zdrowe dziecko

w trosce o beztroskę

AKCJA INHALACJA!

Jak prawidłowo nebulizować dziecko?



Praktyczny poradnik dla rodziców

SOLINEA

zdrowe dziecko

w trosce o beztroskę

PORTAL PEŁEN ZDROWYCH TREŚCI

To miejsce, gdzie specjaliści z zakresu pediatrii dzielą się wiedzą i doświadczeniem.

W redakcji portalu są lekarze i położne, dietetycy, farmaceuci, fizjoterapeuci, psycholodzy i pedagodzy oraz dziennikarki, które same są mamami i doskonale znają wyzwania, z jakimi współcześnie mierzą się rodzice.

Poznaj naszą stronę: www.zdrowedziecko.com

Odwiedź nas w social mediach!

@akcja_zdrowedziecko

Zdrowe Dziecko

Zeskanuj KOD QR
Wypełnij interaktywną ankietę i dowiedz się, z czego robić inhalacje dla dziecka.

Zeskanuj KOD QR
Uzyskaj dostęp do bezpłatnych poradników dla rodziców.

Opracowanie: Dorota Czernicka
Konsultacja farmaceutyczna: mgr farm. Marta Budzyńska
Konsultacja pediatryczna: lek. Dagmara Chmurzyńska-Rutkowska
Podmiot prowadzący reklamę: Solinea Sp. z o.o.
Zdjęcia: archiwum własne Solinea.

Droga Mamo, Drogi Tato!

Wiemy, jak dużym zmartwieniem są dziecięce infekcje. Gdy przeziębienie goni przeziębienie, łatwo załamać ręce.

Dobra wiadomość jest taka, że z czasem chorób jest mniej, a czas biegnie bardzo szybko. Popatrzcie tylko na swoje pociechy! Rosną jak na drożdżach.

Aby jednak ten czas przebiegł w miarę spokojnie, warto sięgać po zdrowe rozwiązania, takie jak NEBULIZACJA.

Ta prosta metoda inhalacji wspiera leczenie różnych chorób dróg oddechowych: łagodzi objawy przeziębienia, pomaga przy alergiach wziewnych, sprawdza się też przy poważniejszych infekcjach. Zalecana jest zarówno do wspomagania leczenia, jak i profilaktyki.

To duża pomoc i warto z niej korzystać.
Jak dokładnie?

O tym jest ta książeczka. Pokazujemy w niej, jak krok po kroku nebulizować dziecko oraz dzielimy się poradami specjalistów i doświadczonych rodziców. Mamy nadzieję, że znajdziecie tu cenne informacje, dzięki którym dbanie o zdrowie najmłodszych stanie się znacznie łatwiejsze.

Trzymamy za Was kciuki!



Spis treści

WSTĘP 5

Kilka słów o dziecięcych infekcjach, budującej się odporności i domowych inhalacjach.

SŁOWNIK 6

Inhalacja i nebulizacja to nie do końca to samo. Wyjaśniamy, co i jak.

CZĘŚĆ 1. TROCHĘ TEORII

INHALATOR 9

Jaki nebulizator wybrać? Na co zwracać uwagę? Maseczka, ustnik, widełki – czym inhalować dziecko? Czyszczenie i konserwacja – praktyczne porady.

PREPARATY DO NEBULIZACJI 15

Czym się różni sól fizjologiczna od hipertonicznej? Z czego inhalacje na katar i kaszel? Przykłady.

NEBULIZUJEMY KROK PO KROKU 22

Instrukcja wykonania nebulizacji krok po kroku, wskazówki dla rodziców dzieci w różnym wieku.

CZĘŚĆ 2. SPORO PRAKTYKI

PYTANIA i ODPOWIEDZI 25

Inhalacja od praktycznej strony. Omawiamy najczęstsze wątpliwości dotyczące nebulizowania maluszków i starszaków.

PROTIPY 31

Sprawdzone porady specjalistów i życiowe wskazówki mam.



zdrowe dziecko
w trosce o beztroskę

WSTĘP

Częste infekcje to norma, a inhalacja to wsparcie

Nawracające infekcje u Twojego dziecka, zwłaszcza jeśli chodzi do żłobka lub przedszkola, mogą Cię martwić.
To zrozumiałe!

Musisz jednak wiedzieć, że z medycznego punktu widzenia jest to całkowicie normalny i **naturalny etap rozwoju**. Układ odpornościowy małego dziecka jest jak uczeń – musi poznać otaczające go drobnoustroje, aby nauczyć się z nimi walczyć.

