



Sadržaj

Kada moje dijete mora ići liječniku?	2
Kašalj	2
bolovi u trbuhu	4
Proljev	5
Vrućica	8
Grlobolja	11



Kada moje dijete mora ići liječniku?

Kašalj

Moje dijete ima kašalj

Djeca često kašlju.

Kašalj je obično bezopasan.

Ali to može biti stres za vaše dijete.

Mnogi se roditelji pitaju:

- Zašto moje dijete ima kašalj?
- Kako mogu pomoći svom djetetu protiv kašlja?
- Kada moje dijete mora ići liječniku ako ima kašalj?

Prehlada

Vaše dijete ima kašalj i curenje nosa, ali nema temperaturu?

Vjerojatno je obična prehlada.

Kad ste prehladeni, sluz iz nosa često teče u grlo.

To je loš osjećaj. Zato kašljemo.

Ali kašalj je važan.

Kad kašljemo, sluz izlazi.

Ovo je dobro da brzo ozdravimo.

Pomoć kod prehlade

Djeca obično ne trebaju lijekove kada su prehladena.

Ne morate ići ni liječniku.

Kašalj često nestane sam od sebe nakon nekoliko dana.

Kako bi se vaše dijete osjećalo bolje, možete, na primjer:

- Dopustite djetetu da se odmori.
- Često dajte djetetu nešto za piće. Najbolji je mlak čaj, po mogućnosti s malo meda, ali samo ako je vaše dijete starije od godinu dana. Djeca mlađa od godinu dana ne smiju jesti med.
- Ne pušite u blizini djeteta.

Kada moje dijete mora ići liječniku zbog kašlja?

Ponekad vaše dijete nije samo prehladeno.

Kašalj se javlja i kod drugih bolesti.

Morate otići u ordinaciju ako:

- Vaše dijete ima visoku temperaturu (preko 39 stupnjeva).
- Vaše dijete ima poteškoća s disanjem.
- Vaše dijete ne može spavati noću zbog kašlja.

- Vaše dijete proizvodi zvižduće zvukove dok diše.
- kašalj traje dulje od 2 tjedna i vaše dijete jako kašlje nekoliko puta na sat.
- kašalj zvuči drugačije nego inače. Na primjer: Kašalj vašeg djeteta zvuči kao lavež.

Liječnik provjerava je li vaše dijete samo prehladeno ili ima neku drugu bolest.

Na primjer, to može biti "bronhitis".

Ili "upala pluća".

Ili "bolesti pseudokrupa".

Tada će vašem djetetu možda trebati lijek.

Vaš liječnik će vam reći što trebate učiniti.

bronhitis

Kod "bronhitisa" "bronhi" su upaljeni.

Bronhi se nalaze u prsima i prenose zrak u pluća.

Kada imate bronhitis, sluz se nakuplja i iskašljava.

Ponekad djeca imaju i bronhitis kad su prehladena.

Gutljaj

Može se dogoditi da vaše dijete iznenada snažno kašlje, a samo nekoliko minuta prije toga je bilo potpuno zdravo.

Možda je vaše dijete nešto progutalo.

Na primjer kikiriki, jer ih mala djeca lako progutaju.

Ovo je opasno! Opasnost! hitno!

Odmah nazovite hitnu pomoć! Broj telefona je: **112**.

Ako imate malo dijete, ne smijete imati kikiriki kod kuće!

"Kronični" kašalj

Neka djeca imaju kašalj jako dugo.

Na primjer: kašalj traje nekoliko tjedana.

Kaže se da je kašalj "kroničan".

Kronični kašalj često je "suh".

To znači: Dijete ne iskašljava sluz.

Zatim biste trebali otići u liječničku ordinaciju sa svojim djetetom i razgovarati o tome što možete učiniti.

Važno

Ako vaše dijete ima kašalj, vi i drugi ne biste trebali pušiti kada je vaše dijete u blizini.

Čak i ako dijete nije tu, u apartmanu nije dozvoljeno pušenje.

Pušenje je loše za vaše dijete.

To može pogoršati kašalj.

Letak na temu:



- [Kašalj / Öksürük \[Informativni letak na njemačkom / turskom, PDF\]](#)
- [Kašalj / لاعس \[Informativni letak na njemačkom / arapskom\], PDF\]](#)

bolovi u trbuhu

Moje dijete ima bolove u trbuhu

Djeca često kažu: Boli me trbuh. Mnogi se roditelji pitaju:

- Zašto moje dijete boli trbuh?
- Kako mogu pomoći svom djetetu s bolovima u trbuhu?
- Kada dijete moram odvesti u ordinaciju?

