

أعراض برد الصيف عند الأطفال 9 نصائح للعلاج



الأربعاء 4 أغسطس 2021 11:21 م

يعانى بعض الأطفال من الإصابة بنزلات البرد خلال فصل الصيف، بسبب استخدام المكيفات الهوائية والمراوح، خاصة مع ارتفاع درجات الحرارة الشديدة التي تشهدها البلاد حالياً، فقد يتعرض الطفل للطقس الحار بالخارج ثم جو بارد داخل المنزل أو العكس، مما يؤدي للإصابة بنزلة البرد، أو يتعرض الطفل لمباشرة لهواء المروحة، وهناك عدة أسباب أخرى يمكن أن تسبب نزلات البرد، وإذا كان طفلك يعاني من ذلك عليك قراءة السطور القادمة لمعرفة طرق العلاج والوقاية وفقاً لما نشره موقع " babydoppler".

أعراض برد الصيف
إذا كان طفلك يعاني من هذه الأعراض ، فقد يكون مصاباً بنزلة برد في الصيف:

-حمى

-إلتهاب الحلق

-سيلان الأنف

-العطس

-سعال

عادةً ما تختفي نزلات البرد في غضون أسبوع ولا داعي لطلب المساعدة الطبية، ولكن يجب عليك الاتصال بطبيبك إذا كان طفلك:

-يعاني من ارتفاع في درجة الحرارة .

-لا يزول البرد بعد حوالي 10 أيام

-لا يأكل ولا يشرب

-يعاني من مشاكل في التنفس

-تورم الغدد

9 نصائح لعلاج برد الصيف للأطفال

شفاط الأنف

يمكن أن يؤدي انسداد الأنف إلى صعوبة التنفس، مما يجعل طفلك يشعر بالضيق، يمكنك إزالة المخاط عبر شفاط الأنف فهو سهل الاستخدام، ما عليك سوى إدخال أحد الطرفين في أنف طفلك والآخر في فمك، مصي الفوهة مثل المصاصة لسحب المخاط من طفلك

على الرغم من أنه لا يبدو لطيفًا ، إلا أن الفلتر يمنع المخاط من التدفق، مما يجعله نظيفًا وفعالًا، لتسهيل الأمر ، يضيف بعض الآباء بضع قطرات من المحلول الملحي إلى أنف أطفالهم لتخفيف المخاط مسبقًا، إذا لم يكن لديك قطرات ، يمكنك صنعها بنفسك عن طريق خلط نصف ملعقة صغيرة من الملح في كوب واحد من الماء الدافئ

شجعيه على النوم

عندما يشعر طفلك بالاختناق، قد يصعب عليه النوم، لذا احرصى على تنظيف أنفه قبل النوم

بخار الماء

الجلوس في غرفة دافئة مشبعة بالبخار، يمكن أن يساعد طفلك على التنفس، اغلقى باب الحمام وقومى بتشغيل الماء الساخن لبضع دقائق حتى يتشكل البخار، اجلسى مع طفلك في الداخل للسماح للمخاط أن يلين واستخدام شفاط الأنف لإزالة المخاط

رفع الرأس

إذا كنت تحمليين طفلك، فإن إمالة رأسه لأعلى سيسمح له بالتنفس بسهولة، يمكنك محاولة وضع منشفة ملفوفة أسفل المرتبة حيث سيضع رأسه لرفعه، لا تضعى وسائد أو مناشف أو بطانيات على المرتبة لأنها تزيد من فرص الإصابة بمتلازمة موت الرضيع المفاجئ

توقف عن التدخين المباشر وغير المباشر

الجميع يعلم خطورة التدخين المباشر وغير المباشر على الأطفال، ولكن المشكلة تزداد سوءا إذا أصيبوا بنزلة برد، يمكن أن يؤدي استنشاق الدخان إلى زيادة وقت الشفاء وخطر الإصابة بالتهاب الشعب الهوائية أو الالتهاب الرئوي

إذا لاحظت احمرار أنف طفلك وجفافه، ضعي كمية صغيرة من الفازلين تحت الأنف

المزيد من السوائل

يمكن أن يؤدي البرد إلى استنفاد سوائل طفلك، لذا احرصى على مواصلة الرضاعة من الثدي أو الزجاجة، إذا كنت تقدمين أطعمة، فحاولى إضافة مرق الدجاج إلى كوب الشرب، يمكن للأطعمة الغنية بفيتامين سي أن تمنح دفعة كبيرة للشفاء

تهدئة الطفل

طفلك يمر بوقت عصيب في محاربة البرد، للمساعدة على تهدئته، يجب توفير المزيد من العناق

تجنب الأدوية بشكل عام

على الرغم من أنه يمكن للأطفال والبالغين الاستفادة من شراب السعال أو أدوية البرد الأخرى ، إلا أنها ليست آمنة للأطفال الرضع، يمكن التخلص من معظم نزلات البرد بدون دواء ، لذا تحدثى إلى طبيب الأطفال قبل إعطاء طفلك أي شيء أو أى دواء