

Duh Bayiku Pilek Terus, Kenapa yah?

Written by Administrator

Monday, 27 June 2011 00:00 - Last Updated Wednesday, 29 June 2011 13:31

Salah satu alasan mengapa bayi anda sering pilek adalah karena sistem kekebalan tubuhnya belum sempurna, sehingga membuat mereka lebih rentan terhadap penyakit. juga, bayi anda hanya dapat membangun kekebalan tubuhnya terhadap satu jenis dari 200.000 jenis virus yang menyebabkan pilek dalam sekali waktu. Coba pikirkan semua pilek yang anda alami selama ini, bayi anda harus mengalami semuanya - bahkan bisa jadi lebih banyak - agar dapat kebal terhadap semua virus yang menyebabkan Pilek.

seiring dengan pertumbuhan bayi anda, dia akan menjadi penjelajah yang hebat yang akan menyentuh (bahkan menjilat!) apa saja yang ditemuinya dan membuatnya penasaran, jadi sangatlah mudah baginya untuk "mengambil" virus itu dengan tangannya. Dan kemudian yang perlu dilakukan hanyalah menaruh jari-jari mungilnya itu kedalam mulutnya, hidungnya atau mengucek matanya dan boom! virus tersebut telah memiliki kesempatan yang baik untuk bekerja.

Bayi anda mungkin akan lebih banyak mengalami flu pada saat musim hujan karena udara yang dingin sehingga membuat virus flu lebih mudah menyerang. Juga, bayi cenderung lebih banyak menghabiskan waktu didalam ruangan tertutup dimana virus akan lebih mudah berpindah dari satu orang ke orang lainnya sehingga kemungkinan tertular akan lebih besar.

Biasanya, anak-anak paling tidak akan mengalami antara 6 - 10 kali flu dalam setahun. Dalam keluarga dengan anak-anakyang telah bersekolah bahkan bisa mencapai 12 kali! (rata-rata orang dewasa mengalami 2 - 4 kali flu dalam setahunnya).

Bagaimana saya bisa tahu kalau dia mengalami flu, bukan penyakit lain atau alergi?

Hal ini memang dapat membingungkan. Jika bayi anda mengalami pilek, bayi anda akan mengeluarkan lendir

(ingus) yang akan mengental dan berubah warna menjadi abu-abu, kuning atau hijau 4 - 7 hari setelahnya. Bayi anda juga mungkin dapat mengalami batuk atau sedikit demam.

Duh Bayiku Pilek Terus, Kenapa yah?

Written by Administrator

Monday, 27 June 2011 00:00 - Last Updated Wednesday, 29 June 2011 13:31

Jika bayi anda mengalami demam, perhatikan ketika demamnya turun. Jika dia bermain dan makan dengan normal (atau hampir normal - dalam arti, bayi anda mungkin makan lebih sedikit dan tidak seaktif biasanya), maka bisa jadi itu hanya pilek atau flu biasa. Tetapi jika bayi anda tetap menunjukkan tanda-tanda sakit walaupun panasnya telah turun, maka bayi anda bisa jadi mengalami sakit yang lebih serius.

Gatal, mata dan hidung berair bisa jadi merupakan gejala alergi, seperti juga bersin yang terus menerus dan kulit yang gatal yang berlangsung selama berminggu-minggu bahkan berbulan-bulan. Juga, ingus yang keluar dari hidung bayi anda akan cenderung tetap bening, tidak seperti pilek pada umumnya yang cenderung akan mengental dan berubah warna. Alergi tidak akan menyebabkan bayi anda demam, dan cenderung muncul di saat-saat tertentu.

Bagaimana cara menanganinya?

Tidak ada obat yang dapat membuat virus pergi lebih cepat, tetapi anda dapat membantu agar bayi anda merasa lebih baik dan mencegah infeksi yang lebih parah dengan membuatnya lebih banyak beristirahat dan minum banyak cairan. Untuk bayi dibawah 4 bulan, cairan yang dimaksud adalah ASI atau susu formula. Ketika 4 bulan, bayi anda juga dapat diberi sedikit air putih hangat. Dan pada usia 6 bulan, bayi anda dapat mulai minum jus buah.

Karena kebanyakan bayi atau anak sampai dengan usia 4 tahun belum dapat mengeluarkan ingusnya sendiri dengan baik (bersih), berikut ini merupakan tips untuk membantu melegakan pernafasan anak anda:

1. Gunakan Penyedot ingus yang beredar dipasaran untuk menyedot ingusnya keluar. Penyedot ingus yang elektrik akan bekerja jauh lebih cepat dan efisien. Pastikan agar bagian yang berhubungan dengan ingus dapat disterilkan.
2. Gunakan Humidifier untuk menjaga kelembaban udara ruangan tidurnya. Atau bawalah bayi anda kedalam kamar mandi bersama anda, nyalakan air panas, kemudian duduklah diruangan yang beruap selama 15 menit. Atau mandi air hangat juga dapat memberikan benefit yang sama.
3. Jagalah agar ketika tidur kepala bayi anda lebih tinggi daripada tubuhnya agar dengan bantuan gravitasi ini ingus bayi akan lebih mudah keluar dan tidak tertahan didalam hidung namun jangan berlebihan! Jika bayi anda terbiasa tidur terbalik-balik, dikhawatirkan malah nanti posisinya terbalik dengan kaki dan tubuh yang lebih tinggi dari kepalanya.