To ćemo vam objasniti.

Zašto moje dijete boli trbuh?

Ponekad je teško pronaći razlog bolova u želucu.
Neka djeca imaju bolove u trbuhu kada su uzbuđena.
Ali i bolesti mogu uzrokovati bolove u želucu.

Možda vaše dijete ima:

- "gastrointestinalna infekcija". Ovo je uobičajena bolest. Ako vaše dijete ima gastrointestinalnu infekciju, često ima proljev.
Možda mora i povratiti.
- Zatvor. To znači: dijete ne može "odraštati" na WC školjki. Kada je "veliko", često je teško i bolno. Može pomoći ako vaše dijete jede puno voća, povrća i kruha od cjelovitih žitarica. Ako ne, idite u ordinaciju.
- "sindrom iritabilnog crijeva". Tada su crijeva vašeg djeteta osjetljiva. Pomaže mnogoj djeci sa "sindromom iritabilnog crijeva" ako se nauče bolje opustiti.
- "alergija" ili "intolerancija". Tada vaše dijete ne može tolerirati određenu hranu. Posavjetujte se s liječnikom prije nego što izostavite pojedine namirnice.
- "kronična crijeva bolest". To su bolesti u crijevima koje traju jako dugo. Ponekad traju cijeli život. Pitajte liječnika.
- "upala". Upala znači: tijelo reagira. Na primjer na viruse ili bakterije. Upala može biti npr. u crijevu ili slijepom crijevu. Ili u mjehuru. Pitajte svog liječnika.

Kako mogu pomoći svom djetetu s bolovima u trbuhu?

Evo kako možete pomoći svom djetetu:

- Mirno razgovarajte sa svojim djetetom.
- Dopustite djetetu da se odmori.
- Zagrijte želudac. Na primjer, postoje jastuci koje možete učiniti toplima.
- Dajte djetetu nešto toplo za piće.
- Pazite koliko često vaše dijete ide na WC.
- Promatrajte da li vaše dijete ima proljev.



Bolovi u trbuhu često nestaju sami nakon kratkog vremena.
Nemojte davati nikakve lijekove protiv bolova bez razgovora s liječnikom.

Kada moje dijete mora ići liječniku?

Odvedite dijete u liječničku ordinaciju ako ste zabrinuti.
Morate posjetiti liječnika ako:

vaše bebe ili malog djeteta

- je vrlo tih i više ga ništa ne zanima.
- izgleda bolesno i blijedo.
- zelene bljuvotine.
- ima krvi u pelenama.
- ima visoku temperaturu (iznad 39°C).

svoje dijete

- ima vrlo jake bolove u trbuhu.
- ima dugotrajne bolove u trbuhu.
- otišla na wc, ali bolovi u trbuhu nisu se smanjili.
- Ima bolove u donjem desnom dijelu trbuha.
- Ima bol negdje drugdje osim u blizini pupka.
- bolovi u trbuhu se vraćaju dugo vremena.
- budi se noću zbog bolova u trbuhu.
- jako se znoji i kaže da je bol poput grča ili vala.
- ima problema s mokrenjem.
- ima proljev nekoliko tjedana zaredom.
- uvijek ima proljev.
- Ima krvi u proljevu ili povraćanju.
- gubi na težini ili se prestaje debljati. Ili više ne raste.
- često ima temperaturu.

Letak na temu:

- [Bolovi u trbuhu / Karnim ağrıyör \[Informativni letak na njemačkom / turskom, PDF\]](#)
- [Bolovi u trbuhu / نطبل الجالآ \[Informativni letak na njemačkom / arapskom, PDF\]](#)

Proljev

Moje dijete ima proljev

Djeca ponekad imaju proljev.

"Stolica" je mekana i fluidna. Doktori kažu "stolica" kad ljudi "odrastu".

Kad imate proljev, stolica također smrdi.

Tada djeca često moraju ići na wc, ili im je pelena često puna.



Ponekad vaše dijete također može povraćati ("povraćati").
Proljev obično nestaje nakon dva ili tri dana.

Mnogi se roditelji pitaju:

- Zašto moje dijete ima proljev?
- Kako mogu pomoći svom djetetu s proljevom?
- Kada moje dijete mora ići u liječničku ordinaciju s proljevom?
- Mogu li zaštititi svoje dijete od proljeva?

