

REFREDAT COMÚ

QUÈ ÉS UN REFREDAT COMÚ?

Es una infecció viral de las vies respiratòries altes (nas, gola) que cursa amb febre, esternuts, tos i mucositat nasal.

Són molt freqüents durant els primers anys de vida, sent normal patir entre 6 i 8 a l'any o inclús més si l'infant acudeix a l'escola bressol.

No existeixen fàrmacs que curin el refredat. Els antibiòtics ni curen ni prevenen les complicacions.

¿QUÈ CAL FER A CASA?

- Evitar l'ambient sec. Posi depòsits d'aigua als radiadors o utilitzi humidificadors si el grau d'humitat és molt baix. Pot també fer-li respirar l'aire de la cambra de bany després de que algun s'hagi dutxat amb aigua calenta i estigui plena de vapor d'aigua.
- Faci rentats nasals amb sèrum fisiològic si té el nas taponat.
- és normal que el nen/a no tingui gaire gana No el forci a menjar i ofereixi-li líquids.
- Controli la temperatura i administri l'antitèrmic recomanat habitualment pel personal sanitari si la febre supera els 38-38,5°C.

QUAN CAL ANAR A UN SERVEI D' URGÈNCIES?

- Si empitjora l'estat general, l'infant està decaigut, endormiscat o molt irritable.
- Si apareix dificultat per respirar: Si respira molt ràpid, se li marquen les costelles, mou molt la panxa amb la respiració, se li enfonsa el pit o deixa de respirar durant segons.
- Si l'infant té menys de 3 mesos d'edat i el refredat cursa amb febre.