

Croup

خروسک

خروسک چیست؟

خروسک نوعی عفونت گلو، تارهای صوتی و مجرای عبور هوا (نای) میباشد. عامل بیماری خروسک نوعی ویروس است. تورم، قسمتهای فوقانی مجرای عبور هوا را تنگ کرده باعث تغییر صدای کودک شما شده و تنفس را مشکل میکند. با اینکه ترسناک بنظر میاید اما تعداد بسیار کمی از کودکان دچار بیماری جدی شده و در بیمارستان بستری میشوند.

مانند بسیاری از ویروسهای سرما خوردگی و آنفلوآنزا، خروسک بیشتر در فصل های پائیز و زمستان رایج است.

خروسک مشکل تنفسی رایجی در سنین 6 ماهگی تا 4 سالگی است. کودکان کم سن نهایتاً از گرایش به ابتلا به خروسک بیرون میایند.

خروسک براحتی شیوع میابد

ویروس عامل خروسک به آسانی و مخصوصاً در چند روز ابتدای بیماری به دیگران سرایت میکند. این ویروس مانند سرما خوردگی از طریق سرفه و عطسه ب دیگران سرایت میکند.

بزرگسالان و کودکان در سنین بالاتر ممکن است از طریق همین نوع ویروس دچار عفونت شوند. با اینحال بدلیل داشتن مجرای هوای بزرگتر، این بیماری در بزرگسالان بیشتر بشکل سرما خوردگی بروز میکند.

برای پیشگیری از شیوع این بیماری:

- تا زمانیکه تب قطع نشده و سرفه پارس مانند در کودک رو به بهبودی نباشد، او را به مهد کودک یا دبستان نفرستید.
- تا آنجا که میتوانید، کودک مبتلا به خروسک خود را از سایر کودکان کم سن و سال (زیر 2 ماه) دور نگه دارید.

چه وقت کمک بخواهیم

در صورت بروز هر یک از موارد زیر به نزدیکترین بخش اورژانس مراجعه کنید:

- کودک شما دائماً سریعتر از معمول نفس میکشد.
- کودک شما بدلیل تلاش فراوان برای نفس کشیدن، بشدت خسته است.
- بهنگام تنفس کودک صدای خس خس میشنویید.
- تنفس صدا دار کودک شما پس از 15 دقیقه ماندن در هوای خنک بیرون از اطاق برطرف نمیشود.
- در موارد زیر بلافاصله با 1-1-9 تماس بگیرید.
- پوست اطراف گردن و بین یا زیر دنده های کودک شما در هنگام تنفس دم کودک، بطرف داخل "مکیده" میشود.
- کودک شما برای نفس کشیدن تقلا میکند و پس از گذشت چند دقیقه قادر به آرام کردن او نیستید.
- لبها یا انگشتان کودک شما کبود یا بنفش شده است.
- کودک شما بطرز غیر معمولی خواب آلوده یا بهانه گیر و بیقرار شده است.
- کودک شما مشکل قورت دادن دارد یا آب دهانش سرازیر میشود.

- برای تسکین گلو درد یا تب بالای 38.5°C (101.3°F)، از داروهای تب بر مانند استامینوفن (تایلنول یا داروهای مشابه - با مارک فروشگاه ها) یا ایبوپروفن (ادویل، موتزین، یا داروهای مشابه - با مارک فروشگاه ها) استفاده کنید. در صورت عدم اطمینان نسبت به میزان مصرف دارو، از دارو ساز سوال کنید.

- هوای خنک به بهتر شدن سرفه های پارس مانند و تنفس صدا دار کمک میکند. اگر هوا خنک باشد کودک خود را در پوششی گرم بپوشانید و بمدت 10 تا 15 دقیقه او را در هوای بیرون از اطاق نگه دارید.

- در اطراف کودک خود سیگار نکشید و اجازه سیگار کشیدن به دیگران هم ندهید. دود سیگار ریه های کودک را آزار میدهد.

- قبل از دادن داروهای سرما خوردگی و ضد سرفه با پزشک خانوادگی خود مشورت کنید.

برای آگاهی بیشتر خوب است سوال کنید:

- از پزشک خانواده خود
- از هلت لینک بی سی
- با شماره 1-1-8 (شماره 1-1-7 برای کم شنوایان و ناشنوایان) تماس بگیرید. میتوانید با پرستار یا متخصص تغذیه صحبت کنید. برای درخواست مترجم شفاهی، زبان مادری خود را به انگلیسی (Persian یا Farsi) بیان کنید. تا زمان آمدن مترجم شفاهی روی خط تلفن منتظر بمانید.
- به سایت اینترنتی www.healthlinkbc.ca مراجعه کنید.

چگونه از کودک خود در خانه مراقبت کنید

بدلیل آنکه این عفونت توسط ویروس ایجاد میشود، کودک شما نیازی به آنتی بیوتیک ندارد.

بیشتر کودکان را میتوان به آسانی در منزل تحت مراقبت قرار داد. آنها به هیچ نوع درمان پزشکی خاصی نیاز ندارند.

حال کودکان معمولا ظرف 2 تا 5 روز بهتر میشود. سرفه های پارس مانند و تنفس صدا دار معمولا در 2 یا 3 روز اول وغالبا شدها شدیدتر است.

در اینجا چند راهکار برای کمک به بهتر شدن حال کودک شما ارائه میگردد:

- 2 تا 3 روز اول را تا زمانی که سرفه های پارس مانند و تنفس صدادار برطرف نشده است، در کنار کودک بمانید. مراقب علائمی باشید که حاکی از بدتر شدن حال کودک است ("چه وقت کمک بخواهیم" را مطالعه کنید).

- به کودک خود آبمیوه خنک، بستنی یخی یا یخ خرد شده بدهید. مایعات خنک باعث تسکین گلو درد میشوند. همچنین کودک شما برای جبران مایعات از دست رفته بدن بدلیل تب، به مایعات نیاز دارد.