

## کودکان در تابستان!

آیا با کودکان در رخصتی به استراحت ویلایی ویا در جنوب در سفر میبایستید؟ در سفر حادثه و اتفاق پیش میآید! بیاد داشته باشید دوا خانه سفری که در آن دوا های لازمی است و دیگر ضروریات را با خود بگیرید. تاثیر دوا ها برای کودکان نسبت به سن ووزن شان میباشد. اکثراً کودکان 12ساله مانند بزرگسالان دوا میگیرند. در پایین در باره مریضی های معمولی که کودکان در تابستان به آن مبتلا میشوند نوشته شده است.

### حساسیت

به علایم حساسیت همه آشنا اند: آب بینی، خارش، سوزش چشم و عطسه زدن. برای تسکین این علایم آماده گی خودی کمک مینماید، و برای حساسیت دوا های مختلف وجود دارد. کارکنان دوا خانه ها مشوره میدهند که کدام دوا به کودکان لازم میباشد. برای حساسیت خارش پوست **hydrokortisonivoide** مفید است. و همچنان کریم های معمولی در دفع حساسیت کمک مینماید.

### آفتاب

جای کودکان در وسط روز زیر آفتاب نمیباشد. زیرا پوست کودکان نازک است و موقع گرفتن آفتاب را باید در نظر داشت. سر کودکان باید پوشیده باشد، پیراهن نیم قوله، عینک ضد آفتاب و کریم قوی محافظ آفتاب لازمی است. کریم محافظ آفتاب در یک روز چند بار استعمال میگردد. در دوا خانه ها انواع دوا ها برای پوست عرضه میگردد، که در میان آنها برای کودکان دوا های لازمی وجود دارد.

### زخم ها

زخمها را باید همواره بزودی و با توجه بیشتر در تابستان مراقبت نمود. زخم خورد در تابستان اگر خوب پاک نشود التهاب مینماید. زخم را با آب پاک باید شستشو نمود. چرک های زخم را باید برطرف نمود و زخم را باید با مواد پاک کننده مانند **Septidin** تمیز نمود. از دواخانه پلستر پوست **Hansaplast** و **Nexcare** و چند گزینه دیگر هم وجود دارد. زخم هاییکه باز استند با پلستر زخم بنام **3M Steri Strip** باید بسته گردد و اگر زخم عمیق باشد بهتر است نزد داکتر رفت تا دوخته شود. از پلستر **Compeed** برای بستن آبله و خراشیده گی به ساده گی میتوان استفاده کرد.

### پوست

در اثر آب بازی، سونا و تابش آفتاب پوست کودکان به آسانی خشک میشود. کریم ها برای نورمال ساختن پوست خشک شده وجود دارد. **Decubal** برای هر نوع خشکی بوده و **Bepanthol lotion** کریمی است که بعد از اینکه کودکان آفتاب میگیرند استفاده میگردد. در شروع تابستان در موقع بازی کودکان را پشه اذیت میکند. برای گزیدن پشه خوب است و نیز کریم های **Hydrocortison** و **Pantyson** توصیه میشود. و برای اینکه پشه ها به کودکان بالای سه سال نزدیک نشوند **Hyt-tys-ässä** مناسب میباشد.

### تب و درد

درد کودکان باید جدی در نظر گرفته شود. سر دردی اکثراً بر ای همه سنین وجود داشته میباشد. در صورتیکه درد بیشتر باشد تابلیت پرستامول طبق هدایت داده میشود. در صورت ادامه درد به داکتر مراجعه شود. اگر اندازه گرمای بدن کودک **37.5** باشد به این معنی است که تب دارد. برای کودک تب علامه التهاب است که باعث التهاب در نفس کشیدن میشود. در جریان تب داشتن تماس با بدن کودک باعث اذیت وی میگردد. اگر تب بیشتر از سه روز دوام کنده ناراحتی کودک بیشتر باشد باید نزد داکتر برده شود. دوا ی اولی برای کودک پرستامول **pamol F** یا **Panadol** میباشد که به شکل تابلیت استند نوع شربت و استفاده دوا از راه مقعدیه اساس وزن کودک توصیه میگردد. وقتیکه کودک تب دارد باید پنجره ها را باز گذاشت و لباس نازک به تن آنها نمود.

## سرما خورده گی

در کودکان زیر سه ماه اسهال به ندرت دیده میشود این گونه کودک اسهال شده نزد داکتر برده شود. برای کودکان اسهال معمولی میباشد در موقع اسهال به کودکان مایع بیشتر داده شود. اگر استفراغ و اسهال توام باشد خطر جدی کودک را تهدید مینماید. نوشاندن پودر **Osmosal** آب بدن کودک را به حالت اولی برمیگرداند. همچنین باکتری اسید شیری هم میتواند اسهال را کاهش دهد. **Reladrops** قطره برای کودکان خوب است که از باکتری اسید شیری تهیه شده است. کپسول و تابلیت **Relatabs**, همچنان **Idoform, Biophilus** و **PanAsido** برای کودکان توصیه شده است.

## مسمومیت

**Carbomix** - پودریست که که در آب حل میشود و برای مسمومیت توصیه شده و تابلیت آن موثر میباشد. در صورت مسموم شدن با مرکز مسمومیت در ارتباط شوید و شماره تلیفون مرکز مسمومیت که **09471977** است در موبایل خود آنرا ثبت نمایید.

ماخذ: دواخانه سه پله, ماه جون 07, صفحه 2. نشر شده با اجازه رئیس دواخانه کایا تورمن لوالا.