



GAZETA ŻŁOBKOWA

NR 10 / 2025

Rodzicu!!!:

- Proszę zostaw swoje dziecko w domu, jeśli zauważysz u niego poniższe objawy.
- Dbaj o dziecko i pamiętaj też o innych dzieciach, które wróciły po długiej chorobie osłabione.
- Dbaj o dziecko i pamiętaj o zdrowiu opiekunek, które oddają całe serce w swoją pracę, a ich nieobecność i brak w pracy odczuwają wszystkie dzieci oraz rodzice.





Drodzy Rodzice,

rozpoczynamy kolejny miesiąc naszej żłobkowej przygody. Miesiąc, który przyniesie nam też wiele wyzwań, nowych aktywności i ciekawych zajęć. To też miesiąc, w którym słońce przeplata się z deszczem a ciepło z zimnem. Jesień jest piękną porą roku mieniącą się zapierającymi dech w piersiach kolorami ale to też czas wzmożonej liczby infekcji, przeziębień i zachorowań. Dlatego bardzo prosimy o stosowny ubiór i obuwie dla dzieci.

Wraz ze zmianą pory roku wraca temat obowiązku spoczywającego na rodzicu – obowiązku przyprowadzania dziecka zdrowego do placówki. Proszę zaoszczędźmy sobie przepychanek słownych, niepotrzebnych złych emocji i zdenerwowania. Konsekwentnie będziemy przestrzegać zasady, że w żłobku przebywają zdrowe dzieci i jak tylko pojawią się jakieś niepokojące symptomy będziemy dzwonić z informacją o odebraniu dziecka z placówki!.

Elżbieta Orzechowska – Filipczyk
Dyrektor Żłobka Miejskiego
w Jaworznie

„Katar alergiczny a wirusowy u małego dziecka”

Katar u dzieci jest niezwykle pospolitą i często występującą dolegliwością. Katarem nazywamy stan, kiedy na skutek zapalenia błona śluzowa nosa produkuje w nadmiernych ilościach wydzielinę. Może być ona wodnista, przezroczysta, śluzowa jak w infekcjach o etiologii wirusowej, alergicznej albo ropna: gęstsza, żółto - zielona, zasychająca jak przy zakażeniu bakteryjnym. Wydzielina może wydostawać się z jamy nosa, ale również spływać po tylnej ścianie gardła, podrażniając je i wywołując kaszel. Katar u dzieci objawia się również uczuciem zatkania nosa, osłabieniem węchu, dolegliwościami bólowymi głowy. U dzieci ostry nieżyt nosa pojawia się najczęściej z powodu infekcji wirusowej, czyli przeziębienia, które bardzo łatwo rozprzestrzenia się drogą kropelkową (zwłaszcza wśród małych dzieci, które nie posiadają jeszcze nawyku zasłaniania ust w trakcie kichania czy kaszlu i rzadko myją ręce). Występuje również w obrazie klinicznym grypy, zapalenia gardła i oskrzeli, często poprzedza zapalenie ucha środkowego.

Katar alergiczny.

Alergiczny nieżyt nosa bywa chorobą sezonową, dlatego zwykle pojawia się o tej samej porze roku. Katar, objaw alergii, jest skutkiem nadwrażliwej reakcji układu immunologicznego dziecka na kontakt z alergenem. Układ odpornościowy maluszka zaczyna zwalczać alergen, co jest przyczyną powstania stanu zapalnego i pojawienia się objawów alergii, np. kataru.





Objawy kataru alergicznego: obfita, przezroczysta, „kapiąca z nosa” wydzielina, brak wydzieliny przy jednoczesnym zatkanym nosie, świąd nosa, możliwy obrzęk powiek i swędzenie oczu, łzawienie, drapanie w gardle, napadowe kichanie, możliwe zmiany skórne, wysypka.

Leczenie kataru o podłożu alergicznym.

Leczenie alergii jest trudne. Najlepszym sposobem walki z alergią jest wyeliminowanie alergenu ze środowiska, w którym przebywa chory. Nieleczony katar może prowadzić do powikłań takich jak astma oskrzelowa czy przerost trzeciego migdałka. Konsekwencją przerostu migdałka może być niedosłuch. Jeśli podejrzewasz u swojego dziecka katar alergiczny, koniecznie skonsultuj się z lekarzem. Zleci on odpowiednie postępowanie i leczenie.

Katar wirusowy.

To również zapalenie błony śluzowej nosa, ale o podłożu wirusowym. Jeśli malec ma zatkaną nos, a w dodatku lekko podwyższoną temperaturę to znaczy, że prawdopodobnie boryka się z infekcją górnych dróg oddechowych. Katar o podłożu wirusowym, przenosi się drogą kropelkową i łatwo się nim zarazić. Jeżeli ktoś z rodziny miał kontakt z chorym, z dużym prawdopodobieństwem zaraził nie tylko siebie, ale i resztę domowników.

