



SZÖVEG –
DR. KONCZ LEVENTE gyermekgyógyász

SOROZAT –
GYEREKRENDELŐ

ÚTIPATIKA | MILYEN GYÓGYSZEREKET VIGYÜNK A NYARALÁSRA?

A kisgyerekes nyaralást olykor tönkretelheti egy vírusfertőzés vagy kisebb baleset, álmatlan éjszakákat és nyűgös nappalokat okozva. Milyen gyógyszereknek kell helyet kapniuk az útipatikában, hogy ne kelljen enyhébb panaszokkal is a rendelőben ülnünk egy-egy receptért?

◆ MINDENNAPI BABAC SOMAG

Nem praktikus éjfélnor cumisüvegért és tápszerért az ügyeletes patikába vagy szupermarketbe indulni, ezért inkább legyen a csomagban egy doboz tápszer rendkívüli esetekre, szem előtt tartva természetesen, hogy az anyatejes táplálás a csecsemőknek és édesanyjuknak mindig is a legoptimálisabb marad. Az úgynevezett „kezdőcsomag” tartalmaz D- és K-vitamint, bőrápoló fürdető- és popsikrémet, láz- és fájdalomcsillapító kúpot. A kalciumanyagcserét is szabályozó D-vitamin pótlása egyéves korig naponta szükséges, majd ezt követően hároméves korig a téli időszakra korlátozva javasolt adni. A véralvadást segítő K-vitamint a többségében anyatejjel tápláltak havonta kapják.

LÁZ- ÉS FÁJDALOMCSILLAPÍTÓK

Hatóanyaguk szerint a paracetamol, az ibuprofen (és aminophenazon) tartalmú készítmények a javasolt láz- és fájdalomcsillapítók, nem szteroid gyulladáscsökkentők. Ezek egy része nem vényköteles. Fontos, hogy hányás vagy hasmenéses fertőzés esetén kombináltan kell alkalmazni a szájon át adható és a végbélben felszívódó hatóanyagú lázcsillapítókat, ezért mindkét hatóanyagúból legyen szirup és kúp is az útipatikában. Ezeket testsúly szerint kell adagolni, másképp hatástalanok maradhatnak. Az adagoláshoz a gyógyszerleírásban vagy gyermekorvosi honlapján (www.bethesda.hu/kisokos) kaphatunk segítséget.

TÜNETI KEZELÉSHEZ

Az első találkozás a különféle kórokozókkal csecsemő- és kisdedkorban következik be. Ezek szinte minden esetben lázzal, légúti megbetegedésben orrfolyással, köhögéssel, illetve hányás- hasmenéses megbetegedésben hasi panaszokkal jelentkeznek.

Elhúzódó köhögésre köptetőt (pl. acetylcysteine – ACC ambroxol-Ambroxol) adhatunk több napig, a kínzó és száraz ingerköhögésre átmenetileg pár napig köhögéscsillapítót (pl. butamirate-sinecod). Asztmaszerű tünetek hajlama esetén légzési nehézséget is okozhat a betegség. A kifejezett mellkasi behúzódnás, szapora légzésszám és szabad füllel is hallható sípolás a fokozott légzési munka jele, ami a szülő számára is megállapítható. Ilyenkor a gyermek háziorvosánál vagy az ügyeletes azonnal jelentkezünk.

A hirtelen kezdődő, és elesett általános állapottal, folyamatos öklendezéssel járó hányás-hasmenés esetén legtöbbször vírusos megbetegedésre kell gondolni. A gyermek átmenetileg nem ehet, nem ihat, majd 20-40 perccel a legutolsó hányást követően 3-5 percenként, fokozatosan, kortyonként tiszta, hideg vizet ihat csak.

Kép - Profimedia - Red Dot



Pár óra után rehidráló oldattal próbálkozhatunk, ami gyógyszer-tári készítményként megvehető, vagy otthon is elkészíthető a WHO ajánlása szerint (1 liter víz + 6 teáskanál cukor + ½ teáskanál só). Nem kell kenyérré és vízre szorítkozni, de pár nap könnyű diéta, majd a szokásos étrend folytatása javasolt. Ismert alapterbetegség (asztma, epilepszia, rovarcsípéses allergia, cukorbetegség) esetén az állandóan alkalmazott gyógyszerek megfelelő mennyisége legyen nálunk a nyaralás idején, főleg külföldi utazáson, ahol hiányuk nehezen vagy egyáltalán nem pótolható. A hosszú utazások előtt feltétlenül számoljuk át, akár többször is az állandóan alkalmazott gyógyszerkészletet!

NYÁRI SEBKEZELÉS

A bizonytalan járás, majd a kis motorral vagy biciklivel bekövetkezett balesetek miatt a gyerekek térde-könyöke szinte mindig „kék-zöld”. Felületes bőrsérüléseiket bő vízzel kell lemosni, majd betadinos (jódbázisú) gézzel (mull lappal) fedjük, ezzel elkerülve a seb fertőződését. A fedőkötést nyáron izzadás miatt naponta cserélni kell. Ha a kötés véletlenül homokos vagy vizes lenne, cseréljük, mert a víztől felázott seb nehezebben gyógyul, felülfertőződve pedig a bőr alatti kötőszövet gyulladással járhat, és orbánc is kialakulhat.

HASZNOS TIPPEK

- Nyaralások alatt ritkábban nyílik lehetőség kézmosásra, emiatt is gyakrabban fordul elő kötőhártyagyulladás, így szemcseppet is érdemes magunkkal vinni.
- Nem kell megszakítanunk nyaralásunkat, ha van nálunk egy előre elkészített gyógyszeres utazócsomag.
- Mivel több gyógyszer hűtőben tárolandó (kúpok, szemcsepp, orrcsepp, lázcsillapítók), így egyszerűbb a megérkezéskor bepakolni mindent a hűtőszekrénybe vagy a leghűvösebb helyre. Lejárt gyógyszert ne vigyünk magunkkal! Az orvosságokat gyermekeinktől gondosan zárjuk el!
- Lakóhelyünk és utazásunk helyszíne szerint lehetőleg mindig rendelkezünk kellő információval az egészségügyi ellátás telefonos elérhetőségéről, rendjéről és helyéről.
- A területi ügyellettől telefonon vagy személyesen kérhetünk szakszerű segítséget. Az online tájékozással legyünk óvatosak, csak a hivatalos egészségügyi intézmények honlapján olvasott tanácsok az elfogadhatók! ◆