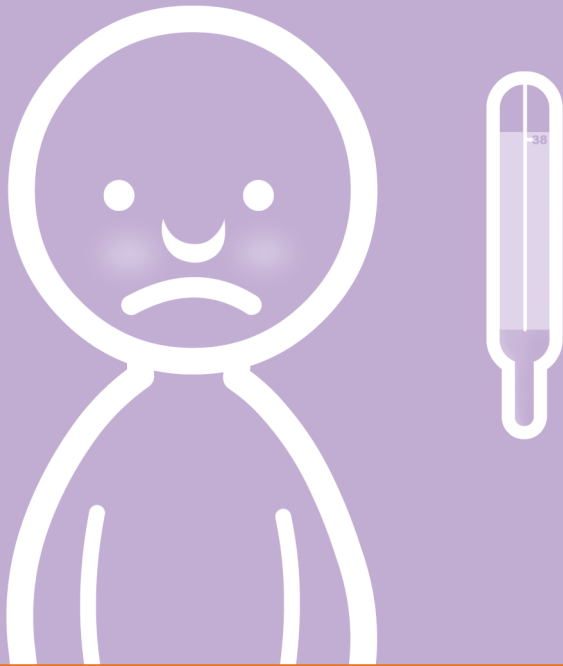


ቁልዑን ረስንን



Kinderen met koorts

6

‘ረስኒ’ እንታይ እዩ?

ቁልዑ ካብ ዓበይቲ ንላዕሊ ብቐሊሉን መብዛሕትኡ ጊዜን የጥቅዖም። ቁልዑ ብረስኒ ግብረ-መልሰም ዚህቡሎም ሓያሎ ሕመማትን መልክፍትታትን ቁልዑ ኣለዉ። ወለዲ ስላይም ረስኒ ምስ ዚህልዎ መብዛሕትኡ እዋን ኣዝዮም ይጭነቑ እዮም።

ሓደ ሰብ መቐት ኣካላቱ ልዕሊ 38°C ምስ ዚኸውን ረስኒ ኣለዎ ይበሃል። መቐት ኣካላት ቁልዑ እትፈልጠሉ ዝበለጸ ኣገብብ፡ ናብ መሃንቲሱ ቍርሞማትር ምእታው እዩ። መቐት ኣካላት ሓደ ቁልዓ ሓንሳእ ኣብ መዓልቲ ምምዝጋብ እኹል እዩ።

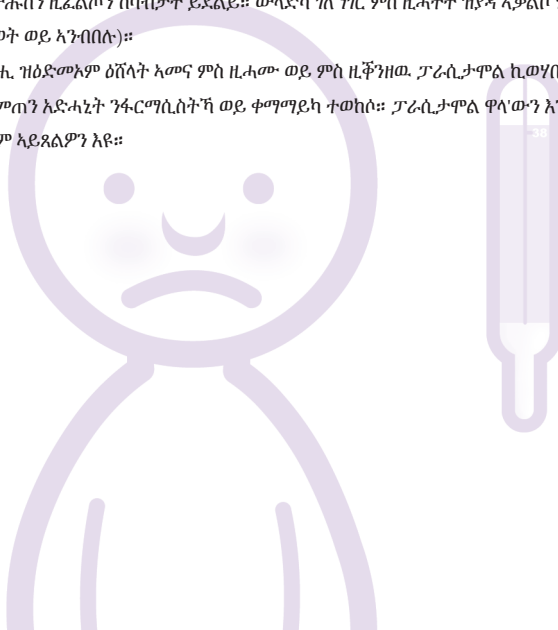
Wat is het?

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.

ውላድካ ረስኒ ምስ ዚህልዎ እንታይ ትገብር?

