

Коли діти хворіють,
то батьки та педіатри
прагнуть, щоб вони
якнайшвидше одужали.
Проте іноді медичне
втручання приносить
більше шкоди,
аніж користі

Іноді менше ліків
краще для дитини:
П'ять прикладів



1

Розтягнення зв'язок над'яtkово-гомiлкового суглоба

Не слід робити рентгенівських знімків дітям та підліткам при розтягненні зв'язок чи підверненні ноги та якщо ризик перелому чи тріщини клінічно низький

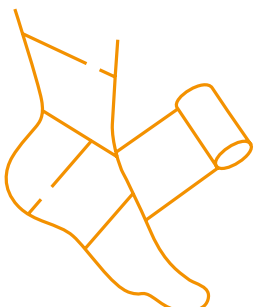
У дітей та підлітків, які підвернули або вивихнули ногу, низький ризик виникнення перелому, який потребує лікування.

Якщо під час обстеження виявляється лише припухлість та відчуття болю при натисканні зовнішньої частини суглоба та її м'яких тканин, в т. ч. зв'язок, то рентген робити не варто.

У такому разі не йдеться про можливість не зауважити переломи кісток, де було б необхідне спеціальне лікування, а отже можна уникнути зайвої дози опромінення.

Можна вжити таких заходів:

- Накладати холодні компреси і, залежно від обставин, пов'язку.
- Уникати руху суглоба. Поступово відновлювати рухливість, залежно від больових відчуттів.
- Застосувати протизапальні знеболювальні засоби (наприклад, ібупрофен).
- Якщо через 10–14 днів поліпшення не настає, тоді рекомендується повторна консультація педіатра.



2

Хронічна втома та бореліоз



Не слід робити серологічне дослідження на борелії без клінічної підозри на хворобу Лайма (бореліоз)

Аналізи крові на хворобу Лайма-бореліоз при хронічній втомі не допомагають.

Хронічна втома - це комплексний симптом, який може спричинятися різними біологічними, психологічними або середовищними чинниками. Аналізи крові на хворобу Лайма (бореліоз) можуть показувати хибні позитивні або неоднозначні результати, адже вони не дозволяють розрізнити перенесену інфекцію, активну інфекцію або просто контакт з бактерією.

Тому дуже важливо застосовувати комплексний клінічний підхід при оцінці хронічної втоми і враховувати різні можливі фактори. Слід відмовитися від лабораторних аналізів на бореліоз, якщо немає інших ознак активної інфекції.

Можна вжити таких заходів:

- Якщо втома є сильною і постійною, Ви можете проконсультуватися у Вашого лікаря, аби виявити можливі фізичні та психологічні причини і розпочати відповідне лікування.



3

Фебрильні судоми

Не слід проводити спеціальні обстеження дітей, у яких після простих фебрильних судом відновився звичайний стан свідомості

Фебрильні судоми - це, мабуть, одна з найтривожніших ситуацій для батьків. Однак у них не обов'язково слід вбачати небезпеку, а лише нормальну реакцію організму під час хвороби.

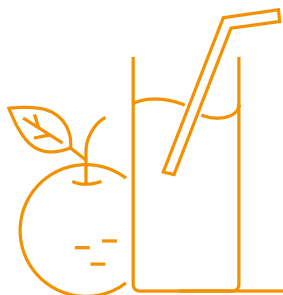
За приблизними оцінками, майже кожна 20-та дитина принаймні один раз зазнає фебрильних судом у дитинстві.

Однак зараз вже доведено, що більшість таких приступів не мають жодних наслідків для дитини, і що вони не пов'язані з випадками епілепсії чи аномаліями головного мозку.

Немає причин піддавати дітей тривалим чи виснажливим обстеженням після простого фебрильного нападу.

Можна вжити таких заходів:

- Слідкуйте, щоб дитина достатньо відпочивала та пила.
- Тримайте напоготові ліки, призначені педіатром на випадок повторних фебрильних судом (наприклад, ректальний діазепам, ...), і застосуйте їх у разі необхідності, якщо судоми не припинилися через 3 хвилини після початку.
- Якщо загальний стан погіршується, рекомендується консультація педіатра.



