KAŠALJ U DJEČJOJ DOBI



- Kašalj je najčešći simptom respiratornih bolesti.
- Kašalj je refleksivni odgovor organizma na podražaje (stana tijela, prašina, nakupljanje sekreta, alergije, upale dišnih putova).

Produktivni ili vlažni kašalj

- Nastaje uslijed dugotrajnog curenja nosa i slijevanja sekreta u ždrijelo sve do bronha.
- Češće se javlja noću, ubrzo nakon što dijete zaspi dolazi do grčevitog vlažnog iskašljavanja jer tada oslabi refleks gutanja pa sekret umjesto da bude progutan ode u dušnik.
- Prema zvukovima se može nerijetko odrediti da li je kašalj potaknut sekretom koji se cijedi u ždrijelo (dijete kašlje "iz grla") ili uslijed upale sluznice dušnika i bronha (dijete kašlje "iz pluća") pa se čuju hropci.

Suhi kašalj

- Uzrokovan je jakim otokom sluznice koji u najmanjim ograncima bronha priječi prolaz zraka.
- Uzrok može biti virusna infekcija ili alergijska rekacija.
- Dolazi do začepljenja dišnih putova koja se prepoznaje po piskutanju u izdisaju, kratkom i ubrzanom disanju te napadajima gušećeg kašlja u ležećem položaju.

Pohađanje koletiva - čest uzrok prehlada i kašlja

- Polaskom u jaslice dijete će biti izloženo uzročnicima bolesti i može se očekivati da će u prosjeku obolijevati **2 - 3 puta mjesečno**.
- Studije pokazuju da tek nakon 3 godine pohađanja kolektiva učestalost obolijevanja od respiratornih bolesti počinje se smanjivati.

Kada zatražiti liječničku pomoć?

- Svaki kašalj koji značajno remeti spavanje ili hranjenje, teški kašalj koji uzrokuje povraćanje, iscrpljenost i mirnoća djeteta zahtijevaju posjet liječniku.
- Promukli kašalj koji nalikuje na *"lavež psa"* upućuje na subglotični laringitis (virusna upala glasnica).

Kako spriječiti upalne bolesti dišnih putova?

- Bolesti dišnih putova najčešće su tijekom jeseni i zime jer se tada najviše boravi u zatvorenim i grijanim prostorima u kojima je suhi zrak.
- Takve prostore treba češće prozračivati i/ili ovlaživati zrak.
- Boraviti na svježem i hladnom zraku uz kretanje jer se tako pojačava učinak čišćenja dišnih putova.
- Ispiranje nosa i inhalacijska terapija fiziološkom otopinom.
- *Roditelji, ako kod svog djeteta primjetite neku od navedenih vrsta kašlja, molimo da ga ostavite kod kuće na kućnoj njezi.*

Zdravstvena voditeljica Vrtića