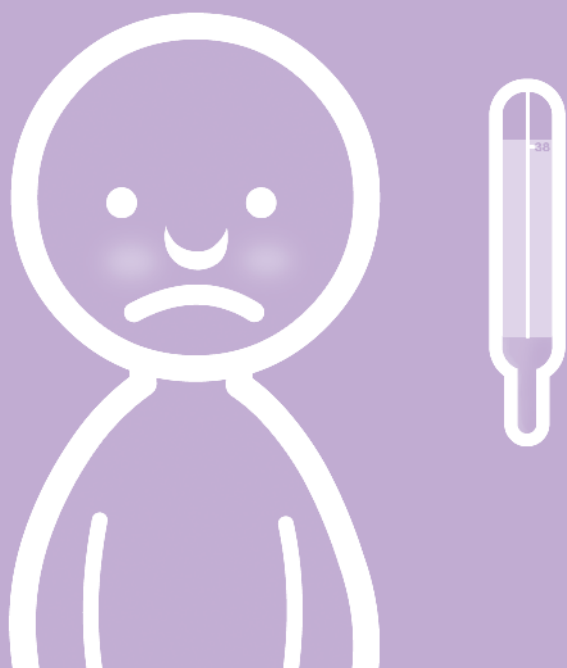


مندال و تا



ئەمە چیه؟

مندال زۆرتر و ئاسانتر له گهوره تووشی تا ده بێت. نه خۆشیه کانی مندال وهه و کردنه کانی (ئیلتهاب) تر هۆکارن بۆ دروستبوونی تا. زۆر جار دایک و باوک دلتەنگ و بێ تاقت دەبن که مندال که یان تای ده بێت. کاتی که پلهی گهرمایی لهش له 38° تێده پهری تا دروست ده بێت. باشتین شیوه بۆ پیوانی گهرمایی لهش له ریگای کۆمه وهیه. پیوانی گهرمایی لهش جارێک له روژێکدا به سه.

Kinderen met koorts

6

Wat is het?

Kinderen krijgen vaker en gemakkelijker koorts dan volwassenen. Er zijn nu eenmaal veel kinderziekten en andere infecties, waarop het kind met koorts reageert. Ouders zijn vaak erg ongerust als hun kind (hoge) koorts heeft. We spreken van koorts als de lichaamstemperatuur hoger is dan 38°C. Het beste kunt u de temperatuur meten via de anus (het poepgaatje). Het is voldoende éénmaal per dag de temperatuur te meten.

چی ده توانیت خۆت بۆ تا بکهیت؟

- پیویست ناکات گهر مایه که به دهرمان که متر که یته وه. ده توانین شتی تر بکهیت نه گهر منداله کهت تای هه بوو.
- خوارنده وهی زیاتر به منداله کهت بده. دۆنرمه ی مژین فینکی به منداله کهت ده دات. نه و مندالنه ی تایان هه یه شه هیه ی خواردانیان نیه، نه مه کیشه یه کی وانیه و منداله کهت ناچار مه که شت بخوات.
- مندالیک تای هه بیت پیویست ناکات له جیگادا مینیتته وه، ناگادار به که پشووی ته وادات، زۆریه ی جار منداله که خۆی به دوای نه و شوینه دا ده گهریت که به دلپه تی، پیویست ناکات منداله که له ژووره وه مینیتته وه.
- ناگات لیبیت که نه و شوینه ی منداله که ی لینه زۆر گهرم نه بیت، منداله کهت به چند به تانی ولیفه دامه پۆشه. چه رچه فیک به سه بو داپوشینی منداله که، چونکه پیویسته گهرمایه له شی منداله که دهر بچیت. نه گهر منداله کهت سه رمای بوو یا له رزی لپه اتبوو تۆزی زیاتر داپۆشه.
- جلی ته نک له بهری منداله کهت بکه که به له شه وه نه نوسیت تا گهرمایه له شی زه فهری دهرچوونی هه بیت.
- مندالیک نه خۆش پیویستی به دهر به ریکی نارام و دلنیا که هه به. بایه خیکی زۆرتر به منداله کهت بده نه گهر داوای لئ کردیت. بۆنموونه یاریه کی بۆ بکه یا شتیکی بۆ بخوینته ره وه.
- نه گهر نه و مندالنه ی ته مه نیان له ۳ مانگ زیاتره زۆر بن تاقهت و نه خۆش بوون یا نازاریان هه بوو ده کریت پاراسیته مۆل به کار بهینن. لای سه یده لی یا درۆخیست پاراسیته مۆل دهرۆشن پرسیار بکه چند له بری نه و حه به منداله کهت ده توانیت به کاری بهینیت.
- (نه گهر پاراسیته مۆله که یارمه تی نه دا، مانای چری و خهستی نه خۆشه که ناگه به نیت.)