ሙቕት ኣካላት ውላድካ መድሓኒት ከይተጠቐምካ፡ ካልኣት ስጉምታት ውሳድ። ንኣብነት፡

- ንውላድካ ዝያዳ ዚስተ ነገር ህበ፡ ጀላቶ ነቲ ሃን ኬዝሕሎ ይኸእል እዩ። ረስኒ ዘለዎም ቁልዑ መብዛሕትኡ ጊዜ ሸውሃት መግቢ የብሎምን። እዚ ኣተሓሳሳሊ ኣይኮነን። ውላድካ ከበልዕ ኣይትገድዶ።
- ረስኒ ዘለዎ ቁልዑ ኣብ ዓራት ኪግምስስ የብሎን፤ እኹል ዕረፍቲ ከም ዚረከብ ጥራይ ርግጸኛ ኩን። ቁልዑ መብዛሕትኡ እዋን ኣብቲ ኪቐመጥ ዚፈትዎ ቦታ እዩ ኪቐመጥ ዚፈትዎ። ንውላድካ ኣብ ገዛ ጥራይ ኣይትሓዙ።
- እቲ ውላድካ ዚጸንዓሉ ክፍሊ ምሒር ምዃር ዘይምዃኑ ኣረጋግጽ። ብብዙሕ ኮፐርታታት ኩን ከኮፐርሊቶ ኣይትደራርቦ። ንውላድካ ብእንሳላ ጥራይ ሸፍኖ፣ እዚ ድማ ልዕሊ ዓቕን መጠን መቕት ኣካላት ኪውጽእ ኬኸእሎ እዩ። ውላድካ ዛሕሊ ምስ ዚሰምዎ ወይ የንቀጥቐጥ እንተ ሃልዩ፡ ንጊዜኡ ሸፍኖ።
- ውላድካ ልዕሊ ዓቕን መጠን መቕት ኣካላት መታን ኪውጽእ፡ ረቂቕ፡ ግፍሕ ዝበለ ልባሳት እንተ ለበሰ ዝበለጸ እዩ።
- ዝሓመመ ቁልዑ ውሑስን ዚፈልጦን ከባብታት ይደልይ። ውላድካ ገለ ነገር ምስ ዚሓትት ዝያዳ ኣቓልቦ ሃቦ (ንኣብነት፡ ምስ ውላድካ ተጻወት ወይ ኣንብቡሉ)።
- ልዕሊ ሰለስተ ወርሒ ዝዕድመኡም ዕሸላት ኣመና ምስ ዚሓሙ ወይ ምስ ዚቐንዘዉ ፓራሲታሞል ኪወሃቡ ይኸእሉ። ብዛዕባ እቲ ልክዕ መጠን እድሓኒት ንፋርማሲስትኻ ወይ ቀማማይካ ተወከሱ። ፓራሲታሞል ዋላውን እንተ ዘይሓዘ፡ ንመጠን እቲ ሕማም ኣይጸልምን እዩ።



ንዶክተርካ መኣስ ኢኻ እትረኽቦ?

ውላድካ ረስኒ ምስ ዚህልዎን እዞም ዚሰዕቡ ነጻርታታት ምስ ዜርእዩን፡ ንዶክተርካ ርኽቦ፡

- ምስ ዚሓምምን ተምላሶ ምስ ዚጅምሮን፤
- ምስ ዚሓምምን ውጽኣት ምስ ዚሕዞን፤
- ምስ ዚሓምምን ትሕቲ እቲ ወትሩ ዚሰትዮ እምብዛ ምስ ዚንክይን፤
- ኒን ምስ ዚብል ወይ ዚበክይ ምእባድ ድማ ምስ ዚኣብይ፤
- እስትንፋስ ምስ ዚሓጽር፤
- ምስ ዚፈዝዝን ብቐሊሉ ምስ ዚይበራበርን፤
- ውጥም ዝበለ፡ ደባን ቀይሕ ዕንፍሩር ኣብ ኣካላቱ፡ ኣብ መሓውሩን ኣብ ቁርበት ዓይኑን ምስ ዚወጽእ።

ውላድካ ረስኒ ንሰለስተ መዓልታት ምስ ዚሕዞ፡ ንዶክተርካ ርኽቦ። ውላድካ ንኣያሎ መዓልታት ካብ ረስኒ ናጻ ከዕይኑ ድሕሪ ምጽናሕ፡ እንደገና ኣቓል ረስኒ ምስ ዚደግሶ፡ ንዶክተርካ ኣዘራርቦ። ውላድካ ዕድመኡ ትሕቲ ሰለስተ ኣዋርሕ ምስ ዚኸውንሞ፡ ረስኒ ምስ ዚህልዎ፡ ንዶክተርካ ብቐጥታ ደውሊሉ።

ብዛዕባ ዝኹኑ ካልኣት ነጻርታታት ስክፍታ ምስ ዚህልወካ፡ ንዶክተርካ ተወከሱ።



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).

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

- Oorspronkelijk materiaal: Hulpverleningsdienst Groningen en MOA Noord-Nederland
- Illustraties: Spoetnik, Groningen
- Tekst: Gebaseerd op de NHG-folder kinderen met koorts, maart 2003
- Beschikbaar gesteld materiaal voor gebruik bij voorlichting aan migranten door eerstelijns in achterstandswijken
- Materiaal gebaseerd op oorspronkelijke uitgave van GGD Nederland (juni 2006) t.b.v. Zelfzorg voor Asielzoekers