السلسلة التثقيفية لصحة الطفل (٨)

مراجعة ومنقحة 2008

نـــزلات البرد عند الأطفال

COMMON COLD IN CHILDREN

المملكة العربية السعودية
رئاسة الحرس الوطني الشئون الصحية
مدينة الملك عبدالعزيز الطبية

يعتبر قسم طب الأطفال من الأقسام الكبيرة في مستشفى الملك فهد للحرس الوطني التابع لمدينة الملك عبد العزيز الطبية بالرياض. ويضم هذا القسم عدداً كبيراً من الأطباء الاستشاريين في كافة تخصصات طب الأطفال الدقيقة- أمراض الحساسية ونقص المناعة، أمراض الغدد الصماء و السكري، أمراض الجهاز الهضمي والكبد، الأمراض الوراثية والاستقلابية، أمراض الدم والأورام، الأمراض المعدية، أمراض الكلى، أمراض القلب والأوعية الدموية، الأمراض العصبية، الأمراض الصدرية، الامراض الروماتيزمية، الأمراض النفسية، وتخصص سلوكيات ونمو الأطفال وطب البلوغ والمراهقة، الأمراض الجلدية، بالإضافة الى العلاج المركز للأطفال، والعلاج المركز لحديثي الولادة والخّدج، وطب طوارئ الأطفال و أمراض الأطفال العامة . و يوجد في المستشفى مختلف تخصصات جراحة الأطفال- الجراحة العامة، جراحة العظام، جراحة المسالك البولية، جراحة القلب، جراحة زراعة الأعضاء، جراحة الأعصاب، جراحة التجميل والحروق، جراحة العيون، جراحة الأنف والأذن والحنجرة، جراحة الفم والأسنان- بالإضافة الى التخصصات الصحية المساندة وهناك اكثر من ٤٠ متدرباً في برنامج تخصص طب الأطفال للمقيمين وبرنامج الزمالات في تخصصات طب الأطفال الدقيقة وتدريب أطباء الامتياز وطلاب كلية الطب.

اقتبست معلومات هذه المطوية من مراجع و مصادر علمية موثوقة وتم تنقيحها بعناية من قبل لجنة التوعية والتثقيف الصحي في قسم طب الأطفال وبمشاركة الاستشاريين المختصين في موضوع المطوية .

قسم طب الأطفال (١٥١٠)
مستشفى الملك فهد للحرس الوطني
مدينة الملك عبد العزيز الطبية
ص. ب ٢٢٤٩٠ الرياض ١١٤٢٦
بريد إلكتروني peds1@ngha.med.sa
موقع الإنترنت : www.ngha.med.sa

جميع الحقوق محفوظة - رقم ايداع (١٤٢٤/٩٥٧) - مكتبة الملك فهد الوطنية

شراب السعال هل هو ضروري؟

نزلات البرد المصحوبة برشح في الغالب تزول من نفسها حتى بدون أي علاج. لذلك فان الأطباء لا يشجعون على استعمال الأدوية عدى المخفضة للحرارة. وفي الآونة الأخيرة ظهرت تحذيرات طبية عن مخاطر استعمال أدوية الكحة (شراب السعال) لما لها من مضار على حياة الطفل وعدم فاعليتها في الشفاء من الزكام خاصة الأدوية التي تحتوي على مادة سيدو افيدرين (Pseudoephdrine) خاصة لمن أعمارهم اقل من سنتين.

كيفية الوقاية من الرشح

لا يوجد تطعيم لنزلات البرد حتى الأن نتيجة لكثرة الفيروسات المسببة للزكام، أما التطعيم ضد الأنفلونزا فهو بإذن الله يقي من التهاب الجهاز التنفسي ضد هذا الفيروس فقط ولا يفيد في منع الفيروسات الأخرى ومن الممكن الوقاية الى حد ما من انتشار العدوى في المنزل باتباع النصائح العامة في النظافة وغسل اليدين وعدم الاحتكاك المباشر مع المريض وطلب تغطية الفم والأنف عند العطاس والسعال وتجنب استعمال المناشف والادوات الشخصية للمريض.

