

ZDROWIE PYTAJ specjalistów

PISZCIE DO NASZYCH EKSPERTÓW NA ADRES: 00-480 WARSZAWA, UL. WIEJSKA 19, REDAKCJA „PRZYJACIÓŁKI” LUB E-MAIL: dorota.mirska@edipresse.pl

PEDIATRA

Co robić podczas ataku duszności?

Słyszałam, że u małych dzieci często dochodzi do zapalenia krtani i dziecko może się wówczas nawet udusić! Czy to prawda? Jak rozpoznać tę chorobę i co robić w takim przypadku?

Marzena W. z Jelitkowa

U dzieci najczęściej występuje podgłośniowe zapalenie krtani wywołane przez wirusy. Typowymi objawami tego schorzenia są: suchy (tzw. szczekający) kaszel, który pojawia się nagle, najczęściej w nocy, utrudnione oddychanie czy utrata głosu. Ponieważ drogi oddechowe u małych dzieci są wąskie i nawet niewielki obrzęk może doprowadzić do duszności (wdechowej), a w skrajnych przypadkach do bezdechu i utraty przytomności, rzeczywiście schorzenie to może zagrozić życiu! Dlatego należy działać szybko. Jeśli zauważy Pani u dziecka objawy podgłośniowego zapalenia krtani, będzie widać, że coraz trudniej mu oddychać, dochodzi do zasinienia wokół ust i nosa, trzeba natychmiast wezwać pogotowie. Do czasu przybycia pomocy medycznej, proszę zapewnić choremu dostęp świeżego, zimnego powietrza (np. wyjść z nim na dwór). Dobrze jest też, jeśli uda się, uspokoić dziecko (co może być trudne), ponieważ płacz nasila duszność.

UWAGA! W czasie ataku duszności nie wolno podawać nic do picia (dziecko mogłoby się zachłusnąć).



Atak duszności u dziecka wymaga pilnej interwencji lekarza.

Czym karmić upartego dwulatka?

Mój synek przechodzi bunt dwulatka – również dietetyczny. Najchętniej jadłby tylko makaron i żółty ser. Czy w związku z tym powinienam dawać mu jakiś preparat multiwitaminowy?

Aldona G. z Biskupca

Podawanie suplementów w tej sytuacji nie jest dobrym pomysłem. Specjaliści w dziedzinie żywienia dzieci zalecają, aby w przypadku takich problemów spokojnie i konsekwentnie zachęcać niejadka do spożywania zdrowych potraw, np. poprzez estetycznie podane, kolorowe dania (postaramy się, aby jedzenie kojarzyło się dziecku z czymś ładnym i miłym). Nie należy natomiast na-

gradzać go za zjedzony obiad, np. zabawkami czy przekupywać słodyczami. Nie wolno także pozwolić, aby spożywanie posiłku trwało godzinami czy próbować karmić pociechę, gdy bawi się albo ogląda telewizję. Posiłek powinien trwać najwyżej 20 minut. Jeżeli w tym czasie dziecko nie zje – zabieramy talerz. Gdy zgłodnieje, chętnie zje to, co dla niego przygotowaliśmy bez względu na to, czy będzie to ser żółty, czy kasza jaglana. Taka próba sił może, niestety, trwać jakiś czas. Ale w końcu dziecko zrozumie, że albo zje przygotowany obiad, albo będzie głodne. I bunt się skończy. Jeśli trudno się Pani odnaleźć w takiej sytuacji, warto zasięgnąć porad dietetyka i psychologa zatrudnionych w poradni żywieniowej (adres można otrzymać w przychodni).

DERMATOLOG

Dlaczego swędzi mnie skóra?

