

## چرا بینی کودک می‌گیرد؟

بسیاری از مادران هنگام سرماخوردگی فرزندانشان از گرفتگی بینی کودکان در رنج هستند. آنها انتظار گرفتگی بینی کودکان را در روزهای اول سرماخوردگی دارند، ولی مشکل وقتی پیش می‌آید که کودک مدت زیادی گرفتگی بینی دارد و نمی‌تواند از آن نجات پیدا کند.



بسیاری از مادران هنگام سرماخوردگی فرزندانشان از گرفتگی بینی کودکان در رنج هستند. آنها انتظار گرفتگی بینی کودکان را در روزهای اول سرماخوردگی دارند، ولی مشکل وقتی پیش می‌آید که کودک مدت زیادی گرفتگی بینی دارد و نمی‌تواند از آن نجات پیدا کند.

**جام جم سرا: نوزادان بلافاصله بعد از تولد به طور طبیعی به دلیل تنگی فضای بینی و پشت حلق، به دنبال التهاب مختصر در این ناحیه دچار گرفتگی بینی می‌شوند.**

آنها هنگام بلع شیر مادر چون فقط به بینی خود برای تنفس وابسته‌اند دچار گرفتگی بینی می‌شوند و این امر در خوردن شیر مادر ایجاد اختلال می‌کند.

در سنین بالاتر با توجه به این که سرماخوردگی بسیار شایع است، هر بار ابتلا به آن با گرفتگی بینی همراه خواهد بود. به خاطر داشته باشید در جریان بهبود سرماخوردگی به دلیل غلیظ شدن ترشحات بینی و پشت حلق کودکان، شدت گرفتگی بینی بیشتر خواهد شد و مادر با فکر این که کودک نیاز به داروی بیشتر دارد ممکن است خودسرانه اقدام به دادن آنتی‌بیوتیک به کودک کند که اصلاً توصیه نمی‌شود.

در کودکانی که رینیت آلرژیک دارند نیز التهاب در فضای بینی و سینوس‌ها باعث آبریزش و عطسه و گرفتگی بینی می‌شود که با درمان‌های معمول بهبود پیدا نمی‌کند.

این کودکان معمولاً شدت علائم را در فصول خاص، صبح‌ها یا هنگام مواجهه با مواد آلرژن دارند. معمولاً گرفتگی بینی در این کودکان با بزرگی آدنوئید (لوزه‌های پشت حلقی) همراه است و خرخر هنگام خواب نیز به مشکلات آنها اضافه می‌شود.

در سنین بالاتر و با کامل شدن اندازه سینوس‌ها گرفتگی بینی با سینوزیت همراه می‌شود و بهره‌گیری از درمان‌های متعدد از نظر باز نگه داشتن بینی و کنترل عفونت‌هایی که به طور مکرر در فضای سینوس رخ می‌دهد ضروری می‌شود.

کودکانی که سینوزیت با منشأ آلرژیک و غیرآلرژیک دارند، به دلیل عبور ترشحات از فضای پشت حلق، دچار سرفه‌های مکرر می‌شوند که این سرفه‌ها صبح‌ها همراه با خروج ترشحات فراوان از بینی کودک خواهد بود.

بی‌شک در چنین شرایطی توجه به مراقبت از دستگاه تنفسی کودک در فصل سرما و پیشگیری از عفونت‌های تنفسی مکرر لازم است.

از مواجهه کودک با هوای سرد بدون پوشش مناسب باید خودداری کرد و به طور مرتب از سبزیجات سبز و زرد مانند کاهو و فلفل سبز و هویج و انواع میوه‌ها و مرکبات برای تغذیه فرزندتان استفاده کرده و در صورتی که وی مبتلا به آلرژی است باید از مواجهه با دود سیگار، عطر، گرد و خاک و مواد آلرژن موجود در هوا و مواد خوراکی اجتناب شود تا فصل زمستان با شادی و سلامت پشت سر گذاشته شود.

دکتر فریبا شیروانی - متخصص اطفال و فوق تخصص عفونی اطفال