Informacja prasowa

****Warszawa, 31.05.2019 r.

**Jak zadbać o zdrowie dziecka przed wakacjami?**

**Aby wakacje były przyjemne i bezpieczne warto wcześniej przygotować dziecko do czekających go atrakcji. Ważne jest nie tylko spakowanie przydatnych rzeczy, naukę rozwagi, samodzielności i odpowiedzialności, ale też sprawdzenie stanu zdrowia.**

Każdy wyjazd, zmiana otoczenia, klimatu, sposobu spędzania czasu lub nowe aktywności są wyzwaniem dla organizmu. Czy to wspólny urlop z rodzicami czy wyjazd na kolonie, obozy lub do rodziny może się wiązać z nieszczęśliwym wypadkiem lub przykrymi konsekwencjami. Zwykle kupujemy potrzebne przeciwsłoneczne kosmetyki czy specyfiki przeciw i po ugryzieniu owadów, sprawdzamy też opiekunów i organizatorów wakacyjnych wojaży, co potwierdzają coraz częstsze prośby do policji o kontrolę stanu kolonijnych autokarów i prowadzących ich kierowców. Zwykle też zapoznajemy najmłodszych z zasadami bezpieczeństwa, przypominamy o higienie, ale czy zawsze należycie sprawdzamy ich stan zdrowia?

*- Zgodnie z wytycznymi Ministerstwa Zdrowia każde dziecko powinno mieć wykonywane badania bilansowe. Pierwsze, tzw. zerowe, odbywa się tuż po urodzeniu, następnie zaleca się dodatkowy bilans lekarski przed ukończeniem 4 tygodnia życia. Obowiązkowe bilanse zdrowia dziecka przeprowadza się sześciokrotnie: w 2, 4, 6, 10, 14 i 18 roku życia, aby kontrolować tempo wzrostu, wagę, słuch, wzrok, informować rodziców o konieczności wizyty u dentysty.
W razie wątpliwości lekarz może zlecić wykonanie badań laboratoryjnych.* - mówi dr n. med. Iwona Kozak-Michałowska, Dyrektor ds. Nauki i Rozwoju Synevo.

Niestety wg danych GUS (2013) tylko 71% noworodków zostało przebadanych przez lekarzy,
a im dzieci starsze, tym badań bilansowych wykonuje się mniej i procent ten spada nawet do 28%. Pamiętajmy, że dzieci do dwóch lat powinny być pod stałą obserwacją, a kontrolne wizyty przysługują dzieciom średnio co dwa, trzy lata, podczas których lekarz decyduje jakie badania należy wykonać.

U dzieci, podobnie jak u osób dorosłych, kontrolnie, bez skierowania, warto co dwa lata wykonać **badania podstawowe tj. stężenie glukozy, morfologię krwi obwodowej i badanie ogólne moczu**. Celem jest sprawdzenie czy parametry są prawidłowe, a w szybko rozwijającym się organizmie dziecka nie występują jakieś niedobory.

Morfologię krwi szczególnie warto wykonać u dziecka, które jest nadmiernie blade, osłabione, nie ma apetytu lub zbyt wolno rośnie. Badanie może wykazać np. obniżony poziom hemoglobiny (Hb)
i liczby czerwonych krwinek (erytrocytów, RBC). U dzieci najczęstszą przyczyną anemii jest zbyt niskie stężenie żelaza we krwi.

Z kolei **badanie ogólne moczu** zwykle zlecane jest u dzieci
w momencie utrzymującej się gorączki. Duża liczba białych krwinek i/lub erytrocytów, obecność białka, glukozy, zmiana barwy moczu to wskaźniki stanu zapalnego lub chorób np. wątroby, nerek, cukrzycy
i innych zaburzeń. Przy powtarzających się zakażeniach dróg moczowych warto wykonać badanie bakteriologiczne moczu (posiew identyfikujący bakterię odpowiadającą za infekcję oraz sprawdzający, na jakie antybiotyki jest ona wrażliwa).