معظم الأطفال إن لم يكن جميعهم يتعرضون لنزلات برد متكررة تصل إلى ١٠ نزلات في السنة الأولى من العمر وثمان نزلات في السنة الثانية من العمر ثم تتناقص تدريجياً في السنوات اللاحقة.

الفيروسات هي السبب الأساسي لمعظم هذه النزلات ومن الأعراض التي ترجح أن السبب فيروسي ما يلي:

- سعال.
- رشح من الأنف.
- حرارة خفيفة.
- خشونة وحشرجة في الصوت.

هل المضادات الحيوية مفيدة لعلاج نزلات البرد؟

لا تفيد المضادات الحيوية في علاج نزلات البرد لأن المسبب الرئيسي لها هو ميكروب فيروسي والفيروسات لا تستجيب للعلاج بالمضادات الحيوية.

كيف تنتقل نزلات البرد بين الأطفال؟

هناك طرق عديدة لانتقال نزلات البرد بين الأطفال نلخصها بما يلي:

- عن طريق الهواء حيث ينتقل الفيروس مع الرذاذ المتطاير من الطفل المصاب حين يسعل أو يعطس.
- عن طريق لمس الطفل المصاب للعابه أو إفرازات أنفه ومن ثم لمس طفل آخر.
- عن طريق لمس أدوات أو العاب الطفل المصاب بالبرد والتي تكون ملوثة بلعاب أو إفرازات الطفل المصاب حيث أن الفيروس يبقى على هذه الأدوات والألعاب لساعات عدة.

كيفية التعامل مع نزلات البرد؟

- إذ أصيب طفلك بنزلة برد فشجعه على أخذ الكثير من السوائل مع الاحتفاظ بالراحة والهدوء في المنزل و حثه على التزام النظافة العامة.
- لا يوجد علاج معين لنزلات البرد و لكن بالإمكان استخدام مركب من مركبات الباراسيتامول (مثل الفيفادول أو التايلنول أو التيمبرا) اذا ارتفعت درجة الحرارة.
- وبإمكان الطفل الاستمرار بالذهاب إلى المدرسة أو الروضة إذا كان يشعر بالنشاط و الحيوية.

متى يجب مراجعة الطبيب؟

ينصح بمراجعة الطبيب في الحالات التالية :

- إذا أشتكى الطفل من ألم في الأذن.
- إذا ارتفعت درجة حرارته إلى ٣٩ درجة مئوية أو أكثر.
- إذا كان الطفل يعاني من خمول شديد أو نوم كثير.
- إذا كان الطفل كثير البكاء.
- إذا ظهر طفح جلدي.
- إذا بدأ الطفل يتنفس بشكل سريع أو يعاني من صعوبة في التنفس.
- إذا كان السعال مستمرا.

وفي الغالب تستمر هذه الأعراض لمدة خمسة إلى سبعة أيام ثم تختفي. وفي العادة يكون الطفل نشيطاً ونادراً ما تسبب هذه النزلات بعض المضاعفات مثل التهاب الأذن والالتهاب الرئوي وهنالك بعض الاعتقادات الخاطئة المتعلقة بهذه الأعراض ومنها:

- إن رشح الأنف الأخضر أو الأصفر يعني الإصابة ببكتيريا مما يستوجب اخذ مضاد حيوي وهذا في الحقيقة اعتقاد خاطئ حيث أن معظم الالتهابات الفيروسية تسبب هذا النوع من الرشح. ولكن استمرار الرشح لأكثر من ١٠-١٤ يوم قد يوحي بالتهاب بكتيري
- إن استمرار الحرارة اكثر من ثلاثة أيام يعني التهاب بكتيري وهذا ايضاً اعتقاد خاطئ فالحرارة قد تستمر لمدة سبعة أيام مع هذه الالتهابات.
- إن هذه الالتهابات تتطلب علاج بالمضاد الحيوي وهذا ايضاً اعتقاد خاطئ لان المسبب لمعظم هذه الأمراض التهاب فيروسي ولا يستجيب للمضادات الحيوية الموجودة.