

**HENGITYSTIEINFEKTIOON
SAIRASTUNEEN LEIKKI-IKÄISEN
(1-3 vuotiaan) LAPSEN HOITO
KOTONA**



Sisältö

Johdanto	3
Yleinen kotihoito	4
Nuhakuume	7
Keuhkoputkentulehdus	8
Kurkunpääntulehdus	9
Milloin lääkäriin?	10
Mihin ottaa yhteyttä?	12

Johdanto

Suurimman osan lasten sairastamista taudeista muodostavat infektio taudit. Kaikkein yleisempiä niistä ovat hengitystieinfektiot. Perus terve leikki-ikäinen lapsi sairastaa noin 3-7 hengitystieinfektiota vuodessa, joka on täysin normaalia tämän ikäiselle lapselle.

Paraneminen hengitystieinfektiosta tapahtuu yleensä kotona hyvän kotihoidon avulla. Tämän oppaan tarkoituksena on antaa tietoa varhaisleikki-ikäisen (1-3 vuotiaan) lapsen hengitystieinfektioista ja niiden kotihoidosta.

Opas on tehty osana Tampereen ammattikorkeakoulun opinnäytetyötä ja toteutettu yhteistyössä Ylöjärven terveyskeskuksen päivystyksen/ensiavun kanssa.

Yleinen kotihoito

Kivun ja kuumeen hoito



Kivunhoidossa voidaan käyttää lääkkeettömiä sekä lääkkeellisiä menetelmiä. Lääkkeetön kivunhoito sisältää lapsen sylissä pitämisen, lapsen silittelyn ja tutin antamisen. Lääkkeellisenä kivunhoitona lapselle voi antaa kipulääkettä esim. panadol tai burana .

Lasten kipulääkkeiden annostus. (tarkasta annostus aina lääkkeen tuoteselosteesta sekä lääkärin määräyksestä)

Parasetamoli (Panadol)	15mg/kg x4	Max 60mg/kg/vrk
Ibuprofeeni (Burana)	10mg/kg x3-4	Max 40mg/kg/vrk
Naprokseeni (Pronaxen)	5mg/kg x 3-4	Max 10 mg/kg/vrk

Ravitsemus ja nesteytys

Lapsen ruokahalu ja juominen usein heikkenee sairastamisen yhteydessä. Sen vuoksi syömisestä ja juomisesta tulee huolehtia. Lapselle voi tarjota kevyttä syötävää esim. jogurttia ja juotavaa esim. mehua.

Lepo ja uni

Sairastaessaan lapsi tarvitsee lepoa ja unta. Yöuni häiriintyy yleensä herkästi, sen vuoksi lapselle annetaan mahdollisuus nukkua myös päivällä.

Hygienia

Lapsi voi käydä suihkussa ja kylvyssä mutta saunaan menoa ei suositella, koska saunan lämpö nostaa kuumetta.

Leikki ja viriketoiminta

Lapsi voi puuhastella ja leikkiä voinnin mukaan. Useimmiten leikki-ikäinen pitää satujen kuuntelemisesta tai piirrettyjen katselemisesta sairaana ollessaan.

Milloin päiväkotiin?

Hengitystieinfektiosta toipumiseen lapsi tarvitsee ainakin yhden kuumeettoman päivän.

Yskäisen ja nuhaisen lapsen voi viedä päiväkotiin, jos oireet eivät häiritse lapsen vointia. On syytä kuitenkin muistaa, että päivähoidossa infektiot tarttuvat helposti lapsesta toiseen. Hyvällä käsien pesemisellä voidaan kuitenkin vähentää infektioiden tarttumista.



Nuhakuume

Nuhakuume on lasten yleisin hengitystieinfektio. Se ei johdu kylmettymisestä vaan on seuraus virusinfektiosta.



Oireet

- yskä
- nuha
- kurkkukipu
- kuume
- vilunväristykset

Kotihoito

Kotihoidossa tehokkaita ovat kipu lääkkeet esim. panadol 15mg painokiloa kohti 4 kertaa päivässä. Se alentaa kuumetta ja parantaa lapsen vointia. Myös apteekista saatavilla nuha- ja keittosuola tipoilla voidaan helpottaa tukkoista nenää. Yskänlääkkeitä ei suositella käytettävän, sillä ne eivät tehoa kunnolla. Lapsen riittävästä syömisestä ja juomisesta tulee huolehtia.

Keuhkoputkentulehdus

Keuhkoputkentulehdusta tavataan lapsilla monia eri tyyppisiä. Kyseessä voi olla virusperäinen, bakteeriperäinen tai ahtauttava keuhkoputkentulehdus.

Oireet

- yskä
- nuha
- kuume
- hengityksen rohina
- uloshengitysvaikeudet

Kotihoito

Kotihoitona voidaan käyttää höyryhengitystä. Se auttaa keuhkoputkentulehduksen yhteydessä esiintyvään yskään. Sitä ei kuitenkaan suositella, jos lapsi on räkäinen. Mikäli lapsella on aiemmin ollut ahtauttava keuhkoputkentulehdus ja hänellä on siihen koti lääkitys, voi lääkitystä käyttää siihen asti kunnes yskän oireet ovat hävinneet.

Kurkunpääntulehdus

Kurkunpääntulehdus on tavallinen leikki-ikäisen lapsen hengitystieinfektio. Sitä aiheuttavat virukset. Kurkunpääntulehdusta esiintyy yleensä loppusyksystä ja talvella sekä se on yleisempää pojilla kuin tytöillä. Kurkunpääntulehdus alkaa useimmiten yöllä.

Oireet

- haukkuva, käheä ja kuiva yskä
- äänekäs ja vaikeutunut sisään hengitys
- hengitystieoireet (nuha, kuume, äänen käheys, yskä)

Kotihoito

Lapsen voi pukea lämpimästi ja mennä hänen kanssaan ulos hengittämään viileää ja raitista ulkoilmaa. Viileä ja raitis ulkoilma helpottaa oireita sekä hengitystä. Myös istuva asento auttaa hengitykseen.

Milloin lääkäriin?

Nuhakuume

- Lapsi on kovin kivulias ja käsittelyarka, heräilee öisin ja itkee jatkuvasti.
- flunssa pitkittyy yli kahden viikon mittaiseksi
- kuume kestää yli 5 vuorokautta

Keuhkoputkentulehdus

- lapsella esiintyy sisään hengityksen rohinaa tai hengitysvaikeuksia
- lapsella on pitkään jatkunut yskä sekä yskän yhteydessä esiintyvä kuume ja limaisuus

Kurkunpääntulehdus

- lapsella on hengitysvaikeus joka ei helpota viileällä ilmalla



Mihin ottaa yhteyttä?

Ylöjärven terveyskeskus

Mikkolantie 10, 33480 Ylöjärvi



Arkipäivisin ensisijaisesti aina yhteys omahoitajaan. Omahoitajan sekä hänen puhelinnumeron löydät osoitteesta:

www.ylojarvi.fi/palvelut/sosiaali-ja_terveyspalvelut/terveyspalvelut/hoitaja-laakarihaku/

Arki iltoina ja viikonloppuisin yhteys:

Ensiapu ja päivystys

p. 03 565 28000