

Çocuklarda virütik hastalık

Acil bölüm bilgi metni

Çocuk

Virütik hastalık nedir?

Virüs, genel olarak soğuk algınlığı, bronşit, bademcik, kulak enfeksiyonları ve grip gibi hastalıklar oluşturan bir mikroptur. Yüzlerce değişik virüs bulunmaktadır.

Virütik hastalık neden oluşur?

Virüs, burun (aksırma ya da burun akıntısı ile) ve ağızdan çıkan (tükrük ya da öksürme ile) çok küçük damlacıklar aracılığıyla ve kusma ya da dışkılar (özellikle bir kimsenin ishal olması durumunda) ile kişiden kişiye yayılabilir.

Çocuk bakım merkezleri, anaokulları ya da okullar gibi yerlerde çocuklar birbirleriyle yakın temasta bulunurken, virus kolaylıkla yayılabilir. Çocuğun virüsten etkilenmesiyle hastalığın oluşması arasında genellikle bir süre geçer. Hastalık çoğunlukla iki ile üç gün sonra başlayabilir ancak, bazı virüsler ile ilgili olarak hastalık iki ya da üç hafta gecikmeyle ortaya çıkabilir.

Çocukların yaşamlarının ilk birkaç yılı içinde, yılda altı ile 10 virütik hastalık geçirmeleri olağandır. Bir virus nedeniyle oluşmuş hastalıktan iyileşmelerinden kısa bir süre sonra bir diğerinden hastalanmaları çocuklarda sıkça görülür. Bu durum ebeveynlere çocuklarının sürekli hasta olduğu izlenimini verir. Çocuklar büyüdükçe virütik hastalıkların sıklığı genellikle azalır.

Belirtileri nelerdir?

Aşağıda açıklananlar dahil, çeşitli belirtileri bulunmaktadır:

- tıkalı ya da akıntılı burun
- kızarmış ve yaşaran gözler
- boğaz ağrısı
- ateş ve rengi açılan döküntüler (üstüne parmağınızla ya da bir camla bastırdıktan sonra bir saniye için lekelerin rengi beyaza dönüşür)
- öksürme ve aksırma
- kusma ve ishal
- daha çok uyuma isteği (*letarji ya da uyuşukluk*)
- yemek istememek
- genel olarak kendini iyi hissetmeme.

Çocuklarda görülen virüslerin çoğunlukla hafif olmalarına karşın, bebekler (özellikle üç aylıktan küçük olanlar) çabucak çok hasta olabilirler ve bir doktor tarafından kontrol edilmeleri gerekir.

Tedavi

Virüsler antibiyotiklerle tedavi edilemezler. En iyi tedavi yöntemi, çocuğunuzun bağışıklık sisteminin virüsle savaşılabileceği evde dinlenmesidir.

Evde bakım

Bir dizi basit önlemler çocuğunuzu daha çok rahattatabilir.

- Çocuğunuza uyanık olduğu süre içinde, sıkça ve az miktarlarda su verin (yaklaşık her 15 dakikada bir, ağız dolusu su verme gibi). Bu uygulama, boğazın nemli kalmasını sağlayarak, ağrısını hafifletmeye yardımcı olur ve ateş nedeniyle kaybedilen suyu tekrar sağlar. En uygunu sudur ancak, çocuğunuza ayrıca sulandırılmış meyve suyu ya da sulandırılmış konsantre meyve suyu da (cordial) verebilirsiniz. Boğaz ağrısını azaltmak için buzlu çubuklar verilebilir ve bu çocuğunuza sıvı sağlamak için iyi bir uygulama olur (özellikle kusma ya da ishallerinin bulunması durumunda). Bu çubuklar virüsü kötüleştirmez ya da çocuğunuzun boğazını daha fena hissetmesine neden olmaz.
- Küçük bebeklere yeteri kadar sıvı içirmek özellikle önemlidir – bu sıvılar, süt ya da kaybedilen suyun yenilenmesini sağlayan Gastrolyte gibi solüsyonlar olmalıdır.
- Çocuğunuzun yememesi durumunda üzülme. Kendilerini daha iyi hissettiklerinde tekrar yiyeceklerdir.
- Çocuğunuzun dinlenmesini sağlayın.
- Bebeklerde oluşan burun tıkanıklığını gidermek için tuzlu burun damlaları kullanın (bu uygulama, beslenmelerini kolaylaştıracaktır).
- Çocuğunuzun keyifsiz, sinirli ya da uyuşuk (letarjik) olması durumunda, parasetamol (*Panadol* ya da *Dymadon*) ya da ibuprofen (*Nurofen* gibi) kullanın. Ateşi düşürmek için parasetamol ya da ibuprofen kullanmayın. Ateş aslında beden doğal yoldan iyileşmesine yardımcı olur ve ateşi düşürmek hastalık süresini uzatabilir. Doğru dozu uygulamak için ilaç tarifesini dikkatle kontrol edin ve verdiğiniz ilacın parasetamol ya da ibuprofen içeren diğer ilaçlardan (bazı öksürük, soğuk algınlığı ve grip ilaçları gibi) olmamasını sağlayın.
- Doktorunuz ya da sağlık bakım uzmanınız tarafından tavsiye edilmedikçe, başka ilaçlar kullanmayın.
- Çocuğa aspirin **vermeyin**.

