

Приложение К

Лечение и профилактика при гриппе и назофарингите

Дети гораздо чаще взрослых болеют простудными заболеваниями. Этот факт известен многим. С началом холодного сезона большинство родителей сталкиваются с проблемой – ребенок плохо себя чувствует, повышена температура, насморк, кашель. Причиной этих симптомов могут быть простуда, назофарингит, ОРВИ или грипп.

Целью является исследование эффективности фитотерапии при заболевании назофарингитом и гриппом учеников 5 «А» класса.

Проанализируем заболеваемость учеников 5 «А» класса в 2016 году.

По данным поликлиники и МБОУ «Средней школы № 121» в 2016-2017 учебном году (период: ноябрь - апрель) заболеваемость учеников 5 «А» класса выглядит следующим образом (таблица 1).

Таблица 1 – Перечень заболеваний 5 «А» класса в 2016-2017гг.

№ п/п	ФИО	Назофарингит	ОРВИ	Грипп
1.	Антипова Н.В.	да		
2.	Архипов Д.С.		да	
3.	Баранов Н.Д.	да		
4.	Васильев Е.С.	да		да
5.	Васильева О.Ю.	да	да	
6.	Дерунов Е.Д.		да	да
7.	Елкина Ж.Н.	да	да	
8.	Железняков В.К.			
9.	Зайцева А.А.			да
10.	Заметалов В.П.		да	
11.	Зурабин К.Н.	да	да	
12.	Ипполитова Л.В.	да		да
13.	Козлова П.О.		да	
14.	Лебедев В.Н.			

15.	Миронова О.Д.	да	да	
16.	Мирошкин Д.Л.		да	
17.	Новиков Н.А.			
18.	Опышкина Е.Р.	да		
19.	Романова Н.П.			
20.	Смирнов Ф.Ю.			да
21.	Тараканов П.Р.	да	да	
22.	Тихомиров Г.Л.			
23.	Турчинов П.Д.	да		
24.	Уткина П.Д.	да		
25.	Финогенов М.С.	да	да	
26.	Шишкина Е.А.		да	

Таким образом, в 2016-2017 учебном году заболеваемость учеников 5 «А» класса распределилась по итогу следующим образом (таблица 2)

Таблица 2 – Сводный перечень заболеваний 5 «А» класса в 2016-2017гг.

№ п/п	Заболевание	Количество
1	Назофарингит	13
2	ОРВИ	12
3	Грипп	5
	ИТОГО	30

Если данные выразить в диаграмме, то мы можем увидеть следующее (рисунок 5).

Для того, чтобы снизить процент заболеваний среди учеников 5 «А» класса мы совместно с администрацией школы и родителями решили провести экспериментальное исследование в период с июля по январь.

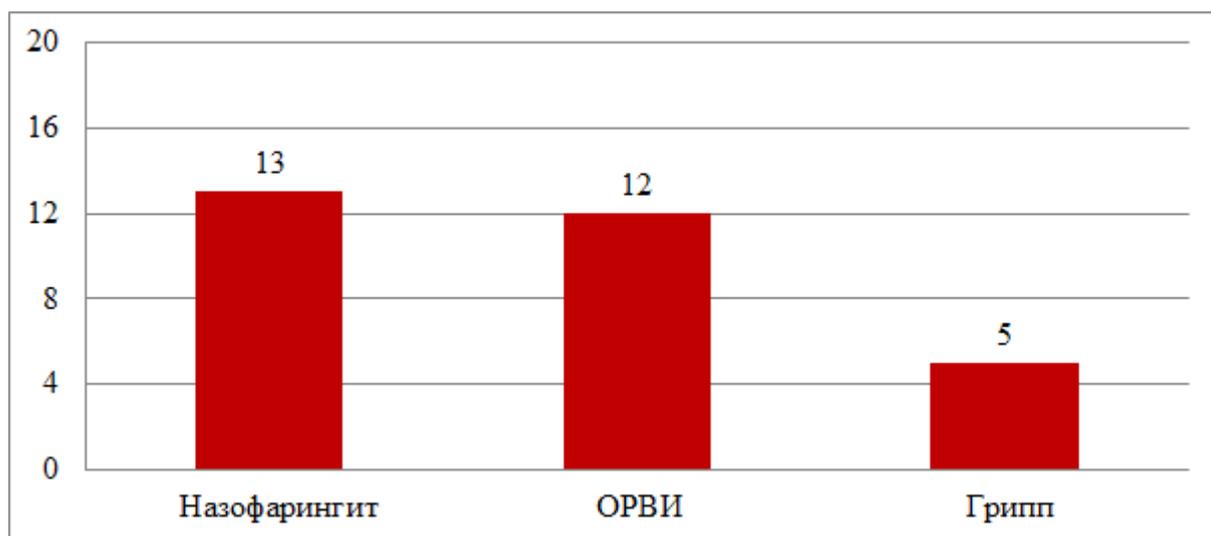


Рисунок 5 – Количество заболеваний в 2016-2017гг.

