السعال / نزلات البرد (أكثر من سنة من العمر)

هذه النصيحة مخصصة للآباء / مقدمي الرعاية الذين يأخذون أطفالهم إلى المنزل بعد استشارة الطبيب. قد يوصي طبيبك بعلاجات مختلفة حسب حالة طفلك.

NHS Greater Glasgow and Clyde

SCAN ME

السعال شائع للغاية عند الأطفال وعادة ما يتحسن من تلقاء نفسه دون علاج محدد.
على الرغم من أن السعال غالبًا ما يستغرق من أسبوعين إلى ثلاثة أسابيع للزوال. يمكن للأطفال المصابين بالسعال في بعض الأحيان الإصابة بعدوى في الصدر. تحدث معظم حالات السعال عند الأطفال (أقل من 5 سنوات) عن طريق الالتهابات الفيروسية وقد يعاني طفلك أيضًا من سيلان في الأنف أو سعال أو وجع في الأذن.

قد تشمل أعراض التهاب الصدر:

- حمى طويلة الأمد
- التنفس أسرع من المعتاد
- بذل جهد إضافي عند التنفس
- ضيق التنفس لدرجة لا تسمح بإطعام (الأطفال الصغار) أو إكمال الجمل (الأطفال الأكبر سنًا)
- ألم في الصدر عند التنفس أو السعال

العلاج
لا يحتاج معظم الأطفال المصابين بالسعال / نزلات البرد إلى علاج بالمضادات الحيوية. نادرا ما تسرع المضادات الحيوية الشفاء وغالبًا ما تسبب آثارًا جانبية مثل الطفح الجلدي والإسهال. كما يمكن أن يؤدي ذلك إلى تطوير البكتيريا المقاومة للمضادات الحيوية عند طفلك.

عادة ما يتم التفكير في المضادات الحيوية فقط إذا كان طفلك يعاني من ارتفاع في درجة الحرارة لأكثر من 24 ساعة وكان التنفس أسرع من المعتاد بالإضافة إلى بذل جهد إضافي عند التنفس. إذا كان طفلك يعاني من أزيز وصعوبة في التنفس ، فمن غير المرجح أن يستفيدوا من المضادات الحيوية ولكن قد يستفيدوا من البخاخات.

بالإضافة إلى ذلك ، إذا كان لدى طفلك أي ميزات مذكورة باللون البرتقالي أو الأحمر أعلاه ، فسوف يحتاج إلى رؤيته على وجه السرعة من قبل أخصائي الرعاية الصحية الذي قد يقرر أن طفلك قد يستفيد من علاج إضافي.

يمكنك المساعدة في تخفيف الأعراض عن طريق:

- اعطاء طفلك باراسيتامول او ايبوبروفين اذا كان يعاني من حمى ويبدو عليه عدم الراحة
- شجع طفلك على شرب الكثير من السوائل

قد يستغرق الأمر بضعة أسابيع حتى يتعافى الطفل تمامًا من السعال. نادرا ما يسعل الأطفال البلغم ، ولكنهم يكونون ما زالوا يطهرون صدورهم. إذا كنت قلقًا من أن السعال يزداد سوءا بعد التحسن الأولي ، بشكل ملحوظ ، أو لم يتحسن بعد 4 أسابيع ، يجب أن تأخذ طفلك لرؤية طبيبه العام. يتعافى معظم الأطفال تمامًا من عدوى في الصدر دون آثار دائمة

الوقاية
ليس من السهل دائمًا تجنب الإصابة بهذه العدوى. ومع ذلك ، يمكن أن تمنع ممارسات النظافة الجيدة انتشار العدوى:

- اغسل يديك بانتظام وبشكل كامل
- استخدم منديل ورقي عند السعال أو العطس وضعه في سلة المهملات
- تجنب مشاركة الأكواب أو الأواني مع الأشخاص المرضى

متى يجب أن أحصل على المساعدة؟

 أحمر	**إذا كان لدى طفلك أي مما يلي:** • شفاه يتغير لونها إلى زرقاء • توقفات في التنفس أو لديه نمط تنفس غير منتظم أو بدأ في النخير • صعوبة شديدة في التنفس - ضيق في التنفس ولا يمكن إطعامه/الشرب • صوت صاخب لدى التنفس (صرير) طوال الوقت (حتى عندما لا يكون يبكي) • أصبح شاحبًا ومرقشًا وكان يشعر ببرودة غير طبيعية عند لمسه • يصبح هائجًا للغاية (يبكي بدون انقطاع حتى لدى محاولة تسليته) أو يكون مرتبكا أو خاملًا جدًا (يصعب ايقاظه) • يطور طفح جلدي لا يختفي مع الضغط ("اختبار الزجاج")	**أنت بحاجة إلى مساعدة عاجلة.** اذهب إلى أقرب قسم طوارئ بالمستشفى أو اتصل/ي برقم **999**
 برتقالي	**إذا كان طفلك يعاني مما يلي:** • يتنفس بصعوبة/سرعة في التنفس أو يبذلون جهدا للتنفس - يسحبون العضلات الموجودة أسفل ضلوعهم السفلية أو في الرقبة أو بين الضلوع (الركود). • صوت صاخب لدى التنفس (صرير) (عندما يكون يبكي فقط) • يبدو وكأنه يعاني من الجفاف (عين تبدو داخلة ، أو نعسانة ، أو عدم مرور البول لأكثر من 12 ساعة) • يصبح نعسان (النعاس المفرط) أو سريع الانفعال (غير قادر على الاستقرار لدى اللعب أو مشاهدة التلفزيون أو الطعام أو احتضانه) - خاصة إذا ظلوا نعسانين أو سريعي الانفعال على الرغم من انخفاض الحمى • الارتعاش بشدة أو يشتكون من ألم في العضلات • استمرار الإصابة بحمى تصل إلى 38.0 درجة مئوية أو أعلى لأكثر من 5 أيام • يزداد سوءًا أو إذا كنت قلقًا	**أنت بحاجة إلى الاتصال بطبيب أو ممرضة اليوم.** يرجى الاتصال بعيادة الطبيب الخاصة بك أو الاتصال بأن آيتش آس 111- NHS 111 - اتصل بالرقم **111**
 أخضر	في حالة عدم وجود أي من الميزات الموجودة في المربعات الحمراء أو البرتقالية أعلاه.	**رعاية ذاتية** استمر في تقديم رعاية طفلك في المنزل. إذا كنت لا تزال قلقًا بشأن طفلك ، فاتصل بطبيبك أو الاتصال بأن آيتش آس 111- NHS 111 - اتصل بالرقم **111**

المستشفى الملكي للأطفال ، غلاسكو - آخر تحديث: نوفمبر 2020
تم تعديل المحتوى بإذن من المورد what0-18.nhs.uk الذي أنتجته مبادرة معا في صحة أحسن