

Скоро в детский сад и школу: как укрепить иммунную защиту?

Как гласит хорошо известная поговорка, сани нужно готовить еще летом. Это же прекрасное и беззаботное время года можно с успехом использовать для укрепления иммунной защиты детского организма и подготовки ребенка к посещению организованного детского коллектива. Ответственные родители задаются вопросом о том, как сделать так, чтобы их ребенок, которому уже осенью предстоит в первый раз пойти в детский сад или школу, был готов к этому психологически, быстро адаптировался в детском коллективе и как можно реже болел. Кто-то старается оздоровить летом ребенка на море, кто-то использует летнее время для интенсивных учебных занятий по подготовке к школе. Однако ни в том, ни в другом случае не стоит забывать об укреплении иммунной защиты организма ребенка. О том, как это можно сделать, мы и расскажем в данном обзоре.

Как хорошо известно практикующим педиатрам, острым респираторным инфекциям (ОРИ) наиболее подвержены дети в возрасте 2-6 лет, иммунная система которых находится в стадии формирования, дети, посещающие организованные коллективы, дети с аллергической патологией и с очагами хронической инфекции в носоглотке (Г.И. Смирнова, 2011). Именно поэтому в этой возрастной категории детей, которым предстоит начать посещение организованных детских коллективов (а значит и контактировать с на порядок большим количеством респираторных вирусов и бактериальных патогенов), приоритетное значение имеет своевременное проведение мероприятий, способствующих укреплению неспецифической иммунной защиты организма.

Программы неспецифической иммунопрофилактики и иммуно-реабилитации должны включать в себя нормализацию питания, режима дня, рациональное закаливание, санаторно-курортное лечение, а также использование препаратов натурального происхождения, влияющих на неспецифическую иммунную резистентность организма ребенка. Особой проблемой современной педиатрии является комплексная иммунореабилитация часто болеющих детей, склонных к рецидивирующим респираторным инфекциям, поскольку именно у них зачастую значительно снижается активность иммунитета и формируются хронические заболевания органов дыхания, а также детей с теми или иными хроническими соматическими заболеваниями. Известно, что частые, длительные и тяжелые ОРИ могут приводить к нарушению физического и психо-психического развития детей, способствовать нарушениям адаптации ребенка к социуму ввиду систематических пропусков занятий в школе или детском саду и ограниченности общения со сверстниками, а также развитию ряда педагогических проблем (в частности, плохой успеваемости).

В настоящее время все большее внимание ученых и практикующих педиатров привлекают возможности профилактики ОРИ и реализации комплексных программ иммунореабилитации с использованием растительных лекарственных средств. При этом на современном этапе развития медицины и фармации речь идет в первую очередь о применении стандартизированных фитопрепаратов, разработанных на основе современных технологий, самой передовой из которых можно по праву назвать концепцию фитонинга. Последняя подразумевает использование инновационных технологий и современных научных методов (инжиниринг) с целью создания стандартизированных многокомпонентных высококачественных фитопрепаратов, содержащих строго дозированное количество биологически активных веществ лекарственных растений и характеризующихся максимально прогнозируемой биологической эффективностью и безопасностью. Именно таким лекарственным средством, по праву заслужившим доверие врачей Европы и Украины, является Имупрет® («Бионорика», Германия) – комплексный препарат растительного происхождения, в состав которого входят стандартизованные растительные компоненты: корень алтея, цветки ромашки, трава хвоща и тысячелистника, одуванчик, листья ореха и кора дуба. Компоненты, входящие в состав препарата Имупрет®, проявляют комплексную фармакологическую активность (табл.). Убедительно доказанные на сегодняшний день разнонаправленные эффекты препарата Имупрет® – иммуномодулирующий, противовоспалительный, обволакивающий, антибактериальный и противовирусный – обосновывают его применение не только в качестве средства терапии заболеваний верхних дыхательных путей, но и с целью неспецифической иммунопрофилактики ОРИ у детей. С 1997 г. этот препарат хорошо известен украинским врачам под названием Тонзилгон Н, а в 2007 г. он был перерегистрирован под названием Имупрет®, что отражает его главный – иммуномодулирующий – эффект.

