

Kimi durumlarda
az ilaç kullanmak
çocuğunuz için
daha iyidir. İşte
buna 5 örnek.



Çocuklar hasta olduğunda
ebeveynleri ve doktorları
çocuğun acısını bir an evvel
dindirmek isterler. Ancak
kimi zaman tıbbi bir tedavi
yarardan çok zarar verir.



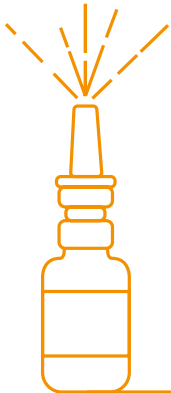
1 Orta Kulak İltihabı

Çocuklarda aniden ortaya çıkan orta kulak iltihabı tedavisinde antibiyotik kullanımı alışkanlık haline getirilmemelidir.

Orta kulak iltihabı (Otitis Media) genelde bir virüs hastalığı sonucunda oluşur ve tedavisinde antibiyotik kullanılmasına gerek yoktur. Haklı gerekçeler olmaksızın antibiyotik kullanılması istenmeyen değişik yan etkilere yol açabilir. Bu yan etkiler alerji, antibiyotiğe karşı bağışıklık, ishal veya değişik komplikasyonlar olabilir. Orta kulak iltihabı birçok kez hastalığın doğal seyriyle birlikte kendiliğinden iyileşir.

Yapabilecekleriniz:

- Şiddetli ağrısı olması halinde çocuğunuza Parasetamol veya İbuprofen gibi ağrı kesiciler verin. İlaçları mutlaka yaş ve vücut ağırlıklarına göre öngörülen dozlarda vermelisiniz.
- Çocuğunuzun burnuna salin solüsyonu uygulayınız.
- İki veya üç gün içerisinde çocuğunuzun durumunda iyileşme olmazsa tekrar çocuk doktoruna götürün.



2

Reflü (Kusma)

Yeni doğan bebeklerdeki reflü yani kusma halini önlemek amacıyla mide asidini azaltıcı ilaçlar kullanmayın.

Yeni doğan bebeklerde reflü, yani kusma hali normaldir ve herhangi bir mide asidi azaltıcı ilacın kullanılması gerekmez. Yeni doğan her iki bebekten birinde reflü yani kusma hali görülür. Reflü genelde doğduktan sonraki ilk ay içerisinde başlar ve dördüncü ilâ beşinci aya kadar artarak devam eder. Yeni doğanlar aldıkları gıdanın bir kısmını tekrar dışarı atar. Bu ise başka birçok sebeple birlikte sindirim sistemlerinin henüz gelişimini tam olarak tamamlayamamış olmasından kaynaklanır. Mide asidinin azaltılması ne sebebsiz ağlamaları ne de geçirmeleri önleyecektir. Hatta mide asidi azaltıcı ilaçlar yeni doğan bebekler için zararlı olabilir ve solunum yolları enfeksiyonuna, bağırsak mikroplarının (koli basili) halinin değişmesine ve kemiklerin zayıflamasına yol açabilir.

Bebeğinizde dalgalanarak devam eden kusma, durmak bilmeyen ağlama veya gerektiği kadar kilo alamama hali söz konusuysa mutlaka muayene edilmesi gerekir.

Yapabilecekleriniz:

- Reflüyü önlemek amacıyla bebeğinizin üst gövdesi daha yüksekte kalacak şekilde yatırabilirsiniz (örneğin üst gövdesinin altına bir banyo havlusu koymanız halinde yatış açısını gövdesinin geri kalanına göre 30 derece kadar yükseltmiş olursunuz.)



3

Öksürük

Çocuklarınıza öksürük ilaçları vermeyin.

Öksürük normal şartlar altında vücudun temel bir savunma mekanizmasıdır. Ne bitkisel ne de kimyasal öksürük ilaçları soğuk algınlığına karşı etkilidir. Yapılan kimi bilimsel araştırma sonuçlarından da anlaşıldığı üzere tam aksine çocuğunuz için tehlikeli bile olabilirler. Öksürük ilaçları genelde birden çok etken maddesinin bileşiminden oluşur. Başka ilaçlarla birlikte alındıklarında ise bu maddelerin aşırı dozda alınmış olmasına sebep olabilirler.

Yapabilecekleriniz:

- Bir yaşını doldurmuş çocuğunuza bal verin: bir küçük kaşıkla direkt veya çayın içine koyarak verebilirsiniz.
- Çocuğunuzun sigara dumanına maruz kalmasına izin vermeyin.
- İç mekanlarda havanın kalitesine özen gösterin. Havadaki nem oranının % 50-60 düzeylerinde ve oda sıcaklığının 18°C olmasına dikkat edin.
- Çocuğunuzun üst gövdesi yüksekte kalacak şekilde yatırın.