Mengapa harus mengeluarkan ingusnya? Toh, nanti juga sembuh sendiri!

Duh Bayiku Pilek Terus, Kenapa yah?

Written by Administrator

Monday, 27 June 2011 00:00 - Last Updated Wednesday, 29 June 2011 13:31

Pertama, anda akan kerepotan dalam menyusui atau memberinya makan karena hidungnya tersumbat sehingga sudah pasti rewel. Ingus yang tidak segera dikeluarkan dapat tertelan dan malah menyebabkan batuk, hal ini yang menyebabkan banyak bayi yang biasanya terkena pilek akan terkena batuk juga (batpil).

Alasan kedua yang lebih berbahaya, dapat menyebabkan resiko sinusitis dan tersedot ke telinga (seperti yang anda ketahui rongga hidung, tenggorokan dan telinga berhubungan (THT) dapat menyebabkan infeksi telinga. Bakteri didalam lendir ingus tersebut juga dapat "lari" dari hulu kerongkongan (Pharynx) ke cabang tenggorokan (Bronchia) sehingga menyebabkan radang tenggorokan (Bronchitis), bahkan radang paru-paru (pneumonia). Bagaimanapun, mencegah jauh lebih baik daripada mengobati kan?.

Penting untuk membersihkan lendir ingus tidak hanya yang terlihat dihidung saja, tetapi harus sampai ke rongga hidung. Penyedot ingus elektrik biasanya telah didesain sedemikian rupa sehingga sedotan tersebut cukup kuat untuk menarik ingus yang berada dirongga hidung namun tidak menyakitkan bayi.

Kenapa sih tidak menyedot dengan mulut saja? toh, dulu orang tua saya juga seperti itu dan saya tidak apa-apa tuh.

Alasan pertama,(yang biasanya juga dikeluarkan oleh dokter anda) adalah mulut banyak menyimpan kuman dan bakteri dan akan dapat mudah berpindah ke hidung anak, sehingga alih-alih membuatnya lebih baik malah menambah bakteri dan kuman baru masuk, apalagi si bayi masih rentan kekebalan tubuhnya.

Kemudian, oke! anda sehat-sehat saja sampai sekarang. Namun, patut diingat, di jaman yang semakin canggih dan terus berkembang, virus dan penyakit juga ikut bermutasi, bertambah banyak jenisnya dan aneh-aneh (masih ingat dengan virus flu burung dan flu babi yang sempat heboh diseluruh dunia?). Siapkah anda mengambil resiko dengan asumsi anda yang mengatakan "ah, saya dulunya sehat-sehat saja tuh"!

Apakah boleh memberikan bayi saya obat bebas yang dijual dipasaran?

Duh Bayiku Pilek Terus, Kenapa yah?

Written by Administrator

Monday, 27 June 2011 00:00 - Last Updated Wednesday, 29 June 2011 13:31

Kebanyakan ahli akan mengatakan tidak! The American Academy of Pediatrics (AAP) menganjurkan para dokter agar memberitahukan kepada pasiennya bahwa obat batuk dan pilek yang dijual bebas dipasaran tidak efektif bagi anak dibawah 6 tahun, dan terkadang dapat menimbulkan efek yang berbahaya. Sebaiknya ada bertanya kepada dokter anda apa yang dianjurkan bagi bayi anda.

Patut dingat bahwa obat batuk dan pilek tidak akan mencegah komplikasi seperti infeksi telinga dan sinusitis. Juga, antibiotik dapat digunakan untuk melawan infeksi yang disebabkan bakteri tetapi tidak berguna untuk melawan infeksi virus (Pilek disebabkan oleh virus). Jadi, hindari pemakaian antibiotik kecuali atas petunjuk dokter.

Kapan sebaiknya saya ke dokter?

Jika bayi anda berusia di bawah 3 bulan, anda sebaiknya segera ke dokter begitu bayi anda menunjukkan tanda awal sakit, Apalagi jika si bayi mengalami demam diatas 38°C atau batuk. Jika bayi anda berusia antara 3 - 6 bulan, Dokter mungkin akan menyarankan untuk datang jika panasnya mencapai 38.3°C, atau jika ia berusia diatas 6 bulan 39.4°C (Mintalah petunjuk kepada dokter anda). Dan tidak peduli berapapun usia bayi anda, segera ke dokter apabila mengalami hal-hal berikut ini:

- Keadaan bayi anda malah bertambah buruk setelah 5 - 7 hari. Atau gejala pileknya tidak membaik juga lebih dari 14 hari.
- Batuknya bertambah parah dan berbunyi mencuit-cuit atau sesak napas. Gejala ini dapat merupakan radang paru-paru.
- Dia menangis ketika menelan makanan atau menyusui dan mengosok-gosok serta menarik-narik telinganya. Ini merupakan gejala infeksi telinga.