

## NAJČEŠĆE DJEČIJE BOLESTI

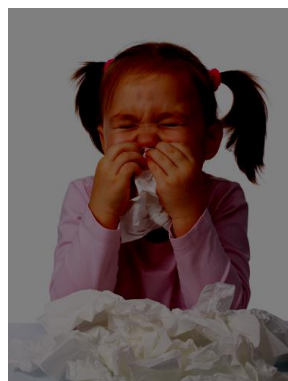
U slučaju bolesti djeteta važno je kontaktirati savjetovanište ili ambulantu već prvog radnog dana radi dobivanja ljekarskog uvjerenja. Ljekarsko uvjerenje se izdaje kako bi se organizovala njega djeteta u periodu od najduže 3 uzastopna kalendarska dana za djecu mlađu od 10 godina.

Jedan od roditelja može ostati kod kuće sa djetetom najduže 3 dana ili roditelji mogu ove dane podijeliti između sebe (u tom slučaju i drugom roditelju je potrebno ljekarsko uvjerenje)

Za njegu bolesnog djeteta dobiva se plata za 3 dana. Ako je dijete bolesno duže od 3 dana roditelji imaju mogućnost da traže neplaćeno odustvo.

## Načini širenja zaraze

- Prenošnje zaraze dodirrom – kad se zaraza prenosi sa jedne na drugu osobu (ruke, osip, rane, sekret, sline, kapljice itd.)
- Prenošnje zaraze preko predmeta – preko tekstilne robe (npr. jastučnice, navlake za duške, igračke, ručke)
- Prenošnje zaraze kapljicama – javljaju se u zraku (kašalj, kihanje, govor, povraćanje...) kapljice mogu takođe padati na površinu predmeta i tada se zaraza širi dodirrom.
- Prenošnje zaraze zrakom – zarazne materije se mogu prenositi zračnim strujama na veće udaljenosti
- Crijevna zaraza – nastaje unošenjem zagađene hrane ili vode, ili kao zaraza koja se prenosi dodirrom u kombinaciji sa lošom higijenom ruku.
- Krvna infekcija – prije svega ako krv dođe u kontakt sa oštećenom kožom ili sluznicom.



## Prehlada

Prehlade izazivaju virusi i uobičajne su kod male djece. Mala djeca se lako zaraze i mogu biti prehladena više puta u toku godine, posebno ako idu u vrtić i dolaze u kontakt s mnogo djece. Virus koji izaziva prehladu lako se prenosi sa jednog na drugo dijete.

Znakovi prehlade su između ostalog hunjavica, kihanje, kašalj, bol u grlu ili iritirano grlo, temperatura, te umor.

Prehlada sama prolazi u roku od jedne do dvije sedmice. Najčešće nije potrebno ići kod ljekara. Da bi se ublažili simptomi treba djetetu dati da mnogo pije, nakapati mu slanu otopinu u nos ili mu dati tablete za snižavanje temperature (npr. Panadol).

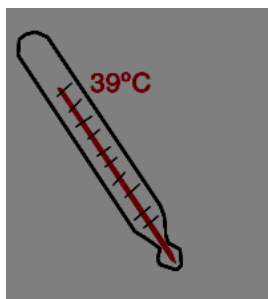
Ambulantu trebate kontaktirati ako djetetova prehlada dugo traje, ako dijete počnu boliti uši, ako ima poteškoća sa disanjem ili ako djetetovo opšte stanje postaje sve lošije.

## Kašalj

Najčešći uzrok kašlja kod djece je prehlada, ali uzroci mogu biti i druge prirode (npr. alergije). Kašalj može biti suh, zreo sa šljajmom, hrapav (tzv. krupp), pišteći ili od kojeg dijete gubi dah. Treba voditi brigu o higijeni ruku, te naučiti djecu da ne kašlju u nekog drugog već da je najbolje da kašlju u pregib ruke u laktu.

Način prenošenja zaraze: Kapljicama i dodirrom

Mjere: Topli napici razgrađuju šljajm i olakšavaju iskašljavanje, podizanje uzglavlja kad dijete spava olakšava disanje. Kapi za nos mogu takođe pomoći jer disanje kroz nos može iritirati grlo i izazvati kašalj. Sirup protiv kašlja se po potrebi takođe može koristiti. Dijete može ići u vrtić ukoliko nema temperaturu i ako djetetovo opšte stanje to dopušta.



