

Gripa

Vaše, inače razigrano i veselo dijete, čini se nešto mirnijim u zadnjih nekoliko sati. Curi mu nosić i ima povišenu temperaturu. Žali se na glavobolju i peckanje u grlu. Osjeća slabost u cijelom tijelu i želi u krevet. Izmjerali ste mu temperaturu i vidjeli da je blizu 40° C. Kašalj se pojačava a počinje i povraćati.

Najčešći uzrok ovom spletu simptoma je **GRIPA** !

Gripa je virus (influenza) i ne može se liječiti antibioticima.



12 SIMPTOMA GRIFE

Gripa će najčešće prouzročiti tri (lili više) od sljedećih simptoma:

- visoku temperaturu, groznicu,
- grebanje u grlu,
- glavobolju,
- mučninu,
- povraćanje,
- proljev,
- bolove u trbuhu,
- bolove u mišićima,
- začepljen nos,
- bistar ili zelenkasti sekret iz nosa,
- suhi ili zreli kašalj,
- nadražene, crvene oči

Kada se zabrinuti ?

Mnogi roditelji su čuli da se od gripe može i umrijeti. To može biti jako zabrinjavajuće za roditelje kod čije djece se simptomi pogoršavaju. Ljudi, zapravo, ne umiru od virusa gripe, oni umiru od posljedica komplikacija, kao što su upala pluća ili dehidracija. To se, naime, ne događa djeci ili zdravim odraslima. Komplikacijama su najčešće podložni stariji ljudi i to ako bolest traje dulje, ne u njezinim prvim danima.

Samo su tri situacije u kojima bi noću bilo potrebno pozvati doktora ili otići na Hitnu pomoć:

- **visoka temperatura** - većina visokih temperatura ne zahtijeva zvanje doktora izvan radnog vremena, ali evo slučajeva u kojima biste to trebali učiniti:
 - Ako je beba mlađa od šest tjedana, a ima temperaturu 38,3°C ili više. U tom slučaju nemojte svojevoljno davati nikakve lijekove za snižavanje temperature prije no što to dopusti liječnik.
 - Bebe starosti između sedam tjedana i tri mjeseca. I tada liječnik treba odlučiti kakav lijek primijeniti.
 - Ako vaše dijete ima neki od ovih simptoma:
 - temperaturu višu od 40°C i ne spušta se ispod 38,5°C ni uz lijekove,
 - loše opće stanje (klonulost, beživotnost, nereagiranje na vanjske podražaje, neuspostavljanje kontakta očima),
 - razdražljivost (plakanje satima, nepostojanje verbalne komunikacije).
- **dehidracija** - većina djece će blago do umjereno dehidrirati za vrijeme gripe. Simptomi dehidracije koja nije zabrinjavajuća su sljedeći:
 - smanjena aktivnost i zaigranost,
 - suhe i ispucane usnice te suhoća usne šupljine,
 - plakanje bez suza, ali su oči ipak vlažne,
 - upola rjeđe mokrenje od uobičajenog,

- *urin koncentriran poput soka od jabuka.*
Simptomi dehidracije kod koje je nužna liječnička pomoć:
- *bezvoljnost, mlohavost, nereagiranje na vanjske podražaje, neuspostavljanje kontakta očima...*
- *ispucale usne, suha i ljepljiva usna šupljina, bez slina,*
- *plač bez suza i suhe oči,*
- *zadržavanje mokraće 12-18 sati,*
- *neobičajena omamljenost,*
- *bljedoća,*
- *ubrzana srčana akcija.*
- **teške glavobolje s ukočenim bolnim vratom te učestalo povraćanje** - to bi čak mogli biti i simptomi meningitisa pa se odmah treba javiti liječniku.

Kako "preživjeti" noć ?

Ako mislite da vaše dijete ima gripu, nemojte nepotrebno brinuti. Ovo su naputci pomoću kojih ćete vaše dijete i vi prebroditi ovu bolest:

- **Ublažavanje simptoma**
Otkrijte koji simptomi najviše smetaju vašem djetetu i usredotočite se na njih. Na primjer, "rješavajte" bolove u glavi i mišićima, dajte djetetu lijek protiv kašlja ili kapi za nos, ako je potrebno. Nije opasno miješati grupe lijekova koje ublažavaju navedene tegobe. Umjesto toga, možete dati i neki lijek koji djeluje na skupinu simptoma prehlade, odnosno gripe. O davanju lijekova, osobito kombinacije lijekova djetetu, obavezno se posavjetujte s pedijatrom ili ljekarnikom!
- **Uzimanje što više tekućine**
- **Davanje kombinacije lijekova za prehladu i gripu**
Dajte djetetu starijem od 12 mjeseci neki lijek koji će istovremeno ublažiti više najčešćih simptoma, kao što je glavobolja, začepljen nos, kašalj i temperatura. Pripazite, ta kombinacija tri ili četiri lijeka nije pogodna za dijete mlađe od navršene godine. Dojenčad može uzimati

najviše dva lijeka - ona koja će ublažiti dva najizraženija simptoma.

- **Ibuprofen**
Za ublažavanje bolova kod gripe, najčešće je bolji od acetaminofena (paracetamola). Za doziranje i način primjene, obratite se pedijatru ili upitajte ljekarnika.
- **Topla kupka ili boce s vrućom vodom**
Mogu opustiti mišiće i bolove u tijelu.
- **Lijekovi na recept**
S vremena na vrijeme, pojavljuju se novi lijekovi koji mogu liječiti gripu. Oni su nešto kao "antibiotici za virus gripe". Te vrste lijekova mogu djelovati na dvije stvari: skratiti trajanje bolesti i ublažiti simptome. S terapijom se, da bi bila djelotvorna, mora započeti odmah na početku bolesti.
Nije preporučljivo za djecu ispod 12 godina.

Kada posjetiti liječnika ?

Većinu "gripozne" djece nema potrebe voditi k liječniku.



Ovo su naputci koji bi vam mogli pomoći pri odluci da to ipak učinite:

- povišena temperatura koja traje dulje od 4 dana
- umjerena do izražena dehidracija
- vaš osobni osjećaj da s djetetom nije sve u redu
- jak kašalj uz bol u prsima i kratkim dahom (to može značiti početak upale pluća).

Pripremila : Dubravka Fort, medicinska sestra, Jaslice „Buba Mara“
Dječji vrtić „ Maslačak „, Krapinske Toplice