



**Lietuvos vaikų imuniteto kreivė krenta žemyn, o tai lemia didesnę jų sergamumą, pastebi gydytojai ir vaistininkai. Jų teigimu, jau darželinukų amžiuje daugėja alergijų, stuburo iškrypimų, trumparegystės, bronchinės astmos atvejų, mažyliai dažniau ir ilgiau serga peršalimo ligomis.**

Visais laikais vaikai sirgdavo pakankamai dažnai, o sergamumo pikas pasiekiamas, kai pradedamas lankyti darželis. Tuomet prasideda sloga, kosulys, ausų uždegimai, virškinimo sutrikimai. Tai natūralu, vieni serga daugiau, kiti mažiau. Tačiau pastaruoju metu pastebime, kad daugėja vaikų, kurie serga, rodos, ištiesai. Plečiasi ir darželinukų ligų spektras.

Lyginant su praėjusiu dešimtmečiu, darželinukų amžiaus vaikus dažniau puola alerginiai dermatitai, alerginės slogos, bronchinės astmos, dažnėja ir sunkėja paprasčiausios peršalimo ligos, taip pat drastiškai mažėja pacientų, turinčių stuburo bei regos problemų, amžius.

Šioms ligoms atsirasti ir plisti sąlygas sudaro šiuolaikinis gyvenimo būdas: nekokybiški ir cheminių priedų kupini maisto produktai bei žalingi mitybos įpročiai, didelis oro užterštumas, mažas fizinis judrumas, galima paminėti ir per ilgą sėdėjimą prie kompiuterio, pernelyg sunkias mokyklinės kuprines. Visa tai lemia imuniteto pokyčius bei trikdo harmoningą vaiko augimo raidą.

Atkreiptinas dėmesys ir į tėvų daromas klaidas. Neretai tėveliai atžalą maitina ne tuo, kas sveika, o tuo, kas skanu. Traškučiai, limonadai, saldainiai, greitas maistas – tik kalorijos, bet ne nauda. Daugelis mamų bijodamos, kad vaikas neperšaltų, per daug prirengia vaikus, šie sukaista, suprakaituoja ir vis tiek serga. Būtinai sveikas grūdinimas, žinoma, proto ribose. Be to, negaluojančio vaiko negalima vesti į darželį, leisti į mokyklą, jis pirma būtinai turi pasveikti.

Parašė Romana

Pirmadienis, 09 Birželis 2014 09:11

---

Universalaus metodo, kaip išvengti populiariausių vaikiškų ligų, nėra. Tačiau viso ko pagrindas - mažylių imuniteto stiprinimas natūraliais būdais bei prevenciniais preparatais, sveika mityba, dažnas buvimas gryname ore, reguliarus judėjimas.