

اقداماتی که شما می توانید برای کمک به کودک انجام دهید :

- اگر کودک از سردرد یا تب شاکی است می توانید از شربت استامینوفن طبق دستور پزشک استفاده کنید
- برای رفع علائم سینوزیت از بخور آب گرم استفاده کنید اتاق کودک را بیش از اندازه گرم نکنید.
- سعی کنید هوای اتاق کودک خنک و مرطوب باشد زیرا هوای خشک علائم سینوزیت را بدتر می کند.
- از رفتن به هوای سرد و مرطوب پرهیز شود.
- پیشگیری از ابتلا به عفونت های دستگاه تنفس فوقانی : حداقل تماس با افراد سرماخورده، شستن مرتب دست ها با آب و صابون خصوصاً قبل از غذا، پوشیدن دستکش توسط مراقبین بهداشتی .
- درمان دقیق حساسیت و آلرژی: علائم حساسیت می بایست زیر نظر پزشک به بهترین نحو کنترل گردد .
- با سرم نمکی یا اب نمک رقیق شده گرم، روزانه چند بار غرغره انجام شود.

- هر چهار ساعت یکبار حفره های بینی شسته شده و ترشحات آن خارج گردد .
- دریافت واکسن آنفولانزا برای جلوگیری از ابتلا به آنفولانزا طبق دستور
- مایعات فراوان به کودک دهید.

کنترل محیطی حساسیت زاها

کرده های گیاهان:

در فصول مربوطه سعی نمایید پنجره های خانه و اتومبیل بسته باشد و از هوای تهویه استفاده شود. پس از فعالیت خارج خانه دوش گرفته شود و در صورتی که قصد دارید در حیاط خانه کار کنید از ماسک استفاده شود،

حیوانات خانگی :

خود عامل تولید آلرژن های حساسیت زا هستند. گاهی پس از بیرون بردن این حیوانات و تمیز کردن خانه، آلرژن های این حیوانات ماه ها باقی می مانند.

دخانیات :

دود سیگار و قلیان میتوانند سبب تحریک دیواره سینوس ها و انسداد مسیر آن به بینی شوند.

بسمه تعالی

بیمارستان شهداء بناب

سینوزیت

تهیه و تنظیم :

معصومه رضایی

کارشناس پرستاری (سوپروایزر آموزش سلامت)

منبع :

بیماریهای کودکان

تهیه : مرداد ۱۳۹۸

بازنگری : فروردین ۱۴۰۲

تعریف :

سینوسهای اطفال تا سن نوجوانی بطور کامل تکامل نمی یابند. ولی با اینحال سینوسهای فک بالا (در پشت گونه ها) و غربالی (مابین دو چشم) در زمان تولد، به اندازه بسیار کوچک وجود دارند. برخالف بالغین تشخیص سینوزیت اطفال مشکل می باشد، زیرا علائم بسیار غیر اختصاصی بوده و علل آن نیز پیچیده است .

علائم :

- سرماخوردگی که بیش از ۱۰ تا ۱۴ روز طول بکشد و گاهی همراه با تب پائین باشد.
- ترشحات بینی زرد مایل به سبز و زیاد.
- وجود ترشحات در ته حلق که می تواند بصورت گلودرد، سرفه ، تنفس مشکل ، تهوع و یا استفراغ خود را نشان دهد. ناآرامی
- خستگی
- تورم اطراف چشمها.

درمان سینوزیت :

سینوزیت حاد:

در این موارد اکثر کودکان به خوبی به آنتی بیوتیکها پاسخ می دهند. استفاده از مواد ضد احتقانی بصورت کوتاه مدت نیز می تواند تا حدی علائم را کاهش دهد. استفاده از قطره آب نمک نیز سبب بهبود عملکرد ترشحات مخاط می شود. اگر کودک مبتلا به سینوزیت حاد باشد معمولاً در طی چند روز اول علائم بهبود می یابد. حتی در صورت بهبودی قابل ملاحظه علائم، باید درمان بطور کامل گرفته شود. اگر حساسیت سبب القای سینوزیت شده باشد، ممکن است از داروهای دیگری نیز استفاده شود.

سینوزیت مزمن :

اگر کودک به یک یا چند علامت سینوزیت برای حداقل ۱۲ هفته مبتلا باشد ممکن است به سینوزیت مزمن مبتلا شده باشد. وجود سینوزیت مزمن یا تکرار سینوزیت حاد به میزان ۱ تا ۶ بار در سال، حالتی است که باید حتماً به پزشک مراجعه شود. در این موارد متخصص ممکن است از روشهای دارویی یا

جراحی جهت درمان استفاده کند.

تشخیص سینوزیت :

در زمان مراجعه به پزشک، وی بطور کامل بینی، گوش و حلق کودک شما را معاینه خواهد کرد و معمولاً از طریق اخذ شرح حال و انجام معاینات تشخیصی ممکن می شود. گاهی نیز ممکن است از ابزار خاصی جهت معاینه استفاده شود .
بعلاوه جهت ارزیابی علت بروز سینوزیت ممکن است عکسبرداری یا سی تی اسکن نیز درخواست شود.

درمان :

بلافاصله بعد از تشخیص، در صورت شروع دوره درمانی با آنتی بیوتیک، بیماری به خوبی قابل درمان خواهد بود. اگر درمان با داروها به خوبی پاسخ نداد، می توان از روشهای جراحی بعنوان یک روش مطمئن و کارا ، استفاده کرد .