

Katar u dzieci

Katar to najczęstsza dolegliwość u dzieci. Część rodziców traktuje to jak zło konieczne związane z okresem dzieciństwa, inni przejmują się każdym smarknięciem.



Czy kataru należy się przejmować i co zrobić jak się pojawi ?

U niemowląt zwykły niewielki katar może być problemem, gdyż drogi oddechowe są w tym wieku bardzo wąskie a zatkany nos to problem z karmieniem - dziecko nie może spokojnie ssać, więc ma to przełożenie na stan ogólny dziecka.

Przestrzegam przed zbyt intensywnym oczyszczaniem noska za pomocą gruszki czy specjalnego odkurzacza. Jest to przydatna metoda jeśli katar jest obfity, gęsty. Ale jeśli dominuje zatkany nos - często spowodowany głównie obrzękiem błony śluzowej wąskich przewodów nosowych, odciągając podrażniamy i możemy przyczynić się do zwiększenia tego obrzęku i jeszcze większego zatkania noska.

W takich sytuacjach najlepszą metodą są inhalacje z soli fizjologicznej, nawilżanie noska za pomocą aerosolu z wodą morską, częste pionizowanie dziecka, noszenie (jeśli jest to małe niemowlę) zapewnienie świeżego powietrza, nie przegrzewanie. Jeśli te metody nie pomagają możemy zastosować krople obkurczające śluzówki nosa dostępne na rynku bez recepty (np. nasivin) w stężeniu odpowiednim dla wieku dziecka. Kropelki te (lub aerosol) pomogą w najgorszym okresie - pozwolą jeść i spać we względnym komforcie oraz pomogą zapobiegać powikłaniu kataru czyli zapaleniu

ucha środkowego.

Należy jednak pamiętać, że krople te można stosować krótko do 3 a maksymalnie do 5 dni gdyż dłuższe stosowanie może prowadzić do powikłań pod postacią polekowego nieżyty nosa - bardzo trudnego do leczenia.

Katar u niemowląt jest zwykle skutkiem kontaktu z dziećmi uczęszczającymi do żłobka lub przedszkola, które często chorują. Warto o tym pamiętać i starać się izolować dzieci, gdyż katar u niemowlęcia może mieć poważniejsze konsekwencje niż u starszych dzieci, trudniej jest też leczyć, bo niewiele leków w tym wieku można bezpiecznie stosować.

Z chwilą pójścia do przedszkola katar zaczyna być coraz częstszą dolegliwością. Jeśli nie towarzyszą temu inne niepokojące objawy, a przebieg jest łagodny i trwa do około tygodnia, możemy się specjalnie nie przejmować.

Jeśli jednak jest obfity, długotrwały, zielony, towarzyszy mu kaszel szczególnie rano i wieczorem po położeniu - może świadczyć o przewlekłym zapaleniu zatok i wymaga leczenia oraz diagnostyki.

Częstym powikłaniem takiego przewlekłego kataru jest przewlekłe wysiękowe zapalenie uszu. Takiemu zapaleniu nie towarzyszy ból ani gorączka, dziecko może natomiast gorzej słyszeć co nie zawsze jest zauważone przez rodziców, a może powodować powikłania uszne oraz źle wpływa na rozwój intelektualny dziecka tak intensywny w tym wieku.

Przewlekły katar często prowadzi również do przerostu 3-go migdała .

Przyczyną przewlekłego kataru mogą być infekcje (tu przypominam o konieczności szczepień dzieci również szczepionkami zalecanymi, których nie ma w kalendarzu obowiązkowym), ale może to być spowodowane również alergią z którą w obecnych czasach spotykamy się bardzo często.

Rodzice często pytają jak odróżnić katar alergiczny od infekcyjnego. Poza oczywistymi przypadkami gdy w czasie intensywnego pylenia uczulającej dziecko rośliny dochodzi do obfitego kichania, wodnistego wycieku z nosa oraz świądu nosa i oczu, nie jest to takie proste. Często obie przyczyny nakładają się na siebie powodując częsty katar infekcyjny u alergika, który ma przewlekłe śluzówki w stanie zapalnym (alergicznym) i gorzej broni się w związku z tym przed infekcjami.

Szczególnie dotyczy to przewlekłego alergicznego nieżyty nosa spowodowanego przez roztocza kurzu domowego - objawiającego się przewlekłe zatkanym nosem.

Podsumowując, jeśli dziecko ma « wieczny » katar, wymaga koniecznie wizyty u laryngologa i oceny uszu i 3-go migdała. Jeśli podejrzewamy, że przyczyną może być alergia - wykonanie testów u alergologa jest bardzo pomocne w ustaleniu odpowiedniego leczenia.

Najważniejsza jest jednak odpowiednia pielęgnacja, niezbyt wczesna kolektywizacja (chyba, że życie nas do tego zmusza), szczepienia, odpowiednie żywienie i hartowanie

- dużo przebywania na świeżym powietrzu niezależnie od pogody. Dzieci z alergią należy odpowiednio leczyć, bardzo skuteczne jest odczulanie (oczywiście u dzieci które się do tej metody leczenia kwalifikują). Leczenie przewlekłego nieżyty nosa jest profilaktyką rozwoju astmy.

Dr n.med Anna Wójtowicz, specjalista pediatra-alergolog

Zamieszczone teksty stanowią własność intelektualną autorów, tym samym nie mogą być wykorzystywane w całości lub w części bez zgody autorów.