

UPALE DIŠNIH PUTOVA U DJEČJEM VRTIĆU

Nakon što dijete krene u vrtić, uobičajeno se javljaju gotovo neprekidno curenje iz nosa i kašalj. Iscjedak može biti vodenast ili gust, bistar ili obojen. Kašalj je obično produktivan (vlažan) i javlja se zbog cijedenja sekreta niz stražnju stjenku ždrijela u dušnik i bronhe.

Roditelji se tada najčešće pitaju: „je li oslabio imunitet mog djeteta?“ i „postoji li u vrtiću netko tko je nosilac nekog uzročnika bolesti?“ Odgovor na prvo pitanje je da je s djetetovim imunitetom sve u redu. A na drugo odgovor bi mogao biti da otprilike trećina ljudi u ždrijelu nosi neku od bakterija koja kod osjetljivog domaćina, odnosno kod samog nosioca u pogodnom trenutku izaziva bolest.

Dijete je u krugu obitelji bilo izolirano od mogućnosti kontakata s izvorom zaraznih bolesti. Dolaskom u skupinu djece naizmjenični grupni i osobni kontakti intenzivniji su i učestaliji. U takvim uvjetima lako se razvije lanac epidemijskog procesa.

Prosječno se tek nakon pete godine života stvara dovoljna količina protutijela koja mogu pružiti zaštitu. Tek nakon treće godine boravka u kolektivu učestalost obolijevanja pada na razinu učestalosti pobola djece koja ne pohađaju kolektiv.

Veliku važnost treba pridodati prepoznavanju i utvrđivanju znakova bolesti kao što su povišena temperatura, povraćanje, proljev, odbijanje hrane, plač, razdražljivost, kašalj, otežano disanje, osipi, promjena boje kože, svjesnost.

Uz to je potrebno prevenirati putove širenja bolesti – kapljično, preko ruku, igrački, pribora za jelo, posteljnog rublja.

Uočavanje bolesti kod djeteta koje polazi vrtić zahtjeva njegovu izolaciju iz kolektiva i provođenje uspješnog liječenja kod kuće. Djetetov pedijatar treba utvrditi sposobnost djeteta za povratak u kolektiv.

Praćenje pobola djece u vrtiću sustavno je i sveobuhvatno. Važna je suradnja vrtića i roditelja djece. Sveobuhvatna izmjena informacija između odgojitelja i roditelja o zdravstvenom stanju djeteta pomaže u sprječavanju, ranom otkrivanju i nadzoru nad bolestima. Izolacija bolesnog djeteta i donošenje liječničkih ispričnica ide tome u prilog.

KAKO SMANJITI UČESTALOST I TEŽINU UPALA DIŠNIH PUTOVA?

Osigurajte optimalne uvjete kako bi prirodni mehanizmi obrane bili što učinkovitiji!

- Toaleta nosa – ispiranje nosa fiziološkom otopinom i pravilno ispuhivanje nosa (ispuhuje se jedna po jedna nosnica)
- Često pranje ruku
- Uporaba jednokratnih papirnatih ručnika
- Redovito pranje posteljnog rublja
- Optimalna prehrana – zdrava i raznovrsna
- Boravak na svježem zraku – suhi zrak u zatvorenim, grijanim prostorima posuši sluznicu dišnih putova i slijepi trepetiljke koje imaju ulogu čistača sluznice pa čišćenje sluznice prestaje
- Kretanje i tjelesna aktivnost – ubrzava se disanje, strujanje zraka postaje višestruko brže, a time i čišćenje dišnih putova
- Provjetranje prostora