

بیماری‌های شایع کودکان



بیماری‌های عفونی‌ای که بسیاری از افراد در همان دوران کودکی به آن‌ها مبتلا می‌شوند، تحت عنوان بیماری‌های کودکان شناخته می‌شوند. آن‌ها توسط ویروس‌ها یا باکتری‌های بسیار مضر ایجاد می‌شوند. با این حال، علی‌رغم نام‌شان، آن‌ها می‌توانند برای نخستین بار در بزرگسالی نیز بروز کنند. امروزه برای بسیاری از بیماری‌های عفونی از این نوع، واکسن‌های مؤثر در دسترس هستند. اگرچه نمی‌توان از برخی دیگر از بیماری‌های کودکان با واکسن پیش‌گیری کرد، اما آن‌ها معمولاً بی‌خطر هستند و در بیش‌تر موارد خودبه‌خود بهبود پیدا می‌کنند.

چگونه می‌توانید از خود و فرزندتان به بهترین نحو در برابر ابتلا به بیماری محافظت کنید؟

بسیاری از بیماری‌های عفونی از طریق تماس یا قطره‌های تنفسی منتقل می‌شوند. بنابراین، بهترین راه برای پیش‌گیری از ابتلا عبارت است از:

- حفاظت ایمنی ناشی از واکسن مطابق با برنامه واکسیناسیون اتریش
- شست‌وشوی منظم دست‌ها
- از افراد بیمار فاصله بگیرید

بیماری‌های عفونی شایع در کودکان که هنوز هیچ واکسنی برای پیش‌گیری از آن‌ها در دسترس نیست، کدام‌ها هستند؟

بیماری دست، پا و دهان

- این بیماری ویروسی بیش‌ترین میزان ابتلا را در میان کودکان زیر ۱۰ سال دارد.
- ویژگی بارز آن بروز بثورات پوستی یا تاول‌های کوچک در کف دست‌ها، کف پاها و داخل دهان است.
- سایر علائم ممکن است تب، بی‌اشتهایی و گلودرد باشند.
- با این حال، در بیش‌تر موارد این بیماری به‌طور بی‌خطر سپری می‌شود و ظرف ۷ تا ۱۰ روز خودبه‌خود بهبود می‌یابد.

روزنولا (تب سه‌روزه)

- این بیماری که توسط ویروس‌های هرپس انسانی ایجاد می‌شود، بیش از همه شیرخواران و کودکان خردسال ۶ ماهه تا ۳ ساله را مبتلا می‌کند.
- ویژگی این بیماری شروع ناگهانی تب بالا (بیش از ۳۹ درجه) است.
- علائمی مانند ریزش خفیف آب بینی، التهاب گلو، درد شکم، استفراغ یا اسهال ممکن است به‌صورت هم‌زمان بروز کنند.
- با فروکش کردن تب پس از حدود ۳ تا ۵ روز، ممکن است یک راش پوستی گسترش یابد. این معمولاً تا روز بعد دوباره ناپدید می‌شود.
- در بیش‌تر موارد، عفونت بی‌خطر است و پس از چند روز خودبه‌خود برطرف می‌شود.

بیماری پنجم

- این عفونت ویروسی عمدتاً در کودکان ۵ تا ۱۵ ساله رخ می‌دهد.
- این بیماری اغلب بی‌علامت است یا مانند یک عفونت خفیف شبیه سرماخوردگی با تب، سردرد و احساس کسالت بروز می‌کند.
- در حدود یک‌پنجم از مبتلایان، راش پوستی مشخص ظاهر می‌شود. این راش پوستی ممکن است به‌صورت قرمزی‌های پروانه‌ای شکل روی گونه‌ها یا تغییرات پوستی قرمز حلقه‌ای شکل روی شانه‌ها، بازوهای فوقانی، ران‌ها و باسن ظاهر شوند.
- پس از ۷ تا ۱۰ روز، این راش پوستی معمولاً محو می‌شود و بیماری خودبه‌خود بهبود می‌یابد.
- توجه: در زنان باردار، این بیماری می‌تواند تهدیدکننده حیات برای جنین باشد!