## Temperatura

Ako je temperatura viša od 37,5 ujutro, odnosno 38 stepeni uveče smatra se da je povišena. Temperatura je jedan od načina da se tijelo odbrani od infekcije. Ako je temperatura 39 stepeni djetetu se može dati Paracetamol (Panadol) 3 puta dnevno. Doziranje je u zavisnosti od uzrasta i djetetove kilaže. Vodite računa da djetetu dajete što više tekućine.

Preporučuje se da dijete nakon prestanka temperature ostane još jedan dan kod kuće prije nego što ponovo krene u vrtić ili u školu. Ipak situacija bi se trebala procijeniti u zavisnosti od opšteg stanja djeteta.

## Trodnevna groznica (rozeola)

Simptomi: Dijete dobiva temperaturu koja naglo raste. Ova temperatura traje oko tri dana. Jedan dio djece može slabije kašljati ili dobiti hunjavicu. Limfne žlijezde na vratu mogu biti malo otečene. Kad se temperatura povuče dijete dobije osip po tijelu. Osip ne svrbi i nestaje nakon nekoliko dana.

Način prenošenja zaraze: Uzročnik trodnevne groznice je virus koji se često javlja i veoma je zarazan. Najveći broj se zarazi prije navršene druge godine života. Zaraza se širi kapljicama u zraku ili direktnim kontaktom. Period inkubacije je između 5 i 15 dana od momenta kad se dijete zarazi do pojave temperature.

Mjere: Trodnevna temperatura se ne liječi. Bolest prolazi sama od sebe nakon nekoliko dana.



## **Proliv i povraćanje**

Upala sluznice želuca i crijeva (gastroenteritis) je infekcija izazvana najčešće virusom, ali može biti povezana i sa trovanjem hranom ili sa nekom bakterijskom infekcijom. Zaraze se u pravilu širi veoma brzo. Većina infekcija prolaze same od sebe, kontakt sa ljekarom je potreban samo u slučajevima dugotrajne bolesti.

Važno je djetetu davati da pije mnogo tekućine i to vrlo često, npr. jednu supenu kašiku vode svakih 15 minuta. U apoteci se takođe može nabaviti preparat Floridral, koji se pije rastvoren u vodi.

Nakon preležane bolesti dijete treba ostati kod kuće još najmanje dva dana za vrijeme kojih bi dijete trebalo normalno jesti, prestati povraćati i nemati vodenasti proliv.

Higijena ruku je veoma važna. Poklopac na wc-šolji treba biti spušten kad se pušta voda. Svakodnevno čišćenje je takođe važno (ručke, vanjske površine, igračke itd.)

## **RS-virus**

RS-virusne infekcije su česte kako kod djece tako i kod odraslih, posebno u toku zime.

Simptomi: Infekcija obično počinje kao občna prehlada sa curenjem iz nosa, kašljem i lagano povišenom temperaturom. Ako infekcija postane ozbiljnija dijete može dobiti upalu disajnih puteva što uzrokuje otežano disanje, te se pri izdisanju mogu čuti pištavi, zviždeći zvukovi.

Način prenošenja zaraze: Kapljicama i dodirrom

Mjere: Kako se radi o virusu, liječenje je usmjereno ka ublažavanju simptoma, a tijelo stvara svoj vlastiti odbrambeni mehanizam u borbi protiv infekcije. Prema opštem stanju djeteta se odlučuje da li je potrebno da dijete ostane kod kuće.



## Streptokoke A (Angina)

Postoji više vrsta streptokoka. Tip A je najrasprostranjenija vrsta streptokoka, najviše zarazan, tj. onaj tip streptokoka koji najčešće izaziva epidemije u vrtićima i školama. Najčešće se javljaju uobičajni simptomi prehlade, temperatura i veoma bolno grlo, ali se isto tako može biti kliconoša bez bilo kakvih simptoma.

Način prenošenja zaraze: Kapljičnim putem

Veoma je važno zamijeniti četkicu za zube tri-četiri dana nakon početka liječenja antibioticima. U vrtiću bi bilo dobro oprati dudu i igračke ako se dijete zarazi streptokokama radi sprječavanja širenja zaraze.

U slučaju streptokoka dijagnoza se postavlja uzimanjem brisa iz grla a rezultati analize se dobiju nakon tri dana. Ako su simptomi jasno izraženi u toku tri dana može se uraditi brzi test na streptokoke i dobiti rezultat isti dan.