Mam 72 lata. Pięć lat temu zdiagnozowano u mnie zakażenie świerzbowcem. Leczenie pomogło, ale ostatnio skóra znowu zaczęła mnie swędzieć. Najpierw na twarzy, potem na łydach i udach. Zauważyłam, że sztywnieją mi też stawy. Czy to możliwe, że są to objawy świerzbu? Jakie powinienam zrobić badania i gdzie szukać porady?

dane do wiad. redakcji

Tego typu objawy wcale nie muszą świadczyć o zainfekowaniu świerzbowcem. Mogą być one wynikiem np. związanej z wiekiem nadmiernej suchości skóry. U starszych osób maleje ilość i aktywność gruczołów łojowych, dlatego skóra może zacząć się intensywniej przesuszać. Towarzyszący jej świąd jest wynikiem drażnienia zakończeń nerwowych. Pani problem może być też wynikiem zmian

alergiczyń, które mogą pojawić się w każdym wieku. Ich przyczyną bywa czasami przyjmowanie niektórych leków, np. na nadciśnienie, antydepresyjnych. Często też dochodzi do tzw. kontaktowego uczulenia, które pojawia się po użyciu pachnących, kolorowych mydeł, kremów albo proszków do prania. Tak uporczywy świąd może pojawiać się także w przebiegu cukrzycy, schorzeń wątroby czy nerek. Dlatego proponuję, aby w pierwszej kolejności zgłosiła się Pani do internisty, który zleci wykonanie podstawowych badań, m.in. morfologię, mocznik (aby wykluczyć ewentualne choroby ogólnoustrojowe). Następnie warto udać się do dermatologa, który oceni zmiany skórne i przepisze odpowiednie leczenie. Proszę również nawilżać i natłuszczać skórę preparatami do skóry wrażliwej redukującymi swędzenie (np. Optiderm, Lipikar AP, Emolium PA). Proszę także myć się hipoalergicznymi mydłami i unikać kontaktu z detergentami.

STOMATOLOG

Jak leczyć zęby podczas ciąży?

Jestem w ciąży i rozbolał mnie ząb. Czy podczas leczenia będzie można zastosować znieczulenie? Czy nie zaszkodzi ono dziecku?

Wiktoria B. z Brzezinki

Proszę się nie obawiać: może Pani, a nawet powinna, leczyć zęby w znieczuleniu. Jest ono całkowicie bezpieczne dla dziecka. Wystarczy, że przed wizytą poinformuje Pani stomatologa, że jest w ciąży. Lekarz na pewno zastosuje wówczas specjalne znieczulenie stomatologiczne pozbawione substancji obkurczających naczynia krwionośne (które teoretycznie mogłyby wywołać skurcze macicy). Proszę absolutnie nie rezygnować z komfortu, jaki daje bezbolesne leczenie zębów. Prawdziwym bowiem zagrożeniem dla Was obojga może być raczej strach przed bólem, który powoduje wyrzut hormonów stresu do krwiobiegu. Warto się też przygotować na częstsze niż dotąd wizyty w gabinecie i odwiedzać go regularnie, jeśli nawet nic Panią nie boli. Kobieta podczas 9 miesięcy ciąży jest bowiem narażona na kilka dodatkowych czynników, które sprzyjają próchnicy:

- Na skutek towarzyszących ciąży wymiotów dochodzi często do zakwaszenia środowiska jamy ustnej. W takich warunkach szybciej rozwijają się bakterie osłabiające szkliwo.
- Zamiłowanie do kwaśnych potraw wpływa na wzrost niekorzystnego pH w jamie ustnej.
- Na skutek wzmożonego działania estrogenów często dochodzi także do przerosnięcia dziąseł. Stają się przekrwione i podatne na stany zapalne.

Warto też wiedzieć, że nieleczona infekcja przyzębia zwiększając ryzyko wystąpienia stanów zapalnych w całym organizmie. Mogą one wywołać czynność skurczową macicy (która bywa odpowiedzialna za przedwczesny poród) oraz wpływać na niższą masę urodzeniową dziecka. Proszę więc pamiętać, że leczenie zębów w czasie ciąży jest bezpieczne i niezbędne.