Zalecane są również **badania związane z częstością występowania przeziębień i infekcji** (np. oznaczenie białka C-reaktywnego, czyli CRP), **reakcjami alergicznymi, ale także z porą roku** – głównie w okresie jesiennym i zimą w Polsce są odnotowywane niedobory witaminy D3, co wpływa na odporność organizmu. Wiąże się to z koniecznością suplementowania witaminy D3 według dawki zaleconej przez lekarza. **Witamina D3** jestniezbędna do prawidłowej mineralizacji i wzrostu kości. Zanieczyszczenia powietrza, smog i zachmurzenie ograniczające dostęp promieniowania UV utrudniają produkcję witaminy D3 w skórze. Jej prawidłowy poziom wpływa na funkcjonowanie wielu układów i narządów, a także na stan emocjonalny. Wspiera układ kostny, hormonalny, pokarmowy, mięśniowy, a w przypadku dzieci przekłada się na ich właściwy rozwój intelektualno-fizjologiczny.

Obowiązkowo w wieku 10. lat należy wykonać badanie hormonu [TSH](https://diag.pl/katalogi/badania/tsh/), wpływającego na prawidłową **funkcj~~ę~~ tarczycy**. Zaburzenie jej działania może mieć wiele skutków ubocznych, np. zahamowanie wzrostu, opóźnienie dojrzewania kośćca, opóźnione dojrzewanie płciowe, brak koncentracji, przyrastanie wagi przy zmniejszonym łaknieniu, a nawet opóźniać umysłowy rozwój dziecka.

**Lipidogram** lub chociaż stężenie cholesterolu całkowitego należy bezwzględnie ocenić u dzieci cierpiących na nadwagę lub otyłość oraz tych, u których występują rodzinne czynniki ryzyka (krewni z cukrzycą, nadciśnieniem, pojawiającymi się w młodym wieku: miażdżycą, zawałem serca lub udarem mózgu). Warto zatem badać dziecko pod tym kątem na różnych etapach rozwojowych (przedszkole, szkoła podstawowa i liceum). Dobrze też wiedzieć, że dopuszczalny poziom cholesterolu całkowitego jest znacznie niższy u dzieci niż u dorosłych.

Coraz większym problemem zdrowotnym staje się też **nadwrażliwość na pokarmy, pyłki, kurz
i inne alergeny środowiskowe**. Szacuje się, że choroby alergiczne występują już nawet u 25% populacji społeczeństw krajów wysokorozwiniętych. Ryzyko ich wystąpienia u dzieci jest częstsze, gdy ich rodzice są alergikami. Alergie wywołują substancje wziewne (np. pyłki roślin), pokarmowe (białko zwierzęce), jad owadów, sierść zwierząt. Do oceny rodzaju nadwrażliwości można wykonać oznaczenie pojedynczych alergenów lub pakiety zawierające alergeny dostające do organizmu różną drogą, np. wziewne, pokarmowe, albo np. pyłki traw, pyłki drzew, jady owadów i wiele innych.

Więcej na ten temat: www.[synevo](http://www.synevo.pl).pl

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

**Synevo – Laboratoria Medyczne**Grupa Synevo jest obecna w wielu państwach Europy, a sieć Laboratoriów Medycznych Synevo działa na terenie Niemiec, Turcji, Rumunii, Ukrainy, Gruzji, Mołdawii, Białorusi, Rosji, Bułgarii oraz Serbii. W Polsce początki działalności firmy sięgają 2002 roku. Laboratoria Medyczne Synevo specjalizują się w badaniach laboratoryjnych, od podstawowych badań z krwi i moczu po specjalistyczne testy i zaawansowane badania diagnostyczne w zakresie: alergologii, analityki ogólnej, autoimmunologii, histopatologii, badań genetycznych, biochemii i immunochemii, diagnostyki infekcji, endokrynologii, immunologii i hematologii. Laboratoria Synevo wyróżnia nie tylko szeroka oferta badań, ale też ich niezwykle wysoka jakość oraz profesjonalny zespół specjalistów w różnych dziedzinach medycznej diagnostyki laboratoryjnej.