



طفلك وأعراض الشتاء



يعد الأطفال أكثر عرضة للإصابة بالأمراض أثناء فصل الشتاء، حيث يمكن أن يصاب الشخص البالغ بنزلات برد من مرتين إلى أربع مرات سنويًا، في حين يمكن أن يصاب الأطفال بأكثر من ذلك خلال السنة لأن المناعة لديهم لا تزال في مرحلة النمو والتطور.

في هذه النشرة نشاركك أهم الأمراض الشائعة عند الأطفال وأعراضها وكيف تحمي طفلك من الإصابة بها.

من أهم الأمراض الشائعة عند الأطفال في الشتاء:

نزلات البرد والزكام والإنفلونزا

يحدث التهاب في الجهاز التنفسي العلوي بسبب أحد الفيروسات المختلفة، يسبب نزلات البرد والزكام من 7 - 10 أيام، وعددا من الأعراض المختلفة منها:



العطاس
والسعال



احتقان
وسيلان الأنف



الحمى
الخفيفة



التهاب
الحلق



الخانوق (CROP)

يشير الخانوق إلى عدوى في المجرى التنفسي العلوي، يسبب تورم وتهيج حول الحنجرة (صندوق الصوت)، والقصبية الهوائية (الغامى) والشعب الهوائية (القصبات). يتفاقم أكثر بسبب

البكاء والسعال، وكذلك مع القلق والضغط، مما يؤدي إلى تكرار حدوث الأعراض المتفاقمة وتساء أعراض الخانوق غالبًا خلال الليل وتستمر عادةً لمدة ثلاثة إلى خمسة أيام.

يبدأ الخانوق غالبًا في صورة زكام عادي. ثم تتطور الأعراض الآتية:

1

سعال يتميز بصوت يشبه النباح

2

الحمى

3

بحّة الصوت

4

التنفس بصوت عالٍ أو صعوبة التنفس

التهاب الرئة والقصبات الهوائية

إن التهاب الرئة من الأمراض التي تصيب الأطفال في فصل الشتاء بعد الإصابة بنزلات البرد، أو الإنفلونزا، أو أي مرض آخر، يمكن أن يحدث التهاب الرئة نتيجة للعدوى البكتيرية أو الفيروسية، ويسبب الأعراض الآتية:

- ارتفاع درجة الحرارة.
- السعال مع وجود بلغم لونه أصفر أو أخضر.
- الأزيز.
- سرعة التنفس.
- صعوبة التنفس.
- انتفاخ البطن.
- ألم الصدر.

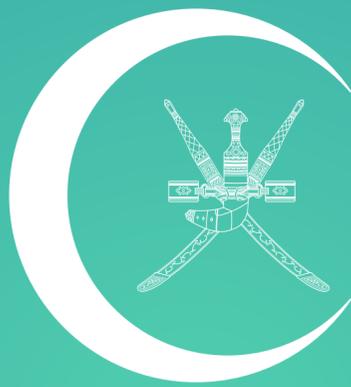
إن النزلات المعوية هي التهاب فيروسي معدٍ جدا يحدث في المعدة والأمعاء، تستمر بعض أعراض الجهاز الهضمي الأخرى لمدة تصل إلى أسبوع ويسبب عدد من الأعراض المختلفة بما فيها:

- القيء.
- الإسهال المائي.
- وجع البطن.
- الحمى الخفيفة.
- الصداع.
- الإعياء.



احم أطفالك من أمراض الشتاء واحرص على:

- 1 عدم مخالطة المرضى
- 2 التهوية الجيدة بوجود نافذة مفتوحة
- 3 الحفاظ على النظافة الشخصية
- 4 غسل اليدين بالماء والصابون أو تعقيمها
- 5 التغذية السليمة المتوازنة
- 6 الحرص على التطعيمات الأساسية للطفل في موعدها



وزارة الصحة
Ministry of Health

نتطلع لمواصلة إثرائكم في النشرة القادمة!
يمكنكم تصفّح جميع النشرات التثقيفية عبر الرابط:

www.moh.gov.om

   OmaniMOH   OmanHealth