

Leki należy stosować bardzo umiarkowanie. Zwłaszcza w przypadku małych dzieci zalecana jest wcześniejsza konsultacja z lekarzem, gdyż nie wszystkie leki przeciwbiegunkowe można stosować u małych dzieci.

### Kiedy należy udać się do lekarza

- Gdy występują objawy odwodnienia (pogorszenie ogólnego stanu zdrowia dziecka, osłabienie).
- Jeśli niemowlę przez wiele godzin ma wymioty, biegunkę i jednocześnie nie przyjmuje napojów.
- Jeśli bieguncie towarzyszy wysoka gorączka.
- Gdy kał zawiera śluz lub krew.
- Jeśli dziecko nie je i nie pije.
- Jeśli silna biegunka u dziecka nie ustępuje w ciągu 1-2 dni.

## Wymioty u dzieci

Niemowlęta pijąc, zwracają często część połkniętego mleka. Jeśli oprócz takich objawów nie zauważymy u dziecka innych oznak choroby (np. gorączki, braku przyrostu wagi lub chudnięcia), nie ma żadnego powodu do niepokoju. U starszych dzieci wymioty są na ogół oznaką choroby przewodu pokarmowego.

### Objawy

Podczas wymiotów dochodzi do skurczowego wypróżnienia zawartości żołądka przez usta. Proces ten przebiega dzięki napinaniu mięśni przepony, brzucha, żołądka i przełyku. Wymioty mogą wystąpić nagle lub też mogą być poprzedzone długotrwałym uczuciem mdłości. Na ogół małe dzieci wymiotują częściej niż dzieci starsze lub dorośli.

### Przyczyny

Do wymiotów mogą prowadzić różnorodne choroby lub zaburzenia:

- zapalenie żołądka lub jelit spowodowane wirusami lub bakteriami. Najczęściej dziecko oprócz wymiotów ma także biegunkę
- choroby infekcyjne, którym towarzyszy gorączka i pogorszenie ogólnego stanu zdrowia dziecka, np. przeziębienie, zapalenie pęcherza moczowego, choroby wieku dziecięcego lub zapalenie opon mózgowych
- przegrzanie organizmu, wywołane np. noszeniem zbyt ciepłej odzieży lub udarem słonecznym
- zdenerwowanie i strach
- pewne pokarmy, na które dziecko reaguje nadwrażliwie
- niektóre leki, np. antybiotyki, leki wykrztuśne i uspokajające
- refluks, czyli zarzucanie treści żołądka do przełyku, lub przeszkoda mechaniczna w żołądku bądź jelitach (np. zniekształcenie, skręt jelit) mogą spowodować u niemowląt bardzo silne wymioty, tzw. wymioty chlustające.
- są powikłaniem niektórych chorób ośrodkowego układu nerwowego.

### Co możesz zrobić

Jeśli dziecko dobrze się czuje i pije wystarczającą ilość napojów, przyczyną wymiotów jest prawdopodobnie niegroźna infekcja żołądka lub jelit. W celu unormowania pracy żołądka możesz zrobić trwającą 6-8 godzin przerwę w karmieniu, podczas której podawaj jedynie lekko osłodzoną herbatę w małych porcjach. Następnie dziecko powinno jeść lekkostrawne potrawy.

**Uwaga: poić należy bardzo małymi, często podawanymi porcjami, aby dziecko przyjęło „na raty“ jak największą ilość płynu. Jednorazowe podanie dużej ilości płynu może spowodować wymioty.**

### Kiedy należy udać się do lekarza

- gdy pojawi się sztywność karku (nie można dotknąć brodą piersi)
- gdy dziecko jest śpiące lub oszalone.
- jeśli podejrzewamy, że wymiociny dostały się dziecku do dróg oddechowych
- gdy pojawi się wysoka gorączka
- jeśli ogólny stan zdrowia dziecka ulegnie pogorszeniu
- gdy dziecko skarży się na ból brzucha
- gdy dziecko wielokrotnie wymiotuje chłujkami.
- jeśli wymioty u niemowlęcia nie ustają po kilku godzinach, zaś u małego dziecka- po jednym dniu.

## Gorączka u dzieci

O gorączce u niemowląt i małych dzieci mówimy wówczas, gdy temperatura mierzona w odbycie jest wyższa niż 38,5 st. C; wysoka gorączka to temperatura powyżej 39,5 st. C. Gorączka jest naturalną reakcją obronną organizmu. Pomaga zwalczać drobnoustroje chorobotwórcze, które wtargnęły do organizmu, przede wszystkim wirusy i bakterie. W podwyższonej temperaturze są one szybciej niszczone. Gorączka zwiększa także ukrwienie tkanek, dzięki czemu umożliwia szybsze przedostanie się komórek obronnych do miejsca infekcji.

