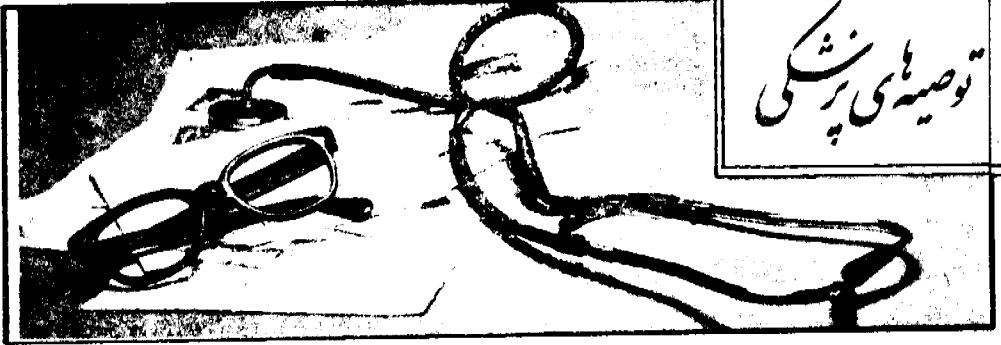


توصیه های پزشکی



مراقبت از کودک بیمار

خود داشته باشد .

علائم و آثار بیماری

اکثر افرادی که با بچه سروکار دارند خیلی زود متوجه حالت غیرعادی او میشوند و دراین موقع باید بدقت مراقب علائم و آثار بیماری باشند . اما باید بیاد داشت که بعضی عوارض جسمانی زائیده تشویش های درونی میباشد ، زیرا طفلی که از نظر روانی ناراحتی دارد معمولا " این ناراحتی باعث بیماریش خواهد شد .

بیماری ، کودک را عوض نمیکند او همان احتیاجات اساسی را دارد اگرچه از بعضی جهات آنها واضحتر میشوند احتیاجات اصلی او همان محبت ، غذا آرامش و گرما و بازی کردن میباشد اما کمک و اطمینان بیشتر دادن از جانب مادر که در دوران مرضی از او مراقبت میکند به این احتیاجات اضافه شده است . او بیشتر دلهره دارد و دچار یاس میشود و بهمین دلیل باید در جای مطمئن و با اشیاء و افراد عادی که با آنها آشنا است سرگرم باشد . او میخواهد که تخت خودش ، اسباب بازی های خودش و از همه مهمتر افرادی را که می شناسد و بآنها اعتماد دارد ، درکنار

میشود. رنگ پریدگی کودک معمولا" در اطراف دهان و بینی واضح تر است.

بدخلقی و عصبانیت

وقتی که کودک شاد و خوشحال بیدللی ناراحت و عبوس میشود، معمولا" این اولین نشانهٔ مرض او است.

تهوع و استفراغ

اطفال غالبا" در اثر خوردن غذای ناجور یا تند غذا خوردن و یا گریه زیاد ممکن است استفراغ کنند بهر صورت باید مواظب طفلی بود که استفراغ میکند.

بی اشتها

اجتناب از غذا خوردن بدون هیچ دلیل روشنی، ممکن است نشان بیماری باشد.

اسهال

اسهال میتواند نشانه خطرناکی در طفل خیلی کوچک باشد و ممکن است باعث عفونت شدید باشد خصوصا" در محلی که تعداد زیادی اطفال نگهداری میشوند.

خستگی بیش از حد

معمولا" اگر کودکی که فعال و برجذب و جوش است ناگهان خموش باشد و احساس خستگی دائمی بکند این تغییرات میتواند علامت شروع بیماری باشد.

درد

اطفال کوچک ممکن است قادر نباشند درد را تشریح کنند. جنبانیدن سر شاید دلیل سردرد یا گوش درد باشد. کودک در موقع دل درد معمولا" پاهایش را بالا میبرد. طفل سه ساله ممکن است بگوید سردرد دارد و وقتی از او میخواهیم روی محل درد دست بگذارد گلوی خود را نشان میدهد. اکثر اطفال اگر درد شدید داشته باشند گریه می کنند اما اگر شدید نباشد فقط باعث بدخلقی آنها خواهد شد.

تب

درجه حرارت بدن بالا رفته و پوست بدن خشک و داغ میگردد.

