

# RECOMANDĂRI PRIVIND ÎNGRIJIREA LA DOMICILIU A COPILULUI CU INFECȚIE RESPIRATORIE ACUTĂ

Copilul dumneavoastră prezintă o **infecție respiratorie acută**, iar în urma consultului medicul consideră că este posibilă îngrijirea lui la domiciliu. Infecțiile respiratorii sunt mai frecvente în sezonul rece și atunci când copiii frecventează colectivitățile, în special în cazul celor mai mici de 5 ani.

**Durata bolii este 7-10 zile**, iar starea copilului se îmbunătățește treptat. **Medicamentele ajută copilul să tolereze boala mai ușor** dar nu îl vindecă mai repede. Cele mai multe infecții sunt virale de aceea antibioticele nu sunt, în general, recomandate și se administrează doar la indicația medicului.

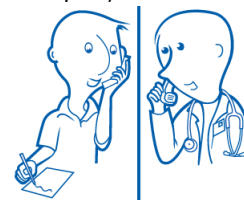
## Cum puteți ajuta copilul să treacă mai ușor prin infecție?

- **Oferiți copilului lichide** în cantități mici dar frecvent, pentru a evita deshidratarea. În cazul în care este alăptat, laptele de mamă va fi lichidul cel mai ușor acceptat de către copil. Atunci când este deshidratat starea generală a copilului se alterează și urinează mai puțin de 3 ori pe zi.
- **Îndepărtați secrețiile din nasul copilului** folosind soluții pe bază de ser fiziologic sau apă de mare, în special înainte de mese și înainte de somn.
- **Îmbrăcați lejer copilul**, temperatura în încăperea trebuie să depășească 22°C.
- **Folosiți medicamente pentru febră** (Paracetamol, Ibuprofen, Algocalmin) atunci când febra influențează starea generală a copilului.
- Medicamentele pentru tuse nu se folosesc la copilul mai mic de 1 an. Puteți ajuta copilul care tușește folosind **dispozitive de umidificare a aerului** și administrând medicamentele prescrise de medic. Există studii care susțin că mierea ameliorează tusea copilului; mierea este contraindicată la copilul mai mic de 1 an, ½ linguriță la copilul 1-5 ani, 1 linguriță între 6-11 ani și 2 lingurițe pe zi la copilul mai mare de 12 ani.
- **Evitați fumatului în apropierea copilului.**



## Când trebuie să vă prezentați cu copilul la medic?

- **Copilul respiră cu dificultate**, se aude un șuierat atunci când respiră sau trage aerul în piept cu zgomot.
- **Copilul devine palid, flasc, starea generală se alterează.**
- Nu reușește să înghită saliva.
- **Are febră înaltă** (peste 38 °C în cazul copilului mai mic de 3 luni, peste 39°C în cazul copilului cu vârsta 3-6 luni) sau **febra durează mai mult de 5 zile.**
- **Nu poate bea lichide** din cauza respirației dificile.
- În cazul în care **manifestările durează mai mult de 7 zile**, copilul trebuie să fie re-evaluat de către **medicul de familie.**



## Cum puteți preveni răspândirea bolilor respiratorii?

- **Învățați copilul să poarte corect mască** (aceasta trebuie să acopere nasul și gura) atunci când are o boală respiratorie.
- **Învățați copilul să își acopere gura și nasul cu brațul atunci când tușește sau strănută.**
- Utilizați batiste de unică folosință atunci când copilul strănută sau tușește apoi aruncați batistele imediat la gunoie, după care spălați-vă pe mâini.
- **Nu duceți copilul bolnav în colectivitate.**
- **Curățați suprafețele** care au venit în contact cu secreții prevenite de la copilul bolnav ( produse prin tuse, strănut).
- **Învățați copiii să își spele mâinile timp de 20 de secunde cu apă și săpun** (soluțiile dezinfectante pot fi folosite dacă apa și săpunul nu sunt disponibile), să nu își atingă ochii, nasul sau gura după ce a pus mâna pe suprafețe posibil contaminate.
- **Aerisiți periodic camera** copilului.
- **Evitați spațiile aglomerate și evitați contactul cu persoanele bolnave.**