### Objawy

Typowe objawy gorączki to:

- apatia i zmęczenie
- ciepła, sucha skóra, zwłaszcza na głowie i plecach; jednocześnie często wilgotna, a nawet zimna skóra na ramionach i nogach
- przyspieszone tętno (ponad 120 na minutę)
- przyspieszony oddech (ponad 40 oddechów na minutę)
- zwiększone pragnienie
- ewentualnie — biegunka (przede wszystkim u niemowląt).

Gorączce najczęściej towarzyszą dolegliwości związane z jej przyczyną, np. w przeziębieniu — kaszel i katar, a w zapaleniu ucha środkowego — ból ucha. Wiele chorób rozpoczyna się gorączką, która poprzedza pojawienie się innych objawów.

### Przyczyny

Zwykle gorączka jest wywołana przez infekcję wirusową lub bakteryjną. Najczęściej występujące u dzieci choroby infekcyjne oraz towarzyszące im objawy to:

- przeziębienie, grypa: kaszel, katar, ból głowy i mięśni.
- zapalenie migdałków: nieprzyjmowanie napojów przez niemowlęta, u starszych dzieci ból gardła, zwłaszcza przy przełykaniu
- zapalenie ucha środkowego: małe dziecko często dotyka ucha, jest płaczące i niespokojne; starsze dzieci skarżą się na ból ucha
- infekcja żołądkowo-jelitowa: biegunka i wymioty
- zapalenie pęcherza moczowego: parcie na pęcherz, pieczenie podczas oddawania moczu
- gorączka trzypdniowa
- odra, świnka, różyczka, ospa wietrzna
- zapalenie opon mózgowych: silny ból głowy, światłowstręt, sztywność karku. Inne rzadkie przyczyny gorącz-

ki u dzieci to m.in. oparzenie słoneczne, reakcje alergiczne, choroby układu odpornościowego

### Co możesz zrobić

Gorączka jest naturalną i konieczną reakcją obronną organizmu, dlatego też z zasady nie powinna być obniżana. Większość dzieci dobrze znosi nawet wysoką gorączkę. Środki, jakie stosujemy w razie wystąpienia gorączki, zależą więc od ogólnego stanu zdrowia dziecka oraz od choroby, będącej jej przyczyną.

- gorączkę należy mierzyć co 4 godziny
- należy dbać o to, aby dziecko piło wystarczającą ilość napojów
- jeśli gorączka przekroczy 39,5 st. C, a dziecko wygląda na apatyczne, należy zastosować zimne okłady na łydki lub kąpiel ochładzającą. Dziecko należy posadzić w letniej wodzie i powoli polewać niewielką ilością wody. Temperatura wody nie powinna spaść poniżej 25 st. C
- w aptece dostępne są różne leki przeciwgorączkowe i przeciwbólowe. Jednak podczas podawania ich dzieciom należy przestrzegać ważnej zasady. Wiele z tych leków zawiera kwas acetylosalicylowy, który po podaniu w infekcji wirusowej może w bardzo rzadkich przypadkach prowadzić do tzw. zespołu Reye'a — ciężkiej, a niekiedy nawet śmiertelnej choroby. Dlatego też dzieci poniżej 12 roku życia nie powinny przyjmować leków zawierających kwas acetylosalicylowy, przede wszystkim wówczas, gdy zachodzi podejrzenie infekcji wirusowej (np. grypy lub ospy wietrznej).

### Kiedy należy udać się do lekarza

- gdy dziecko nie może przechylić głowy do przodu (dotknąć brodą piersi — sztywność karku)
- gdy ogólny stan zdrowia dziecka ulegnie pogorszeniu (wzmozona apatia, złe samopoczucie)
- jeśli gorączka przekroczy 40 st. C i nie spada mimo zastosowania leków przeciwgorączkowych
- gdy wystąpiły drgawki gorączkowe
- jeśli dziecko nie pije wystarczającej ilości napojów
- gdy dziecko ma ból
- jeśli gorączka utrzymuje się przez 3-4 dni
- jeśli rodzice są zaniepokojeni

## Ząbkowanie

Ząbkowanie, czyli wyrzynanie się zęba, jest długim procesem. Niektóre dzieci cierpią w tym czasie na dolegliwości, takie jak biegunka i gorączka. Nie ma żadnych dowodów na to, że są one związane z wyrastaniem zębów, chociaż większość rodziców zwykle łączy te fakty.

