

IL RAFFREDDORE E L'INFLUENZA

Sono delle comunissime infezioni causate da "Virus" che colpiscono il naso, la gola e/o i polmoni, con sintomi che possono durare pochi giorni o settimane. Si trasmettono con facilità respirando le goccioline di saliva emesse con la tosse o gli starnuti da un soggetto infetto oppure per contagio diretto con le sue secrezioni nasali. I sintomi compaiono a distanza di 1-3 settimane dal contagio.

SINTOMI

Nei bambini più grandi e negli adolescenti, la malattia si manifesta di solito con improvvisa comparsa di febbre, accompagnata da brividi, mal di testa, dolori ai muscoli ed alle ossa, mal di gola, tosse secca, insistente. La malattia ha una durata di 3-4 giorni, sebbene la tosse e l'astenia possono persistere per una settimana o più. Nei bambini più piccoli la malattia si manifesta con febbre elevata (>39°C), raffreddore e tosse, irritabilità e scarso appetito. Nei piccoli lattanti può comparire pianto rauco e tosse abbaiente. Spesso sono presenti anche vomito e diarrea. Anche nei bambini più piccoli la durata della malattia è di 3-5 giorni, sebbene la tosse può persistere per oltre 1-2 settimane.

PREVENZIONE

L'influenza è una malattia altamente contagiosa. I più grandi dovrebbero essere educati a coprirsi la bocca ed il naso con un fazzoletto quando tossiscono o starnutiscono ed dopo a lavarsi le mani. I bambini malati dovrebbero essere tenuti lontano dalle persone anziane o da chiunque abbia una malattia cronica. In queste persone l'influenza può portare complicazioni quali l'otite, la bronchite e la polmonite. Il vaccino antinfluenzale è raccomandato per i bambini "a rischio": malati di tumore, con malattie croniche del cuore, polmoni, reni e sistema nervoso, i bambini sofferenti di asma, diabete, anemia grave.

COSA FARE

- Offrire abbondanti quantità di liquidi al bambino sotto forma di succhi di frutta, tè, camomilla.
- Aspirare il muco al bambino piccolo con una pompetta o una siringa.
- Far soffiare il naso al bambino grande.
- Instillare gocce di soluzione fisiologica in ciascuna narice.
- Umidificare l'ambiente.
- Evitare la posizione supina (a pancia in su), tenendo il bambino seduto su un seggiolino per lattanti o utilizzando cuscini nei Bambini più grandi. In tal modo si evita la tosse generata dal muco che scende nella gola.
- Utilizzare caramelle o compresse masticabili nei Bambini più grandi e/o uno spray con un leggero anestetico locale per la gola.

COSA NON FARE

- NON somministrare Antibiotici, Chemioterapici o altre medicine senza aver consultato il Pediatra. Non esistono infatti medicine utili per le infezioni da virus: GLI ANTIBIOTICI NON CURANO IL RAFFREDDORE NE' L'INFLUENZA.
- NON somministrare "ASPIRINA" o altri preparati contenenti "Acido Acetilsalicilico": il suo uso nei Bambini con infezioni Virali deve essere evitato per il rischio di insorgenza di danno epatico, renale e cerebrale (Sindrome di Reye).

CONSULTARE IL PEDIATRA SE:

- il bambino **non beve** liquidi di alcun tipo;
- la febbre non scende dopo 3-4 giorni;
- c'è **vomito** persistente;
- il bambino è molto **irritabile** o particolarmente **abbattuto**;

L'Ambulatorio Pediatrico OnLine

- il bambino accusa **dolore all'orecchio** o se il bambino è molto piccolo che si tocchi l'orecchio in maniera ripetuta;
- le **secrezioni nasali** sono giallo-verdastre;
- la **tosse è peggiorata** o presenti difficoltà respiratoria (**affanno**).