



FLUNSSA ELI NUHAKUUME

Lasten yleisin sairaus on flunssa eli nuhakuume. Flunssa on aina seuraus virustartunnasta, joten antibiooteista ei ole hyötyä. Flunssaan ei ole paranemista nopeuttavaa hoitoa, mutta oireita voidaan lievittää lääkkein. Flunssan itämisaika tartunnasta oireisiin vaihtelee alle vuorokaudesta muutamaan päivään. Tauti alkaa tyypillisesti nenän tukkoisuutena ja nuhana sekä usein kurkkukipuna. Lääkäriin olisi syytä hakeutua, mikäli lapsen yleisvointi heikkenee. Flunssaa voi ehkäistä hyvällä käsihygienialla.

KUUME

Lapsella on kuumetta, jos lämpöä on yli 38 astetta kainalosta mitattuna. Kuume on elimistön oma reaktio tulehdustaudille. Lasta voi hoitaa kotona, jos lapsi on hyvävointinen, juo tarpeeksi, ja lapsella tulee pissaa sekä hän jaksaa leikkiä ja touhuta. Kuume lisää nesteen tarvetta, joten lapselle tulee tarjota usein juotavaa, ja sen olisi hyvä olla energiapitoista (ei pelkkää vettä).

Alenna kuumetta lääkkeellä pakkauksen ohjeen mukaan (Panadol mixtuura, Pamol F, Panadol supot). Näitä saa apteekista ilman reseptiä. Kuumelääkkeiden käyttöä suositellaan, kun lapsen lämpö kohoaa yli 38.5 astetta. Viilennä lapsen oloa huonetta viilentämällä ja vaatteita vähentämällä, vaikka hän tuntisi olonsa viluiseksi. Kuumeista lasta ei saa viedä saunaan ja ruumiillista rasitusta tulee välttää. Lääkäriin tulee mennä, kun lapsen yleisvointi on selvästi huonontunut kuumelääkkeestä huolimatta.

Aina lääkäriin,

- o kun alle 3 kk ikäisellä lapsella on yli 38 astetta kuumetta,
- o jos lapsella on korvasärkyä, virtsaamisongelmia, päänsärkyä tai vatsakipua, sekavuutta tai lapsella ilmenee muuta poikkeavaa,
- o mikäli lapsen kuume ei todennäköisesti johdu flunssasta, vaan syy on epäselvä,
- o mikäli kuume nousee uudelleen oltuaan jo pari päivää poissa tai kuumeen jatkuessa useamman päivän eikä laske kuumelääkkeellä.



POTILASOHJE

06-8264200

YSKÄ

Yskä on yleensä virusperäinen tulehdus ja oire keuhkoputken ärsytyksestä. Yskää voi hoitaa kotona, kun yskä on kestänyt alle viikon, ja lapsen vointi on muuten hyvä (jaksaa leikkiä ja touhuta, syö ja juo riittävästi). Kotona yskää voi helpottaa vesihöyryllä; suihku, ilmankostutin, ei koskaan kuumalla vesihöyryllä palovamma riskin vuoksi. Ilman reseptiä saatavia yskänlääkkeitä ei suositella käytettävän lapsilla, koska niillä ei ole todistettavaa hyötyä. "Yskä lähtee yskimällä". Mikäli yskä pitkittyy tai lapsella on hengenahdistusta, on syytä mennä lääkäriin. Jos yskä alkaa rajuna/ äkillisesti, on aina huomioitava vierasesineen mahdollisuus hengitysteissä. Tällöin on mentävä heti lääkäriin.

KURKKUKIPU

Yleisimpiä kurkkukivun syitä ovat nielun tulehdukset ja nenän tukkoisuuden aiheuttama nielun kuivuminen. Nielun tulehdus voi olla viruksen tai bakteerin aiheuttama. Viruksen aiheuttama kurkkukipu on usein ensioire flunssasta, joka menee itsestään ohi. Kurkkukipu voi säteillä korviin. Pienellä lapsella kurkkukivun merkkejä voivat olla huono ruokahalu / syömättömyys ja kuolaaminen. Kipua voi hillitä apteekista saatavilla kipulääkkeillä pakkauksen ohjeen mukaan (esim. Pamol F ja Panadol mikstuura). Kurkkukivun pitkittyessä on syytä hakeutua lääkäriin. Jos kurkkukipuun liittyy korkea kuume, puheen puuroutumista tai hengityksen vaikeutta on heti syytä kääntyä lääkärin puoleen. Mikäli lääkäri epäilee streptokokkibakteerin aiheuttamaa nielutulehdusta, otetaan nieluviljely ja mikäli tulos on positiivinen, aloitetaan antibioottihoito.