Mjere: Streptokoke tipa A liječe se antibioticima koji se uzimaju 10 dana. Terapija za streptokoke nekog drugog tipa određuje se ovisno o težini simptoma. Dan-dva nakon što liječenje antibioticima počne dijete može ponovo krenuti u vrtić.

Ostalo: U porodici sa više djece bris grla se uzima samo onom djetetu koje ima simptome. Ako se u jednom kraćem periodu infekcije kod djeteta ponavljaju, bris iz grla se uzima kod bližih članova porodice, te u određenim slučajevima i kod majčinih i očevih roditelja.

Protiv bolova po potrebi se djetetu mogu dati Paracetamol (Panadol) ili Ibuprofen (Burana).



## Vodene ospice

Simptomi: Vodene ospice su mali, tekućinom ispunjeni mjehurići koji se šire po tijelu. Vodene ospice su bolest uzrokovana virusom, a mjehurići se stvaraju u različitim fazama. Prvo se vide male, crvene tačke od kojih kasnije nastaju, tekućinom ispunjeni, mjehurići koji se na kraju suše i od njih nastaju krastice koje potom otpadaju. Visoka temperatura je takođe uobičajna kod zaraze vodenim ospicama. Vodene ospice veoma svrbe radi čega postoji rizik da se mjehurići inficiraju.

Način prenošenja zaraze: Veoma zarazna, a prenosi se zrakom i dodirima sa zaraženim objektima. Najčešće se može zaraziti samo jednom u životu. Nažalost virusom vodenih ospica se zarazite prije nego što su ospice izbile po tijelu.

Mjere: U apoteci se može kupiti Poxclin koji ublažava svrab i iritaciju, te sprječava naknadne infekcije (bakterijske infekcije na mjestima ranica od češanja). Kad se vodene ospice osuše dijete može krenuti u vrtić ili u školu ako to njegovo opšte stanje dozvoljava, najčešće nakon jedne sedmice.

## **Bolest usta, šaka i stopala**

Simptomi: Mjehurići/osip u ustima, na dlanovima i stopalima. Neka djeca dobiju temperaturu, dok se kod jednog dijela ne pojave nikakvi simptomi.

Način prenošenja zaraze: Zaraza se lako širi bliskim kontaktom sa zaraženom osobom koja virus izlučuje putem nosa i grla (kapljična infekcija). Zaraza izbija češće ljeti i u jesen.

Mjere: Od djetetovog opšteg stanja zavisi da li je potrebno da dijete ostane kod kuće. Najčešće je cijela grupa djece zaražena mada svi ne dobiju simptome, tako da za prenošenje zaraze nije od velikog značaja ako neko od djece ostane kod kuće.

## **Impetigo**

Simptomi: Žućkaste ranice i plikovi, često oko usta i nosa kao i po rukama, nogama i tijelu. Bolest rijetko utiče na opšte stanje djeteta.

Način prenošenja zaraze: Stafilokoke ili streptokoke. Impetigo se lako prenosi direktnim kontaktom. Ako dijete ima streptokoke u grlu može ih takođe dobiti i kao osip na koži. Dijete je kliconoša sva dok rana nije zarasla.

Mjere: Dobra higijena ruku. Odrežite djetetu nokte kratko i pobrinite se da dijete ne češe rane, ne čačka nos ili ne grize nokte. Rane se peru vodom i sapunom. Možda će biti potrebno liječenje pencilinima (u vidu lokalnog tretmana kremom ili oralno antibioticima). Dijete treba ostati kod kuće ako ima vlažne rane prekrivene tekućinom.



## Upala ušiju

Simptomi: Upala ušiju često počinje sa prehladom i temperaturom. Kod djece mlađe od dvije godine su češće upale ušiju bez drugih simptoma. Starija djeca se mogu žaliti na bolove u ušima ili glavobolju, dok su mlađa djeca bezvoljna, naizgled, bez nekog posebnog razloga. Simptomi se često javljaju u toku večeri ili noću jer pritisak u srednjem uhu raste nakon što je dijete ležalo nekoliko sati kad se bol povećava.

Liječenje: Upala ušiju se liječi antibioticima i lijekovima protiv bolova (Panadol, Burana). Bolovi kod djeteta se mogu ublažiti ako drži glavu visoko položenu dok leži. Kapi za nos smanjuju otečenost u ušnim putevima. Upala ušiju nije zarazna bolest, te ako je dijete bez temperaturu i ne osjeća se bolesno, može ići u vrtić.