Wat kunt u er zelf aan doen?

- Het is niet noodzakelijk de temperatuur te verlagen met medicijnen. U kunt wel andere maatregelen nemen als uw kind koorts heeft.
- Geef uw kind extra te drinken. Een waterijsje kan verkoeling geven. Kinderen met koorts hebben meestal geen zin om te eten. Dat is niet erg. Dwing het kind niet te eten.
 - Een kind met koorts hoeft niet in bed te blijven, maar zorg er wel voor dat het genoeg rust krijgt. Meestal zoekt het kind zelf wel een plekje op waar het graag is. Het kind hoeft ook niet per se binnen te blijven.
 - Zorg dat de ruimte waar uw kind is, niet te warm is. Leg uw kind niet onder veel dekens of een dik dekbed. Een lakentje is voldoende, want uw kind moet de lichaamswarmte kwijt kunnen. Als uw kind het koud heeft of rilt, dek het dan tijdelijk extra toe.
 - Uw kind kan het beste dunne kleding dragen die losjes om het lichaam zit. Zo kan het kind de lichaamswarmte het beste kwijt.
 - Een ziek kind heeft behoefte aan een veilige, vertrouwde omgeving. Geef uw kind wat extra aandacht als het daarom vraagt; doe bijvoorbeeld een spelletje of lees wat voor.
 - Kinderen die ouder zijn dan drie maanden, mogen paracetamol hebben als ze zich erg ziek voelen of als ze pijn hebben. Vraag bij de apotheek of drogist naar de juiste dosering. (Als paracetamol niet helpt zegt dat niets over de ernst van het ziek zijn).

که ی بۆ لای پزشکی ماله وه؟

- یه کسه ر په یوه ندی به پزشکی ماله وهت بکه نه گهر منداله که که تای هه یه:
- نه خۆشتر بوو ورشایه وه.
 - نه خۆشتر بوو وتووشی سک چوونیش بوو.
 - نه خۆشتر بوو وله باری ئاسایی خۆی که متر بخواته وه.
 - زۆر بن تاقهت بوو وگریا وبن ئاگابوو له بایه خی خۆت بۆی.
 - ته نگه نه فهس بوو.
 - گیژ بوو و به ئاسانی خه بهر نه کرپته وه.
 - نه گهر په لای سوری تۆخ وهک نوقته له سه ر سنگ و سگ و پشتی وده ست و قاچ و ناو چاوی دروست یوو.

نه گهر منداله کهت زیاتر له ۳ رۆژ تای هه بوو باشتره په یوه ندی به پزشکی ماله وهت بکه یه. هه ره وه ها په یوه ندی بکه به پزشکیه وه کاتیکی مندالیک که پاش چه ند رۆژیک تاکه ی نامینیت و جاریکی تووشی تا ده بیتته وه. نه گهر ته مه نی منداله که که متر بوو له ۳ مانگ له یه کهم رۆژی تاکه په یوه ندی به پزشکیه وه بکه. نه گهر نه عرازی تر هه بوو که بیتته مایه ی بن دلنیایی ناگاداری پزشکی بکه ره وه.

Wanneer naar de huisarts?

Neem **direct** contact op met uw huisarts als een kind met koorts:

- Zieker wordt en gaat overgeven;
- Zieker wordt en ook nog diarree krijgt;
- Zieker wordt en veel minder drinkt dan normaal;
- Kreunt of huilt en niet te troosten is;
- Benauwd is;
- Suf wordt of niet gemakkelijk wakker te krijgen is;
- Puntvormige donkerrode vlekjes krijgt op de romp, op de ledematen en/of op het oogslimvlies.

Ook als uw kind langer dan drie dagen koorts heeft, kunt u het beste even contact met uw huisarts opnemen. Dit geldt ook voor een kind dat na een aantal koortsvrije dagen opnieuw hoge koorts krijgt. Is uw kind jonger dan drie maanden, bel dan op de eerste koortsdag. Wanneer er andere verschijnselen zijn waarover u zich zorgen maakt, overleg dan met uw huisarts.

Colofon

- Uitgave van de gezamenlijke MOA-stichtingen • Coördinatie: Hulpverleningsdienst Groningen en MOA Noord-Nederland
- Tekst: Gebaseerd op de NHG-folder kinderen met koorts, maart 2003 • Illustraties: Spoetnik, Groningen • GGD Nederland Postbus 85300 3508 AH Utrecht • Juni 2006