Zašto moje dijete ima proljev?

Proljev obično dolazi od "virusa", ponekad "bakterija".

Virusi i bakterije su patogeni.

Također se kaže: Dijete ima "gastrointestinalnu infekciju".

Virusi i bakterije su zarazni. To znači da se i drugi ljudi mogu razboljeti.

Djeca s proljevom stoga ne bi trebala ići u vrtić ili školu.

Postoje i drugi razlozi za proljev.

Na primjer: u hrani mogu biti uzročnici bolesti.

Na primjer u sirovom mesu ili jajima.

Ili: Dijete ne podnosi određenu hranu.

Ako mislite da vaše dijete ima proljev od jela, razgovarajte s liječnikom.

Kako mogu pomoći svom djetetu s proljevom?

Ako imate proljev, dijete se mora odmarati.

Tijelo gubi puno vode i soli, što može biti opasno.

Posebno za bebe i malu djecu.

Vaše dijete treba puno piti.

To znači da tijelo gubi manje soli i vode.

Ovo je važno!

Ponekad djeci treba posebno piće.

Napitak se zove: "Otopina glukoze elektrolita".

Liječnik vam može dati recept za piće.

Onda ga možete nabaviti u apoteci.

Piće dolazi u malim pakiranjima s prahom.

Pomiješajte prah s vodom.

Na pakiranju je navedeno koliko vode trebate uzeti.

Na paketu vam je također navedeno koliko je napitka potrebno vašem djetetu.

Napitak možete davati i na žlicu.

Mnogi ljudi vjeruju da ako imate proljev morate jesti perece i piti kolu.

Ili: Ako imate proljev, možete jesti samo malo masti.

Ali to nije istina. Vaše dijete može jesti bilo što.

Također biste trebali nastaviti dojitati svoje dijete.

Ali: Jestiti i piti s puno šećera nije dobro.

Zbog toga vaše dijete ne bi trebalo piti sok.



Nema ni cole! I bez soka.
Bolje je voda ili čaj.
Za jelo su dobri tjestenina, kaše, krumpir, kruh i dvopek.

Kada moje dijete mora ići liječniku ako ima proljev?

Kada vaše dijete ima proljev, ono gubi puno vode i soli.
Može biti opasno.

Morate otići u liječničku ordinaciju ako imate proljev ako:

- Vaše dijete je mlađe od sedam mjeseci ili ima manje od osam kilograma.
- Vaše dijete ima temperaturu iznad 39°C.
- Vaše se dijete ponaša drugačije nego inače. Na primjer:
 1. Vaše dijete je vrlo slabo.
 2. Vaše dijete je vrlo razdražljivo.
 3. Vaše dijete puno vrišti.
 4. Vaše dijete plače drugačije nego inače.
 5. Vaše dijete ne može ili ne želi ništa piti.
 6. Vaše dijete ne piški ili piški vrlo malo.
- Vaše dijete vrlo često dnevno ima proljev ili često povraća. Na primjer:
 1. Malo dijete to čini više od 6 puta dnevno.
 2. Školsko dijete radi više od 8 puta dnevno.
- Vaše dijete postaje sve bolesnije i slabije.
- Vidite krv u svom proljevu.
- Znaju da im dijete ima crijevnu, bubrežnu ili metaboličku bolest.
- samo se brineš.

Mogu li zaštititi svoje dijete od proljeva?

Ne možete uvijek spriječiti proljev.

Ali postoji nekoliko stvari koje možete učiniti kako bi vaše dijete bilo zdravo:

- Ako bebu dojite, manja je vjerojatnost da će imati proljev.
- Ako vaša beba pije iz bočice, mlijeko uvijek morate pripremiti potpuno svježe prije pijenja. Točno slijedite upute na kutiji mlijeka.
- Bočica i duda uvijek moraju biti čiste.
- Protiv nekih virusa postoji cijepljenje. Virusi se nazivaju rota virusi. Uz cijepljenje protiv rota virusa dijete će rjeđe dobivati proljev.
- Meso i jaja uvijek moraju biti dobro kuhani ili ispečeni.



Letak na temu:

- [Ishal durchfall njemački/turski, 2 MB, PDF](#)
- [إسهال durchfall njemački/arapski, 2 MB, PDF](#)

Vrućica

Moje dijete ima temperaturu

Bolesna djeca često imaju temperaturu.

Vrućica je normalna kada ste bolesni.