Имупрет® оказывает иммуномодулирующее и противовоспалительное действие: повышает фагоцитарную активность

макрофагов, гранулоцитов, увеличивает скорость разрушения фагоцитированных микроорганизмов, снижает проницаемость капилляров, уменьшает отек слизистой оболочки дыхательных путей. Поскольку в составе препарата Имупрет® содержатся флавоноиды, он также обладает выраженными антиоксидантными свойствами (Е.П. Карпова, Э.Ф. Фейзуллаев, 2012). Противовирусный эффект препарата был оценен в группе часто болеющих детей (Г.И. Смирнова, 2001). Было установлено, что прием этого лекарственного средства способствовал повышению противовирусного иммунитета в данной группе детей за счет увеличения продукции α- и γ-интерферонов. На фоне лечения также был подтвержден иммуномодулирующий эффект препарата у часто болеющих детей в виде повышения фагоцитарной активности лейкоцитов, улучшения функционального состояния иммунитета за счет увеличения уровня секреторного иммуноглобулина А и лизоцима в слюне, повышения концентрации антител группы А и М в сыворотке крови и уменьшения дисглобулинемии.

Имупрет® удобен в применении у детей разных возрастных групп, поскольку выпускается как в форме таблеток, так и в виде капель, не вызывающих у ребенка неприятных вкусовых ощущений при приеме.

Профилактика ОРИ и заболеваний ЛОР-органов

К возбудителям ОРИ относится огромное число микроорганизмов – с учетом отдельных серотипов их насчитывается более 200 видов (М.В. Гарашенко, 2011). Однако основными возбудителями ОРИ бесспорно являются вирусы: риновирусы, аденовирусы, вирусы гриппа и парагриппа, респираторно-синцитиальный вирус и др. Следует отметить, что грипп и острые респираторные вирусные инфекции (ОРВИ) в настоящее время остаются практически неконтролируемыми вследствие значительной изменчивости антигенной структуры вирусов гриппа и гетерогенности группы респираторных вирусов. Для специфической профилактики гриппа используется вакцинация, однако нестабильность генома вирусов гриппа, а также многочисленность других возбудителей ОРВИ и их серотипов препятствуют созданию эффективных универсальных вакцин. В связи с этим практикующие врачи широко используют возможности неспецифической профилактики ОРИ, которая предполагает в том числе и назначение препаратов природного или синтетического происхождения, повышающих общую иммунную резистентность организма.

Эффективность препарата Имупрет® в качестве средства экстренной неспецифической профилактики гриппа и ОРВИ изучалась в открытом контролируемом проспективном рандомизированном клинико-эпидемиологическом исследовании (М.В. Гарашенко, 2011) с участием 150 детей младшего школьного возраста (6-10 лет). Имупрет® назначался курсом 25 дней. Было показано, что в период эпидемии ОРВИ заболели только 16% детей, получавших Имупрет®, тогда как в группе детей, не получавших никакой профилактики – 58%. Таким образом, курсовой прием препарата Имупрет® обеспечил высокую степень защиты от ОРВИ у детей младшего школьного возраста даже в ситуации экстренной профилактики. Заболеваемость среди детей, получавших препарат, снизилась в 3,6 раза по сравнению с группой детей, не получавших профилактических препаратов. Среднее число пропущенных по болезни дней школьных занятий на фоне приема препарата уменьшилось в 1,5 раза. Кроме того, значительно сократилась (в 4,3 раза) частота случаев тяжелого течения ОРИ (с 56 до 13%).

Интересные результаты также были получены Е.Ю. Радциг и соавт. (2011), которые провели оценку профилактической эффективности препарата Имупрет® при его пролонгированном (в течение 1 мес) приеме у детей в группах восстановительного лечения дошкольного детского учреждения в период эпидемического подъема заболеваемости ОРИ. В исследовании участвовало 50 детей

в возрасте 3-6 лет (27 мальчиков и 23 девочки). Все дети относились к категории часто болеющих и посещали отделение восстановительного лечения (дневной стационар) на базе детского сада. Препарат Имупрет® назначали перорально в дозе 10 капель 3 р/день в течение 1 мес. Анализ данных показал, что среди детей, принимавших исследуемый препарат, отмечено снижение заболеваемости ОРИ в 1,71 раза. При этом в группе сравнения не было зафиксировано статистически достоверного снижения заболеваемости. Отличная и хорошая переносимость препарата была отмечена в 98% случаев. Результаты проведенного исследования позволяют рекомендовать препарат Имупрет® для профилактики сезонного всплеска ОРИ у детей, в том числе в организованных детских коллективах.

