйста, на вопросы анкеты.

Вариант ответа «Да» или «Нет» - обведите в кружок или поставьте галочку.

Вопросы		Ответ	
1	Аллергия - это заболевание?	Да	Нет
2	Болеете ли Вы аллергией или Ваши родные и близкие?	Да	Нет
3	Знаете ли Вы причины аллергии?	Да	Нет
4	Можно ли по внешнему виду определить, что человек болен аллергией?	Да	Нет
5	На Ваш взгляд, что может помочь при лечении аллергии:		
	а) правильная диета,	Да	Нет
	б) чистота в доме,	Да	Нет
	в) прием лекарственных средств,	Да	Нет
	г) повышение иммунитета?	Да	Нет
6	Вы знаете виды аллергии?	Да	Нет
	Если «Да», то укажите, какие виды аллергии Вы знаете:		

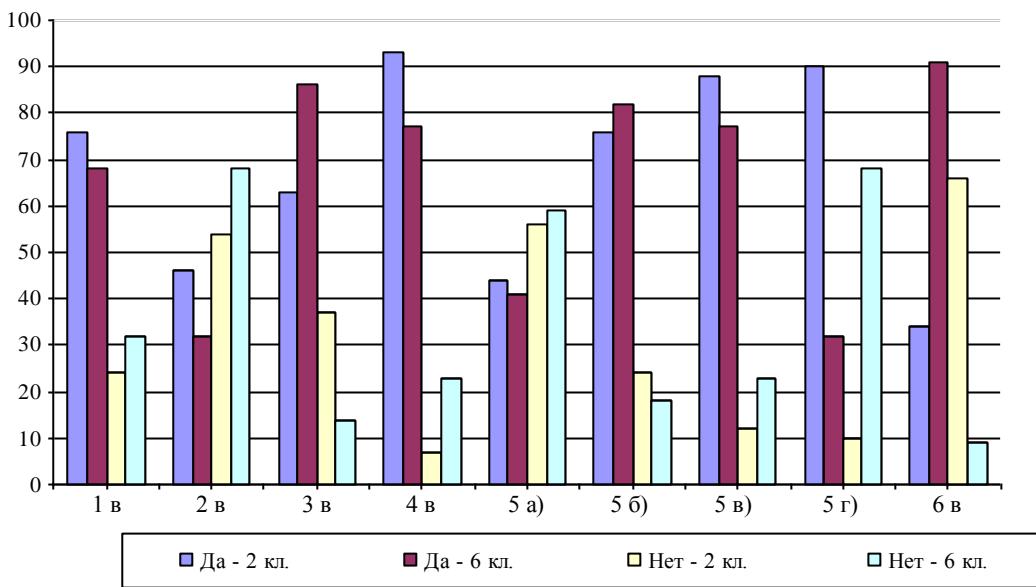


Рис. 1 - Результаты анкетирования учащихся

Знают причины аллергии 63% учеников 2-х классов, 86% учеников 6-х классов. Большинство учеников утверждают, что по внешнему виду можно определить, что человек болен аллергией: 93% учеников 2-х классов и 77% - учеников 6-х классов. Чуть больше половины опрошенных полагают, что правильная диета не влияет на лечение аллергии. Как показало наше исследование, это ошибочное мнение. Дети 8-9 лет лучше знают, что аллергия связана со слабым иммунитетом и для лечения данного заболевания необходимо его повышать. По результатам проведенного анкетирования мы рекомендуем ученикам и младших, и старших классов читать больше литературы по данному заболеванию, а также чаще наблюдать у врачей.

В результате проделанных исследований мы пришли к следующим выводам:

- I) аллергия – это серьезное заболевание;
- II) чтобы помочь малышу, следует проводить своевременную диагностику и строго следовать назначениям врачей;
- III) выявлено, что аллергия у братика связана с нарушением работы кишечника, слабым иммунитетом, укусами комаров и с профилактическими прививками;
- IV) проведена беседа-интервью с аллергологом – иммунологом, получены нужные рекомендации;
- V) с учетом рекомендаций врачей нами разработана схема (памятка на будущее) профилактики аллергии у моего брата:
 - 1) Наблюдение у педиатра;
 - 2) Гипоаллергенная диета постоянно в течение 6-12 месяцев;
 - 3) Использование ватной постели; спать на возвышении;
 - 4) Детские вещи стирать детским мылом или детским порошком «Аистенок»;
 - 5) Редко пылесосить; чаще проводить влажную уборку;

6) Лекарственные препараты и биологические добавки (по назначению врачей) ;

8) Массаж воротничковой зоны № 10 4 курса с интервалами 1 раз в квартал в течение года при возрасте 1,5-2,5 лет;

9) Прививки проводить через 1 месяц после последнего высыпания на фоне «Зодак»* 5 капель 1 раз в день 5 дней.

