

DR. DAVID HASLAM

sănătatea copilului meu

ghid de simptome
și îngrijiri

CĂRȚI BUNE PENTRU PĂRINȚI BUNI

HUMANITAS

Cuprins

Avertisment	6
Mulțumiri	7
Introducere	9
1. CUM SĂ FOLOSIȚI ACEASTĂ CARTE	13
2. CÂND SĂ CHEMAȚI DOCTORUL	17
3. SIMPTOMELE COPILĂRIEI	25
Copilul are febră	26
Copilul are dureri	31
Copilul plânge	34
Copilul tușește	40
<i>Diferite tipuri de tuse</i>	42
Copilul cu respirație șuierată (wheeze)	50
<i>Epiglotita</i>	55
<i>Sufocarea (înhalarea unui corp străin)</i>	55
Copilul are o răceală	58
Copilul are dureri în gât	63
Copilul are dureri de urechi	67
Copilului îi curge urechea	75
Copilul are dificultăți de auz	77
Copilul are gâtul înțepenit, dureros sau umflat	83
Copilul are dureri de cap	86
Copilul are probleme cu nasul	92
Copilul cu probleme la gură	98

Copilul are dureri de dinți	101
Copilul vomită	104
Copilul are diaree	109
Copilul este constipat	116
Copilul are scaune anormale	120
Copilul are dureri de burtă	126
<i>Cauzele specifice ale durerilor abdominale</i>	129
Copilul are probleme când face pipi	133
<i>Copilul are dureri când face pipi</i>	134
<i>Urinare frecventă</i>	135
<i>Urină mirositoare</i>	136
<i>Urină colorată – inclusiv sânge în urină</i>	137
<i>Copilul face pipi în pat</i>	139
<i>Scurgerile de urină</i>	142
<i>Infecțiile tractului urinar</i>	142
Copilul are probleme în zona genitală sau inghinală	145
<i>Probleme ale organelor genitale la băieți</i>	146
<i>Probleme ale organelor genitale la fete</i>	149
<i>Umflături în zona inghinală</i>	153
Copilul are mâncărimi	154
<i>Mâncărime generalizată, fără erupție pe piele</i>	154
<i>Mâncărime generalizată cu erupție pe piele</i>	155
<i>Mâncărimi în anumite zone</i>	156
Copilul are o erupție	160
<i>Structura și funcțiile pielii</i>	161
<i>Diagnosticarea erupțiilor</i>	162
<i>A cincea boală (Eritemul infecțios)</i>	166
<i>Boala lui Lyme</i>	167
<i>Dermatita seboreică</i>	167
<i>Eczema</i>	168
<i>Eczema de contact</i>	172
<i>Eritemul nodos</i>	172
<i>Eritemul polimorf</i>	172
<i>Erupțiile alergice</i>	173
<i>Erupțiile provocate de viruși precum coxsackie și echo</i>	175
<i>Favus</i>	176
<i>Herpesul</i>	176

<i>Impetigo</i>	177
<i>Infecțiile micotice</i>	178
<i>Mătreața și crustele de lapte</i>	180
<i>Molluscum contagiosum</i>	180
<i>Mușcăturile de insecte</i>	181
<i>Peteșiile</i>	182
<i>Piciorul atletului</i>	184
<i>Pitiriazis rozat</i>	185
<i>Pojarul (rujeola)</i>	186
<i>Psoriazis</i>	187
<i>Reacțiile la medicamente</i>	188
<i>Rozeola infantilă</i>	188
<i>Rubeola</i>	188
<i>Scabia (râia)</i>	189
<i>Scarlatina</i>	191
<i>Sindromul Kawasaki</i>	192
<i>Sindromul mână-picior-gură</i>	193
<i>Urticaria (blândețe)</i>	194
<i>Vărsatul de vânt</i>	196
Copilul are «iritația scutețelor»	198
Copilul are veruci (negi)	201
Copilul are alergii	204
<i>Nasul</i>	205
<i>Ochii</i>	210
<i>Pielea</i>	211
<i>Intestinele</i>	211
<i>Intoleranța alimentară</i>	216
<i>Plămâni</i>	220
<i>Șocul anafilactic</i>	221
Copilul are ochii roșii	222
Copilul are probleme cu ochii	229
<i>Copilul este sașiu</i>	229
<i>Albeața pe ochi</i>	231
<i>Urciorul</i>	231
<i>Pleoape umflate</i>	232
Copilul are convulsii	233
<i>Ce sunt convulsiile?</i>	233

