|  |  |
| --- | --- |
| **تشنج، پاشويه و مصرف آنتي هيستامين در کودکان سرماخورده** | |
| [**[http://medicine.dostan.org/img/sendf.gif](http://www.dostan.org/reply.asp?id=50166924409100022&name=%D8%AA%D8%A8%D8%8C+%D8%AA%D8%B4%D9%86%D8%AC%D8%8C+%D9%BE%D8%A7%D8%B4%D9%88%D9%8A%D9%87+%D9%88+%D9%85%D8%B5%D8%B1%D9%81+%D8%A2%D9%86%D8%AA%D9%8A+%D9%87%D9%8A%D8%B3%D8%AA%D8%A7%D9%85%D9%8A%D9%86+%D8%AF%D8%B1+%DA%A9%D9%88%D8%AF%DA%A9%D8%A7%D9%86+%D8%B3%D8%B1%D9%85%D8%A7%D8%AE%D9%88%D8%B1%D8%AF%D9%87&friend=1)ارسال این مطلب به یک دوست**](http://www.dostan.org/reply.asp?id=50166924409100022&name=%D8%AA%D8%A8%D8%8C+%D8%AA%D8%B4%D9%86%D8%AC%D8%8C+%D9%BE%D8%A7%D8%B4%D9%88%D9%8A%D9%87+%D9%88+%D9%85%D8%B5%D8%B1%D9%81+%D8%A2%D9%86%D8%AA%D9%8A+%D9%87%D9%8A%D8%B3%D8%AA%D8%A7%D9%85%D9%8A%D9%86+%D8%AF%D8%B1+%DA%A9%D9%88%D8%AF%DA%A9%D8%A7%D9%86+%D8%B3%D8%B1%D9%85%D8%A7%D8%AE%D9%88%D8%B1%D8%AF%D9%87&friend=1) |  |
| **اطلاعات کاربر:**    **نويسنده مطلب:**  نسرين  **محل کاربر:** اصفهان **تمام مطالب کاربر:** [**تمام مطالب**](http://www.dostan.org/authorposts.asp?id=100022) توسط نسرين    **اطلاعات مطلب:**  ارسال شده در: جمعه 18 دي 1388 | http://www.dostan.org/img/nopic1.gif |
| |  |  | | --- | --- | | **متن مطلب:** | [**گزارش مطلب در صورت اهانت آمیز بودن**](http://www.dostan.org/reply.asp?id=50166924409100022&name=%D8%AA%D8%A8%D8%8C+%D8%AA%D8%B4%D9%86%D8%AC%D8%8C+%D9%BE%D8%A7%D8%B4%D9%88%D9%8A%D9%87+%D9%88+%D9%85%D8%B5%D8%B1%D9%81+%D8%A2%D9%86%D8%AA%D9%8A+%D9%87%D9%8A%D8%B3%D8%AA%D8%A7%D9%85%D9%8A%D9%86+%D8%AF%D8%B1+%DA%A9%D9%88%D8%AF%DA%A9%D8%A7%D9%86+%D8%B3%D8%B1%D9%85%D8%A7%D8%AE%D9%88%D8%B1%D8%AF%D9%87&report=1) | |  |
| ***اندازه متن:***  [**1**](http://medicine.dostan.org/page.asp?id=50166924409100022)  [**2**](http://medicine.dostan.org/page.asp?id=50166924409100022)  [**3**](http://medicine.dostan.org/page.asp?id=50166924409100022)  [**4**](http://medicine.dostan.org/page.asp?id=50166924409100022)  **از قديم گفته اند: «از هر چه بگذريم سخن دوست خوشتر است»، اما فصل سرما که مي رسد بايد از همه چيز بگذريم و از سرماخوردگي بگوييم، زيرا انواع مختلف ويروسهاي سرماخوردگي حتي سالانه ممکن است 10 بار به سراغ ما بيايند و ارمغان خودشان را که چيزي جز سرفه و عطسه و کسالت و دردسر نيست به ما هديه دهند.**  در اين بين کودکان نازنين به دليل آسيب پذيري و ايمني کمتر در برابر عوامل بيماريزا بيشتر به اين بيماري دچار شده و خواه ناخواه خانواده را نيز افزون بر گرفتاري مراقبت از بيمار گرفتار بيماري مي سازند.پس هر چه بيشتر درباره سرماخوردگي کودکان، راه هاي پيشگيري، مراقبتهاي لازم و درمان آنها بدانيم بهتر است. ? سرماخوردگي يک بيماري ساده است دکتر جواد آخونديان فوق تخصص مغز و اعصاب کودکان در اين راستا مي گويد: سرماخوردگي در کودکان يک بيماري ساده است، اما مي تواند عوارض متعددي در پي داشته باشد. وي معتقد است: سرماخوردگي به تنهايي نيازمند درمان نيست و دليلي هم براي نگراني وجود ندارد، زيرا با عطسه، سرفه، تب مختصر، آبريزش از بيني شروع مي شود و چنانچه مراقبتهاي لازم از کودک بيمار به عمل آيد خود به خود بهبود مي يابد. ولي چنانچه کودک تب بالا داشته باشد، دچار تشنج شود، طي سرماخوردگي ترشحات بيني اش غليظ و چرکي شود، اختلال در هوشياري و رفتار کودک مشاهده گردد، مقدار خوراک کودک کم و يا بي اشتها شود و يا تنفس او تند شود مراجعه به پزشک ضروري است. دکتر آخونديان معتقد است: تغييرات درجه هوا باعث شعله ور شدن ويروسها مي شود و اغلب سرماخوردگي ها هم علت ويروسي دارد که با عطسه و سرفه و آبريزش از بيني بروز مي کند. به اعتقاد وي در اين شرايط بيمار نياز به مصرف آنتي بيوتيک ندارد، مگر آنکه طي سرماخوردگي عفونت نيز اضافه شود که با نظر پزشک معالج نوع آنتي بيوتيک مشخص شده و تجويز مي شود. ? از