Ważne jest mądre i cierpliwe wspieranie małego organizmu w tej nauce. Jednym z najbardziej przydatnych narzędzi, które Ci w tym pomogą, jest **nebulizator**.



ZDROWE DZIECI W WIEKU PRZEDSZKOLNYM MOGĄ PRZECHODZIĆ OD 6 DO NAWET 10 ŁAGODNYCH INFEKCJI DRÓG ODDECHOWYCH W CIĄGU ROKU, CO MIEŚCI SIĘ W GRANICACH NORMY.

Prawidłowo stosowana nebulizacja pozwala skutecznie łagodzić dolegliwości, dbać o zdrowie dróg oddechowych i pomaga dziecku przejść przez chorobę w znacznie większym komforcie.

SŁOWNIK

Na początek kilka słów wyjaśnienia. Czym jest inhalacja?

INHALACJA to inaczej tzw. aerozoloterapia, czyli zabieg wziewnego podawania leków i preparatów bezpośrednio do dróg oddechowych.

Obejmuje różne metody:

- używanie inhalatorów proszkowych lub ciśnieniowych (popularne „wziewki" dla astmatyków)
- stosowanie nebulizatorów (nebulizacja)



inhalator ciśnieniowy



inhalacja nebulizatorem

NEBULIZACJA jest rodzajem inhalacji. Polega na podawaniu płynnej formy preparatu w postaci delikatnej mgiełki (aerozolu). Aerozol składa się z maleńkich cząsteczek, dzięki czemu **dociera bezpośrednio** do układu oddechowego, w tym do jego głębszych partii.

Każda nebulizacja jest formą inhalacji, ale nie każda inhalacja jest nebulizacją.

Nebulizacja to **„złoty standard”** w leczeniu chorób układu oddechowego u dzieci, ponieważ **oferuje konkretne korzyści**, które przynoszą ulgę nie tylko maluchowi, ale i jego rodzicom.

4 kluczowe zalety nebulizacji, które doceni każdy rodzic:



Nebulizacja nie wymaga współpracy dziecka

Wystarczy, że maluch spokojnie oddycha przez maseczkę – nie musi koordynować wdechu z pracą urządzenia. To proste rozwiązanie dla niemowląt i najmłodszych dzieci.

Trafia w źródło problemu

Mgiełka zawierająca cząsteczki leku dociera bezpośrednio do chorych dróg oddechowych, działając szybciej i omijając wrażliwy brzuszek dziecka.





Zajmuje krótką chwilę

Inhalacja najczęściej trwa kilka minut, zwykle nie dłużej niż 10 minut, a w przypadku użycia nebulizatorów siateczkowych nawet mniej niż 5 minut.

Jest wszechstronną i sprawdzoną metodą

Skutecznie wspiera leczenie szerokiego spektrum chorób – od zwykłego kataru, przez zapalenie krtani, po alergię wziewną czy choroby przewlekłe, łagodząc objawy i przynosząc ulgę.



Na początek trochę teorii



1

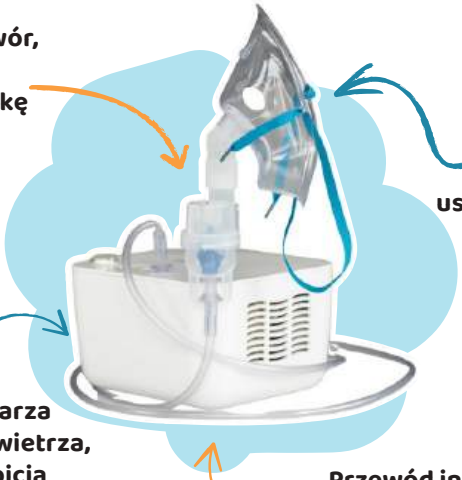
Inhalator – Twój domowy sprzęt medyczny

Spośród wielu różnych nebulizatorów za najbardziej uniwersalny w łagodzeniu objawów infekcji oddechowych u dzieci uznawany jest **NEBULIZATOR PNEUMATYCZNY** (kompresorowy, tłokowy).

Można w nim stosować wszystkie rodzaje leków (w tym sterydy) i preparatów do nebulizacji, więc **ma wszechstronne zastosowanie**. Sprawdzi się w różnych sytuacjach, zarówno podczas przeziębienia, zapalenia zatok czy płuc, jak i podczas alergii wziewnej.

