# Компрессы при простуде

Компрессы при простуде (иначе примочки) - повязка, пропитанная лечебным составом с согревающим действием. Компрессы могут быть сухими (сухое тепло), влажными и согревающими (на основе перцовых составов). Применение компрессов при простуде у детей должно быть обосновано врачебными рекомендациями. Обычно в начальной стадии ОРЗ примочки улучшают состояние больного.

## Компрессы от простуды для детей

Обострение простуды происходит в холодное время года или в периоды высоких эпидемиологических рисков. Лечить простуду следует комплексно, однако в начальной стадии болезни можно обойтись нетрадиционными методами терапии. Популярными рецептами для лечения простуды у детей в домашних условиях являются:

1. Компресс масляный. Марлевую салфетку смачивают в 50 мл теплого подсолнечного или оливкового масла, прикладывают к грудине. Сверху накладывают полиэтилен и теплый шарф. Длительность процедуры варьирует от 2 до 12 часов. Рекомендуется делать компресс на ночь. Воздействие тепла на грудь противопоказано при патологиях сердца.
2. Творожно-медовый компресс. 200 г жирного творога смешивают с 1 ст. л. сметаны, 2 ст. л. растопленного меда. Все ингредиенты можно смешать блендером или миксером для большей однородности. Полученную массу греют на водяной бане до комфортной температуры, накладывают на марлевую ткань или полотенце, прикладывают к спине (лопаточная область) или грудине. Компресс держат в течение 30-45 минут. По народным поверьям, если творог приобрел желтый цвет, это значит, что развивается пневмония.
3. Примочка из сока редьки. Один корнеплод очищают от кожуры, трут на мелкой терке, отцеживают сок через марлю. Полученную жидкость смешивают с медом, нагревают на водяной бане, смачивают марлевую салфетку и прикладывают к грудине, шее, спине. Для улучшения эффекта следует покрыть марлю полиэтиленом, укрыть больного теплым пледом. Рекомендуется ставить на ночь. Компресс можно использовать в комплексе с напитком из редьки. С этой целью корнеплод моют, срезают верхушку и внутреннюю мякоть так, чтобы получилось подобие кастрюльки. В полученную выемку закладывают 1 ст. л. меда, закрывают срезанной "крышечкой" и настаивают ночь. Готовый сироп пьют 3-4 раза в день по 1 ст. л.

Можно использовать монокомпресс из меда, медвежьего или барсучьего жира. Рекомендуется накладывать ингредиенты чуть теплыми, чтобы усилить терапевтический эффект.

## Другие компрессы от простуды

При простуде с кашлем и насморком без видимых осложнений можно сделать следующие компрессы:

1. На основе картофельного сока. 2-3 корнеплода очищают от кожуры, промывают, измельчают на мелкой терке и разогревают на паровой бане. В состав добавляют 1 ст.л. растительного масла и накладывают смесь на спину или грудь. Также можно сварить несколько картофелин, измельчить вилкой и чуть горячим наложить на область грудной клетки. Одновременно можно сделать мини-компресс на переносицу.
2. Горчично-масляный компресс. Для приготовления потребуется нагреть немного растительного масла, смочить в нем горчичники и наложить на грудину, спину, избегая области сердца. Ребенка укутывают и оставляют на час. Если горчичники не жгут сильно и переносятся хорошо, можно оставить их на ночь.
3. Чесночно-луковый компресс. От простуды хорошо помогает чесночно-луковый компресс. Для приготовления следует 5 головок чеснока и 1 головку лука измельчить в блендере или пропустить через мясорубку, добавить несколько капель масла чайного дерева, подогреть и наложить на нужные зоны на теле. После процедуры кожу следует смазать кремом.

Такие компрессы противопоказаны при мокром кашле, хрипах или булькающих звуках в грудине. Тепловое воздействие может привести к усилению воспалительного процесса и прогрессированию заболевания.

Компрессы нельзя ставить при высокой температуре. Помимо примочек на грудь и спину, можно делать ножные прогревания - теплые ванночки с горчичным порошком, настойкой прополиса.

### Компрессы для шеи и миндалин

Снизить чувствительность миндалин можно при помощи спиртовых компрессов. С этой целью достаточно обработать кожу в области шеи и подчелюстных лимфоузлов водкой, медицинским спиртом, спиртовой настойкой прополиса или эфиром чайного дерева, сверху положить полиэтилен и укрыть теплым шарфом.

Компресс можно держать в течение 2-3 часов, затем его снимают и смазывают кожу кремом. Важно понимать адекватность принимаемых мер в отношении нетрадиционного лечения. Недопустимы прогревания горячим компрессом, сухим теплом, если есть стойкая интоксикация, гипертермия, тошнота и недомогание. Клиницисты не отрицают благотворного влияния некоторых средств на детский организм. Родителям лишь важно руководствоваться здравым смыслом. Правильный алгоритм действий:

* попробовать лечение народными средствами при начальных этапах простуды;
* продолжить терапию и охранительный режим при улучшении состояния;
* прекратить лечение и госпитализировать ребенка при ухудшении состояния, нарастании симптомов интоксикации.

Компресс удерживают до 3 часов, однако не следует продолжать процедуру, если ребенку больно, есть дискомфорт. При неадекватном применении примочек возможен ожог нежной кожи малыша.

Компрессы при простуде у ребенка можно ставить не только на грудь и спину, но и на ноги, уши, шею. При правильном подходе к клинической ситуации обычно наступает полного выздоровления. Если у ребенка осложненный клинический анамнез и есть видимые симптомы осложнений ОРЗ, ОРВИ, то следует обратиться к участковому педиатру.