В качестве профилактики мы выбрали такие формы как:

1. Полоскание горла и полости рта отварами ромашки. Данную профилактику дети проводили вместе с родителями утром и вечером (в выходные - 4 раза в день). В том числе во время заболевания.

2. Фиточай с листьями брусники, черники, малины, ежевики, черной смородины и шиповника. Данную профилактику дети проходили в школе в мед. кабинете, по выходным - дома с родителями 1 раз в день. Точную дозировку и рецепт составила мед. работник школы. В том числе во время заболевания.

3. Смазывание носоглотки масляными вытяжками или эмульсиями водного экстракта трав с растительными маслами, лучше оливковым, кукурузным или светлым рафинированным подсолнечным. Данную профилактику дети делали вместе с родителями утром и вечером. В том числе во время заболевания.

Все ребята, родители и представители школы добросовестно выполняли все условия эксперимента в течение установленного времени.

Мы повторно запросили данные поликлиники и МБОУ «Средней школы

№ 121« за 2017-2018 учебный год (период: ноябрь - апрель) по заболеваемости учеников 5 «А» класса. Статистика выглядит следующим образом (таблица 3).

Таблица 3 – Перечень заболеваний 5 «А» класса в 2016-2017 гг.

№ п/п	ФИО	Назофарингит	ОРВИ	Грипп
1.	Антипова Н.В.	да		
2.	Архипов Д.С.		да	
3.	Баранов Н.Д.			
4.	Васильев Е.С.	да		
5.	Васильева О.Ю.	да	да	
6.	Дерунов Е.Д.			
7.	Елкина Ж.Н.	да	да	
8.	Железняков В.К.			
9.	Зайцева А.А.			да
10.	Заметалов В.П.		да	
11.	Зурабин К.Н.	да		
12.	Ипполитова Л.В.	да		да
13.	Козлова П.О.		да	
14.	Лебедев В.Н.			
15.	Миронова О.Д.	да	да	
16.	Мирошкин Д.Л.		да	
17.	Новиков Н.А.			
18.	Опышкина Е.Р.	да		
19.	Романова Н.П.			
20.	Смирнов Ф.Ю.			да
21.	Тараканов П.Р.	да	да	
22.	Тихомиров Г.Л.			
23.	Турчинов П.Д.	да		
24.	Уткина П.Д.	да		
25.	Финогенов М.С.	да		
26.	Шишкина Е.А.		да	

Таким образом, в 2017-2018 учебном году заболеваемость учеников 5 «А» класса

«А» класса распределилась по итогу следующим образом (таблица 4).

Таблица 4 – Сводный перечень заболеваний 5 «А» класса в 2017-2018 гг.

№ п/п	Заболевание	Количество
1	Назофарингит	12
2	ОРВИ	9
3	Грипп	3
	ИТОГО	24

Если данные выразить в диаграмме в сравнении с 2016-2017 учебным годом, то мы можем увидеть снижение заболеваемости учащихся 5 «А» класса на 20 % (рисунок 6, 7).

Также, по данным поликлиники средняя длительность заболеваний детей 5 «А» класса снизилась с 12 до 9 дней (на 25 %).

