

الخانوق Croup

ما هو الخانوق

الخانوق هو التهاب في الحلق، والحبال الصوتية، والقصبية الهوائية. و يحدث الخناق بسبب فيروس. الإنْتِخَاخ و النَّورْم يضيق مجرى الهواء العلوي، و بالتالي يتسبب في تغيير صوت طفلك ويجعله يجد صعوبة في التنفس. بالرغم من أن الأمر يبدو مخيفاً جداً، إلا أن عدد الأطفال الذين يمرضون حقاً و يحتاجون إلى البقاء في المستشفى هو عدد قليل جداً. مثل العديد من فيروسات البرد والانفلونزا، فإن الخانوق يكون أكثر شيوعاً في فصلي الخريف والشتاء. يعتبر الخانوق مشكلة تنفس شائعة لدى الأطفال الذين تتراوح أعمارهم بين 6 أشهر و 4 سنوات. في نهاية المطاف، قد ينمو الأطفال الصغار بنزعة للإصابة بالخانوق.

الخانوق ينتشر بسهولة

الفيروس الذي يسبب الخانوق ينتشر بسهولة بين الآخرين، وخصوصاً خلال الأيام القليلة الأولى من المرض. و يتم تمرير الفيروس إلى الأشخاص الآخرين عن طريق العطس والسعال، تماماً مثل نزلات البرد. يمكن للبالغين والأطفال الأكبر سناً أن يصابوا بنفس الفيروس. ومع ذلك، فلأن مسالكهم الهوائية أكبر، فإن مرضهم يبدو أشبه بنزلة برد بسيطة.

لمنع الانتشار:

- ابق طفلك في المنزل و لا تأخذه إلى الحضانة أو إلى المدرسة حتى تذهب الحمى و يتوقف السعال اللحائي.
- ابق طفلك المصاب بالخناق بعيداً عن الأطفال الصغار (أقل من شهرين اثنين من العمر) بقدر ما تستطيعين.

متى تطلبين المساعدة

أذهبي إلى أقرب قسم للطوارئ في حالة ما :

- إذا كان طفلك يتنفس باستمرار بأسرع من المعتاد.
- إذا كان طفلك متعباً للغاية لأنه يبذل جهداً لكي يتنفس.
- إذا كنت تسمعين صوت صغير عندما يتنفس طفلك.
- إذا لم يتوقف تنفس طفلك الصاحب حتى بعد 15 دقيقة من إخراجه الى الهواء البارد.

اتصلي على الفور بـ 1-1-9 في حالة ما:

- إذا أصبحت البشرة حول رقبة طفلك و بين أضلاعه أو تحت أضلاعه في حالة "امتصاص" كلما استنشقت طفلك الهواء للتنفس.
- إذا كان طفلك يجد صعوبة بالغة في استنشاق الهواء للتنفس و لم تتمكني من تهدئته في غضون بضع دقائق.
- إذا أصبحت شفتي طفلك أو أصابعه زرقاء أو بنفسجية.
- إذا كان طفلك نعساناً بشكل غير عادي أو أصبح مضطرباً و صعب المزاج.
- إذا كان طفلك يعاني من صعوبة في البلع أو الترويل (سيلان اللعاب).

كيف تَعْتَنِي بِطُفْلِكَ فِي الْبَيْتِ

لأن هذا الالتهاب سببه فيروس، فإن طفلك لا يحتاج للمضادات الحيوية.

معظم الأطفال يمكن العناية بهم في البيت بسهولة. و لا يحتاجون لأي علاج طبي خاص.

عادة ما يتحسن الأطفال خلال يومين إلى 5 أيام. عادة ما يكون السعال اللحائي والتنفس الصاخب أسوأ خلال اليومين أو 3 أيام الأولى، وغالباً ما يكون أسوأ في الليل.

وإليك بعض الطرق لمساعدة طفلك على الشعور بالتحسن:

- ابقِي قَرِيبَةً مِنْ طُفْلِكَ خِلالَ الْيَوْمَيْنِ أَوْ الْثَلَاثَةِ أَيَّامِ الْأُولَى إِلَى أَنْ يَتَوَقَّفَ السَّعَالُ اللَّحَائِي وَالتَّنْفَسُ الصَّاخِبُ. راقبي العلامات التي تخبرك إذا كان طفلك يزداد سوءاً (ارجعي لفقرة " متى تطلبين المساعدة ").

- اعطي طفلك العصير البارد، أو مصاصات العصير المتلجة، أو الثلج المجروش. السوائل الباردة تساعد على تهدئة التهاب الحلق. يحتاج طفلك أيضاً للسوائل لتعويض السوائل المفقودة بسبب الحمى.

- في حالة التهاب الحلق أو الحمى التي تتجاوز 38.5 درجة مئوية (101.3 درجة فهرنهايت)، فعليك أن تُتَناولِي طفلك دواءً للحدّ من الحمى، مثل دواء الاسيتامينوفين (تايلينول أو علامة تجارية أخرى)، أو الإيبوبروفين (أدفيال، أو الموترين، أو علامة تجارية أخرى). إذا لم تكوني متأكدة من كمية الدواء الذي عليك أن تُتَناولِي طفلك، فعليك أن تتحدثي مع الصيدلي.
- الهواء البارد يمكن أن يساعد في معالجة السعال اللحائي والتنفس الصاخب. إذا كان الطقس بارداً، فُلْفِي طفلك بغطاء دافئ، و اخرجي خارج البيت لمدة 10 إلى 15 دقيقة.
- لا تُدَخِّنِي، و لا تسمحي للآخرين بالتدخين قرب طفلك. التدخين يُهَيِّج رنْتِي الطُفْلِ.
- تَحَدَّثِي مع طبيب الأسرة قبل أن تُتَناولِي طفلك أدوية السعال أو أدوية البرد.

لمعرفة المزيد، يستحسن أن تسألِي:

- طبيب أسرتك

- HealthLinkBC

- اتصلي على رقم 1-1-8 (للصّم وضعاف السّمع 1-1-7). يمكنك التحدث إلى ممرضة أو أخصائي التغذية. من أجل الحصول على مترجم فوري، عليك أن تقولي ما هي لغتك باللغة الإنجليزية. انتظري حتى يجيبك مترجم فوري على الهاتف.

- اذهبي على شبكة الانترنت

www.HealthLinkBC.ca