4

Ангіна

Не слід робити аналіз крові дітям з гострим болем горла



Інфекції горла (коли «дере у горлі») та мигдаликів (ангіна) є поширеними серед дітей.

Зазвичай вони спричинюються вірусами і проходять самі по собі через кілька днів. Антибіотики неефективні проти вірусних інфекцій. Навіть при бактеріальній ангіні, яка трапляється рідше, антибіотики, як правило, не мають впливу на гостру інфекцію і не запобігають ускладненням. Але бувають ситуації, коли педіатр може розглянути можливість призначення лікування антибіотиками. Тоді діагноз «бактеріальна ангіна» ставиться на підставі результатів обстеження та мазка. Лабораторні аналізи не допомагають прийняти рішення про лікування і тому не є необхідними.

Можна вжити таких заходів:

- Пропонувати їжу різної консистенції або температури, щоб визначити, що дитині більше підійде.
- Застосовувати протизапальні ліки (наприклад, ібупрофен)
- Якщо загальний стан погіршується, рекомендується консультація педіатра.

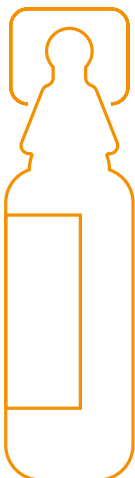


Не слід робити рентгену грудної клітки дітям з бронхіолітом

Бронхіоліт - це поширена інфекція легенів у немовлят і дітей раннього віку. Її спричинюють віруси. Захворювання починається з нежиті. Через кілька днів інфекція вражає дрібні дихальні шляхи (запалення і утворення слизу), і діти відчувають труднощі з диханням. Вони частіше дихають і кашляють. Діти втомлені, дратівливі, їм більше не хочеться пити та їсти. У більшості випадків діти можуть залишитися вдома і одужують протягом 7–10 днів. Робити рентгенівський знімок легень у цих випадках не слід. Рентген не потрібен для діагностики і лише шкодить хворим дітям. Це лише призводить до зайвої дози опромінення та непотрібного лікування антибіотиками. Знімок легенів доцільно робити лише в рідкісних випадках важкого перебігу бронхіоліту.

Можна вжити таких заходів:

- Якщо дихання ускладнене, слід промити ніс сольовим розчином або закапати протинабряковими краплями для носа
- Слідкуйте за тим, щоб дитина пила достатньо рідини.
- Дати дитині ліки від температури та болю (наприклад, парацетамол).
- Злегка нахилене положення у ліжку з піднятою верхньою частиною тіла також може полегшити дихання.
- Якщо загальний стан погіршується, рекомендується консультація педіатра



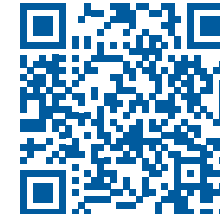
pädiatrie schweiz піклується про добре самопочуття дітей

Непотрібне лікування чи обстеження не лише марнує ресурси, але часто ще й шкодить дітям.

pädiatrie schweiz, національна професійна спілка швейцарських педіатрів, виступає за «раціональну медицину». Ця ініціатива керується принципом, що лікування має застосовуватися лише тоді, коли воно дійсно приносить користь пацієнтам.

Іноді терпіння корисніше за лікування.

- Більше інформації про п'ять прикладів, розглянутих у цій брошурі, можна знайти за посиланням: paediatricschweiz.ch/choosingwisely
- Цю інформацію можна завантажити та роздрукувати кількома мовами у форматі PDF.



smartermedicine
Choosing Wisely Switzerland

**pädiatrie
schweiz**

Die Fachorganisation der
Kinder- und Jugendmedizin

Rue de l'Hôpital 15
Postfach 516
1701 Freiburg

+41 26 350 33 44
sekretariat@paediatricschweiz.ch
paediatricschweiz.ch