### Objawy

W momencie wyrzynania się zębów (około 5. miesiąca życia) dziecko staje się niespokojne i płaczące. Ciągłe wkłada palce do buzi i gryzie wszystkie dostępne wokół rzeczy. Do tego dochodzi ślinienie się. U niektórych dzieci pojawia się często biegunka i gorączka.

### Przyczyny

Zęby wyrzynają się w okresie, gdy niemowlę zaczyna chorować na pospolite choroby, jak: kaszel, katar, zapalenie ucha środkowego. Dlatego też ząbkowanie nie może być uważane za stuprocentową przyczynę dolegliwości. Jest jednak dopusz-

czalne odwrotne myślenie — ponieważ podczas gorączki wszelkie procesy w ciele zachodzą szybciej, może się ona przyczynić do szybszego wyrzynania zębów.

### Co możesz zrobić

- zastosuj domowe środki używane w bieguncie i gorączce u dzieci
- specjalne gryzaczki z plastycznych materiałów łagodzą ból dziąseł, a miękkie tworzywo ich nie kalecty. Niektóre gryzaczki można trzymać w lodówce, tak, aby podczas użycia oprócz ucisku na podrażnione dziąsło wywierały także działanie chłodzące
- możesz dać dziecku do gryzienia umytą i oskrobaną marchewkę schłodzoną w lodówce.

### Kiedy należy udać się do lekarza

Prawidłowe ząbkowanie nie wymaga wizyty u lekarza. Natomiast takie objawy chorobowe, jak gorączka lub długotrwała biegunka powinny być wyjaśnione przez lekarza.

## Rumień pieluszkowy

Na rumień pieluszkowy cierpi wiele niemowląt. Mokra pielucha sprawia, że dochodzi do zmian na skórze w okolicach pośladków. Dodatkowo może pogorszyć sytuację rozwój grzybów.

### Objawy

Skóra staje się zaczerwieniona, najczęściej w fałdkach pachwin i w okolicach odbytu, a następnie łuszczy się naskórek. Na zewnętrznych obszarach zaczerwienienia tworzą się bąble i krostki, które pękają i zaczynają krwawić. W przypadku rozwinięcia się infekcji grzybiczej mamy do czynienia z wypryskiem pieluszkowym.

### Przyczyny

Pod pieluchą skóra niemowlęcia jest często wilgotna od moczu. W wyniku uszkodzenia wierzchniej warstwy skóry (naskórka) ułatwiony zostaje do niej dostęp drobnoustrojom chorobotwórczym. Dodatkowo mocz jest rozkładany przez bakterie, które wytwarzają amoniak; drażni on skórę i powoduje jej stany zapalne. Powyższe warunki są także optymalne dla rozwoju grzybów, które jeszcze bardziej pogarszają stan zapalny.

### Co możesz zrobić

Gdy skóra pod pieluchą ulegnie zaczerwienieniu, zaostrzaj dbać o utrzymywanie jej w stanie suchym. Pamiętaj, żeby:

- odkrywać okolicę pośladków tak często, jak jest to możliwe
- często zmieniać pieluchy
- skórę pokrywać kremem lub pudrem i chronić przed dalszym zawilgoceniem. Mycie okolic pośladków w wodzie z dodatkiem łagodnie odkażającego środka może doprowadzić do szybkiego wyzdrowienia

### Kiedy należy udać się do lekarza

- gdy rumień pieluszkowy jest bolesny dla niemowlęcia
- gdy dojdzie do powstania większej sączącej rany na skórze
- gdy zachodzi podejrzenie, że rumień został zakażony grzybami lub bakteriami (rana ma biały lub żółto-zielonkawy nalot)
- jeśli po kilku dniach leczenia domowymi środkami nie następuje poprawa.

kr

## Poradnik powstał przy udziale konsultantów

### MIEJSKIEGO SZPITALA ZESPOLONEGO w OLSZTYNIE



**Grażyna Siwiec-Saternus,**  
ordynator oddziału  
noworodków i  
wczesniaków,  
lekarz specjalista II st.  
w zakresie pediatrii  
oraz neonatologii



**Halina Zińczuk-Kozak,**  
zastępca ordynatora  
oddziału noworodków  
i wczesniaków,  
lekarz specjalista II st.  
w zakresie pediatrii  
oraz neonatologii



**Joanna Szymankiewicz-  
Czużdaniuk,**  
lekarz specjalista II st.  
w zakresie pediatrii