

Katar u dzieci

Katar to najczęstsza dolegliwość u dzieci. Często rodziców traktuje to jak coś 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, gdy 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 jeżeli katar jest obfity, gęsty. Ale jeżeli dominuje zatkany nos – często spowodowany głównie obrzękiem błony śluzowej w ściankach przewodów nosowych, odciążając 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 aerozolu z wodą morską, częste pionizowanie dziecka, noszenie (jeżeli jest to możliwe niemowlę) zapewnienie świeżego powietrza, nie przegrzewanie. Jeżeli te metody nie pomagają możemy zastosować krople obkurczające śluzówki nosa dostępne na rynku bez recepty (np. nasivin) w stosownym odpowiednim dla wieku dziecka. Kropelki te (lub aerosol) pomogą w najgorszym okresie – pozwolą jeść i spać we względnie wygodnym 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 gdy dłuższe stosowanie może prowadzić do powikłań pod postacią polekowego nieżytu nosa – bardzo trudnego do leczenia.

Katar u niemowląt jest zwykle skutkiem kontaktu z dziećmi uczyszczającymi do żłobka lub przedszkola, które często chorują. Warto o tym pamiętać i starać się izolować dzieci, gdy 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 powrotu do przedszkola katar zaczyna być coraz częściej dolegliwością. Jeżeli nie towarzyszą temu inne niepokojące objawy, a przebieg jest łagodny i trwa do około tygodnia, możemy się specjalnie nie przejmować.

Jeżeli jednak jest obfity, długotrwały, zielony, towarzyszy mu kaszel szczególnie rano i wieczorem po przebudzeniu – 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 śpić co nie zawsze jest zauważone przez rodziców, a może powodować powikłania uszne oraz może wpływać 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 swędzącego nosa i oczu, nie jest to takie proste. Często obie przyczyny nakładają się na siebie powodując częsty katar infekcyjny u alergika, który ma przewlekłe łuzówki w stanie zapalnym (alergicznym) i gorzej broni się w związku z tym przed infekcjami.

Szczególnie dotyczy to przewlekłego alergicznego nieżytu nosa spowodowanego przez roztocza kurzu domowego – objawiającego się przewlekłym zatkaniem nosem.

Podsumowując, jeżeli dziecko ma « wieczny » katar, wymaga koniecznie wizyty u laryngologa i oceny uszu i 3-go migdała. Jeżeli 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 nieżytu nosa jest profilaktyką rozwoju astmy.

Dr n.med Anna Wójtowicz, specjalista pediatra-alerlog

**Zamieszczone teksty stanowi? własno?? intelektualn? autorów, tym samym nie mog? by?
wykorzystywane w ca?o?ci lub w cz??ci bez zgody autorów.**