

КОНСУЛЬТАЦИЯ

О ПОЛЬЗЕ ЧИСТОГОВОРК
ДЛЯ РАЗВИТИЯ РЕЧИ



Многие мамы, беспокоясь, все ли в порядке, прислушиваются к дыханию своих спящих малышей. Иногда они с удивлением обнаруживают, что ребенок начал храпеть.

Детский храп — это симптом, сигнализирующий о наличии патологии, и потому он требует повышенного внимания со стороны родителей.

Что может привести к появлению храпа

В норме, когда человек спит, воздух должен свободно циркулировать по дыхательным путям, включая заднюю часть глотки. В этом месте мягкие ткани нежные и подвижные. От нагнетаемого легкими воздуха они вибрируют, что приводит к появлению шума разной интенсивности. Если есть частичная закупорка дыхательных путей (под влиянием разных факторов), то возникает храп.

Почему возникает храп?

Причин возникновения детского храпа много.

Наиболее часто встречающиеся из них:

- гипертрофия (увеличение) аденоидов и/или миндалин, которые могут отекать или по причине инфекции, или вследствие физиологических изменений в организме;
- аллергический/вазомоторный ринит, ОРВИ, когда заложенность носа связана с отеком, препятствующим прохождению потока воздуха;
- искривление носовой перегородки;
- ожирение, в результате чего происходит механическое сужение дыхательных путей из-за увеличения объема ткани глотки;
- неврологические заболевания;
- микрогнатия (врожденное недоразвитие и смещение назад челюстной кости);
- эндокринные болезни.

Зависимость от возраста

Храп у детей разных возрастов заключается в особенности развития анатомических структур организма ребенка. У детей раннего возраста (до 1 года) явления храпа чаще проявляются из-за физиологической узости носовых ходов. Как правило, это особенность роста и проблема проходит сама по себе. Нередко храп у младенца — следствие неправильного ухода за полостью носа, в результате чего образуются корочки. Они препятствуют нормальному дыханию. Для устранения корочек нужно обработать нос физиологическим раствором и удалить их.

С 3–6 лет наиболее частой причиной храпа являются ОРВИ, гипертрофия аденоидов. У более старших детей причина появления храпа кроется в вазомоторных и/или аллергических ринитах.

В большинстве случаев родители сразу замечают, если ребенок начинает храпеть во сне, когда мышцы глотки максимально расслаблены, а дыхательный просвет становится очень узким. Храп усиливается во время сна на спине, поскольку вероятность перекрытия дыхательных путей выше за счет расслабления мышц.

Какие меры предпринять

Если ребенок сопит и храпит во сне, для начала следует за ним понаблюдать. Постарайтесь подсчитать количество ночей, когда вы слышите его храп. Три ночи храпа и более в течение недели — повод обратиться на проблему пристальное внимание.

Прислушайтесь: храп появляется на вдохе или на выдохе тоже? Есть ли свист? При наличии таких симптомов как можно быстрее обратитесь к врачу.

Важно: при храпе у ребенка лечение должно осуществляться строго по назначению врача.