Mnogi se roditelji pitaju:

- Kako izmjeriti temperaturu?
- Što trebam učiniti ako imam temperaturu?
- Kada moje dijete mora ići liječniku?
- Treba li moje dijete antibiotik ako ima temperaturu?

Kako izmjeriti temperaturu?

Vaše dijete je bolesno i osjeća vrućinu?

Možda ima temperaturu.

Nije dovoljno samo staviti ruku na čelo.

Trebali biste mjeriti kliničkim termometrom.

Kliničke toplomjere možete kupiti u ljekarni ili drogeriji.

Digitalni toplomjeri su najbolji.

Najbolje je mjeriti na dnu.

Ušnim toplomjerom možete mjeriti i u uhu.

Ali to je manje precizno.



Normalna tjelesna temperatura je do 37,5°C.
Vaše dijete ima temperaturu od 38,5°C ili više.

Ako je vaše dijete mlađe od četiri tjedna, imat će temperaturu od 38°C.

Zapišite izmjerenu temperaturu s datumom i vremenom.
Liječnik tada vidi kako se temperatura razvija.
To može biti važno.

Mora li moje dijete dobiti lijek ako ima temperaturu?

Groznica se javlja kod mnogih različitih bolesti.
Na primjer, kod uobičajenih prehlada ili infekcija srednjeg uha.
Groznica sama po sebi nije bolest.
Uz temperaturu, tijelo se pokušava boriti protiv bolesti.
Vaše dijete ne treba uvijek lijek za temperaturu.

smanjiti temperaturu

Vašem djetetu često nisu potrebni lijekovi za samu temperaturu.
Jer: mnoga djeca dobro prolaze čak i s temperaturom.
Prije davanja lijeka zapitajte se:

- Igra li se moje dijete? Da li normalno jede i pije? Tada nema potrebe za lijekom protiv groznice.
- Boli li moje dijete? Je li cvili? Slabo jede i pije? Tada se Vaše dijete ne osjeća dobro. Tada možete dati lijek protiv groznice.
- Ima li moje dijete temperaturu višu od 39°C i je li jako umorno? Tada biste trebali dati lijek za temperaturu.
- Ima li moje dijete temperaturu višu od 40°C? Tada biste trebali dati lijek za temperaturu.

Za malu djecu postoji sok protiv groznice i čepići za temperaturu.
Tablete mogu dobiti i velika djeca.
Pitaj u apoteci.
Tamo postoji pedijatrijska medicina.

Važno: Lijek za odrasle je opasan za djecu!

Lijekovi za odrasle imaju previše djelatne tvari ili sadrže djelatne tvari koje mogu štetiti djeci.
Na primjer: Djeci nije dopušteno uzimati lijekove s "acetilnom kiselinom" kao što je aspirin ako imaju temperaturu.
Dopušteni su lijekovi koji sadrže "paracetamol" i "ibuprofen".

Važno: Djeci se ne smije davati previše lijeka!

Nemojte djetetu davati lijek prečesto.
Lijek djeluje 6 do 8 sati, a zatim se temperatura može vratiti.
To je normalno. Lijek se ipak ne smije davati više od 3 ili 4 puta dnevno.

Također možete pokušati sniziti temperaturu bez lijekova.
Ali: Samo ako dijete ima tople ruke i tople noge.
To funkcionira ovako: omotajte krpu oko svoje "tele".



Donji dio nogu naziva se "tele".
Ili možete omotati tkaninu oko trbuha.
Krpa mora biti mokra.
Voda treba biti hladna, ali ne hladna.
Kad se krpa zagrije, promijenite je.

Što god drugo pomaže

Smirenost i pažnja pomažu bolesnoj djeci.
Budite tu za svoje dijete ako možete.

Kada imate temperaturu, vaše dijete ponekad može osjećati toplo i znojiti se.
Zatim ga samo lagano pokrijte.
Ponekad je vašem djetetu hladno.
Zatim uzmite deblju deku.

Vaše dijete treba piti puno tekućine ako ima temperaturu.
Trebalo bi napraviti dobru porciju mokrenja barem tri puta dnevno.

Kada moje dijete mora ići liječniku?

Ako ste zabrinuti za svoje dijete, otidite u ordinaciju.
Svakako idi ako:

- Vaša beba je mlađa od tri mjeseca i ima temperaturu.
- Vaše dijete ima visoku temperaturu preko 40 stupnjeva ili ako groznica traje nekoliko dana.
- Vaše dijete iznenada postaje osjetljivo na dodir.
- Vaše se dijete žali na bol.
- Čini se da je vaše dijete ozbiljno bolesno.
- Vaša beba piskavo vrišti.
- Vaša beba više ne želi piti niti piškiti.
- Temperatura se ne spušta iako ste dali lijek.