JEŚLI MASZ NEBULIZATOR SIATECZKOWY LUB ULTRADŹWIĘKOWY, SPRAWDŹ JAKIEGO RODZAJU ROZTWORY MOŻESZ W NIM STOSOWAĆ.

Nebulizator, czyli pojemnik na roztwór, który zamienia go w delikatną mgiełkę (aerozol).



Maseczka do inhalacji albo ustnik lub widełki donosowe.

Sprężarka – wytwarza silny strumień powietrza, potrzebny do rozbicia cząsteczek płynu i wytworzenia aerozolu.

Przewód inhalacyjny, przez który strumień powietrza ze sprężarki przelatuje do nebulizatora.

Końcówki inhalatora – co do czego służy?



MASECZKA

- Dla niemowląt i dzieci do ok. 4. roku życia.
- Musi obejmować nos i usta, szczelnie przylegając do skóry.
- Często jest dostępna w dwóch rozmiarach, maluszkom zakładamy tę mniejszą.
- Odpowiednia do inhalacji na katar.



USTNIK

- Dla dzieci współpracujących (powyżej 4 lat).
- Najskuteczniejszy do inhalacji głębszych partii drzewa oskrzelowego, np. podczas zapalenia płuc, zwłaszcza przy podawaniu leków wziewnych.



KOŃCÓWKA DO NOSA

- Tzw. widełki donosowe.
- Dla dzieci współpracujących (powyżej 4 lat).
- Przydaje się w przypadku kataru i blokady nosa, np. podczas nieżytu nosa, zapalenia zatok.

Maseczka czy ustnik? Co i kiedy wybrać?

Wybór odpowiedniej końcówki do nebulizacji zależy od:

- **celu zabiegu**
  (na górne czy dolne drogi oddechowe)
- **preparatów do nebulizacji**
  (roztwory chlorku sodu, leki na receptę)
- **wieku dziecka**
  (niemowlę, przedszkolak, uczeń).

Przykłady?

Do inhalacji na katar wykonanej z roztworu chlorku sodu, niezależnie od wieku dziecka, zaleca się **maseczkę**.



Do inhalacji dolnych partii dróg oddechowych, zwłaszcza z zastosowaniem leku do nebulizacji, lepiej wybrać ustnik, ale tylko u dzieci, które będą w stanie współpracować: przez kilka minut trzymać tę końcówkę wargami i spokojnie oddychać.



NIEMOWLĘTA I MŁODSZE PRZEDSZKOLAKI NIE SĄ GOTOWE, ABY INHALOWAĆ SIĘ PRZEZ USTNIK. DLATEGO ZAKŁADA SIĘ IM MASECZKĘ PEDIATRYCZNĄ I PILNUJE, BY SZCZELNIE OBEJMOWAŁA NOS I USTA AŻ DO KOŃCA TRWANIA ZABIEGU.

Inhalacja przez maseczkę

Maseczka jest jedynym słusznym wyborem **u niemowląt i małych dzieci**, które nie potrafią jeszcze utrzymać ustnika przez kilka minut w buzi.

Maseczkę stosuje się też **u starszych dzieci** podczas **inhalacji na katar** z soli fizjologicznej czy hipertonicznej.

Najlepiej, aby maseczka była miękka i dopasowana do twarzy dziecka. Powinna szczelnie przylegać do skóry, obejmując dokładnie nos i usta.

A co z dziurkami? Zaklejać?

DZIURKI W MASECZCE SŁUŻĄ DO TEGO, BY WYDYCHANE POWIETRZE (DWUTLENEK WĘGLA) MOGŁO SWOBODNIE UCIEC NA ZEWNĄTRZ. DZIĘKI NIM, PRZY KOLEJNYM WDECHU DZIECKO ZACIĄGA PEŁNĄ PORCJĘ MGIEŁKI, A NIE ZUŻYTE POWIETRZE. NIE TRZEBA ICH ZAKLEJAĆ!

Maseczka z dziurkami nadaje się do inhalacji roztworami chlorku sodu (solą fizjologiczną i hipertoniczną), ale do podawania leków lepsza będzie maseczka z zastawką wydechową (bez dziurek).

Maseczka z dziurkami odpowiednia do inhalacji solami fizjologiczną i hipertoniczną.

Zwykle w zestawie z nebulizatorem!





