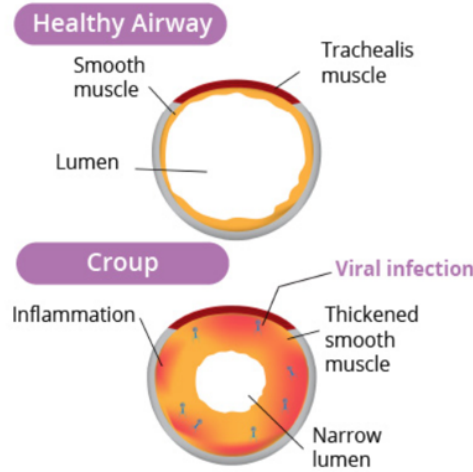


كيف تعتني بطفلك الذي يعاني من الخناق

ستقدم لك هذه النشرة معلومات عن أعراض الخناق، وتشخيصه، وعلاجه والوقاية منه.



ما هو الخناق؟

الخناق هو التهاب شائع عند الأطفال، ويؤثر على الحنجرة (صندوق الصوت) والقصبية الهوائية. وتُعدّ الفيروسات السبب الأكثر شيوعًا لحدوثه. عادةً ما يحدث الخناق في فصل الشتاء ويؤثر على الأطفال بين سن ستة أشهر وست سنوات على سبيل المثال لا الحصر.

ما أعراض الخناق؟

- السعال الجاف.
- خشونة الصوت.
- ضوضاء حادة عندما يتنفس الطفل (تسمى صريرًا أيضًا).
- حمّى.
- سيلان الأنف.
- طفح جلدي.
- احمرار العينين.

عادةً ما تكون الأعراض خفيفة وتستمر لأقل من أسبوع.

كيف يتم تشخيص الخناق؟

سيطرح الطبيب عليك بضعة أسئلة حول صحة طفلك ثم سيفحصه. ولا يلزم عادة إجراء اختبار دم أو أشعة سينية.

كيف يُعالج الخناق؟

يُعدّ العلاج الداعم مهمًا للغاية في علاج الخناق. ولذا، يُرجى اتباع التعليمات التالية:

- حافظ على هدوء طفلك؛ يمكن أن يزيد البكاء الخناق سوءًا.
- تأكّد أن طفلك يشرب كميات كبيرة من السوائل.
- تأكّد أن طفلك يحصل على قسطٍ وافٍ من الراحة.

إذا نصح طبيبك بإعطاء أدوية للألم والحمى، يمكنك إعطاء:

- باراسيتامول (أو أي علامة تجارية أخرى تحتوي على نفس المادة الفعالة).
- إيبوبروفين (أو أي علامة تجارية أخرى تحتوي على نفس المادة الفعالة).
- اتبع النصائح المكتوبة على عبوة الدواء بشأن الجرعة الصحيحة لطفلك.

كيف تتم الوقاية من الخناق؟

لا توجد طريقة محددة للوقاية من الخناق لكن من الضروري غسل الأيدي والعناية بنظافة وصحة اليدين للوقاية من انتشار العدوى.

- تأكّد أن طفلك يغطي فمه وأنفه عند السعال أو العطاس ويستخدم منديلًا ورقيًا ويتخلص منه على الفور.
- إذا لم يتوفر منديل ورقي، فليقم بالعطاس/السعال في كم ملابس (عند باطن المرفق).
- شجّع طفلك على غسل اليدين بالماء والصابون بعد السعال أو العطاس أو التمخط.
- استخدم مطهر لليدين يحتوي على الكحول إذا لم يتوفر الماء والصابون.

نصائح للرعاية المنزلية

- لا تعط طفلك أسبرين لأنه يمكن أن يسبب مضاعفات خطيرة.
- لا تُعرّض طفلك للتدخين لأنه يمكن أن يزيد الخناق سوءًا.
- يمكن للأطفال الذين يعانون من الخناق نشر العدوى لمدة ثلاثة أيام بعد بدء المرض أو حتى تنتهي الحمى.

متى يجب أن أسعى للحصول على المشورة الطبية؟

أطلب الرعاية الطبية إذا كان طفلك:

- يعاني من الحمى لمدة تزيد عن ثلاثة أيام (أعلى من 101° فهرنهايت أو 38,3° مئوية).
- لا تتحسن صحته بالرغم من نصائح الرعاية المنزلية.
- يعاني من أعراض الخناق لمدة تزيد عن 7 أيام.
- يبدو ذابلًا وأقل نشاطًا.
- لا تنزل دموعه عندما يبكي.
- لا يمكنه تناول الشراب أو الطعام.
- يعاني من صوت مكتوم (صوت غير واضح).

أذهب إلى قسم الطوارئ إذا كان طفلك:

- يعاني من تورم أو تيبس في رقبته.
- يسيل لعابه بشكل مفرط.
- يعاني من صعوبة في فتح فمه.
- يعاني من صعوبة في التنفس أو صرير.
- يسحب رقبته وعضلات صدره لأعلى عندما يتنفس.

متى تتصل بالرقم 999؟

اتصل بالرقم 999 إذا كان طفلك يتنفس بصعوبة أو بدأ لونه يتحول إلى اللون الأزرق.