

Ne adjunk

köhögés elleni gyógyszereket gyermekeknek!



A köhögés rendszerint a szervezet normális védekező mechanizmusa és többnyire akut légúti fertőzésekhez kapcsolódik.

- A köhögés elleni gyógyszerek hatékonysága nem bizonyított és súlyos mellékhatásokat okozhatnak.
- Sok ilyen készítmény egynél több összetevőt tartalmaz, ami növeli a véletlen túladagolás kockázatát, leginkább abban az esetben ha más gyógyszerekkel is kombinálják őket.

HOGYAN TÁJÉKOZTASSUK A GYERMEKEKET ÉS A SZÜLŐKET A KÖHÖGÉS ELLENI GYÓGYSZEREKRŐL?

- A köhögés rendszerint a szervezet normális védekező mechanizmusa.
- Néhány kutatás azt mutatta ki, hogy a megfázás esetén használt köhögés elleni gyógyszerek - mind a kémiai úton előállítottak, mind a növényi alapúak - nem hatékonyak, és súlyos mellékhatásokkal járhatnak.
- Sok köhögéscsillapító készítmény több összetevőt tartalmaz, ami növeli a véletlen túladagolás kockázatát, különösen abban az esetben, ha más gyógyszerekkel kombináljuk őket.



A KÖVETKEZŐ TANÁCSOKAT ADHATJUK:

- Kerüljük a cigarettafüstöt!
- Biztosítsunk 50–60% páratartalmat és kb. 18°C szobahőmérsékletet!
- Emeljük meg a gyermek felsőtestét alvásakor!
- Alkalmazzunk orröblítést sóoldattal!
- **Adjunk mézet a 12 hónaposnál idősebb gyermekeknek!**

Próbáljuk meg a korszerű „wait and see”, azaz a „várni és követni” szemléletmódot, és néhány hét múlva értékeljük újra a klinikai képet.

Dr. Török Violetta

házi gyermekorvos,
HGYE-vezetőségi tag, Győr
(a felhasznált szakirodalom a HGYE-nél elérhető)



European Academy of Paediatrics

Paediatric Section of U.E.M.S.

EZ A HGYE-AJÁNLÁS ÖSSZHANGBAN VAN AZ EAP
CHOOSING WISELY AJÁNLÁSAIVAL.



Kedvenc MÉZEINK



Akác

Magyarországon minden ötödik fa akácfa. Az akácméz nagyon világos, szinte átlátszó színű, és nem kristályosodik sokáig. Számos hasznos összetevőt tartalmaz, például vitaminokat, fenolokat, flavonoidokat és zsírsavakat.



Hárs

Az egyetlen őshonos fajtamézünk a hársméz. A legjobb gyógyító tulajdonságokkal rendelkezik, megfázásra és gyulladásos betegségekre ajánljuk.



Virág

A virágméz természetes eredetű édesítőszer, gazdag antioxidánsokban, vitaminokban és ásványi anyagokban. Gyulladáscsökkentő és antibakteriális hatású, így segíthet enyhíteni a torokfájást és a köhögést.



Repce

A repceméz világos színű, gyorsan kristályosodó méz. Lúgosító hatása segíthet a gyomorsavproblémák enyhítésében, ezért gyomorégés esetén is ajánlott.

