

OTROŠKI KAŠELJ

POMIRIMO IN UBLAŽIMO OTROŠKI KAŠELJ

Kašelj je na splošno ena najpogostejših težav, s katerim se srečujejo mali in veliki bolniki, saj je naravni obrambni mehanizem, ki ščiti dihala pred zunanjimi dejavniki, kot so prah, bakterije, virusi in tujki. Normalno je, da otrok občasno zakašlja, lahko pa se zgodi, da več tednov cele noči kašlja, vendar nima povišane telesne temperature, je živahen, normalno je in je tudi sicer dobro razpoložen. Starše v takih primerih skrbi, da je kašelj simptom bolezni ali drugih stanj in se bojijo, da bi se iz tega razvilo kaj hujšega, zato obiščejo zdravnika.

RAZLIČNE OBLIKE KAŠLJA

Kašelj se pojavlja v mnogih različnih oblikah, najpogosteje je suh ali moker, lahko je blag ali se stopnjuje in povzroča dihalne težave. Gre za zapleten, pogosto ponavljajoč maneuver, s pomočjo katerega odstranimo tuje snovi (dražljivci, mikroorganizmi, sluz in tujki). Pogosto se zgodi, da predšolski otroci ob kašlju tudi bruhejo. Kašelj je večinoma spremljevalec akutnih okužb dihal. Lahko se pojavi tudi pri tujku v dihalih, pri astmi, drugih pljučnih boleznih, tudi prirojenih ali pa otroci kašljajo iz navade, kar se običajno umiri v spanju.



ZDRAVLJENJE TREH VRST KAŠLJA

1. Pri zdravljenju **akutnega kašlja**, ki traja manj kot tri tedne in ga običajno spremlja slabo počutje, zvišana telesna temperatura in prehladni znaki, priporočamo:

- > počitek,
- > zdravila za zniževanje zvišane telesne temperature,
- > pitje zadostne količine tekočine,
- > večkrat dnevno čiščenje nosu s fiziološko raztopino v obliki pršila,
- > vlaženje prostorov,
- > zmanjševanje izpostavljanja novim okužbam dihal in cigaretnemu dimu.



2. Dlje trajajoči akutni kašelj (**postvirotični kašelj**) vztraja po preboleli virusni okužbi zgornjih dihal tri do osem tednov in se postopoma umirja. Pri vrtčevskih otrocih običajno pride do nove okužbe zgornjih dihal, še preden se je prejšnja epizoda umirila do konca. Začne se s prehladnimi znaki in suhim kašljem, ki nato preide v mokrega. Akutna faza se umiri v petih do sedmih dneh, nato otrok ponovno zbolí. Epizode si sledijo ena za drugo. Zdravljenje je podobno kot pri prvi točki akutnega kašlja:

- > počitek,
- > jemanje zdravil za zniževanje zvišane telesne temperature,
- > uživanje zadostne količine tekočine,
- > čiščenje nosu s fiziološko raztopino.

3. **Kronični kašelj** traja več kot osem tednov, vmesnega izboljšanja ni in običajno ga spremljajo še druge težave. Priporočljiv je obisk zdravnika, ki bo opravil nadaljnje preiskave.

Pri majhnih otrocih odsvetujemo uporabo sirupov proti kašlju, saj imajo lahko stranske učinke. Prav tako ne priporočamo vlaženje prostorov s posodami, v katerih so vrele tekočine, da se otroci ne bi poškodovali. Izogibajte se tudi inhalatorjev, ki lahko zaradi slabega čiščenja predstavljajo veliko nevarnost prenosa mikroorganizmov.