

ANNE SÜTÜ EN ETKİLİ GRİP İLACI



Kış mevsiminin en ağır koşullarda kendini gösterdiği şu günlerde bebek ve küçük çocuklarda solunum yolu enfeksiyonları ve grip hastalığı görülme sıklığı arttı. Peki bebeğiniz için grip ve solunum yolu enfeksiyonu tedavisinde en etkili yöntemler neler? İstinye Üniversite Hastanesi Çocuk Sağlığı ve Hastalıkları/Neonotoloji Uzmanı Dr. Burçin İşcan, anne sütü ile beslemenin sürdürülmesinin tedavide etkili olduğunu ifade ederek, kat kat kıyafetler giydirmekten de kaçınmak gerektiğini söyledi.

Bebek ve çocuklar, soğuk hava ile birlikte yoğun kar yağışının görüldüğü şu günlerde salgın hastalıklar açısından risk grubunun başında yer alıyor. Soğuk algınlığında çok yüksek ateş, grip te ise ani ateş yükselmesi, genel durum bozukluğu, iştahsızlık, burun tıkanıklığı, burun akıntısı, öksürük, gözlerde kızarıklık, kusma ve ishal belirtilerinden başlıcaları. **İstinye Üniversite Hastanesi Çocuk Sağlığı ve Hastalıkları/Neonotoloji Uzmanı Dr. Burçin İşcan**, 6 aydan küçük çocuklarda grip aşısı yapılamadığı için, enfeksiyonu eve getirebilecek, anne-baba, kardeş gibi bireylerin aşılmasını önerdiklerini kaydetti. Ayrıca anne sütünün bağışıklık sistemini destekleyen en önemli gıda olduğunun altını çizen **Dr. İşcan**, tedavi süreci ile ilgili şu önerilerde bulundu;

6 AYDAN KÜÇÜKSE EVDEKİLER AŞILANMALI

Bebek ve küçük çocuklarda grip hastalığını önlemek için yapılması gereken ilk şey bulaşmayı önlemek. 6 aydan küçük çocuklarda grip aşısı yapılamadığı için, enfeksiyonu eve getirebilecek, anne-baba, kardeş gibi bireylerin aşılmasını öneriyoruz. Aile bireylerinden birisi hastalandığında ellerin bol su ve sabunla yıkanması hastalığın aile içinde yayılmasını engelleyecektir. Hasta kişinin maske takması, bebeği öpmemesi hastalığın bebeğe geçişini engellemek için dikkat edilmesi gereken noktalardır. Eğer önlemlere rağmen bebekte hastalık belirtileri başladıysa burundaki salgıların yumuşatılması ve temizlenmesi bebeği rahatlatacaktır.

ANNE SÜTÜ EN ETKİLİ İLAÇ

Anne sütü ile beslenmesinin devam ettirilmesi bebeğin bağışıklık sistemini destekleyecektir. Anne sütü içerdiği bağışıklık elemanlarından, Immünglobulinler, canlı hücreler ve birçok aktif moleküller sayesinde bağışıklık sistemini destekleyen "mucize" bir gıdadır. Bu nedenle uzmanlar hastalık durumunda bebeğin anne sütü ile beslenmesinin mutlaka devam etmesi gerektiğini belirtiyor. Özellikle soğuk algınlığında anne sütü ile beslenmenin sürdürülmesi ve semptomatik tedavide tek başına yeterli oluyor.

GRİP OLAN ANNE EMZİRMEYE DEVAM ETMELİ

Grip olan anne belli kurallar çerçevesinde emzirmeye devam etmeli. Eğer anne grip veya soğuk algınlığı gibi bir enfeksiyon geçiriyorsa, bebeğe bulaşmasını engellemek için el yıkama ve maske takma gibi koruyucu önlemler alarak bebeğini emzirmeyi sürdürebilir.

SICAK NEMİ AZALTIR, BURUN TIKANIKLIĞINI ARTIRIR

Toplumda "üşütme" olarak adlandırılan solunum yolu enfeksiyonları ailelerin bebeği veya küçük çocuğu sıcak tutmak için abartılı davranışlarda bulunmasına neden olabiliyor. Ancak, biz bebeği aşırı sıcak bir oda ısısında tutmayı veya çok kalın giydirmeyi önermiyoruz. 22-24 derece ideal bir oda ısısıdır. Aşırı sıcak bir odada nem miktarı azalacaktır ve kuruyan hava bebeğin solunum yolları kurularak burun tıkanıklığına neden olacaktır. Bu nedenle ideal bir oda sıcaklığı ile birlikte odanın nemlendirilmesi üst solunum yolu enfeksiyonu geçiren bebeği rahatlatacaktır.

ÇOK KALIN OLMAYAN BATTANIYE İLE ÖRTÜN

Annelere tavsiyemiz, kendi giydiğinden bir kat fazlasını bebeğine giydirmesi ve

bebeğini uyuturken de çok kalın olmayan bir battaniyeyle üzerini örtmesidir. Özellikle ateşli çocuklarda kalın giydirmeye ve örtmeye, ateşin kontrolsüz bir biçimde yükselmesine sebep olabileceği için dikkatli olunmalıdır.

GEREKSİZ ANTİBİYOTİK KULLANIMINA DİKKAT

Gereksiz yere kullanılan antibiyotikler faydalı mikropları da ortadan kaldırarak bir sonraki enfeksiyona davetiye çıkartmaktadır. Grip ve soğuk algınlığı ile mücadele eden ebeveynler için önerilerimiz ise şöyle;

*Özellikle soğuk algınlığında tedavi tamamen semptomatik olup, bebek veya küçük çocuklarda tıkalı burun, serum fizyolojik ve pür benzeri burun pompalarıyla açılmalıdır.

*Soğuk algınlığı ilaçları süt çocuklarında doktor tavsiyesi olmadan kullanılmamalıdır. Çünkü bu ilaçlar küçük çocuklarda ciddi yan etkilere neden olabilecek ilaçlardır.

*Mevsimsel grip hastalığında doktor tarafından tanı doğrulandıktan sonra antiviral tedavisine başlanabilir.

*Grip ve soğuk algınlığından korunmak için el hijyeni sağlanmalıdır. Salgın dönemlerinde kalabalık ve kapalı alanlar virüslerin yayılmasını hızlandırdığı için bu ortamlardan uzak durulmalıdır.

*Mevsimsel gribe karşı aşı olunmalıdır. Risk gruplarının aşılması özellikle kreş çocuklarında bağışıklığın sağlanması için önemlidir.