Профилактическое применение препарата Имупрет® (в комбинации с известным фитопрепаратом Синупрет®) оказалось особенно эффективным у дошкольников с такой функциональной патологией лимфоузлов, как гипертрофия глоточных и небных миндалин. Известно, что барьерная функция этих органов особенно напряжена в дошкольном возрасте, когда круг общения ребенка существенно расширяется (прежде всего в связи с началом посещения организованных детских коллективов) и, естественно, при столь значительной функциональной нагрузке происходит гипертрофия лимфоидных органов. При выраженной гипертрофии миндалин они становятся благоприятной средой для персистенции вирусов и бактерий, вследствие чего формируется очаг хронического воспаления, ослабевает локальная иммунная защита и закономерно повышается заболеваемость ОРИ. В ходе клинического исследования с участием 55 посещавших детский сад детей в возрасте 3,5-4 года с гипертрофией глоточных и небных миндалин, за которыми осуществлялось длительное последующее наблюдение (вплоть до достижения возраста 5,5-6,5 года), было показано, что комплексная курсовая фитопрофилактика с включением препарата Имупрет® обеспечивала значимое снижение количества эпизодов ОРИ в течение всего периода последующего наблюдения – с 7-8 до 1-3 р/год. При этом в группе контроля, не получавшей фитопрепараты, отмечалось сохранение высокой заболеваемости ОРИ, а в периоды отсутствия острых симптомов – постоянное затруднение носового дыхания и скудное слизистое отделяемое из полости носа (Т.Е. Привалова и соавт., 2009).

Море + Имупрет® = отличное сочетание!

Одним из основных методов реабилитации часто болеющих детей и детей с хронической патологией органов дыхания и ЛОР-органов является санаторно-курортное оздоровление. Действительно, сочетание целебных сил природы (таких как морская вода, чистый воздух и солнечные ванны) с грамотными подобранными специалистом физиотерапевтическими процедурами, проводимыми в условиях детского санатория, может обеспечить хороший реабилитационный и профилактический эффект. Однако всем родителям и педиатрам известна столь частая ситуация, когда ребенок, сменивший климатическую зону и прибывший в санаторий с целью оздоровления, внезапно заболевает ОРИ. Соответственно, в таком случае любые физиотерапевтические процедуры становятся противопоказанными, и вместо отдыха и санаторно-курортного лечения приходится проводить терапию возникшего острого заболевания. Дело в том, что у часто болеющих детей и у детей с хронической патологией органов дыхания и ЛОР-органов часто наблюдается изменение ряда показателей иммунограммы, свидетельствующее о вторичном иммунодефиците. Когда такой ребенок попадает в условия, требующие адаптации к смене климата и привычной среды, иммунная система зачастую дает «сбой», и детский организм становится особенно чувствителен к различным патогенам, в первую очередь – респираторным. В этой ситуации полезным может быть заблаговременное курсовое применение фитоиммуномодулятора Имупрет®, который способствует активации неспецифических факторов защиты организма за счет повышения фагоцитарной активности макрофагов и гранулоцитов. Эффективность этого препарата в комплексе профилактических мероприятий на этапе санаторно-курортного лечения и реабилитации подтверждается данными клинических исследований. Так, было показано, что применение препарата Имупрет® у пациентов с хроническим тонзиллитом в стадии ремиссии на этапе санаторно-курортного лечения способствовало выполнению в полном объеме индивидуального комплекса восстановительного лечения и позволило значительно снизить (в 3 раза) внутрисанаторную заболеваемость детей ОРВИ, в том числе – частоту развития среднетяжелых форм данных заболеваний (Е.И. Кондратьева и соавт., 2010).

Таким образом, включение фитоиммуномодулятора Имупрет® в комплекс профилактических и реабилитационных мероприятий как у практически здоровых детей, так и у детей с частыми рецидивирующими респираторными заболеваниями и хронической соматической патологией, позволяет укрепить неспецифическую иммунную защиту и открывает реальный путь к оздоровлению перед таким непростым и стрессовым событием, как начало посещения организованного детского коллектива.

Подготовила Елена Терещенко

Таблица. Основные эффекты растительных компонентов, входящих в состав препарата Имупрет® (Е.Ю. Радциг и соавт., 2011)

Компоненты	Ингредиенты	Эффекты				
		противовоспалительный	иммуномодулирующий	обволакивающий	антибактериальный	другие
Корень алтея	Муцины, полисахариды		+			Снимает раздражение
Цветки ромашки	Эссенциальные масла, полисахариды, флавоноиды	+	+		+	Дезодорирует
Трава хвоща	Кремниевая кислота, сапонины, флавоноиды	+	+			
Листья ореха	Танины, эссенциальные масла	+		+	+	
Трава тысячелистника	Горечи, хамазулен, азуленогены	+		+	+	Холеретик, спазмолитик
Кора дуба	Танины			+		Вирусостатик
Трава одуванчика	Горечи, производные стеролов	+				Диуретик