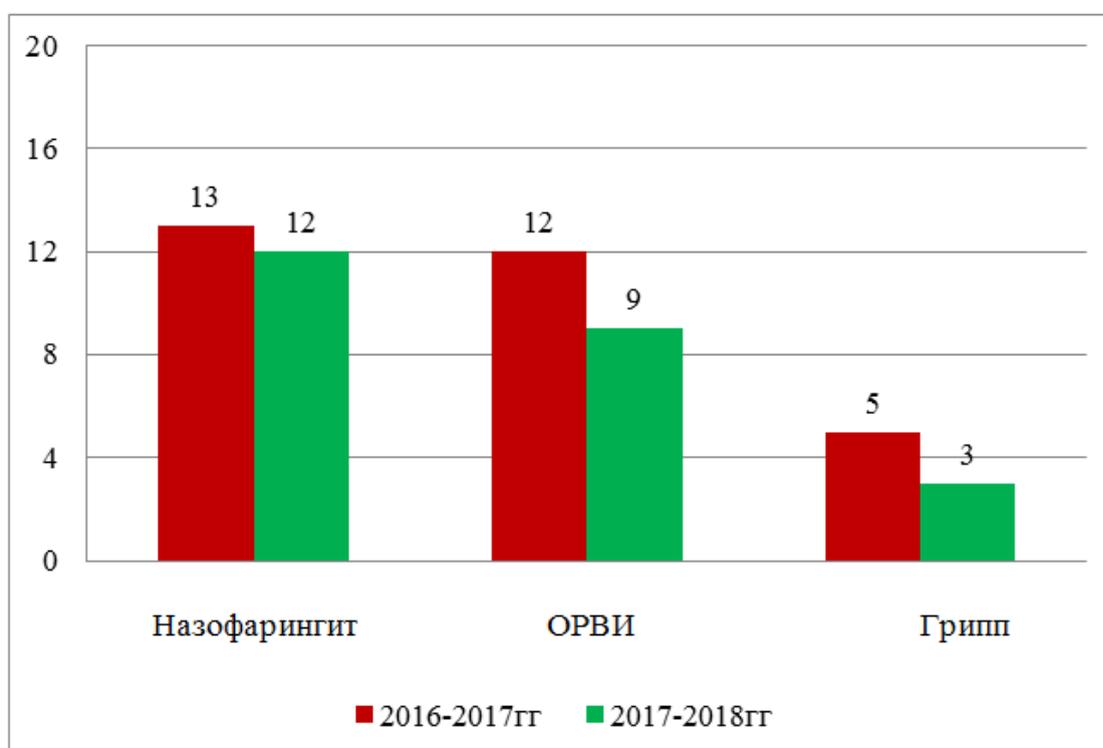


Рисунок 6 – Количество заболеваний в 2017-2018гг.

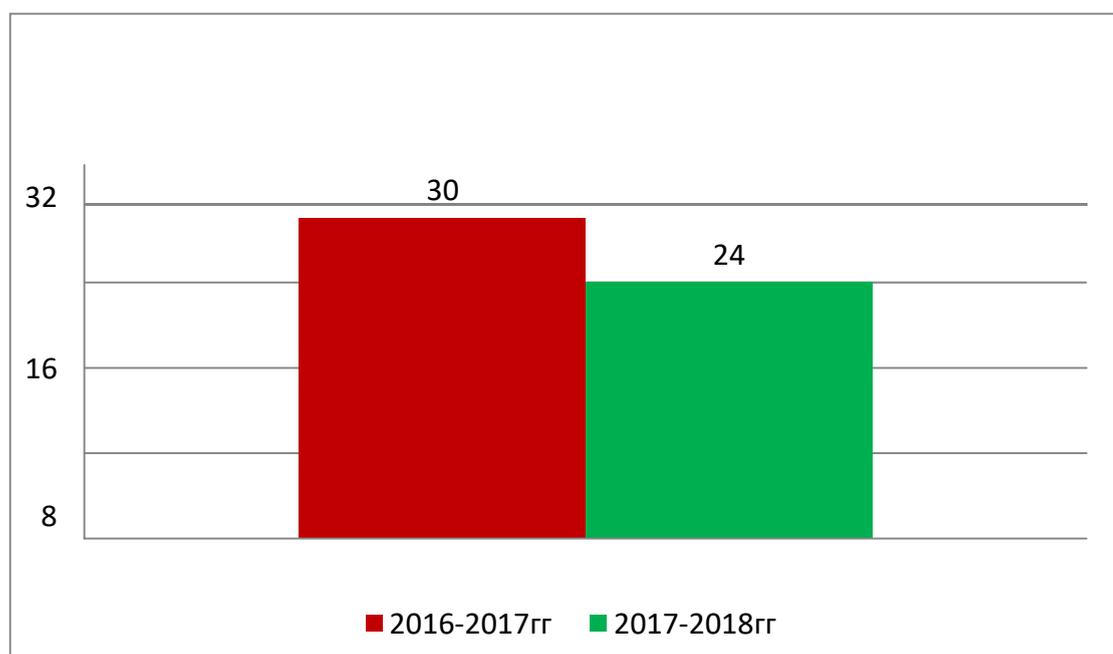


Рисунок 7 – Сравнительный анализ заболеваний в 2016-2017гг.
и 2017-2018гг.

Таким образом, было проведено экспериментальное исследование 26 учеников 5 «А» класса МБОУ «Средней школы № 121» г. Красноярска.

Исследование показало, что использование фитотерапии в 2017-2018 учебном году (период: ноябрь - апрель) снизило на 20 % заболеваемость детей гриппом и назофарингитом в сравнении с аналогичным периодом 2016-2017 учебного года.

В эксперименте применены следующие формы профилактики, как:

1. Полоскание горла и полости рта отварами ромашки и подорожника. Данную профилактику дети проводили вместе с родителями утром и вечером (выходные - 4 раза в день). В том числе во время заболевания.

2. Фиточай с листьями тимьяна, подорожника, солодки, мать и мачехи, брусники, черники, малины, ежевики, черной смородины и шиповника, хвоей пихты и сосны. Данную профилактику дети проходили в школе в мед. кабинете, по выходным - дома с родителями 1 раз в день. Точную дозировку и рецепт составила мед. работник школы. В том числе во время заболевания.

3. Смазывание носоглотки масляными вытяжками или эмульсиями водного экстракта трав с растительными маслами, лучше оливковым, кукурузным или светлым рафинированным подсолнечным. Данную профилактику дети делали вместе с родителями утром и вечером. В том числе во время заболевания.

Также, по данным поликлиники средняя длительность заболеваний детей 5 «А» класса снизилась с 12 до 9 дней (на 25 %).

Таким образом, исследование подтвердило, что грамотное применение лекарственных трав в профилактических целях значительно повышает иммунитет ребенка.