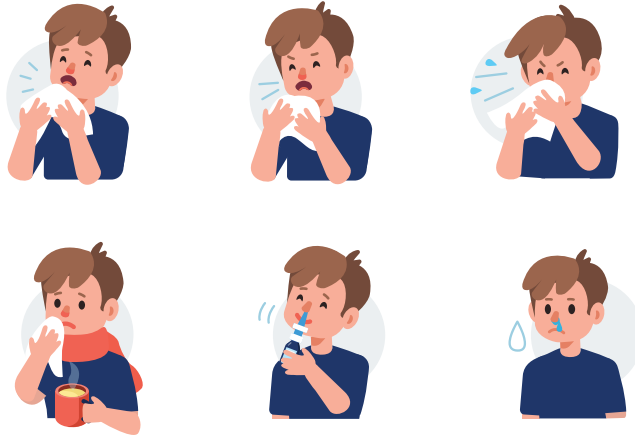


كيف تعتني بطفلك المصاب بالعدوى الفيروسية في المجرى التنفسي العلوي

ستقدم لك هذه النشرة معلومات عن العدوى الفيروسية في المجرى التنفسي العلوي (البرد) وأسبابها وأعراضها وتشخيصها وعلاجها ونصائح الرعاية المنزلية.



ماذا يقصد بالعدوى الفيروسية في المجرى التنفسي العلوي؟

تُعد **عدوى المجرى التنفسي العلوي** مرضًا يحدث بسبب عدوى تصيب المجرى التنفسي العلوي وتشمل الأذن و الأنف أو الجيوب الأنفية واللوزتين و البلعوم و الحنجرة. أغلب حالات العدوى تكون فيروسية في طبيعتها، وفي حالات أخرى، يرجع سببها إلى عدوى بكتيرية. ويمكن أن تحدث العدوى الفيروسية في المجرى التنفسي بسبب الفطريات أو الديدان، ولكن تلك الحالات غير شائعة الحدوث.

ما أعراض العدوى الفيروسية في المجرى التنفسي العلوي؟

قد يعاني طفلك من الأعراض الآتية:

- سيلان أو انسداد في الأنف
- عطس
- سعال
- التهاب الحلق
- حمى ليست عالية

أما في حالات البرد غير الشديدة، فقد يستمر السعال وخروج إفرازات الأنف لمدة 14 يومًا أو أكثر حتى بعد علاج باقي الأعراض.

كيف يتم تشخيص العدوى الفيروسية في المجرى التنفسي العلوي؟

سيطرح الطبيب عليك بضعة أسئلة حول صحة طفلك وسيفحصه، ونادرًا ما يحتاج فريق الأطباء في حالات الطوارئ إلى سحب عينات دم أو أخذ مسحات (من الأنف أو الحلق).

كيف يتم علاج العدوى الفيروسية في المجرى التنفسي العلوي؟

- يكون العلاج تشخيصي بناءً على الأعراض وللسيطرة على الحمى.
- ونادرًا ما تكون هناك حاجة إلى أخذ مضادات حيوية، حيث إن أغلب حالات عدوى المجرى التنفسي العلوي تكون حالات فيروسية ومحدودة ذاتيًا.
- لا تعط الأطفال الذين تقل أعمارهم عن 12 عامًا أي أدوية للسعال أو البرد. قد تتسبب هذه الأدوية في حدوث آثار جانبية.
- يجب ألا تعطى الأطفال باختلاف أعمارهم مضادات الهستامين (أو أي علامة تجارية مماثلة). فمضادات الهستامين لا تساعد الأطفال المصابين بنوبات برد على التحسن.
- إذا نصح طبيبك بإعطاء أدوية لخفض الحمى، فيمكنك إعطاء ما يلي:
 - باراسيتامول (أي علامة تجارية) أو إيبوبروفين (أي علامة تجارية).
 - اتبع النصائح الواردة على عبوة الدواء بشأن الجرعة الصحيحة لطفلك.
 - لا تعط طفلك أسبرين لأنه يمكن أن يسبب مضاعفات خطيرة.

نصائح للرعاية المنزلية

لمنع إصابة طفلك بالعدوى الفيروسية الشديدة في المجرى التنفسي العلوي:

- احرص على تناول طفلك الكثير من السوائل. السوائل الدافئة تساعد على تهدئة نوبة البرد.
- للمساعدة في علاج سيلان أو انسداد الأنف:
 - قم بتشغيل جهاز الترطيب ذي الرذاذ البارد. نظفه بعد كل مرة استخدام.
 - للرضع: ضع قطرات قليلة من المحلول الملحي (ماء ملح) في أنف طفلك، ثم اشطف المخاط بمحقة الشفط المطاطية.
 - للأطفال الأكبر سنًا: رش بخيتين من بخاخ الأنف الملحي ثلاث مرات في اليوم لمدة 4 أيام.

- في حال كان طفلك مصابًا بتقرح في الجلد أسفل أنفه، فضع عليه هلام النفط (الفازلين).
- للأطفال الأكبر من 12 شهرًا، يمكنك إعطاؤهم ملعقة أو اثنتين من العسل في المساء، للمساعدة في التخلص من السعال.
- لا تعط طفلك العسل إذا كان أصغر من عمر 12 شهرًا.
- أما بالنسبة للأطفال الأكبر من 6 أعوام، حاول إعطاءهم حلوى صلبة أو قرص استحلاب لتخفيف ألم الحلق والسعال.

للمساعدة في منع انتشار الفيروس، يجب على كل أفراد العائلة:

- غسل اليدين جيدًا بالمياه والصابون لمدة 20 ثانية على الأقل، ثم شطفها وتجفيفها جيدًا. من الضروري غسل اليدين بعد السعال أو العطس، وقبل تناول الطعام أو تحضيره.
- في حال لم يتوفر غسل اليدين بالمياه والصابون، يمكنك استخدام معقم اليدين الذي لا تقل نسبة الكحول فيه عن 60%.
- تنظيف أسطح الطاولة ومقابض الأبواب والأسطح الصلبة الأخرى بمنظف يقضي على الفيروسات.

متى ينبغي أن أسعى للحصول على المشورة الطبية؟

اسع للحصول على المشورة الطبية إذا كان طفلك:

- استمر في المعاناة من الحمى لأكثر من 3-4 أيام.
- لا يرغب في شرب السوائل.
- يبدو مصابًا بالجفاف وفمه جاف ولزج، وكانت عيناه غائرتين، ولا تنزل دموعه عندما يبكي.
- يعاني من ألم في الأذن أو تخرج إفرازات سائلة من الأذن.
- مصابًا باحمرار في عينيه أو يخرج إفرازًا أصفر اللون منها.
- يعاني من سيلان أو انسداد في الأنف لمدة أسبوعين أو أكثر.
- يعاني من سعال حاد أو ألم في الصدر.
- يبدو أكثر مرضًا وأقل طاقة.

اذهب إلى قسم الطوارئ إذا كان طفلك:

- يعاني صعوبة في التنفس.
- يتنفس بمعدل سريع.
- توجد زرقة حول شفتيه.