

Причина кашля - сухость воздуха?

Ежегодно я с ужасом ждала наступления зимнего периода. В этот сезон вот уже на протяжении четырёх лет моя дочь постоянно болеет. Вернее, болеет она не всегда, а вот кашляет практически постоянно. Что мы только не предпринимали, какие только лекарства, выписанные врачами, мы не пили, ничего не помогало. Изредка улучшения наступали, но ненадолго. Через пару дней всё начиналось заново.

Наша квартира стала похожа на аптечный киоск, а я стала разбираться во всех наименованиях лекарств от кашля. Я знала практически все, так как каждый раз врач выписывал новые. Я могла давать советы подругам по лечению их детишек, причём их ребятки вылечивались очень быстро. Для нас же всё было не на пользу. Что пили мы их, что нет, результат был одинаковый. Врачи помочь ничем не могли, они просто пожимали плечами и никаких советов не давали. Наверное, нам не очень повезло.

Совсем отчаявшись, я начала искать различную информацию о нашем заболевании. Простудировав множество книг, прочитав немереное количество журналов по данной тематике, я сделала вывод, что у нас кашель не простудный. Либо он из-за аллергии, либо была какая-то иная причина, которую мне предстояло вычислить.

Для начала я решила выяснить, есть ли у моего ребёнка аллергия, и если есть, то что является причиной.

Когда я в поликлинике заявила об этом врачу, она лишь недоумённо на меня посмотрела и сказала, что не видит ничего страшного – болеет ребёнок, как все дети. А то, что за всю зиму мы ни разу не катались на санках, это нормально, так бывает. Я ведь вызывала врача только тогда, когда мне надо было, чтобы послушали дыхание дочки, когда у меня появлялось какое-то сомнение насчёт наличия хрипов, потому что по лечению никакой новой информации я не получала. Доказать, что дочка кашляет постоянно, я не могла, да и не видела особой надобности в этом.

Позвонив в бесплатную консультацию в Институт аллергологии, я узнала, что очередь к бесплатному врачу больше месяца. А ещё оказалось, что анализы-то всё равно платные. Во всяком случае, когда я спросила, можно ли сделать бесплатный анализ на наличие

аллергии на нашу собаку, мне ответили, что можно, только надо взять с собой около одной тысячи рублей за этот анализ...

Не очень поняв, в чём эта бесплатность заключается и зачем мне ждать целый месяц, если в платном институте тот же анализ стоит 400 рублей и запись уже на этой неделе, я отправилась в платное отделение. Исключив всевозможные аллергические реакции, я стала размышлять, почему у нас кашель именно зимой?

И тут мне в голову пришла гениальная мысль... Сухость в помещении из-за работающих батарей. Прочитав множество литературы по этому поводу, я для себя открыла, что недостаточная влажность воздуха в помещении, особенно в детской комнате, может привести к снижению иммунитета, насморку, покашливаниям. Кроме нашей проблемы, сухость воздуха приводит к пересушиванию кожи, что создаёт дискомфорт, а также снижает защитные функции организма, особенно детского. Кроме того, «благодаря» сухому воздуху аллергены не оседают на пол, где их легко смыть влажной тряпкой, а легко перемещаются в помещении, без труда залетая в носики и горлышки нашим неокрепшим детишкам (к данным аллергенам относятся: пыльца растений, шерсть животных, а также основная беда, которая есть в любой квартире, – домашняя пыль). В свою очередь, эти аллергены сами по себе тоже могут привести к кашлю и другим отрицательным последствиям.

Я достала из кладовки увлажнитель, подключила его, и уже в первую же ночь дочь проспала до утра, не кашлянув ночью ни разу. На следующий день кашель повторился. Недолго думая, я заказала на дом гигрометр. Когда я его включила, ужаснулась. Влажность после двух дней работы увлажнителя была 35%, это при норме не менее 50% для ребёнка. Можете себе представить, в какой сухости росла моя дочь? В пустыне, между прочим, влажность 25%, я думаю, что в квартире было не больше. В тот же день я купила более мощный увлажнитель воздуха, который решил нашу проблему.

Для чего я написала всё это? Если бы кто-нибудь вовремя подсказал нам, что надо следить за влажностью в помещении, если бы мы уделили этому вопросу больше внимания, то не было бы наших многочисленных проблем со здоровьем дочери, не было бы наших бессонных ночей! Если хотя бы одному человеку поможет данный рассказ, значит, я писала его не зря!

Здоровья Вам и Вашим близким!

Причина кашля - сухость воздуха

Автор: admin

24.03.2012 21:29 -

Автор - **Нина Гринченко**

[Источник](#)