

Sve veći broj obojelih od gipe, osobito u dječjoj dobi povećao je upite roditelja kako zaštiti djecu, kako ju spiječiti, kako ju liječiti, i brojne druge. Donosimo neke opće zdravstvene savjete korisne upravo u takvim slučajevima.

Temperaturne vrijednosti

Kod male djece temperaturu mjerimo rektalno, a kod većeg djeteta aksilarno, ispod pazuha. Prema vrijednosti temperature izvodimo slijedeće postupke. Svaka temperatura bez obzira na etiologiju do 38,5 stupnjeva Celzijusa uklanja se hlađenjem tj. tuširanjem u mlakoj vodi 10-20 minuta, te se dijete lagano obuče i dobro hidrira.Nije važno da li dijete jede ili koliko jede, važno je da pije vode, čaja, prirodnih voćnih napitaka kako ne bi dehidriralo. No temperatura iznad 38,5 stupnjeva zahtjeva pomoć antipiretika tj. lijekova za snižavanje tjelesne temperature Važno je naglasiti da se djeci do 12 godine starosti temperatura skida paracetamolom i ibrupophenom. Slavica Bilić, savjetnica Telefončica posebno je naglasila da je djeci zabranjeno davati andole ili aspirine da se ne bi razvio tkz. Reyev sindrom.

Ukoliko djetetu temperatura ne pada i uz paracetamol jer spomenuli smo da je temperatura kod gripe visoka i može ići i do 40 stupnjeva, obavezno uz lijek dijete tuširati kako bi temperatura pala. Ukoliko su roditelji odradili ove osnovne radnje tj. dali antipiretik, tuširali dijete dali mu piti ponovili mjerenje temperature, a ona je još uvijek negdje oko 38 stupnjeva ne zabrinjavajte se, to je još jedan znak da je dijete u gripi. I dalje pratite temperaturu, a razmak između uzimanja antipiretika ne smije biti kraći od 4 sata.

Oprez kod male djece

Temperatura nije bolest već simptom koji zaslužuje naše poštovanje jer iz njenih vrijednosti često možemo puno saznati. Posebno moramo biti oprezni kod male djece tj djece do 3 godine starosti, da ne bi došlo do eventualnih febrilnih konvulzija. Ukoliko roditelji provedu sve gore navedene mjera te nakon trećeg dana temperatura nema tendenciju pada obavezno s mora javiti svome pedijatru ili obiteljskom liječniku ukoliko se radi o većem odnosno školskom djetetu.

Važno je naglasiti da i kad temperatura padne dijete nije u potpunosti zdravo te ga treba i dalje pratiti i zadržati u kući bar nekoliko dana, odnosno ako računamo vrijeme početka, trajanja i rehabilitacije djeteta možemo reći da gripa treba pažnju cirka 2 tjedna što je važno posebno kod vrtićke djece. Za sve vrijeme boravka u kući važno je dobro i češće vjetriti prostorije u kojima dijete boravi, obavezno i često prati ruke sebi i djetetu, smanjiti dolazak gostiju.

Kako djecu zaštititi od gripe?

Striktne zaštite nema, ali ima nekoliko preporuka kako eventualno ojačati dječji organizam i smanjiti mogućnost infekcije te se preporuča; pranje ruku, pravilna prehrana sa namirnicama koje sadrže C, D i B vitamine, česti i aktivni boravci na otvorenom tj igra šetnja u prirodi u svako doba i po svakom vremenu osim ako pada kiša. Snijeg je idealan medij za dječju igru i stjecanje otpornosti pod uvjetom da su dobro i toplo odjevena te u čvrstim i vodonepropusnim cipelama. Izbjegavanje zatvorenih prostora i druženje na mjestima gdje cirkulira veliki broj ljudi kao što su trgovački centre bilo bi poželjno bar u ovo vrijeme dok hara gripa.

Djecjaposla.com

VEZANI SADRŽAJI

{loadposition related}