4

Mide-Bağırsak İltihabı (Gastroenterit)

Bir çocuk hafif veya orta derecede sıvı kaybı yaşadığında (örneğin mide-bağırsak iltihabı ile meydana gelen ishal ve/veya kusma sebebiyle) sıvı ihtiyacı ağız yoluyla telafi edilmelidir.

Ağır bir mide-bağırsak iltihabı durumunda meydana gelen sıvı kaybı özellikle çocuklarda ağır sonuçlar doğurabilir. Bu sıvı kaybı mutlaka telafi edilmek zorunda. Sıvı kaybı değişik şekillerde telafi edilebilir. En rahat ve sağlıklı olan yöntem ise bir şeyler içmektir.

Sıvı yetersizliği yaşanması halinde doğrudan mideye veya kandan verilerek de telafi edilebilir. Mideye verilmesi halinde buruna ince bir sonda yerleştirilerek yemek borusu üzerinden direkt mideye sıvı verilir. Kandan verilmesi halinde ise küçük bir iğne damara yerleştirilerek incecik bir hortum üzerinden serum şeklinde sıvı verilir. Çocuklarda damarı bulmak oldukça zor olduğundan kimi durumlarda ancak birkaç deneme sonrasında başarılı olabilir. Bu denemeler ise çocuğunuza ağrı verebildiği gibi yorucu da olabilir.

Yapabilecekleriniz:

- Çocuğunuza inceltilmiş elma suyu, anne sütü veya çocuğunuzun bildiği ve içtiği başka içecekler verin. Bunları kaşık kaşık verebilir veya yudum yudum içirebilirsiniz.
- Bunlara ek olarak reçetesiz satılan salin solüsyonu verebilirsiniz.



5

Küçük hava yollarında (Bronşioler) viral enfeksiyon

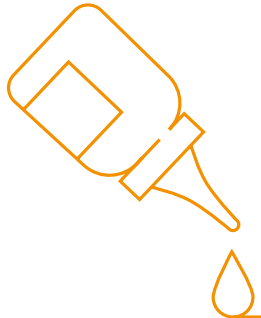


Yeni doğan bebeklerin küçük hava yollarında viral enfeksiyon olması halinde kortizon benzeri ilaçlar veya astım ilaçları kullanmayı alışkanlık haline getirmeyin.

Bronşiolit akciğerin küçük hava yollarında meydana gelen ve soğuk algınlığı virüsünün yol açtığı bir iltihaplanma halidir. İltihabın belirtileri olarak genelde sert ve balgamlı öksürük, burun akıntısı ve çoğu kez ateş görülür. Bu durum yeni doğanlarda sık görülür ve nefes almakta zorluk çekmelerine ve az emmelerine sebep olur. Bu durumun yaşanması halinde kortizon benzeri ilaçların veya bronşit ilaçlarının kullanılması ne çocuğunuzu hastaneye götürme riskini azaltır ne de iyileşme sürecini hızlandırır. Tam tersi, bu ilaçlar kandaki oksijen oranını kötüleştirebilir, nabzın aşırı yükselmesine veya titremeye yol açabilir.

Yapabilecekleriniz:

- Çocuğunuzun burnunu salin solüsyonu ile nemlendirin.
- Çocuğunuza sık sık ufak porsiyonlar halinde bir şeyler içirin.
- Çocuğunuza dinlenebilmesi için yeterince zaman tanıyın.



pädiatrie schweiz çocuğun üstün yararı ilkesini gözetiyor

İhtiyaç dışı muayeneler veya tedaviler sadece maddi külfete sebep olmuyor aynı zamanda ve çoğu kez çocuğunuza zarar da veriyor.

pädiatrie schweiz, İsviçre'deki çocuk doktorlarının ulusal birliği olarak «Smarter Medicine» inisiyatifini destekliyor. Bu inisiyatif, tedavinin, ancak hastaya kesin bir yarar sağlayacaksa uygulanması ilkesini benimsiyor.

Kimi zaman sabır gösterebilmek herhangi bir tedaviye başlamaktan daha yararlı olabilir.

- Bu broşürde kısaca değinilmiş olan 5 örneğe dair paediatricschweiz.ch/choosingwisely sayfasından daha ayrıntılı bilgi edinebilirsiniz.
- Sayfamızdaki bu bilgilere ait [Almanca](#), [İngilizce](#), [Fransızca](#), [İtalyanca](#), [Boşnakça/Sırpça/Hırvatça](#), [Portekizce](#), [İspanyolca](#) ve [Türkçe](#) olarak sunulan PDF dosyalarını indirebilir ve çıktısını alabilirsiniz.



smartermedicine
Choosing Wisely Switzerland

pädiatrie
schweiz

Die Fachorganisation der
Kinder- und Jugendmedizin

Rue de l'Hôpital 15
Postfach 516
1701 Freiburg

+41 26 350 33 44
sekretariat@paediatricschweiz.ch
paediatricschweiz.ch