آیا مطب پزشکی خانواده‌تان اکنون بسته است؟

معمولاً کافی است روز بعد کاری مطب تماس بگیرید.

شما تردید دارید؟ پس با شماره ۱۴۵۰، مرکز مشاوره تلفنی سلامت تماس بگیرید.

اطلاعات بیش‌تر و منابع را در سایت www.wobinichrichtig.at پیدا می‌کنید.



به سوی تندرستی.
کجا باید مراجعه
کنم؟

برای تسکین علایم کودک خود چه کارهایی می‌توانید انجام دهید؟

- کودک شما نباید به خود بیش از حد فشار بیاورد و تا حد امکان در بستر استراحت کند.
- کودک شما باید به اندازه کافی بنوشد، به‌ویژه آب یا چای بدون قند (حدود ۵۰ تا ۸۰ میلی‌لیتر به ازای هر کیلوگرم وزن بدن در روز).
- در صورت وجود تاول‌های دهانی، نوشیدنی‌های خنک و ماست کمک می‌کنند، بنابراین از نوشیدنی‌های اسیدی مانند آب‌میوه‌ها و همچنین از غذاهای داغ و تند پرهیز کنید.
- در صورت زبری و پوسته‌پوسته شدن پوست در مرحله بهبودی راش‌های پوستی، محصولات مراقبت از پوست مناسب کودکان می‌توانند مفید باشند.
- در صورت گلودرد شدید، نکات تکمیلی زیر می‌توانند مفید باشند **«ببینید «گلودرد در بزرگسالان و کودکان»**
- در صورت استقرار یا اسهال، نکات تکمیلی زیر می‌توانند مفید باشند **«ببینید «استقرار در کودکان خردسال»، «لینک «اسهال (جدید)»**
- در صورت تب بالا، نکات تکمیلی زیر می‌توانند مفید باشند **«تب در کودکان»**
- داروهای مسکن یا تب‌بر می‌توانند کمک‌کننده باشند، اما باید همیشه تنها پس از مشورت با پزشک خانواده‌تان یا پزشک کودکان‌تان به کودک داده شوند.

چه زمانی باید مشاوره پزشکی دریافت شود؟

در موارد زیر به یک پزشک خانواده یا یک متخصص کودکان مراجعه کنید:

- در شیرخواران در ماه‌های نخست زندگی یا در کودکان با بیماری‌های زمینه‌ای
- در صورتی که علایم پس از چند روز بهتر نشوند.
- اگر شما باردار هستید و با افراد مبتلا، به‌ویژه در رابطه با بیماری پنجم تماس داشته‌اید.

چه زمانی باید فوراً مشاوره پزشکی دریافت شود؟

فوراً کمک پزشکی بگیرید:

- اگر کودک شما از خوردن غذا یا نوشیدن مایعات امتناع می‌کند.
- در صورت بروز علایم کم‌آبی بدن.
- اگر کودک شما دچار تشنج ناشی از تب شود.

منابع:

<https://www.gesundheit.gv.at/krankheiten/kinderkrankheiten.html>

<https://www.infektionsschutz.de>

<https://www.nhs.uk/conditions>,

<https://www.msdmanuals.com/de/heim/gesundheitsprobleme-von-kindern/h%C3%A4ufige-virusinfektionen-bei-s%C3%A4uglingen-und-kindern>

ترجمه توسط Übersetzungsbüro EXPRESS KG: <https://www.expresstranslation.at>

آیا مطب پزشکی خانواده‌تان اکنون بسته است؟
معمولاً کافی است روز بعد کاری مطب تماس بگیرید.
شما تردید دارید؟ پس با شماره ۱۴۵۰، مرکز مشاوره تلفنی سلامت تماس بگیرید.

اطلاعات بیشتر و منابع را در سایت www.wobinichrichtig.at پیدا می‌کنید.



به سوی تندرستی.
کجا باید مراجعه
کنم؟