رنگ پریدگی

در بعضی از بیماریها رنگ صورت طفل کاملا" میپرد، پوست بدنش سرد و شل

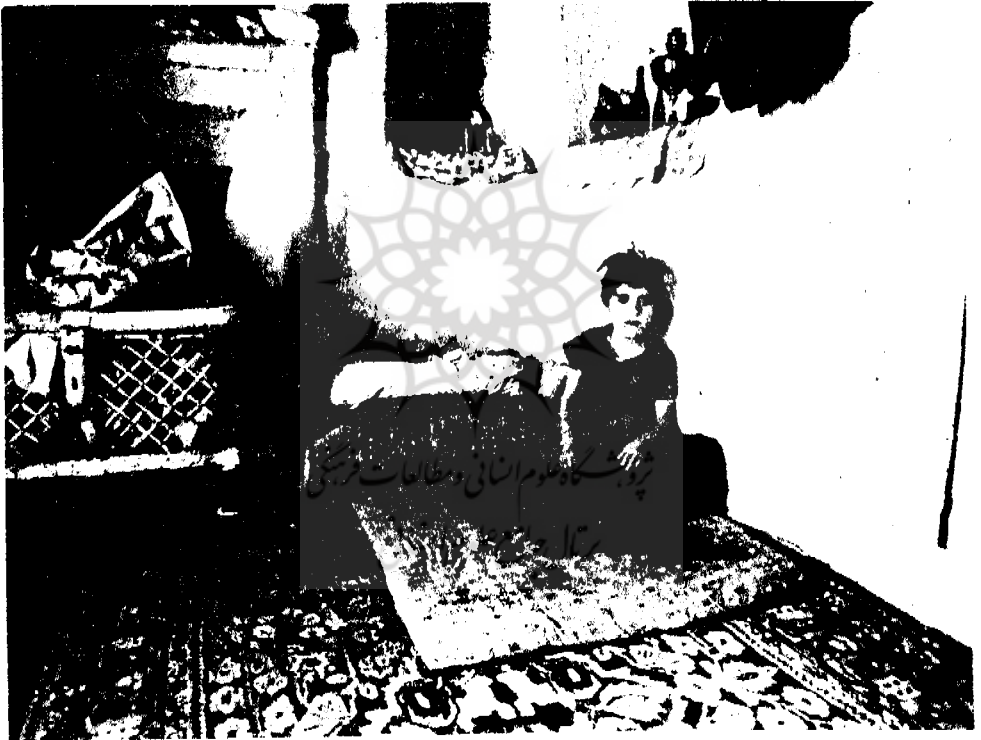
جوش و دانه

باشد همچنین میتواند شروع یک بیماری عفونی باشد. اگر میخواهید حلق کودک را نگاه کنید برای آنکه بچه نترسد از وسیله‌ای معمولی مثل دسته قاشق استفاده کنید و سپس آنها را بجوشانید.

کمک طبی

سلما" نباید برای هر سرماخوردگی

غالبا" میتواند علامت بسیاری از بیماریهای عفونی باشد. نوع جوش یا دانه‌ها باید بررسی شود و دید آیا آنها ناول‌های کوچک یا آبله هستند یا سطحی پوشیده از دانه‌های بسیار ریز همچنین باید دید ابتدا درچه قسمتی از بدن دیده شده‌اند.



ساده‌جزئی بدکتر مراجعه کرد. بعد از یک روز استراحت طفل ممکن است کاملاً" سلامت خود را باز یابد اگر شک دارید همیشه بهتر است بدکتر مراجعه کنید و شرح

گلودرد

میتواند علامت مقدماتی سرماخوردگی

دقیقی از علائم و آثار بیماری باو بدهید او بشما خواهد گفت که باید او را معاینه کند یا خیر. برای دقت بیشتر میتوان علائم را در دفتر مخصوصی یادداشت کرد و آن را بدکتر نشان داد.

گرفتن درجه حرارت بدن

دکتر حتماً میخواهد بداند که آیا درجه حرارت بدن طفل بالا رفته است یا خیر. ممکن است کودک هیچگاه درجه‌ای ندیده باشد و بنابراین بترسد و حالت دفاعی بگیرد. باو اطمینان دهید که وسیله خطرناکی نیست میتواند درجه حرارت خود را بگیرد یا درجه حرارت عروسک محبوبش را و دلیل این کار را برایش بگوئید. بگذارید بداند که شما میخواهید بدانید که آیا بدنش بیش از اندازه گرم است. با اینکه گرفتن درجه حرارت بدن راهنمایی به تشخیص نوع بیماری او میتواند باشد غالباً بیش از روزی یکبار و همان دو سه روز اول احتیاجی باین کار نیست و اگر احتیاج به دفعات زیادتری باشد دکتر شمارا راهنمایی خواهد کرد.

درجه حرارت طبیعی بدن بین ۳۶/۶۷ تا ۳۷/۲۲ درجه سانتیگراد میباشد. بهترین جای قرار دادن درجه در اطفال خیلی کوچک زیر بغل میباشد که سر درجه بین تا خوردنی پوست باشد و در صورت

لزوم باید آن را خشک نمود درجه باید ۳ تا ۵ دقیقه در آنجا باشد تا میزان حرارت صحیح بدن بدست آید.

وقتی که منتظرید همیشه دست و بازوی کودک را بگیرید و با او صحبت کنید. در تمام مراحل مواظبت از طفل باید با گرمی باو اطمینان دهید. یک صدای مهربان شاید بهترین وسیله برای ایجاد اعتماد در او باشد.

به کودک ۵ ساله و بیابا ممکن است آموخت که درجه را زیر زبان خود بگذارد بدون اینکه آن را گاز بگیرد. برای اطفال پائین‌تر از ۹ ماه ممکن است لازم باشد که میزان الحواره در مقعد قرار داده شود تا میزان صحیح حرارت بدن بدست آید. اگر این راه را انتخاب میکنید باید از میزان الحواره مخصوص که دارای محفظه کوچک جیوه است استفاده نمود. نوزاد را بشکم روی پای خود بخوابانید درجه را چرب کنید و در مقعد داخل کنید و با آرامی دست خود را روی کفل او قرار داده میزان الحواره را بین انگشتان خود نگاه دارید.

همیشه قبل از استفاده درجه را خوب تکان دهید دست خود را بالای رختخواب بگیرید که اگر افتاد آسیبی نبیند. برای خواندن میزان الحواره باید آن را چرخانید تا نور روی قسمت مدرج بیفتد اگر چه اول ممکن است دشوار باشد اما بعد از کمی تمرین خیلی عادی خواهد شد.