



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 βοηθειών, 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 καθώς 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) χώρο. Επειδή σίγουρα θα έρθουν σε επαφή με χώματα ή αντικείμενα βρώμικα – 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 λοιμώξεις μειώνονται σε συχνότητα, αλλά δεν εξαφανίζονται εντελώς, οπότε χρήσιμο είναι να έχουμε στις αποσκευές μας ένα θερμόμετρο. Σε περίπτωση που διαπιστώσουμε 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 αντηλιακό του παιδιού να είναι της τάξης των 25 βαθμών ν (για τα βρεφάκια) ή των 50 βαθμών ν (για τα παιδιά άνω του έτους), να παρέχει προστασία έναντι των UVA και UVB ακτίνων, να εφαρμόζεται μισή ώρα πριν την έκθεση στον ήλιο και να ανανεώνεται κάθε 1-1,5 ώρες.

Σε περίπτωση που η αντηλιακή προστασία δεν αποδώσει και έχουμε κάποιο ήπιο ηλιακό έγκαυμα, προτείνεται η χρήση επουλωτικής κρέμας που δρα και ανακουφιστικά.

Πιθανόν το μεγαλύτερο πρόβλημα των διακοπών είναι τα διάφορα έντομα με τα τσιμπήματά τους, ιδίως τα κουνούπια. Εδώ η αντιμετώπιση 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 σώματος. 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 πρώτο στάδιο είναι η χρήση ειδικού gel για μετά το τσίμπημα. Εάν αυτό δεν αποδώσει 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 τώρα έχουμε "καλύψει" την επίδραση των εξωτερικών 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 διακοπών. 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. Πώς όμως θα καλύψουμε την πληγή; Αν αυτή είναι μικρή, θα χρησιμοποιήσουμε κάποιο τραυμαπλάστ (κυκλοφορούν και σε χαρούμενα χρώματα 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 διακοπών! 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