تشنج نترسيد اين فوق تخصص مغز و اعصاب کودکان مي افزايد: مشکل تشنج بعد از تب ممکن است براي همه بچه ها پيش بيايد والدين نبايد از تشنج بترسند، بلکه بايد مراقب باشند، از اين رو براي کودکان زير يک سال که پيشينه تشنج دارند و احتمال تکرار تشنج در آنها بيشتر است بايد اقدامهاي پيشگيري انجام شود و به محض مشاهده تب بالاي 38 تا 38/5 درجه بايد به کودک استامينوفن بدهند و يا او را پاشويه کنند. مقدار مصرف قطره استامينوفن در بچه هاي يک تا دو ساله 25 قطره هر 4 ساعت يک بار و ميزان مصرف شربت استامينوفن به ازاي هر 12 کيلو وزن بچه يک قاشق مرباخوري، هر 4 ساعت يک بار است.بنابراين، براي بچه هايي که سابقه تشنج دارند و يا مستعد تشنج هستند بايد موقع تب از دارو و پاشويه استفاده شود.درمان شامل: داروي ضد تب مثل استامينوفن و داروي ضد تشنج مثل ديازپام خوراکي است.دز مناسب ديازپام براي يک بچه 10 کيلويي 2 ميلي گرم در هر 8 ساعت است و به همين نسبت براساس وزن کودک ديازپام کمتر يا بيشتر مي شود. ? پاشويه با چه آبي؟ دکتر آخونديان پاشويه با آب سرد را مضر دانسته، تصريح مي کند: پاشويه با آب ولرم و آبي که دماي معمولي دارد و فقط 3 تا 4 درجه کمتر از حرارت معمولي بدن است مناسب و مفيد است، ولي با آب سرد ضرر دارد، چون ممکن است اختلاف درجه حرارت بدن با آب موجب اختلال در خونرساني و باعث افت فشار خون و مشکلات ديگر در کودک شود و عوارضي به دنبال داشته باشد.وي در خصوص اضافه کردن الکل به آب پاشويه نيز مي افزايد: اضافه کردن الکل به آب براي پاشويه هرگز توصيه نمي شود، زيرا احتمال بروز عوارض و مسموميت دارد. ? آنتي هيستامين زياد ممنوع عضو هيأت علمي دانشگاه علوم پزشکي مصرف آنتي هيستامين زياد را هنگام سرماخوردگي توصيه نمي کند، زيرا اعتقاد دارد: مصرف زياد آنتي هيستامين مانع خارج شدن ترشحات از طريق سرفه و بيني مي شود و دفع ترشحات را کم مي کند، در حالي که در سير طبيعي بيماري و دفاع طبيعي بدن بايد ترشحات از طريق بيني و سرفه دفع شود. ? درمان با مراقبت نه با دار ودکتر آخونديان معتقد است: مصرف دارو به درمان سرماخوردگي کمک نمي کند، بلکه مراقبت از بيمار سبب بهبود وي مي شود.بر همين اساس؛ استراحت، مصرف مايعات فراوان، تغذيه مناسب، مصرف غذاهاي مقوي و مغذي حاوي پروتئين، سبزيها و سوپ و آش را مفيد مي داند. وي در خصوص پرهيز غذايي خاطرنشان مي کند: معمولاً کودک مبتلا به سرماخوردگي نياز به همه موادغذايي دارد و هيچ غذايي برايش منع نمي شود، مگر اينکه با خوردن بعضي غذاها مشکل تنفسي ايجاد شود که در اين صورت توصيه مي شود از غذاهاي تند، ترش، انواع ادويه، سرخ کردني ها و غذاهاي محرک استفاده نشود. ? توصيه هاي مراقبتي دکتر آخونديان يادآور مي شود: هنگام سرماخوردگي کودک، هواي منزل بايد مرطوب شود و از بخور استفاده کنند، بيني بچه را تميز نگه دارند و با شستشوي بيني با سرم فيزيولوژي يا قطره کلرور سديم (هفت، هشت قطره داخل بيني کودک چکانده شود) ترشحات رفيق و دفع گردد. در ضمن داروي ضد آسم براي کودکاني که مستعد آسم هستند براي پيشگيري از ناراحتي برونشي ها نيز ضروري است. اگر کودک تشنج کرد او را به پهلو بخوابانند، خونسردي خود را حفظ کنند و يکي دو دقيقه صبر نمايند چون تشنج معمولاً طي يکي دو دقيقه برطرف خواهد شد، پس از آن مي توانند از تنقيه ديازپام که به طور آماده موجود است و يا از آمپول ديازپام استفاده کنند. در اين صورت مي توانند آمپول را بشکنند و محتويات آن را داخل تنقيه بريزند. ? واکسن آنفلوانزا بزنند يا نه؟ فوق تخصص مغز و اعصاب کودکان در خصوص تزريق واکسن آنفلوانزا براي کودکان مي گويد: اين واکسن براي کودکان به خصوص سن زير 5 سال ضرورت دارد، اما والدين بايد بدانند که اين واکسن کودک را در برابر آنفلوانزا مصون مي سازد نه در برابر سرماخوردگي، بنابراين توصيه مي شود براي پيشگيري از ابتلا به آنفلوانزا که براي کودکان خطرناک است اقدام به تزريق واکسن کنند، اما براي پيشگيري از سرماخوردگي با رعايت موازين بهداشتي و پرهيز از تماس با بيماران سرما خورده و عاري نگه داشتن محيط منزل از دود سيگار و غيره مراقب کودک خود باشند. | |