

Το καλοκαίρι είναι μια περίοδος που έχει συνδυαστεί στο μυ-αλό όλων με θάλασσα, βουτιές, παραλία και γενικότερη χαλ-άρωση. Από τη στιγμή όμως που στην...

οικογένεια υπάρχει μικρό παιδί ή βρέφος, καλό θα είναι να είμαστε προετοιμασμένοι και να έχουμε μαζί μας πάντα ένα φαρμακείο πρώ των βοηθειώ ν, με κάποια βασικά φάρμακα και καλλυντικά μας λέει ο κύριος ΠΑΝΤΕΛΑΡΟΣ ΒΑΣΙΛΕΙΟΣ, ΠΑΙΔΙΑΤΡΟΣ

Ένα από τα πολύ σημαντικά πράγματα που δεν πρέπει να παραλείπεται από τις αποσκευές μας, είναι το βιβλιάριο υγείας του παιδιού. Παρέχει πληροφορίες για την υγεία καθώ ς και την εμβολιαστική κάλυψή του. Οι γονείς πρέπει να το έχουν μαζί τους στις διακοπές και να προσκομίζεται σε κάθε ιατρική εξέταση, ειδικά από τη στιγμή που ο γιατρός που θα εξετάσει το παιδί δεν είναι ο θεράπων αυτού.

Τα παιδιά έχουν την τάση να "εξερευνούν" τον γύρω τους (άγνωστο) χώ ρο. Επειδή σίγουρα θα έρθουν σε επαφή με χώ ματα ή αντικείμενα βρώ μικα – και μετά σίγουρα θα βάλουν τα χέρια στο στόμα...- καλό είναι να υπάρχει αλκοολούχο αντισηπτικό σκεύασμα. Αυτό χρησιμοποιείται άμεσα και απομακρύνει τα περισσότερα επικίνδυνα μικρόβια από τα χέρια.

Το καλοκαίρι οι ιογενείς λοιμώ ξεις μειώ νονται σε συχνότητα, αλλά δεν εξαφανίζονται εντελώ ς, οπότε χρήσιμο είναι να έχουμε στις αποσκευές μας ένα θερμόμετρο. Σε περίπτωση που διαπιστώ σουμε πυρετό άνω των 38˚C, απαραίτητο είναι ένα αντιπυρετικό σιρόπι. Υπενθυμίζουμε ότι εφόσον ανοίξουμε το σιρόπι, πρέπει μετά να το φυλάξουμε σε ψυγείο.

Όπως είπαμε και πιο πριν, τα παιδιά παίζουν συνέχεια στην παραλία, και

εκτίθενται στην ηλιακή ακτινοβολία. Άρα άκρως απαραίτητο είναι το γνωστό σε όλους μας αντηλιακό. Καλό θα είναι το αντιηλιακό του παιδιού να είναι της τάξης των 25 βαθμώ ν (για τα βρεφάκια) ή των 50 βαθμώ ν (για τα παιδιά άνω του έτους), να παρέχει προστασία έναντι των UVA και UVB ακτίνων, να εφαρμόζεται μισή ώ ρα πριν την έκθεση στον ήλιο και να ανανεώ νεται κάθε 1-1,5 ώ ρα.
Σε περίπτωση που η αντηλιακή προστασία δεν αποδώ σει και έχουμε κάποιο ήπιο ηλιακό έγκαυμα, προτείνεται η χρήση επουλωτικής κρέμας που δρα και ανακουφιστικά.
Πιθανόν το μεγαλύτερο πρόβλημα των διακοπώ ν είναι τα διάφορα έντομα με τα τσιμπήματά τους, ιδίως τα κουνούπια. Εδώ η αντιμετώ πιση έχει 2 στάδια: την πρόληψη και την θεραπεία. Όσον αφορά την πρόληψη, εξαιρετικά απαραίτητη είναι η χρήση κουνουπιέρας κατά τον ύπνο του παιδιού. Επίσης σημαντικό προληπτικό μέτρο είναι η χρήση εντομοαπωθητικής κρέμας ή mousse. Στα παιδιά κάτω του έτους εφαρμόζεται πάνω στα ρούχα, ενώ στα παιδιά άνω του έτους εφαρμόζεται στα ακάλυπτα μέρη του σώ ματος. Εναλλακτικά μπορούμε να χρησιμοποιήσουμε ειδικά εντομοαπωθητικά μαντηλάκια, τα οποία τοποθετούνται είτε πλησίον του παιδιού (σε βρέφη) ή αλείφετε το παιδί με αυτά (>1 έτους).
Όσον αφορά τη θεραπεία, το πρώ το στάδιο είναι η χρήση ειδικού gel για μετά το τσίμπημα. Εάν αυτό δεν αποδώ σει και ο κνησμός-φαγούρα είναι έντονη, επιβάλλεται η χρήση αλοιφής με αντιισταμινική δράση. Σε περίπτωση κατά την οποία έχουμε την υποψία ότι το σημείο του τσιμπήματος έχει αρχίσει να μολύνεται, τότε χρειάζεται η χορήγηση μιας αλοιφής με αντιβιοτική δράση ή αλοιφής που συνδυάζει αντιβιοτικό με κορτιζόνη. Καλό θα είναι πριν τη χρήση οποιασδήποτε από αυτές τις δύο αλοιφές, το παιδί να έχει εξετασθεί από Παιδίατρο.
Μέχρι τώ ρα έχουμε "καλύψει" την επίδραση των εξωτερικώ ν κινδύνων στο παιδί. Τί γίνεται όμως σε περίπτωση που το παιδί πέσει, χτυπήσει και δημιουργηθεί λύση της συνέχειας του δέρματος; Κατ'αρχάς ψυχραιμία! Το πέσιμο και οι πληγές είναι στην ημερήσια διάταξη των διακοπώ ν. Αρχικά ξεπλένουμε το τραύμα με άφθονο φυσιολογικό όρο και απολυμαίνουμε με οινόπνευμα. Αν το τραύμα μας δίνει την αίσθηση ότι δεν καθαρίζει τελείως, μπορούμε να χρησιμοποιήσουμε οξυζενέ ή ιωδιούχο διάλυμα. Οπότε θα χρειαστούμε γάζες και βαμβάκι. Πώ ς όμως θα καλύψουμε την πληγή; Αν αυτή είναι μικρή, θα χρησιμοποιήσουμε κάποιο τραυμαπλάστ (κυκλοφορούν και σε χαρούμενα χρώ ματα και σχέδια για τους μικρούς μας φίλους). Αν είναι μεγαλύτερη, ίσως χρειαστούμε έναν επίδεσμο. Σε αυτήν την περίπτωση, συνετό θα ήταν να εκτιμήσει την πληγή κάποιος γιατρός, μήπως χρειαστεί αντιβιοτική αγωγή από το στόμα.
ΥΓ: Για τα παιδιά που λαμβάνουν χρόνια φαρμακευτική αγωγή, καλό θα είναι να έχουν μαζί τους παραπάνω δόσεις φαρμάκων από τις ημέρες των διακοπώ ν! Όλο και κάποιο κουτί θα χαθεί, όλο και κάποιο κουτί θα έχει λιγότερα χάπια από όσα νομίζουμε...
ΥΓ (2): Σε οποιαδήποτε περίπτωση οι γονείς έχουν αμφιβολία για το κατά πόσον μπορούν να αντιμετωπίσουν ένα περιστατικό ή ανησυχούν για την εξέλιξη του, συνιστάται ενθέρμως να συμβουλευτούν γιατρό πριν εφαρμόσουν οποιαδήποτε από τις ανωτέρω συμβουλές μας.

stogiatro