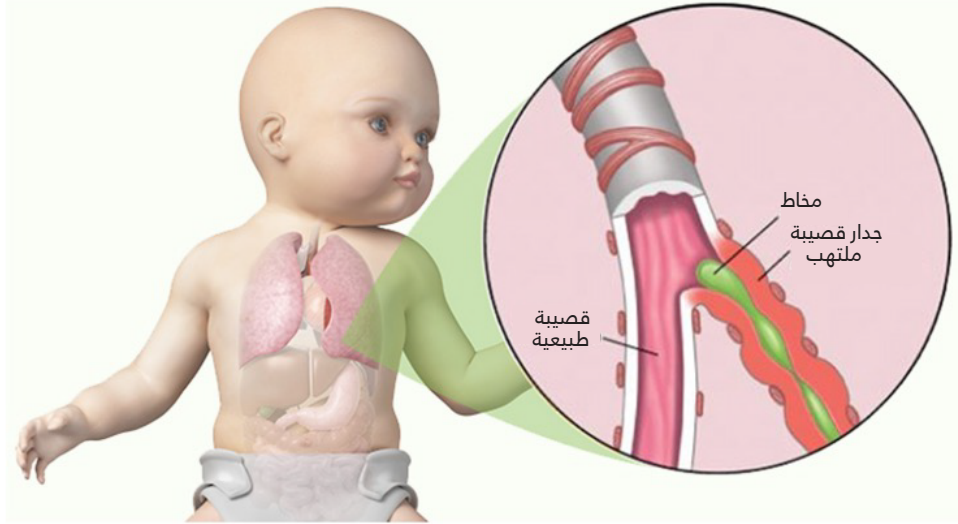


## العناية بطفلك الذي يعاني من التهاب القصيبات



### ما هو التهاب القصيبات؟

التهاب القصيبات هو التهاب المجاري الهوائية الأصغر وأنابيب التنفس في الرئة. وعندما تتأثر هذه الأنابيب، فإنها تتورم وتمتلئ بالمخاط الذي يجعل تنفس طفلك صعبًا. يشيع مرض التهاب القصيبات في الشتاء لدى الرضع الذين تقل أعمارهم عن عام واحد. وهو مرض معدٍ ويمكنه الانتقال من طفلي لآخر.

### ما أسباب التهاب القصيبات؟

السبب الأكثر شيوعًا للإصابة بالتهاب القصيبات هو فيروس يُسمى الفيروس المخلوي التنفسي، لكن يمكن أيضًا أن تتسبب به العديد من الفيروسات الأخرى.

### ما أعراض التهاب القصيبات؟

قد يعاني طفلك من الأعراض الآتية:

- سعال
- أزيز
- صعوبات في التنفس
- حُمى

عادةً ما تزول الحُمى بسرعة ويتحسن التنفس بعد بضعة أيام، لكن السعال يمكن أن يستمر لبضعة أسابيع تصل إلى 6 أسابيع.

## كيف يتم تشخيص التهاب القصيبات؟

سيطرح الطبيب عليك بضعة أسئلة حول صحة طفلك وسيفحصه. لا يلزم عادة إجراء فحص دم وأشعة سينية.

## كيف يُعالج التهاب القصيبات؟

لا يوجد دواء لعلاج التهاب القصيبات. لكن من المفيد وجود علاج داعم للتعامل مع حالة طفلك:

- اعط طفلك باراسيتامول (أي علامة تجارية) أو إيبوبروفين (أي علامة تجارية) لعلاج الحمى وعدم الراحة.
- تجنب الأسبرين لأنه خطير ويمكن أن يسبب مضاعفات خطيرة لطفلك.
- بالنسبة للطفل الذي يعاني من انسداد الأنف، يمكنك المساعدة في إخراج المخاط باستخدام قطرات محلول ملحي (ماء ملحي) عادي.
- تأكد أن طفلك يشرب مياهاً كافية ويواصل التغذية المنتظمة.
- إذا كان طفلك لا يستطيع شرب الكثير في المرة الواحدة، فجرب التغذية بكميات صغيرة ومتكررة.
- تجنب إعطاء أدوية السعال والبرد للأطفال الأصغر من 6 سنوات، لأنها يمكن أن تسبب آثارًا جانبية خطيرة ولا تفيد كثيراً في تحسين الأعراض.

## نصائح للرعاية المنزلية

- أبق طفلك في المنزل ولا تجعله يذهب إلى دار رعاية الطفل أو الحضانة حتى تنتهي الحمى أو سيلان الأنف لمدة 24 ساعة على الأقل.
- لا تسمح لأي شخص بالتدخين حول طفلك، فيمكن أن يتسبب التدخين بجعل طفلك يسعل ويصدر أزيزاً أكثر.

## كيف يمكنني الوقاية من التهاب القصيبات؟

للوقاية من التهاب القصيبات الشديد:

- تأكد أن طفلك يتلقى التطعيمات السنوية ضد فيروسات الأنفلونزا المخصصة للأطفال الأكبر من ستة أشهر.
- إذا وُلد طفلك مبكراً أو كان يعاني من حالة مرضية، فاسأل عن حقنة الفيروس المخلوي التنفسي الخاصة. تُعطى هذه الحقنة في العادة في العضلات مرة في الشهر لمدة خمسة أشهر قبل موسم الفيروس المخلوي التنفسي. لا يقي هذا الدواء من الفيروس المخلوي التنفسي لكن يمكنه جعل التهاب القصيبات أقل حدة إذا أصيب به الطفل.

- غسل أيديهم جيدًا بالماء والصابون لمدة 20 ثانية على الأقل، وشطفها وتجفيفها تمامًا. من المهم القيام بذلك بعد السعال أو العطاس وقبل تناول الطعام أو تحضيره.
- إذا كان الماء والصابون غير متوفرين، يمكن استخدام معقم لليدين يحتوي على كحول بنسبة 60% على الأقل.
- السعال أو العطاس في منديل ورقي أو في مرافقهم أو أعلى الذراعين (ليس أيديهم).

## متى يجب أن أطلب المشورة الطبية؟

اسعَ للحصول على المشورة الطبية إذا:

- استمرّت درجة حرارة طفلك في ارتفاع لمدة تزيد عن 3 أيام.
- كان معدل تنفس طفلك أسرع من المعتاد.
- كنت تشعر أن طفلك ليس بصحة جيدة.
- كان عدد الحفاضات المبللة لطفلك أقل من الطبيعي.

اذهب إلى قسم الطوارئ أو اتصل على الرقم 999 إذا كان طفلك:

- يتوقف عن التنفس.
- يبدو مصابًا بالجفاف وفمه جاف ولزج، ويتبول بوتيرة أقل، ولا تنزل دموعه عندما يبكي.
- يعاني من صعوبة في التنفس.
- متعبًا لدرجة تمنعه من تناول الطعام أو الشراب.
- يبدو شاحبًا وغير نشيط.
- شفثاه أو أصابعه تبدو زرقاء.
- يبدو أكثر مرضًا وأقل نشاطًا.