

چطور بچه سرماخورده را درمان کنیم؟



بچه شما سرما خورده است، اما پزشک به شما می‌گوید بچه شما کم‌سن‌تر از آن است که بتوان به او داروهای سرماخوردگی بدون نسخه را دارد.

همشهری آنلاین: بچه شما سرما خورده است، اما پزشک به شما می‌گوید بچه شما کم‌سن‌تر از آن است که بتوان به او داروهای سرماخوردگی بدون نسخه را دارد.

جامعه متخصصان کودکان آمریکا برای درمان سرماخوردگی بچه‌های کم‌سن این توصیه‌ها را ارائه می‌دهد.

- فین کردن بینی بهترین کار برای باز کردن آن است. از دادن داروهای آنتی‌هیستامین به کودک خودداری کنید، مگر اینکه حدس بزنید آلرژی علت علائم او است.

- استفاده از شستشوی بینی با آب نمک می‌تواند به باز کردن بینی گرفته کمک کند. در مواردی که ترشحات مخاطی غلیظی بینی را پر کرده باشد، با احتیاط آنها را با یک سواب پنبه‌ای مرطوب خارج کنید.

- برای تسکین سرفه مایعات گرم و شفاف (مثلا سوپ صاف‌شده) به بچه‌های سه‌ماهه تا یک ساله بدهید هیچگاه به کودکان در این طیف سنی عسل ندهید.

- برای تسکین سرفه می‌توانید کودک را وادارید تا در یک حمام بخارآلود نفس بکشد.

- مقدار زیادی مایعات را به کودک بدهید تا به رقیق‌شدن ترشحات کمک کند. همچنین می‌توانید از دستگاه‌های مرطوب‌کننده یا بخور سرد در خانه استفاده کنید.