

5 największych MITÓW na temat kataru u dzieci



Kiedy po raz pierwszy doświadczyłam kataru u mojego niespełna rocznego dziecka, ogarnęła mnie zgroza. Leczenie kataru u dziecka totalnie mnie przerażało. Zanim do tego doszło, żyłam w naiwnym przeświadczeniu, że może jakimś cudem mnie to ominie. Że moje dziecko nabyło żelazną odporność już w momencie porodu, a ja nie będę musiała się zmagać ze wszystkimi tego konsekwencjami.

Chyba nie muszę dodawać, w jakim byłam błędzie. I ile jeszcze tych błędów popełniłam po drodze, zanim jako tako nauczyłam się co tak naprawdę pomaga, a co szkodzi mojemu dziecku podczas moich prób pomagania mu podczas kataru.

Dlatego dzisiaj, nauczona swoimi doświadczeniami, mam dla was kilka **nieoczywistych, a dość popularnych mitów na temat kataru u dzieci**. Poniższą wiedzę podparłam prezentacją i opinią

pediatry Łukasza Dembińskiego, którego miałam niekłamaną przyjemność posłuchać w tym właśnie temacie podczas organizowanego przez markę **Disnemar Baby** spotkania, którego byłam również prowadzącą.

Leczenie kataru u dziecka można załatwić antybiotykiem

Żyjemy w kraju, gdzie niestety wciąż, zarówno wśród wielu lekarzy, jak i wśród rodziców małych dzieci, pokutuje przekonanie, że antybiotyk jest lekiem na wszystko. W związku z tym pozwolę sobie przytoczyć słowa doktora Dembińskiego wypowiedziane podczas naszego spotkania:

Podanie dziecku przez lekarza antybiotyku jest dla lekarza porażką.

Antybiotyki nie tylko **osłabiają organizm i florę jelitową** na czas przyjmowania ich i przez jakiś czas po odstawieniu, ale też, w dłuższej perspektywie, **trwale osłabiają odporność organizmu** małego dziecka. Jeżeli więc nie ma prawdziwych podstaw, aby antybiotyk podać, powinniśmy się z tym wstrzymać i stosować alternatywne metody leczenia.

Z zakatarzonym dzieckiem nie można chodzić na spacer i należy trzymać je w cieple

Nie tylko można chodzić na spacer, ale wręcz **należy to robić**. Zimne powietrze obkurcza naczynia krwionośne i sprawia, że dziecku łatwiej się oddycha. W czasie kataru dobrze jest też wietrzyć pokój dziecka (o ile aktualny poziom smogu nam na to pozwala...) i utrzymywać w nim temperaturę w okolicach 20 – 22 stopni.

Katar u dzieci nie ma żadnych konsekwencji

Nie jest prawdą, że katar leczony trwa tydzień, a nieleczony siedem dni i że nie ma różnicy, czy zadbamy w tym czasie o drożność nosa i komfort dziecka, czy nie. Powikłania po katarze mogą nie tylko prowadzić do zapalenia uszu lub zatok.

Mogą także być u dziecka przyczyną stresu, spadku apetytu, nawracających infekcji, słabszego rozwoju wzrostu, wad zgryzu i zaburzeń logopedycznych, a u niemowlaków również wzdęć i kolek.

Kolor wydzieliny zawsze oznacza konkretną przyczynę kataru

Może oznaczać, ale nie musi. Nigdy z góry nie możemy założyć, że dany kolor kataru wynika tylko z jednego powodu. I tak, wodnisty katar może być spowodowany zarówno alergią, jak i infekcją wirusową. Katar zielony lub żółty może być objawem infekcji bakteryjnej, ale też nie zawsze. Dlatego za każdym razem, kiedy katar trwa już dłuższy czas i wzbudza nasze podejrzenia, należy skonsultować go z zaufanym lekarzem, aby postawił on odpowiednią diagnozę i zalecił odpowiednie środki.

Nieużywanie wody morskiej nie ma wpływu na przebieg leczenia kataru

Nie jest to prawdą z przynajmniej dwóch powodów. Po pierwsze woda morską jest dużo skuteczniejsza od kropli do nosa czy środków w aerozolu. Po drugie jej zadaniem jest **rozzredzenie i wypłukanie wydzieliny z nosa, spłukanie zanieczyszczeń i alergenów, a to z kolei hamuje rozwój bakterii**. Woda morską nie tylko wspomaga leczenie kataru, ale ma też działanie profilaktyczne, prewencyjne.

Tak się złożyło, że odkąd Ignas jest na świecie, korzystam z wody morskiej **Disnema Baby**. Polecali mi ją lekarze, był to również pierwszy wybór farmaceutów w aptekach, a dodatkowo zawsze miałam łatwość kupienia jej przy okazji zakupów np. w Rossmannie. Disnema jako jedyny **rozpyła się w sposób na tyle delikatny**, że moje dziecko nie ucieka od niego i nie irytuje się, a dodatkowo rozpylenie ma na tyle duży zasięg, że **psiknąć można w dowolnej pozycji dziecka** – zarówno leżącej, siedzącej, jak i stojącej. Tym bardziej było mi miło, kiedy marka ta odezwała się do mnie z prośbą poprowadzenia spotkania na temat małych nosków i kataru, na którym mogłam posłuchać doktora

Dembińskiego.

KONKURS

I tym bardziej cieszę się, że przy okazji tak ciekawego tematu mam dla was również **konkurs z bardzo prostym pytaniem i bardzo fajnymi nagrodami**. Żeby wygrać jeden z trzech zestawów nagród, składających się z **kołderki dla dziecka z motywem foczki** (naprawdę dużej, idealnej zarówno dla niemowlaka, jak i dla starszaka), **dwóch opakowań Disnemar Baby oraz pluszowej maskotki – foczki**, wystarczy odpowiedzieć na pytanie:

Jak przekonać oporne dziecko do toalety noska?

Odpowiadać możecie pod tym wpisem w komentarzach, pod konkursem u mnie na fanpage'u (który pojawi się jutro) lub pod postem na Instagramie. Trzy najbardziej kreatywne odpowiedzi zostaną nagrodzone zestawem nagród:



Udział w konkursie jest jednoznaczny z akceptacją **regulaminu**.

Serdecznie zapraszam!











Wpis powstał we współpracy z marką Disnemar Baby.