## Infekcija očiju

Simptomi: Žućkasti sekret (krmelji) u očima i slijepljeni očni kapci ujutro znaci su da dijete ima infekciju očiju. Unutrašnjost kapka može biti veoma crvena a kapak može biti otečen. Može biti veoma teško razlikovati alergijske reakcije na oku i infekciju oka jer su simptomi najčešće isti.

Način prenošenja zaraze: Kontaktima, širi se veoma lako

Mjere: Najbolji postupak je očistiti gnojni sekret gazom natopljenom toplom vodom. Očistite oko počev od vanjskog ugla prema korijenu nosa. Uzmite novi komad gaze za čišćenje drugog oka. Vodite računa da promijenite jastučnicu i peškir svaki dan. Infekcija se najčešće sama povlači u toku sedam dana. Ako su simptomi teži može se provesti tretman kapima na bazi antibiotika. Nakon dva dana liječenja antibioticima dijete više nije kliconoša. Dijete treba ostati kod kuće samo u određenim težim slučajevima infekcije. Vodite računa o dobroj higijeni ruku.

## Upala mokraćnih kanala

Simptomi: Većina djece mlađe od dvije godine koja dobiju upalu mokraćnih puteva nemaju nikakvih drugih simptoma osim visoke temperature. Kod starija djece se javljaju simptome, kao što su pečenje ili bolovi kod mokrenja, učestalo mokrenje, te ponekad krv u urinu. Starija djeca rjeđe dobiju temperaturu kod upale mokraćnih kanala.

Liječenje: Dijagnoza – upala mokraćnih kanala se postavlja analizom uzorka mokraće. Najsigurniji rezultat se dobije analizom jutarnjeg urina, ako to nije moguće trebao bi urin biti u mokraćnom mjehuru preko četiri sata prije uzimanja uzorka. Isti dan kad dijete da urin na analizu dobije se prvi rezultat iz kojeg se može vidjeti da li postoji znak koji upućuje na upalu mokraćnih kanala. Najkasnije dva dana nakon uzetog uzorka dobije se konačan rezultat, tako da se vidi o kojoj vrsti bakterije je riječ i koja terapija se preporučuje. Upala mokraćnih kanala nije zarazna bolest. Prema opštem stanju djeteta se odlučuje da li dijete treba ostati kod kuće. Upala mokraćnih kanala se liječi antibioticima.



## Uši

Simptomi: Jak svrab na vratu ili vlasištu. Mogu se pojaviti crne tačke na jastuku.

Način prenošenja zaraze: Bilo ko može dobiti uši – to nije znak loše higijene! Uši se dobiju bližim kontaktom sa zaraženom osobom.

Mjere: Uši se mogu otkriti češljanjem posebnim češljem. Cijelu porodicu treba pregledati. Uklanjanje ušiju se vrši preparatima koji se bez recepta mogu kupiti u apoteci. Važno je da cijela porodica tretman provodi istovremeno. Nakon jedne sedmice potrebno je obaviti kontrolno češljanje, te ponoviti postupak. Porodica mora obavijestiti vrtić/školu o pojavi ušiju, na taj način, istovremenim tretmanom sprječava se ponovna pojava ušiju. Ako se postupa prema mjerama koje se preporučuju nije potrebno da dijete ostaje kod kuće.

## Gliste

Simptomi: Svrab kod analnog otvora, posebno noću (pošto ženka gliste putuje ka zadnjem crijevu da bi položila jajašca kod analnog otvora). Ponekad se gliste mogu otkriti kao bijeli, jedan centimetar dugi konci.

Način prenošenja zaraze: Jajašca ostaju zarazna više sedmica npr. na posteljini ili tekstilu. Osoba se zarazi gutanjem jajašca. Djeca se ponovo zaraze jajašcima glista koje se već u njima nalaze tako što stave ruke u usta nakon što su se češali po zadnjici.

Mjere: Dobra higijena (posebno ruku). Odrežite djeci nokte kratko, operite odjeću i mekane igračke. Očistite kupatilo/wc svaki dan. Kupite lijek protiv glista (Pyrvin) koji se dobije u apoteci bez recepta. Tretman se provodi na cijeloj porodici. Ponovite postupak nakon 10 dana. Liječenje se provodi na bazi simptoma. Obavijestite personal u vrtiću da dijete ima gliste.