Treba li moje dijete antibiotik?

Antibiotik je lijek.
Antibiotik pomaže protiv "bakterija".
Bakterije su patogeni.
Međutim, većina vrućica u djece ne dolazi od bakterija.
Dolaze od "virusa".

Virusi su također uzročnici bolesti.
Međutim, antibiotik ne pomaže protiv virusa, može čak i naškoditi.

Liječnik će vam reći ima li vaše dijete neku bolest kojoj bi antibiotik mogao pomoći.



Letak na temu:

- [فieber njemački/arapski, 2 MB, PDF](#)
- [Ateş Fieber njemački/turski, 2 MB, PDF](#)

Grlobolja

Moje dijete ima upalu grla

Kad su djeca starija, ponekad kažu: "Boli me grlo."

Ali čak i mala djeca mogu imati upalu grla.

Međutim, mala djeca često ne mogu prepoznati da imaju grlobolju.

Možda samo primijetite: moje dijete želi manje jesti ili manje piti.

Zatim pažljivo pogledajte u djetetova usta.

Je li unutrašnjost vrata (u "grlu") crvena?

Tada vaše dijete može imati upalu grla.

Bol u grlu može biti stres za vaše dijete.

Mnogi se roditelji pitaju:

- Zašto moje dijete ima upalu grla?
- Kako mogu pomoći svom djetetu s upaljenim grlom?
- Kada moje dijete mora ići liječniku?
- Treba li moje dijete antibiotik?

Zašto moje dijete ima upalu grla?

Mnogo je različitih razloga za grlobolju.

Ponekad je samo zrak suh.

Na primjer, jer je zimi uključeno grijanje.

Zbog toga vaše dijete može imati upalu grla.



Ili je vaše dijete bolesno.
Na primjer: Vaše dijete je prehladeno.

Kako mogu pomoći svom djetetu s upaljenim grlom?

Ako imate grlobolju, djetetu dajte samo lijekove koje je propisao liječnik.
U ljekarni se prodaju tablete, sprejevi i otopine za ispiranje grla.
Ovi lijekovi obično ne pomažu.
Ne biste trebali kupovati ova sredstva za svoje dijete.

Vašem djetetu često nisu potrebni lijekovi za grlobolju.
Grlobolja prolazi sama od sebe.
Djetetu možete pokušati pomoći kod kuće:

- Neka vaše dijete puno pije.
- Neka vaše dijete pije toplo mlijeko s malo meda ako je dijete starije od godinu dana.
- Zagrijte djetetov vrat šalom.
- Neka dijete grglja čaj od kadulje.

Kada moje dijete mora ići liječniku?

Uvijek idite u liječničku ordinaciju ako ste zabrinuti.
Svakako idi ako:

- Vaše dijete također ima visoku temperaturu (od 39°C).
- Vaše dijete proizvodi više pljuvačke nego što može progutati.
- Vaše dijete ne može dobro gutati.
- Vaše dijete diše drugačije nego inače.
- Vaše dijete govori drugačije nego inače ("nezgrapno").

Treba li moje dijete antibiotik?

Antibiotik je lijek.
Antibiotik pomaže protiv "bakterija".
Bakterije su patogeni.
Ali većina upala grla kod djece ne dolazi od bakterija.
Oni dolaze od "virusa".

Virusi su također uzročnici bolesti.
Međutim, antibiotik ne pomaže protiv virusa, može čak i naškoditi.
Vaš liječnik će vam reći treba li vašem djetetu antibiotik.

Važno: Ako vam liječnik prepíše antibiotik, trebate ga i vi dati!
Tada biste trebali davati antibiotik točno onoliko dugo koliko vam je liječnik propisao.
Ovo također vrijedi ako se vaše dijete unaprijed osjeća bolje.

U prošlosti su se "krajnici" često uklanjali ako je dijete opetovano imalo upalu grla.
Krajnici su u grlu.
Uklanjanje je operacija.
Danas se to rijetko radi.

Vaš liječnik vam može dati savjet.



Letak na temu:

- [قلح الجا باهتلا Bol u vratu njemački/arapski, 2 MB, PDF](#)
- [Boğaz ağrısı Bol u vratu njemački/turski, 2 MB, PDF](#)