<i>Ce să faceți în caz de convulsii</i>	238
Copilul are probleme cu oasele sau încheieturile	240
<i>Fracturi și alte vătămări</i>	240
<i>Picioarele</i>	242
<i>Labă piciorului</i>	245
<i>Brațele</i>	248
<i>Dureri de spate</i>	249
<i>Alte probleme ale articulațiilor</i>	249
4. BOLILE INFECȚIOASE	251
5. ANEXĂ: GHID DE MEDICAMENTE PENTRU COPII	255
<i>Antibiotice</i>	257
<i>Analgezice (medicamente contra durerii)</i>	258
<i>Antihistaminice</i>	259
<i>Medicamente împotriva tusei</i>	260
<i>Decongestive</i>	261
<i>Tratamente antiastmatice</i>	263
<i>Tratamente pentru eczeme</i>	265
<i>Steroizi</i>	267
<i>Tratamente de lungă durată</i>	268
<i>Administrarea medicamentelor la copii</i>	271
<i>Dulăpiorul cu medicamente din casă</i>	274
6. ANEXĂ: TEHNICI PRACTICE	277
<i>Cum să luați temperatura copilului</i>	278
<i>Resuscitarea de urgență: ce poate face un părinte</i>	279
Indice de simptome	281
Indice de termeni	284

Scopul acestei cărți este de a fi un ghid al celor mai comune simptome care apar la copii. Se concentrează asupra sugariilor (bebeluși până la un an) și copiilor de până la 12 ani și, cu toate că nu poate fi un manual complet al sănătății copilului, vă va permite să înțelegeți ce este în neregulă cu el și cum să-l ajutați cel mai bine. Puteți să folosiți cartea și împreună cu alte cărți enciclopedice de îngrijire a copilului, care oferă de obicei o mare cantitate de informații, dar sunt de mult mai puțin ajutor în rezolvarea crizelor. Această carte este un manual. Păstrați-o la îndemână!

Cartea este organizată foarte simplu. Toate capitolele principale se referă la probleme specifice și au titluri explicite. Spre exemplu, printre titlurile de capitole se află următoarele:

Copilul vomită

Copilul are diaree

Copilul este constipat

Copilul are dureri de burtă

Când copilul are unul dintre simptomele medicale banale ale copilăriei, consultați pur și simplu capitolul relevant. Capitolul descrie cauzele cele mai frecvente ale acestui simptom, felul în care puteți să le deosebiți, vă spune care dintre aceste cauze sunt grave, cum ar trebui tratate și așa mai departe.

Dacă nu sunteți siguri care este cauza problemei, atunci mergeți la indice. Indicele vă va ghida spre capitolul sau secțiunile din carte care se ocupă de acea problemă sau acel simptom.

În plus, dacă sunt necesare trimiteri la vreun alt pasaj din text, cartea vă va ghida acolo unde trebuie. Să luăm un exemplu simplu: una dintre cele mai comune cauze care produc copiilor dureri de burtă este o afecțiune numită *adenită mezenterică*. Adenita mezenterică apare de obicei după o infecție în gât. Toată lumea știe că ganglionii limfatici din gât se pot umfla atunci când apare durerea de gât. Nu oricine își dă seama că și ganglionii limfatici abdominali se pot umfla în același mod, provocând copilului o durere de burtică ce poate fi ușor confundată cu apendicita. Odată ce am explicat cum se întâmplă acest lucru, nu ar fi logic să dau în mijlocul capitolului despre durerile de burtă explicații detaliate despre infecțiile din gât, așa că textul vă trimite, pur și simplu, la pagina respectivă din capitolul respectiv.

Există și o secțiune despre situațiile în care trebuie să chemați doctorul, precum și o anexă care vă arată ce medicamente trebuie să aveți în casă. Realitatea este că majoritatea medicamentelor pentru copii care se găsesc în farmacii nu sunt necesare. Mulți părinți cred că trebuie să aibă în dulăpiorul din baie pastile anti-orice, laxative, vitamine ș.a.m.d. — aproape o farmacie în miniatură. Însă nu e nevoie. Nu vă trebuie decât câteva lucruri simple.

Înainte de orice, este vital să țineți minte că, deși această carte vă poate da adesea toate informațiile necesare, vor fi și situații în care veți avea totuși dubii. Când nu sunteți siguri, chemați un doctor. Este mai bine să fiți prudenți decât să vă pară rău după aceea.

Copiii bolnavi pot provoca griji serioase. Această carte poate fi de mare ajutor în situațiile în care starea copilului vă îngrijorează, dar este vorba de afecțiuni minore care se pot trata acasă; totuși, dacă apare un motiv serios de îngrijorare, trebuie neapărat să cereți sfatul unui specialist. Faceți acest lucru atunci când *nu* sunteți siguri care e problema sau când tratarea a ceea ce credeți că este o problemă minoră ia mai mult timp decât de obicei. Eu indic în mod clar în carte când veți avea nevoie de asistență medicală, dar nu pot fi acolo cu dumneavoastră și copilul. Este infinit mai rațional să fiți prudenți decât să vă pară rău.

Deși capitolele acestei cărți vă oferă indicații specifice pentru probleme specifice, se pot da unele reguli foarte generale despre cazurile în care trebuie să cereți sfatul sau ajutorul medicului. Mai presus de orice, pesemne, trebuie să țineți cont de vârsta copilului. În general, cu cât copilul este mai mic, cu atât o infecție este potențial mai gravă, în timp ce, la orice vârstă, dacă mănâncă bine și pare să aibă vioiciunea normală, puteți fi liniștiți.

