

Olá! Este artigo é sobre crianças com tosse. Vou dar-lhe algumas dicas sobre o que fazer em caso de tosse e quando a criança precisa de ir ao médico ou à médica.

A tosse é um mecanismo de proteção para desobstruir as vias respiratórias. A garganta fica irritada e há produção de muco no nariz. Na maioria das vezes a criança tosse porque está gripada ou constipada.

Estas 4 dicas podem ajudar a sua criança em caso tosse:

1. Dê à criança muito para beber. A ingestão de líquidos pode aliviar a garganta, soltar o muco e diminuir a irritação causada pela tosse.
2. Abra regularmente a janela para que entre ar fresco. O ar húmido também pode ajudar. Pode, por exemplo, umedecer toalhas e colocá-las sobre o radiador.
3. Deixe a criança dormir bastante. Mantenha o tórax da sua criança elevado, por exemplo colocando algo por baixo do colchão. Isso facilita a respiração e o sono.
4. Dê muita atenção à criança. Pode, por exemplo, ler algo para ela.

Está em dúvida se deve ir consultar um médico ou uma médica com a sua criança? A criança precisa de ir ao médico nas 5 situações seguintes:

1. A criança está com a respiração pesada, rápida ou está “chiando”.
2. A criança está com tosse E febre há 4 dias.
3. A criança tem dores ao respirar.
4. A tosse dura mais do que 14 dias.
5. A criança está exausta e não quer brincar.

Não sabe o que fazer? Informe-se no serviço de aconselhamento de pais ou num consultório pediátrico. Pode encontrar todos os endereços e números de telefone em www.meinkindistkrank.ch

Desejo-lhe tudo de bom para si e para a sua criança!