

Viral Illness in Children (Swahili)

Ugonjwa wa virusi katika watoto

Virusi (vijidudu) ndio sababu ya kawaida ya ugonjwa katika watoto. Virusi husababisha maambukizi kama vile mafua ya kawaida, bronkiolitis, tonsillitis, maambukizo ya sikio, na homa ya mafua. Hata watoto wenye afya wanaweza kuwa na hadi magonjwa 12 ya virusi kila mwaka.

Virusi vinaweza kuenea kwa urahisi ndani ya familia na kati ya watoto. Watoto wengi hupona kikamilifu ndani ya wiki.



Ishara na dalili

Homa (joto la juu kuliko 38°C) ni dalili ya kawaida sana, lakini mtoto wako anaweza pia:



kuwa na pua yenye makamasi mengi au iliyoziba/ilijojaa



kula au kunywa kidogo zaidi



kuwa na kikohozi au kupiga chafya sana



kutapika na/au kuhara



kuhisi kuchoka sana



upele

Matibabu

Virusi haviwezi kutibiwa na viaa vijasumu. Tiba bora ni kupumzika nyumbani ili kuruhusu mfumo wa kinga ya mtoto wako kupambana na virusi.

Yafuatayo yanaweza kumsaidia mtoto wako kujisikia vizuri zaidi:

- Umpe mtoto wako paracetamol (Panadol au Dymadon) au ibuprofen (Nurofen) ili kudhibiti homa. Fuata maelekezo kwenye chupa au paketi kwa kipimo cha sahihi.
- Umpe mtoto wako maji ya sukari kama maziwa au juisi ya tofaa (kunywa kidogo mara nyingi kunaweza kusaidia)
- Mtia moyo mtoto wako kupumzika
- Weka mtoto wako nyumbani kutoka shuleni au huduma ya watoto hadi homa itoke na ajisikie vizuri.

Kwa ushauri wa matibabu usio wa dharura, piga simu 13 HEALTH (13 43 25 84) kuzungumza na muuguzi aliyesajiliwa saa 24 kwa siku, siku saba kwa wiki kwa gharama ya simu ya mtaa.



Omba kupata mkalimani ikiwa unamhitaji.



Acha kuenea

Virusi vinaweza kuenea kutoka kwa mtu hadi mtu katika matone madogo kutoka pua na mdomo (kupiga chafya, kukohoa, pua yenye makamasi), na kupitia matapishi au kinyesi, hasa mtu anapoharisha.

Unaweza kusaidia kupunguza kuenea kwa virusi na hatua za usafi ikiwa ni pamoja na:

- kuosha mikono mara kwa mara
- kutoshiriki vikombe au vifaa vya kulia
- kuwahimiza watoto kukohoa au kupiga chafya kwenye kiwiko chao
- kutumia tishu badala ya kitambaa - fundisha mtoto wako kutupa tishu ndani ya pipa mara tu baada ya kuzitumia, na kuosha mikono yao baadaye.

Ikiwa mtoto wako unaugua na virusi, umweke nyumbani kutoka kwa huduma ya watoto, chekechea au shuleni hadi anapopata nafuu tena.

Wakati wa kuonana na daktari

Mwona GP wako ikiwa:

- mtoto wako ana dalili au alama za ugonjwa wa virusi. Kawaida daktari anaweza kutambua ugonjwa wa virusi kwa kumchunguza mtoto wako. Vipimo havihitajiki.

Mpeleke mtoto wako kwa idara ya dharura ya hospitali iliyo karibu nawe ikiwa yeye:

- ana umri chini ya miezi 3 na ana homa
- anakuwa na usingizi mzito na mgumu kuamka
- anakunywa chini ya nusu ya kiasi chake cha kawaida
- anajisaidia chini ya mara mbili kwa siku
- anahema haraka sana au unahangaika juu ya kupumua kwake
- amerudishwa nyumbani baada ya kugundulika na maambukizi ya virusi na dalili yake imekuwa mbaya.

Imeandaliwa na Idara ya Dharura, Hospitali ya Watoto ya Queensland. Tunatambua mchango wa watumiaji na walezi.

Resource ID: FS351. **Reviewed:** July 2022

Kanusho: Maelezo haya yametolewa na wataalamu wa afya kama mwongozo pekee na yanalenga kusaidia, si kubadili nafasi, majadiliano na daktari wa mtoto wako au wataalamu wa afya. Taarifa husasishwa kila mara, kwa hivyo tafadhali angalia kuwa unarejelea toleo la hivi majuzi zaidi. Tafuta ushauri wa matibabu, inapofaa, kwa wasiwasi kuhusu afya ya mtoto wako.