Objawy kataru wirusowego: początkowo wodnista, a następnie gęsta wydzielina utrudniająca oddychanie, ból i drapanie w gardle, kichanie, kaszel, możliwa gorączka, żółty lub zielony kolor wydzieliny z nosa świadczy również o infekcji wirusowej lub bakteryjnej.

Ropna wydzielina z nosa to jasny sygnał, że nasz organizm walczy z zakażeniem. Pamiętajmy, że wbrew obiegowym opiniom nie jesteśmy w stanie rozróżnić, który kolor oznacza zakażenie bakteriami, a który wirusami. Zmiana barwy z żółtej na zieloną to naturalny proces przebiegu infekcji i wiąże się z komórkami usuwającymi stan zapalny. Jednak niezależnie od przyczyny kataru, warto sięgnąć po niewysuszające śluzówki krople do nosa.

Jeśli twój malec się przeziębził nie bagatelizuj objawów. Bo chociaż katar nie jest groźną chorobą prowadzi do nieprzyjemnych powikłań. Wydzielina spływająca po ścianie gardła może doprowadzić do infekcji uszu.

Leczenie kataru o podłożu wirusowym:

- ✓ Oczyszczaj nos malca. Niemowlak, który ssie pierś nie poradzi sobie, jeśli przed przystawieniem nie pomożesz mu opróżnić noska. Użyj do tego soli fizjologicznej lub wody morskiej i aspiratora.
- ✓ Nawilżaj pomieszczenie, w którym śpi. Suche powietrze dodatkowo wysusza śluzówkę nosa. Możesz rozwiesić w sypialni mokre ręczniki lub użyć nawilżacza powietrza.
- ✓ Układaj dziecko na brzuszku. W tej pozycji łatwiej mu będzie oddychać.





- ✓ Unieś materac w łóżeczku dziecka. Układając go na płasko, ale w ten sposób, aby główka była wyżej niż reszta ciała, ułatwisz mu oddychanie w trakcie snu.
- ✓ Podawaj płyny. Zakatarzone dziecko musi dużo pić.
- ✓ Skonsultuj niepokojące objawy z pediatrą.

W przypadku przedłużającego się wirusowego nieżytu nosa, u chorych ze zmniejszoną odpornością może dojść do nadkażenia bakteriami. Jeżeli katar długo się utrzymuje, wydzielina w przewodach nosowych zmienia się w ropną, o nieprzyjemnym zapachu, koniecznie idźcie do lekarza. W przypadku wystąpienia takich objawów czasem niezbędne jest podanie antybiotyku.

WAŻNE: W żadnym wypadku nie wolno podawać dzieciom preparatów dla dorosłych, ponieważ są one zbyt silne i mogą uszkodzić śluzówkę! Najlepiej jest poradzić się lekarza lub farmaceuty, który pomoże w doborze odpowiedniego środka.

Katar nie jest przeciwwskazaniem do spacerów. Jeśli maluch nie ma gorączki warto wziąć go na spacer. Zimne powietrze obkurcza błonę śluzową i ułatwia oddychanie przez nos, dlatego nie rezygnuj ze spacerów nawet w chłodniejsze dni.

Przeziębienia u dzieci występują nawet kilkanaście razy w roku. To całkowicie normalne zjawisko – dzięki temu delikatny organizm dziecka „hartuje” się, a przyszłe infekcje przebiegają łagodniej. Co innego w przypadku, gdy przeziębienie zamieni się w zapalenie oskrzeli lub zatok.

Nie powinno się wysyłać dziecka do żłobka, gdy:

- Cierpi na nieustanny, uporczywy kaszel.
- Nie ma apetytu.
- Gorączkuje powyżej 37,5 stopni.
- Jest ospały i nie ma siły na zabawę.
- Katarowi towarzyszą inne objawy, uniemożliwiające prawidłowe funkcjonowanie.
- Jest widocznie osłabione.

Ponadto zabawa z katarą to żadna frajda. Przy rozważaniu wszelkich za i przeciw należy zwrócić szczególną uwagę na to, że nie każde dziecko w wieku żłobkowym umie samodzielnie wydymać nos w chusteczkę. Co prawda zawsze można liczyć na pomoc pani opiekunki, jednak ciągłe wycieranie noska jest mało komfortowe – zarówno dla opiekuna, jak i malucha. Ponadto, jeżeli flegma jest rzadka i wycieka z noska, może pobrudzić zabawki, a wtedy inne dzieci będą miały z nią bezpośredni kontakt.

