

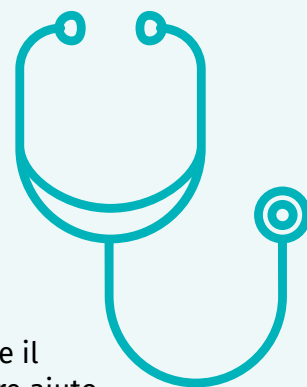
Consigli del Medico di Famiglia per la Cura dei Bambini con Sintomi Respiratori

La maggior parte delle malattie respiratorie dei bambini, tra cui raffreddore, influenza, virus respiratorio sinciziale e COVID-19, può essere gestita a casa senza bisogno di prescrizione di farmaci. In alcuni casi, tuttavia, è importante rivolgersi a un medico.

Di seguito i medici di famiglia condividono alcuni suggerimenti per decidere quando rivolgersi a un medico per una malattia respiratoria e come assistere il bambino a casa.

Contattare il medico di famiglia se il bambino:

- Ha febbre da 72 ore o più.
- Ha febbre che si è ripresentata dopo essere passata per un giorno o più (senza farmaci specifici).
- È insolitamente irritabile e non smette di agitarsi, anche dopo aver trattato la febbre.
- Ha mal d'orecchio che dura da più di 48 ore.
- Non mangia e non beve. Va notato che è normale mangiare e bere di meno quando si è malati. I liquidi sono più importanti del cibo.
- Ha bisogni speciali che rendono più difficile l'assistenza.



I genitori o i tutori conoscono meglio di chiunque altro il bambino. Se si ritiene che il bambino abbia bisogno di essere visitato da un medico di famiglia, è bene chiedere aiuto.



Non si è sicuri di cosa fare? Health Connect Ontario mette a disposizione un **programma di controllo dei sintomi** e l'opzione di **chattare in diretta con un infermiere**. È possibile anche **contattare l'811** per parlare con un infermiere, disponibile 24 ore al giorno.

Chiamare il 911 o recarsi al pronto soccorso quando:

- Si teme che il proprio figlio sia gravemente malato.
- Il bambino di età inferiore ai tre mesi ha la febbre.
- Il bambino fatica a respirare o respira più velocemente del normale.
- Si teme che il bambino sia a rischio di disidratazione o sia disidratato.

Questi sono solo alcuni esempi di quando è necessario rivolgersi a un pronto soccorso. Il Children's Hospital of Eastern Ontario (CHEO) fornisce ulteriori informazioni per **aiutare a decidere se il bambino ha bisogno di cure d'emergenza**.

Per ulteriori informazioni specifiche sul COVID-19 e sui bambini, comprese le complicanze rare, consultare **My Child Has COVID. What Should I Know?** che fa parte della serie **Confused About COVID**.



Assistere il bambino a casa

- **Febbre:** Trattare la febbre o il dolore con farmaci da banco come l'acetaminofene o l'ibuprofene, se il bambino è in grado di assumerli. Si ricorda che l'aspirina o i prodotti contenenti acido acetilsalicilico (ASA) non sono raccomandati per i bambini.



Contattare il medico di famiglia o il farmacista per un parere se si incontra qualche difficoltà nell'accesso ai farmaci da banco. Le informazioni della Canadian Pediatric Society illustrano **come misurare la temperatura di un bambino** e che cosa fare se ha la febbre. Ecco un video del National Health Service del Regno Unito sulla **gestione della febbre nei bambini**.

- **Occhi rossi e perdite:** Questi sintomi passano quasi sempre da soli, senza gocce antibiotiche o altri farmaci. Impacchi caldi e lacrime artificiali possono aiutare a ridurre il disagio.
- **Naso chiuso e che cola:** Provare gli spray salini di risciacquo, un umidificatore o un aspiratore nasale.
- **Mal d'orecchio:** Se si nota che il bambino si strattona l'orecchio, potrebbe avere un mal d'orecchio. Far visitare il bambino se il mal d'orecchio dura più di 48-72 ore, se si verifica una secrezione dall'orecchio o se ha avuto più di 2-3 infezioni all'orecchio nell'ultimo anno.
- **Tosse:** Trattare la tosse con un umidificatore o con il vapore della doccia. Se la tosse sembra un latrato, l'aria fresca esterna può essere d'aiuto. Se il bambino ha almeno un anno di età, si possono somministrare 1-2 cucchiaini di miele la sera.
- **Liquidi:** Assicurarsi che il bambino assuma una quantità sufficiente di liquidi, tra cui acqua, minestre, succhi di frutta o anche ghiaccioli. Il latte materno/formula è sufficiente per i bambini piccoli che non bevono altri liquidi.

Consigli per rimanere in salute e prevenire le malattie

- Indossare una mascherina (e farla indossare anche ai bambini) quando ci si trova in spazi pubblici affollati e al chiuso.
- Lavare spesso e bene le mani; utilizzare un disinfettante per le mani quando non è possibile lavarle.
- Tossire e starnutire nel gomito invece che sulle mani.
- Rimanere a casa e tenere a casa il bambino quando è malato, soprattutto nei primi giorni, quando è più contagioso.
- Fare il vaccino antinfluenzale e tenersi aggiornati con le dosi del vaccino anti-COVID-19.