La bebeluși este foarte dificil să enunți vreo regulă strictă cu privire la momentul în care ar trebui chemat doctorul. La primul copil este de preferat să greșiți mai degrabă prin exces de prudență. Medicii cu multă experiență vor recunoaște primii că cel mai mare specialist în problemele unui anumit copil este chiar părintele lui. Dacă ceva vă îngrijorează, doctorul ar trebui să facă măcar o evaluare a situației pentru a vă putea liniști.

Desigur că adesea nu există nici un motiv să chemați doctorul, de pildă atunci când copilul are vărsat de vânt – în zonă fiind o epidemie – și sunteți siguri de diagnostic. Totuși nu pot exista reguli stricte și clare despre cât trebuie să așteptați înainte de a solicita ajutor medical. Dacă aveți dubii, adresați-vă doctorului. Cele mai multe cabinete sunt în ziua de azi tot mai dispuse să dea consultații prin telefon. Dacă problema este o urgență disperată, atunci cereți ajutor imediat. Dacă doctorul sau asistenta sunt ocupați atunci când sunați pentru a cere un sfat, întrebați dacă vă pot rechema la telefon acasă. Câteodată părinții se plâng că doctorul nu este disponibil imediat, pentru a răspunde la telefon. Dar gândiți-vă: data viitoare când sunteți dumneavoastră la doctor, discutați problemele copilului, ați fi de acord ca el să vorbească la telefon în mijlocul consultației? Este mult mai firesc ca doctorul să discute cu dumneavoastră *între* consultații.

CÂND E CAZUL SĂ CHEMAȚI DOCTORUL

Trebuie să apelați întotdeauna la doctor dacă:

- Sunteți îngrijorat(ă) de starea copilului, dar nu știți ce este în neregulă
- După ce a vomitat, copilul arată toropit sau este confuz
- Copilul este palid, transpiră și pare speriat
- Copilul are gâtul înțepenit și-l doare când îl mișcă
- Un bebeluș sub un an nu are astâmpăr sau este prea liniștit, este fierbinte sau prea moale, are un plâns neobișnuit
- Copilul are greutăți la respirație sau o tuse persistentă
- Copilul are convulsii
- Copilul începe să șchioapete

Apelul la doctor. Atunci când sunați la un cabinet sau la un centru medical trebuie să aveți pregătite anumite informații clare. Doctorul și echipa sa primesc un mare număr de telefoane pe zi, așa că trebuie să le poată pune într-o ordine a priorităților. Dacă spuneți ceva de genul «Aș dori să vină la noi doctorul», atunci personalul nu-și va da seama dacă e vorba despre o chestiune de viață și de moarte sau despre o problemă

minoră. Personalul de la recepția cabinetului nu vă va solicita pesemne detalii medicale, dar ați ajutea enorm echipa medicală dacă ați da următoarele informații precise:

- Numele și adresa dumneavoastră
- Numărul dumneavoastră de telefon
- Numele copilului
- Ce pare să fie în neregulă cu copilul
- Cât de urgentă credeți că este problema
- Dacă solicitați o vizită acasă sau sfaturi la telefon
- Dacă este nevoie să vorbiți cu doctorul *urgent* sau problema mai poate aștepta.

În mod evident, orice consultație – fie la cabinet, fie la telefon – este diferită de celelalte. Când mergeți la doctor sau când îi cereți sfatul la telefon, e important să vă gândiți că nu veți primi neapărat o rețetă. În fond, cele mai frecvente probleme de sănătate sunt infecțiile. Cele mai multe infecții ale copiilor sunt cauzate de viruși, iar în aceste cazuri nu sunt deloc utile antibioticele și de fapt nici un medicament în afară de paracetamol, așa că, vă rog, nu fiți mirați sau dezamăgiți dacă doctorul recomandă pentru boala copilului măsuri simple, cum ar fi paracetamol sau lichide. Mulți părinți sunt contrariați când se întâmplă așa ceva, dar insist: asta nu înseamnă că problema copilului nu a fost luată în serios sau că doctorul nu crede că sunteți îngrijorați. Înseamnă pur și simplu că, după părerea doctorului, antibioticele sau medicamentele similare nu vor putea contribui cu nimic la însănătoșirea copilului.

Dacă tot suntem aici, v-aș cere, în numele doctorilor, ca persoana care sună să fie cea care știe în detaliu ce anume este în neregulă. Se întâmplă prea adesea ca mama să aibă grijă de copil toată ziua, în timp ce telefonul îl dă tatăl după ce se întoarce de la lucru. Dacă tatăl nu știe altceva decât că micuțul nu se simte bine și trebuie să-și întrebe soția pentru a răspunde la fiecare întrebare a doctorului, atunci vom avea o consultație telefonică lungă, chinuită și nu prea eficientă.