Neler olabilir

- Çocuğunuzun, birkaç gün içinde kendini iyi hissetmesi olasıdır ancak, rahatsızlığı iki haftaya kadar sürebilir.
- Öksürük birkaç hafta devam edebilir.
- Çocuğu kez bedendeki döküntüler hafif olur ve çocuğa herhangi bir rahatsızlık vermez ancak, bazı döküntüler çok kaşıntılı olabilir. Genellikle, döküntü birkaç gün sürdükten sonra yok olur. Bazen ateş düştükten sonra döküntü ortaya çıkar. Böyle bir döküntünün ortaya çıkması, çocuğun iyileşmekte olduğunu işaretidir.

- Soğuk algınlıkları bazen astımı (çocuğunuza astım tanısı konulmuş bulunması durumunda) ya da hırıltıyı (solumken çıkan hırıltılı ses) başlatabilir. Bu durumda, astıma normal olarak uyguladığınız tedaviyi yineleyin ya da hırıltının yeni ortaya çıkmış olması ve çocuğunuzun solumada güçlükle çekiyor bulunması durumunda, bir doktor tarafından kontrol edilmesini sağlayın.
- Ender olarak, virütik hastalığın yanısıra çocukta bakteriyel enfeksiyon da oluşabilir. Çocuğunuzun iyileşmemesi ve daha da kötüye gidiyor olması durumunda, yerel doktorunuza götürün.

Önleme

Çocuğunuzun bir virüs kapmasını önlemeniz neredeyse olanaksızdır. Bununla beraber, aşağıda belirtilen yöntemlerle korunmasına yardımcı olabilirsiniz:

- kızamık, kabakulak, kızamıkçık ve suçiçeği gibi virüsleri önlemek amacıyla çocuğunuzun aşılmasını sağlayarak
- çocuğunuzun dengeli bir diyet kapsamında gıda almasını ve bolca uyumasını sağlayarak – böyle bir düzen onun bağışıklık sistemini güçlü durumda tutacaktır (çocuklar günlük olarak vitamin almamalıdır)
- çocuğunuzu, sağlık durumu iyi olmadığı zaman çocuk bakım kuruluşlarına ya da okula göndermeyip evde tutarak
- daha büyük çocuklara, bir kağıt mendile dokundukları, aksırdıkları ya da öksürdükleri her zaman ellerini yıkamalarını öğreterek (kağıt mendiller bez mendillerden daha sağlıklıdır). Kağıt mendilleri kullanır kullanmaz çöpe atmasını çocuğunuza öğretin.

Notlar:

Daha fazla bilgi mi almak istiyorsunuz?

- **Royal Children's Hospital** websitesini ziyaret edin www.rch.org.au/kidsinfo
- **Better Health Channel** websitesini ziyaret edin www.betterhealth.vic.gov.au

Yardım isteme



Sağlıkla ilgili **acil bir durumda**, en yakınınızda bulunan hastanenin acil servisine gidin ya da bir ambulans çağırın (000 numarayı arayın). Böyle davranmanızı gerektiren çocuğunuzla ilgili durumlar aşağıda açıklanmaktadır:

- renginin çok soluk olması ya da zor uyanabilmesi
- solumada sorunları bulunması
- üç aylık ya da daha küçük olması ve beslenmemesi ya da ateşinin bulunması.



Çocuğunuzla ilgili olarak aşağıda belirtilen durumlarda yerel doktorunuzu ya da sağlık bakım uzmanınızı görün:

- başağrıları bulunması ya da boyunda kasılma olması
- parasetamol ya da ibuprofen'den etkilenmeyen bir ağrısı bulunması
- sürekli kusma ya da ishali olması
- yüksek ateşi bulunması (48 saat sonrasına kadar düşüş göstermeyen)
- altı saat süreyle bir sıvı içmeyi ya da buzlu çubuk almayı kabul etmemesi. Yemek istememesi durumunda kaygılanmayın
- üstüne parmağınız ya da bir camla bastırıldığında, bir saniye için rengi beyazlaşmayan (rengi açılmayan) döküntü ya da lekesi bulunması
- bezlerinin kuru ya da bir gün içinde dört kezden az ıslak çıkması
- 48 saat sonrasında iyileşme göstermemesi
- diğer herhangi bir nedenle kaygı duymanız.

Bebeğinizin hasta görünmesi ve üç ayıktan küçük olması durumunda, bir doktor tarafından kontrol edilmesi gerekecektir. Bebeklerin sağlığı çok kısa sürede bozulabilir.



Bir Kayıtlı Hemşire'ye danışmak için, **günün 24 saati süresince 1300 60 60 24** numaralı telefondan, Victoria Eyaleti içinde bulunan herhangi bir yerden, yerel telefonla arama ücreti karşılığında **NURSE-ON-CALL** hattını arayın.*

NURSE-ON-CALL, İngilizce konuşma yeteneğine güvenemeyen kişilere **sözlü çeviri hizmetine** erişim olanağı sağlar. **1300 60 60 24** numaralı telefonu arayın.

*Cep telefonlarından yapılacak aramalara daha yüksek ücret uygulanabilir.

Bu yayımı erişilebilir formatta almak **istemeniz durumunda**, lütfen 9096 0578 numaralı telefonu arayın ya da edfactsheets@health.vic.gov.au adresine e-posta yollayın.

Aralık 2010. Bu ayrıca, www.health.vic.gov.au/edfactsheets websitesinden çevrimiçi de sağlanabilir.

Yadsıma: Burada açıklanan sağlık bilgileri yalnızca genel eğitim amaçlıdır. Söz konusu bilgilerin sizin için uygun bulunup bulunmadığından emin olmak için, lütfen doktorunuza ya da diğer sağlık uzmanınıza danışın.

