

GRIPA KOD DJECE

Djeca koja su u kolektivu izložena su raznim virusima koji se u takvom okruženju brzo šire. Posebno je to slučaj u hladnijim danima kad su češće u zatvorenom prostoru. Gripa je jedna od bolesti od koje strahujemo. Javlja se sezonski i visoko je zarazna, a počinje uglavnom naglo.

SIMPTOMI:

- Visoka temperatura uz drhtanje
- Loše opće stanje
- Gubitak apetita
- Kašalj

LIJEČENJE:

- Snižavanje temperature
- Odmaranje
- Uzimanje dovoljne količine tekućine
- Koristiti dodatke prehrani za jačanje imuniteta

Posjet liječniku preporučuje se ako ne uspijete sniziti temperaturu, imate osjećaj gušenja ili teškog disanja i ako se opće stanje bolesti pogorša.

PREVENCIJA:

- pranje ruku
- izbjegavanje stavljanja predmeta u usta
- provjetravanje prostorije
- zdrava prehrana
- kretanje
- boravak na otvorenom

Virus gripe prenosi se česticama zraka, najčešće nakon kihanja ili kašljanja osobe u čijem se organizmu virus nalazi. Može se prenijeti i izravnim kontaktom sa zaraženim, te preko zaraženih predmeta. Osoba koja je zaražena zarazna je dan prije pojave simptoma. Mala djeca luče veće količine virusa od odraslih, stoga su zarazna po 7 ili više dana. Zato se gripa vrlo brzo širi među djecom u školama i vrtićima, gdje su djeca zajedno i jedno dijete s gripom može zaraziti čitavu skupinu. Podrazumijeva se ako je to ikako moguće da se dijete ne šalje u kolektiv dok ne ozdravi. Gripa najčešće prolazi za sedam do deset dana. Tada se povuku izraženi simptomi, ali umor, pa čak i kašalj mogu se javljati još nekoliko tjedana.

Važno je znati da za gripu ne treba uzimati antibiotike, nego lijekove po potrebi (antipiretike, analgetike).

Zdravstvena voditeljica
Danijela Valpatić