

## OPORA BOLNEMU OTROKU

Otroka poučite o pravilnem **umivanju rok in higieni kašlja**. Če pa do bolezni otroka vseeno pride, mu obdobje prebolevanja olajšajte z nekaterimi ukrepi in svojo navzočnostjo, **ob poslabšanju stanja pa ga odpeljete do zdravnika**.

BOLEZEN	SIMPTOMI IN ZNAKI	KAKO UKREPATI?
<b>VNETJE ŽRELA</b>	Rdečina, bolečina in oteklina v predelu žrela in mandljev. Lahko so tudi povečane bezgavke na vratu in boleče na otip. Otrok občuti bolečino v žrelu in težko požira. Lahko je pridružena vročina, glavobol in bolečine v ušesih in drugi prehladni znaki.	Otroku ponudite večje količine tekočin ( <b>pije lahko karkoli: vodo, juho, ne samo čaja</b> ). Če zmore lahko poliže pastilo. Z ustreznim sredstvom znižajte temperaturo in omilite bolečino. Če simptomi v 2 dneh ne minejo, obiščite zdravnika, ki bo presodil o dopolnilni terapiji. Če je glavobol izrazit ali otrok vztrajno zavrača tekočino obiščite zdravnika takoj.
<b>ŠKRLATINKA</b>	Izpuščaj, podoben sončni opeklini, na otip podoben kot proso – male bunkice po vsej koži, se z obraza in vratu širi na okončine, obraz je rdeč, okrog ust pa je bledica, kožne gube okrog sklepov so bolj rdeče, jezik je lahko malinast, obložen, vidne so bele obloge po mandljih.	Obiščite zdravnika, ki vam bo predpisal ustrezno terapijo.
<b>GRIPA</b>	Otrok v kratkem času postane utrujen in šibek, pojavi se izcedek iz nosu in povišana telesna temperatura, ima bolečine po vsem telesu. Občasno je lahko pridruženo še bruhanje in driska. Pomislite, če je v družbi takšna epidemiološka situacija.	Če je temperatura zelo visoka, uporabite sredstvo za zniževanje temperature, ki bo omililo tudi bolečine. Otroku privoščite veliko počitka in tekočin. Če vročina po 48 urah ne pade, pokličite zdravnika.  Če bruha in ima hudo drisko obiščite zdravnika takoj.

<b>PLJUČNICA</b>	Vročina, kašelj, zamašen nos, hitro dihanje, ki se ne izboljšuje, vedno bolj utrujen otrok, neješčnost, kašelj, občutek težkega dihanja, lahko bruha, poležava, več spi.	Počitek, sredstvo za zniževanje visoke temperature. Sredstva proti kašlju do 6. leta niso priporočljiva. Odpeljite ga k zdravniku, ki bo natančno ocenil delovanje pljuč in predpisal dodatno terapijo.
<b>OŠPICE</b>	Sprva se pojavi suh kašelj, izcedek iz nosu, visoka vročina in rdeče oči. Na sluznici lic se pojavijo bele lise ali pege, ki so v centru bele. Po 3–5 dneh se pojavijo rdeči do rdečerjavi izpuščaji najprej za ušesi, na čelu, ki se nato širijo po obrazu in na celotno telo. Ponovno se lahko pojavi vročina	Otroka spodbujajte k pitju tekočin, omogočite počitek in nižajte temperaturo z ustreznimi sredstvi. Po telefonu obvestite izbranega zdravnika o simptomih, on pa vam bo dal nadaljnja navodila.
<b>NORICE</b>	Najprej se pojavi vročina, po 1–2 dneh pa srbeč izpuščaj, najprej v lasišču, nato pa se razširi povsod po telesu. Izpuščaji se pojavijo v zagonih, sprva kot rdečina in v nekaj urah najprej mehurček z bistro, nato pa gnojno vsebino. Kasneje se napolnijo s tekočino in v 4–5 dneh posušijo.	Znižujte vročino in spodbujajte otroka, da se ne praska. V lekarni lahko kupite ustrezen preparat proti srbenju, ki pa ni na recept. Obiščite zdravnika, če se pojavi ponoven izbruh izpuščajev, če se izpuščaji povečajo ali iz njih začne iztekati vnetna tekočina.
<b>BOLEZEN ROK IN NOG</b>	Vročina, boleče žrelo, slabo počutje, zmanjšan apetit, razdražljivost, razjede na ustni sluznici, rdeči izpuščaji po dlaneh in stopalih ali po zadnjici, ki ne srbijo.	Otroku ponudite dovolj tekočine in tekočo hrano npr. juho, ki ne draži ustnih razjed.
<b>ASTMA</b>	Napadi kašlja, težkega dihanja in dušenja. Napade lahko sprožijo alergeni ali virusna okužba. Diagnoza se postavi šele po 6. letu.	Otrok naj se izogiba sprožilcem poslabšanja astme. Zdravnik vam bo predpisal sredstva za lajšanje simptomov. Ob hudem poslabšanju in slabem učinku zdravlil poiščite zdravniško pomoč oz. upoštevajte navodila, ki vam jih je dal zdravnik.
<b>UŠI</b>	V lasišču boste opazili odrasle uši in njihova jajčeca. Otrok se praska po lasišču, lahko so opazne posamezne rdečkaste spremembe po koži lasišča zaradi draženja.	Z gostim glavnikom natančno prečesite lasišče in odstranite uši. Priskrbite si sredstvo za umivanje las proti ušem. Operite vso posteljnino, obleke, igrače ter posesajte sedežne garniture.

<b>PODANČICE</b>	Srbenje okrog danke, ki preneha med spanjem. Črve lahko vidite tudi na otrokovi zadnjici ali na stranišču.	Zdravnik vam bo predpisal sredstvo za uničenje podančic za otroka in ostale člane družine. Skrbite za dobro higieno: redno umivanje rok in čiščenje osebnih predmetov.
------------------	--	--

AVTORJA PRISPEVKA:

[Peter Najdenov, dr. med. spec. pediater](#)

[mag. Janja Blatnik dr. med., spec. pediatrije in spec. infektologije](#)