

KAŠELJ PRI OTROKU

Kašelj je naravni obrambni mehanizem, ki ščiti dihala pred zunanjimi dejavniki, kot so prah, bakterije, virusi in tujki. Za otroka je normalno, da občasno zakašlja, lahko pa je kašelj simptom bolezni ali drugih stanj. Kašelj se pojavlja v mnogih različnih oblikah, najpogosteje je suh ali moker. Lahko je blag ali se stopnjuje do te mere, da povzroča tudi težave z dihanjem. Ker je pogost, glasen in moteč, je za starše pogosto vzrok za pretirano skrb. Kašelj je torej zapleten, pogosto ponavljajoč maneuver, s katerim iz dihal odstranimo tuje snovi, kot so dražljivci, mikroorganizmi, sluz in tujki. Predšolski otroci ob kašlju pogosto tudi bruhejo.



<https://cdn3.vectorstock.com/i/1000x1000/54/32/coughing-man-cartoon-vector-14825432.jpg>

Akutne okužbe dihal so pri otrocih zelo pogoste. Predšolski otroci imajo letno vsaj 4-8 epizod akutnih okužb zgornjih dihal, otroci, ki so vključeni v vrtec, pa tudi 8-11. Epizode večinoma izzvenijo v 5-7 dneh. Z otrokovo starostjo se pogostost okužb manjša, po 7.-9. letu starosti pa je ob okužbah dihal tudi kašlja veliko manj.

Kašelj je večinoma spremljevalec akutnih okužb dihal. Lahko se pojavi tudi pri tujku v dihalih, pri astmi, drugih pljučnih boleznih, tudi prirojenih ali pa otroci kašljajo iz navade. V zadnji skupini se kašelj običajno umiri v spanju.

Kašelj razdelimo glede na trajanje v tri skupine:

1. AKUTNI KAŠELJ

Akutni kašelj traja manj kot 3 tedne. Običajno ga spremlja slabo počutje, povišana telesna temperatura in prehladni znaki. Najpogosteje se pojavlja ob prebolevanju akutne okužbe zgornjih dihal, povzročene z virusi. Zdravljenje je v tem primeru simptomatsko: počitek, zdravila za zniževanje povišane telesne temperature, dovolj tekočine in čiščenje nosu s fiziološko raztopino v obliki pršila. Če se stanje v 3-5 dneh ne izboljša, je potreben posvet z zdravnikom.

Pri akutnem kašlju je pomembno, da pomislimo na morebitno aspiracijo tujka, poslabšanje astme ali bakterijsko okužbe. Pomislimo, če se je otroku med hranjenjem ali med igro nekaj zaletelo. Otroka opazujemo za morebitne znake povečanega dihalnega dela oz. dihalnega napora (pospešeno dihanje, ugrezanje jamice nad prsnico, ugrezanje medrebrnih prostorov). Večja previdnost je potrebna tudi pri otroku z zelo visoko telesno temperaturo. V vseh opisanih primerih je potreben takojšnji posvet z zdravnikom.

2. DLJE TRAJAJOČI AKUTNI KAŠELJ – POSTVIROTIČNI KAŠELJ

Dlje trajajoči akutni kašelj traja 3-8 tednov in se postopoma umirja. Najpogosteje gre za postvirotični kašelj, ki vztraja po preboleli virusni okužbi zgornjih dihal. Ker je od začetka prehlada minilo že precej časa, se starši začetka težav velikokrat ne spomnijo.

Pri otrocih, ki obiskujejo vrtec, pride običajno do nove okužbe zgornjih dihal še preden se je prejšnja epizoda dokončno umirila, zato je vtis, da otrok „ves čas kašlja“. Virusne okužbe se začnejo s prehladnimi znaki in suhim kašljem, ki nato preide v mokrega. Akutna faza se umiri v 5-7 dneh, nato otrok ponovno zbolí. Ker si epizode sledijo blizu druga drugi, se zdi, kot da gre za eno epizodo. Zdravljenje je enako kot je opisano pod točko akutnega kašlja.

3. KRONIČNI KAŠELJ

Kronični kašelj je kašelj, ki traja več kot 8 tednov in brez vmesnega izboljšanja. Običajno ga spremljajo še druge težave. Po pregledu pri zdravniku bo le-ta predvidel nadaljnje preiskave.

POMEMBNO:

1. Kašelj je najpogostejši simptom, zaradi katerega starši poiščejo zdravniško pomoč in mnenje.
2. Kašelj ima pomembno funkcijo pri čiščenju dihalnih poti.
3. Kašelj v prvih mesecih življenja zahteva posebno pozornost.
4. Kašelj je naravni obrambni mehanizem in ga zato ne smemo preprečevati. Ker učinkovitost in varnost zdravil proti kašlju pri otrocih še ni dokončno dokazana, jih zaenkrat pri mlajših otrocih ne priporočamo. **Sirupi proti kašlju so pri majhnih otrocih odsvetovani, lahko imajo tudi lahko stranske učinke.**
5. Najbolj moteč je kašelj, ki se pojavi 1-2 uri potem, ko je otrok zaspal. Ta kašelj je posledica zatekanja sluzi iz zgornjih dihal in je nadvse pomembna obrambna reakcija. Potrebno je le redno čiščenje nosu in ne uporaba zdravil, ki bi ta kašelj umirjala.
6. Pri akutnem kašlju zdravimo simptomatsko:
 - ČIŠČENJE NOSU S FIZIOLOŠKO RAZTOPINO V PRŠILU VEČKRAT DNEVNO
 - OTROK NAJ ZAUŽIJE DOVOLJ TEKOČINE
 - POČITEK
 - VLAŽENJE PROSTOROV
 - ZMANJŠEVANJE IZPOSTAVLJANJA NOVIM OKUŽBAM DIHAL
 - ZMANJŠEVANJE IZPOSTAVLJANJA CIGARETNEMU DIMU
7. Bivalne prostore vlažimo glede na letni čas in vlago v zraku - odpiramo okna ali zasoparimo kopalnico. Vlaženje oz. soparjenje prostorov s posodami v vreli tekočinami je zaradi nevarnosti poškodb (oparin) odsvetovano. V prosti prodaji so na voljo inhalatorji, ki pa imajo pogosto pomanjkljiva navodila za čiščenje. Ob neoptimalnem higienskem režimu inhalatorjev je nevarnost prenosa mikroorganizmov velika, zato so odsvetovani.



https://www.flaticon.com/free-icon/dry-cough_3781945