

Tuse/răceli (peste 1 an)

Aceste sfaturi sunt pentru îngrijirea copiilor acasă de către părinți/îngrijitori după ce au consultat un medic. Doctorul dumneavoastră poate recomanda tratamente diferite în funcție de condiția copilului dumneavoastră.



Tusea este extrem de comună la copii și de obicei trece de una singură fără un tratament specific, deși de obicei durează între 2 și 3 săptămâni până dispare. Uneori, copiii care tușesc pot dezvolta o infecție respiratorie. Majoritatea cazurilor de tuse la copii (sub vârsta de 5 ani) sunt cauzate de infecții virale; copilul dumneavoastră poate avea și nasul înfundat, tuse sau durere de urechi.

Simptomele unei infecții respiratorii pot include:

- Febră prelungită
- Respirație mai rapidă decât de obicei
- Exercițierea efortului în plus atunci când respiră
- Lipsa de suficient aer încât să mănânce (copii mici) sau să termine propoziții (copii mai mari)
- Durere în piept când respiră sau când tușește

Tratament

Majoritatea copiilor cu tuse/răceli nu au nevoie de tratament cu antibiotice. Antibioticele rareori grăbesc procesul de recuperare și de multe ori cauzează efecte adverse cum ar fi iritații sau diaree. Vor favoriza, de asemenea, și dezvoltarea bacteriilor rezistente la antibiotice în organismul copilului dumneavoastră.

Antibioticele sunt de obicei luate în considerare doar dacă copilul dumneavoastră are o febră mare pentru mai mult de 24 de ore și respiră mai repede decât de obicei și dacă depune efort în plus atunci când respiră. Dacă copilul dumneavoastră șuieră sau are dificultăți de respirație este puțin probabil să beneficieze de efectul antibioticelor dar poate beneficia de ajutorul inhalatoarelor.

În plus, dacă copilul dumneavoastră are oricare dintre simptomele aurii sau roșii de mai sus va trebui văzut de urgență de un cadru medical care poate decide dacă copilul dumneavoastră poate beneficia în urma tratamentului adițional.

Puteți ameliora simptomele:

- Dându-i copilului dumneavoastră paracetamol sau ibuprofen dacă are febră și se simte incomfortabil
- Încurajând copilul să bea multe lichide




Îi poate lua copilului câteva săptămâni să își revină complet după o răceală. Copiii tușesc flegmă mai rar, dar încă își curăță plămâni. Dacă sunteți îngrijorați că după o ameliorare inițială tusea lor devine clar mai gravă sau nu de ameliorează după 4 săptămâni, ar trebui să mergeți cu copilul la medicul de familie. Majoritatea copiilor își revin după o infecție respiratorie fără efecte prelungite.

Prevenire

Nu este ușor să evitați să luați aceste infecții. Totuși, practicile bune de igienă pot preveni răspândirea infecțiilor

- Spălați-vă pe mâini des și bine
- Folosiți un șervețel când tușiți sau strănutați și puneți-l în coșul de gunoi
- Evitați să folosiți aceleași pahare sau ustensile cu persoanele care nu se simt bine

Când ar trebui să solicit ajutor?

 <p>ROȘU</p>	<p>Dacă copilul dumneavoastră prezintă următoarele:</p> <ul style="list-style-type: none"> • I se învinețesc buzele • Are pauze în respirație sau are un ritm de respirație neregulat sau începe să aibă o respirație zgomotoasă • Dificultăți grave respiratorii - nu are destul aer încât să vorbească sau să mănânce/bea • Un sunet aspru este prezent constant în timp ce inspiră (stridor) (chiar și când nu e supărat) • Devine palid, cu pete și este anormal de rece la atingere • Devine extrem de agitat (plângând inconsolabil în ciuda distragerilor), este confuz sau foarte letargic (greu de trezit) • Îi apare o iritație care nu dispăre sub presiune („Testul cu sticla”) 	<p>Dacă copilul dumneavoastră are una dintre următoarele:</p> <p>Mergeți la Departamentul de Urgențe al celui mai apropiat spital sau sunați la 999</p>
 <p>GALBEN</p>	<p>Dacă copilul dumneavoastră prezintă următoarele:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Respiră greu/rapid sau îi e greu să respire - folosind mușchii de dedesubtul coastelor inferioare, de pe gât sau dintre coaste. • Un sunet aspru este în timp ce inspiră (stridor) prezent doar când e supărat. • Pare deshidratat (ochi adânci, somnolent, nu a urinat de 12 ore) • Devine somnolent (foarte adormit) sau iritabil (incapabil să se liniștească cu jucării, TV, mâncare sau luat în brațe) - mai ales dacă rămâne somnolent sau iritabil în ciuda reducerii febrei • Tremură excesiv sau se plânge de dureri musculare • Are o febră de 38°C sau mai mult de peste 5 zile • Pare că se simte mai rău sau dacă sunteți îngrijorați. 	<p>Trebuie să contactați un doctor sau o asistentă medicală azi.</p> <p>Vă rugăm să sunați la cabinetul medicului dumneavoastră de familie sau să sunați la NHS 111 - sunați la 111</p>
 <p>VERDE</p>	<p>Dacă nu apare niciunul dintre simptomele din căsuța roșie sau cea aurie de mai sus.</p>	<p>Auto-îngrijire</p> <p>Continuați să aveți grijă de copil acasă. Dacă încă sunteți îngrijorați cu privire la copilul dumneavoastră, contactați medicul de familie sau sunați la NHS 111 - la 111</p>