VI) с учетом рекомендаций врачей нами разработано меню для моего младшего брата (таблица 3).

Таблица 3
Примерное меню для младшего брата с учетом гипоаллергенной диеты

День недели	Завтрак – 8 ч	Обед – 12 ч	Полдник – 16 ч	Ужин – 19.30-20 ч	Ночное кормление – 21.00-21.30 ч
Понедельник	Каша рисовая (на воде с молоком) Булочка с маслом, кусочек сыра Фруктовый сок или компот (яблоко, груша, крыжовник)	Щи с мясом Рыбное суфле с овощами Кусочек хлеба Детский чай	Пудинг, печенье Компот из свежих фруктов	Овощное рагу Фруктовый сок или компот	Кефир
Вторник	Каша овсяная (на воде с молоком) Булочка с маслом, кусочек сыра Фруктовый сок или компот (яблоко, груша, крыжовник)	Картофельный суп с мясом Хлеб Детский чай	Йогурт, печенье Компот из свежих фруктов	Картофельное пюре Перепелиное яйцо Фруктовый сок или компот	Кефир
Среда	Каша «Дружба» гречневая + овсяная Булочка с маслом, кусочек сыра Фруктовый сок или компот (яблоко, груша, крыжовник)	Рисовый суп с мясом Хлеб Детский чай	Пудинг, печенье Компот из свежих фруктов	Творожная запеканка Фруктовый сок или компот	Кефир
Четверг	Каша «Дружба» кукурузная + овсяная Булочка с маслом, кусочек сыра Фруктовый сок или компот (яблоко, груша, крыжовник)	Суп рыбный Мясное суфле с овощами Хлеб Детский чай	Кефир, кукурузные палочки Компот из свежих фруктов	Каша (рисовая, гречневая, кукурузная или овсяная) Фруктовый сок или компот	Кефир
Пятница	Каша рисовая (на воде с молоком)	Рассольник с мясом	Йогурт, печенье	Овощное рагу Перепелиное	Кефир

	Булочка с маслом, кусочек сыра Фруктовый сок или компот (яблоко, груша, крыжовник)	Котлета паровая с картофельным пюре Хлеб Детский чай	Компот из свежих фруктов	яйцо Фруктовый сок или компот	
Суббота	Фруктовый плов Булочка с маслом, кусочек сыра Фруктовый сок или компот (яблоко, груша, крыжовник)	Суп картофельный с мясными фрикадельками Рыбное суфле с овощами Хлеб Детский чай	Пудинг, печенье Компот из свежих фруктов	Каша (рисовая, гречневая, кукурузная или овсяная) Фруктовый сок или компот	Кефир
Воскресенье	Каша «Дружба» гречневая + овсяная Булочка с маслом, кусочек сыра Фруктовый сок или компот (яблоко, груша, крыжовник)	Щи из свежей капусты Хлеб Детский чай	Кефир, кукурузные палочки Компот из свежих фруктов	Творожная запеканка Фруктовый сок или компот	Кефир

Всем известно, что болезнь легче предупредить, чем вылечить. Мы должны как можно больше знать об аллергии, чтобы быть готовым оказать помощь больному. Практическая ценность моей работы заключается в том, что мы выработали для моего младшего братика комплекс мер профилактики аллергии, модель поведения, памятку на будущее, которые помогут ему бороться с данным заболеванием. А я ему буду в этом помогать!

В заключение необходимо отметить, что вылечиться от аллергии полностью нельзя. Но можно жить счастливо и быть успешным, если внимательно относиться к своему здоровью! Будьте здоровы!

Список литературы

1. Аллергические болезни у детей / Под редакцией М. Я. Студеникина, И. И. Балаболкина. - М., 1998.
2. Балаболкин И.И. Аллергия у детей и экология // Российский педиатрический журнал.– 2002. – № 5. – С. 4 – 8.
3. Батырев М.И. Пищевая аллергия у детей. – СПб.: Издательский дом «Нева», 2004. – 128 с.
4. Лич П. Младенец и ребенок: От рождения до пяти лет / Пер. с англ. – 2-е изд. – М.: Педагогика, 1988. – 320 с.
5. Медицинский портал Пензы [Электронный ресурс] / Режим доступа: URL: <http://medpnz.ru/list.php?c=allergologiya>