

Αντιμετωπίζοντας τα πρώτα σημάδια μιας ίωσης



Τα παιδιά αρρωσταίνουν

από κρυολόγημα κατά μέσο όρο οχτώ με δέκα φορές το χρόνο, οπότε καλό είναι να προετοιμαστείτε για να αντιμετωπίσετε κάποιες ιώσεις κι αυτό το χειμώνα.

Πυρετός

Αν και είναι ένα σύμπτωμα που προκαλεί ανησυχία σε όλες τις μητέρες, ο πυρετός στην πραγματικότητα είναι ένα «καλό» σημάδι. Αποτελεί ένδειξη ότι ο οργανισμός του παιδιού έχει κινητοποιηθεί για να αντιμετωπίσει κάποιο ιό ή μικρόβιο που τον απειλεί. Αν ο πυρετός είναι χαμηλότερος από 38 °C και δεν υπάρχουν άλλα συμπτώματα (εμετός, διάρροια ή έντονη κακοδιαθεσία) δεν χρειάζεται να του δώσετε φάρμακα. Εάν όμως επιμένει για περισσότερο από 48 ώρες ή αν το μωρό σας είναι μικρότερο από τριών ετών, τότε θα πρέπει να ζητήσετε άμεσα τη συμβουλή του παιδιάτρου σας.

Η σωστή αντιμετώπιση: Σε πυρετό πάνω από 38 °C, χορηγούμε παρακεταμόλη (0,5cc για κάθε κιλό βάρους ανά εξάωρο) ή ιβουπροφένη (0,25cc για κάθε κιλό βάρους μετά την ηλικία των τριών μηνών). Φροντίζουμε να μην ντύνουμε υπερβολικά το μωρό και να αερίζουμε συχνά το δωμάτιό του. Στις περισσότερες ιώσεις, ο πυρετός διαρκεί έως τρεις ημέρες. Εάν επιμένει, συμβουλευτείτε το γιατρό σας.

Συνάχι

Ένα μωρό με μπουκωμένη μτούλα είναι μια συχνή εικόνα το χειμώνα και αφορά το βασικό σύμπτωμα της ρινίτιδας. Συνήθως όταν πρωτοεμφανίζονται οι ρινικές εκκρίσεις είναι διάφανες και σταδιακά γίνονται κίτρινο - πράσινες. Δεν αποτελεί

σε καμία περίπτωση λόγω ανησυχίας, απλώς δείχνει ότι το μωρό σας χρησιμοποιεί τους αμυντικούς μηχανισμούς του για να προσαρμοστεί στο περιβάλλον του, μέρος του οποίου αποτελούν και οι ιοί και τα μικρόβια.

Η σωστή αντιμετώπιση: Η πρώτη κίνηση είναι να προσπαθήσουμε να βοηθήσουμε το μωρό να αναπνεύσει καλύτερα, ξεπλένοντας συχνά τη μυτούλα του με διάλυμα φυσιολογικού ορού. Αν θέλουμε μπορούμε να χρησιμοποιήσουμε τις ειδικές συσκευές αναρρόφησης των εκκρίσεων. Επειδή η κατάσταση συνήθως επιδεινώνεται όταν είναι ξαπλωμένο, φροντίζουμε να ανασηκώσουμε λίγο το κεφαλάκι του, βάζοντας ένα μαξιλάρι ή μια πετσέτα διπλωμένη κάτω από το στρώμα του. Τέλος, χρησιμοποιούμε υγραντήρα για να διατηρήσουμε υψηλά τα επίπεδα της υγρασίας στο δωμάτιό του. Αν το συνάχι συνοδεύεται από πυρετό, ζητάμε τη συμβουλή του παιδίατρο.

Βήχας

Συνήθως είναι το πρώτο στάδιο κάποια λοίμωξης του αναπνευστικού. Ο βήχας κάνει την εμφάνισή του σαν ξερός και γρήγορα γίνεται παραγωγικός. Συχνά συνοδεύεται από ελαφρύ πυρετό.

Η σωστή αντιμετώπιση: Αποφεύγουμε να δίνουμε βρογχοδιασταλτικά ή αντιβηχικά σιρόπια χωρίς εξέταση και συνταγή γιατρού. Εάν το μωρό είναι μικρότερο από τριών μηνών και παρουσιάσει αναπνευστική δυσχέρεια, θα πρέπει άμεσα να το δει γιατρός ή και να νοσηλευτεί - αν και η βροχιολίτιδα, η πιο συχνή λοίμωξη σ' αυτές τις ηλικίες είναι μάλλον ήπιας μορφής στο 90% των περιπτώσεων.

Πόνος στο αυτί

Ο πόνος στο αυτί είναι κάτι που δύσκολα θα περάσει απαρατήρητο από τους γονείς, ακόμα κι όταν πρόκειται για ένα μωρό που ακόμα δεν μπορεί να επικοινωνήσει με τους γύρω του. Το πιθανότερο είναι να ουρλιάζει και να τραβάει ή να χτυπάει με το χεράκι του το πονεμένο αυτί. Η διάγνωση είναι ωτίτιδα, η οποία συνήθως αποτελεί επιπλοκή κάποιας ρυνοφαρυγγίτιδας.

Η σωστή αντιμετώπιση: Για να αντιμετωπίσουμε τον πόνο, δίνουμε παυσίπονο παρακεταμόλης και στη συνέχεια πηγαίνουμε το παιδί στον παιδίατρο ο οποίος θα διαγνώσει αν υπάρχει πύον στο εσωτερικό του αφτιού. Σ' αυτή την περίπτωση, θα πρέπει να χορηγηθεί αντιβίωση.

Πόνος στο λαιμό

Αν υπάρχει ταυτόχρονα δυσκολία στην κατάποση και με μέτριο πυρετό, πρόκειται μάλλον για φαρυγγίτιδα, μια ιογενή λοίμωξη του λαιμού. Αν ο πυρετός είναι υψηλός τότε μάλλον πρόκειται για αμυγδαλίτιδα, δηλαδή βακτηριακή λοίμωξη του λαιμού. Σχεδόν όλα τα παιδιά εμφανίζουν πολλές φορές φαρυγγίτιδα στη ζωή τους και λιγότερες αμυγδαλίτιδα.

Η σωστή αντιμετώπιση: Αν πρόκειται για ιογενή αμυγδαλίτιδα ή φαρυγγίτιδα, θα περάσει όταν κάνει τον κύκλο της, μετά από 3-5 ημέρες. Για να βοηθήσετε το

παιδί σας να αισθανθεί καλύτερα, προσπαθήστε να μειώσετε τα συμπτώματα με αντιπυρετικά, αρκετά υγρά, ελαφρύ φαγητό και χλιαρά μπάνια, για να παραμένει χαμηλά ο πυρετός. Αν όμως οφείλεται σε βακτηριακή λοίμωξη (μικροβιακή) θα πρέπει να χορηγηθεί αντιβιοτικό. Αυτό είναι κάτι που θα αποφασίσει μετά από ειδικές εξετάσεις ο παιδίατρός σας.

Με την συνεργασία του **Εμμανουήλ Δαλιεράκη**, (παιδίατρος).

Από: Μαρίνα Τασούλη

Πηγή: imommy.gr