

Počinje "sezona" respiratornih infekcija najmlađih tako da su ovo meseci kada se najveći broj njih javi pedijatru. Najčešće i simptomi vrlo slični, bilo da je reč virusnoj ili bakterijskoj infekciji. Roditeljima su vrlo poznati, (seret iz nosa, kašalj, povišena telesna temperatura).

Krvna slika vrlo precizno pokaže o kakvoj se infekciji reč i da li dete treba da uzima antibiotike. Postoji li, međutim, razlika između prehlade i infekcije? Da li je reč o "istoj bolesti" ili je prehlada samo posledica pretopljavanja, odnosno "lake" garderobe po hladnom vremenu, sedenja na betonu ili uzimanja hladne vode posle trčanja i igranja?

Na ova pitanja za čitaoce "Bilja i zdravlja" odgovara pedijatar dr Hibernijeta Apuk iz Doma zdravlja Vizim:

- Prehlada je najčešća zarazna bolest. Obuhvata mešovitu virusnu infekciju gornjih disajnih puteva koja uglavnom pogađa sluzokožu nosa i ždrela. Poznato je da više od 200 različitih vrsta virusa mogu da izazovu prehladu, rinovirusima pripada oko 10% -40%, a drugi po učestalosti su koronavirus, adenovirus, respiratorni sincitijalni virus i virus parainfluence. Zašto toliko različitih virusa može da izazove prehladu? Odgovor je jednostavan - organizam ne gradi otpornost protiv svih i to je razlog zašto su prehlade tako česte i ponavljaju se.

Šta je prehlada, a šta grip?

- Naziv prehlada počeo je da se upotrebljava jako davno, još u XVI veku, jer su simptomi ličili na one koje nastaju prilikom izlaganja hladnom vremenu.

Grip je, izazvan virusom influence i to je mnogo ozbiljnije oboljenje od prehlade. Simptomi gripa, iako slični prehladi, mnogo su jače izraženi i brzo nastaju. Najčešće, bolest počinje iznenađujućom visokom temperaturom koja traje više dana, izraženom malakalošću, bolovima u mišićima, kašljem, gubitkom apetita. Osim toga komplikacije gripa su češće.

PREHLADA JE IZAZVANA VIRUSIMA KOJI NAPADAJU SAMO GORNJE DISAJNE PUTEVE

PREHLADA ili infekcija?



Simptomi

- Prehlada je kapljična infekcija. Rinovirusima smeta kisela sredina i temperatura viša od 37 stepeni i zato se naseljavaju na sluzokožu nosa

jer je tamo temperatura oko 33 stepena. Izazivaju curenje, zapešnost nosa i suženje očiju, a često i glavobolju. Prehlada uglavnom prolazi za 2-4 dana. Prati je povišena temperatura ali samo onda kada se javе komplikacije od naknadne infekcije bakterijama - najčešće zapaljenje srednjeg uha. Za razliku od gripa, kod prehlade su izražne tegobe u gornjim disajnim putevima. Infekcije su češće u hladnim mesecima, kada više ljudi duže vreme boravi u istom prostoru - objašnjava dr Apuk.

- Najveće šanse da se prehlade svakako imaju mala deca. Bebe su posebno osetljive jer im imunološki odgovor još nije dovoljno zreo. Simptomi su isti kao kod odraslih, ali su mala deca razdražljivija, pa se čini da su njihovi simptomi jači. Izražen je noćni kašalj koji može da traje i 10-15 dana. Maloj deci ne treba davati sirupe protiv kašlja, jer se kašljem donji respiratorni trakt oslobađa sluzi. Jeseni i zimski meseci su kritični jer hladan vazduh i centralno grejanje isušuju sluzoko-

žu nosa, zbog čega se virusi prehlade lakše zadržavaju, pa se preporučuje češće ispiranje nosa slanim rastvorima, jer se mehanički spiraju mogući virusi i bakterije koji su se našli na sluzokoži - tvrdi naša sagovornica.

PREHLADA JE ZARAZNA, KAPLJIČNO PRENOSIVA BOLEST

Prevenција prehlade

- Svako može da se prehladi a najbolja prevencija bi bila održavanje dobrog imuniteta. To se naročito postiže zdravim načinom ishrane, dovoljno sna, čestim pranjem ruku, čestim provetranjem prostorija... Izbegavajte grejalice koje imaju ventilator, ispirajte nos i grlo fiziološkim rastvorom, izbegavajte blizi kontakt sa osobama koje su zaražene. Ne vodite malu decu u zatvorene, neprovetrene prostore gde ima mnogo ljudi - savetuje dr Apuk.

Jasna Jovanović

NAJBOLJE ZAUSTAVLJA KAŠALJ

I NAJPRIRODNIJI AFRODIZIJAK NA SVETU.

IDEALAN NAPITAK ZA UBLAŽAVANJE KAŠLJA, UPALE GRLA, ŽDRELA, RESPIRATORNIH ORGANA I SINUSA



BRONCHO
SALEP

PROČIŠĆAVA DISAJNE PUTEVE, UMANJUJE BOL U GRUDIMA, SMANJUJE UPALU GRLA, SMIRUJE KAŠALJ I OLAKŠAVA ISKAŠLJIVANJE. PREPORUČUJE SE ZA PREHLADU, GRIP, UPALU GRLA, BRONHIJE I PLUĆA ILI ZA SVAKODNEVNO UŽIVANJE. IMA PRIJATAN UKUS I MOŽE DA SE PIJE U NEOGRANIČENIM KOLIČINAMA.



INSTANT NAPITAK, DODATI SAMO VRUĆU VODU ILI MLEKO

Business House doo - Beograd; tel. ++381 11 2169 679; Bež. ilegalaca 20
www.doctors.com.mk; e-mail: bhouse@ptt.rs