Maseczka z zastawką wydechową, najlepszy wybór przy podawaniu leków drogą nebulizacji.

Warto ją dokupić!

Inhalacja przez ustnik



roztwory chlorku sodu, leki do inhalacji na receptę



niższe partie układu oddechowego

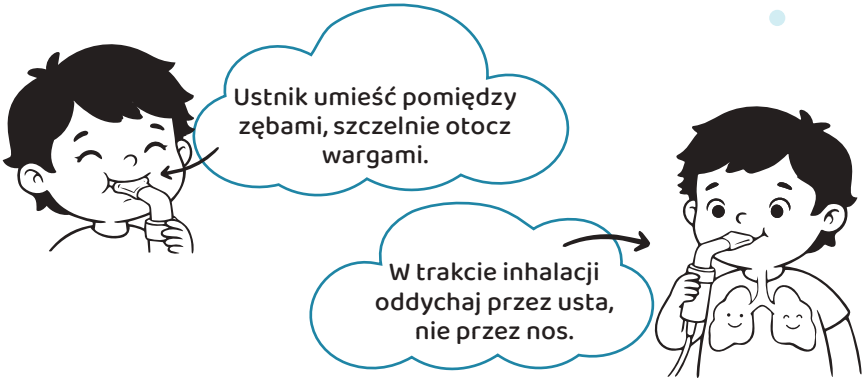


starsze dzieci, gotowe do współpracy

Jeśli Twoje **dziecko jest już na tyle duże**, by świadomie współpracować (zazwyczaj od 4. roku życia), a ma wykonać inhalację z leku na receptę, to warto sięgnąć po **ustnik**, ponieważ:

- daje większą pewność, że dobroczynna mgiełka trafi precyzyjnie tam, gdzie jest potrzebna – do oskrzeli i płuc,
- **znacząco ogranicza straty leku**. Oznacza to, że prawie cała dawka cennego preparatu trafia do dróg oddechowych dziecka, zamiast ulatniać się w powietrze czy osiadać na skórze twarzy. Dzięki temu terapia jest po prostu bardziej skuteczna.

Jak używać ustnika?



Jeśli nos jest zatkany, oczyść go dopiero po inhalacji.
Są też dostępne specjalne zatyczki na nos, aby wymusić oddychanie ustami.

Czyszczenie i konserwacja – praktyczne porady

MYCIE

Po każdym użyciu umyj pojemnik na lek (nebulizator), maskę, ustnik lub widełki w ciepłej wodzie z delikatnym detergentem. To kluczowe dla czystości podawanego w nebulizacji powietrza!

DEZYNFEKCJA

Regularnie (np. raz w tygodniu w sezonie infekcyjnym) dezynfekuj akcesoria zgodnie z instrukcją (np. przez wygotowanie, jeśli jest to dozwolone).

WYMIANA FILTRÓW

W głównej części inhalatora (sprężarce) znajduje się **filtr powietrza**. Sprawdzaj go regularnie i **wymień**, gdy stanie się **szary lub zabrudzony**. To kluczowe dla czystości powietrza podawanego podczas nebulizacji!

WYMIANA INNYCH ELEMENTÓW

Końcówki inhalacyjne, przewód powietrzny i pojemnik na płyn (nebulizator) zużywają się i trzeba je wymieniać co 6-12 miesięcy, zgodnie z zaleceniami producenta. Dzięki temu nebulizator posłuży dłużej, a zabiegi będą higieniczne.



Przechowuj cały zestaw w jednej torbie lub pudełku. Zapobiegnie to zakurzeniu, zagubieniu części i ułatwi szybkie użycie w razie potrzeby.

PREPARATY DO NEBULIZACJI

Czym inhalować dziecko?

SÓL FIZJOLOGICZNA
(izotoniczna)
to roztwór chlorku sodu o stężeniu fizjologicznym (0,9% NaCl), czyli takim, jakie jest w płynach ustrojowych naszego organizmu.

Sól fizjologiczna **delikatnie oczyszcza i nawilża** błonę śluzową dróg oddechowych.

SÓL HIPERTONICZNA
to roztwór chlorku sodu o stężeniu wyższym niż fizjologiczne (np. 1,5-3% NaCl)*.

Działa inaczej niż sól fizjologiczna, bo nie tylko **oczyszcza**, ale też powoduje napływ wody do miejsca podania, dzięki czemu **pomaga rozrzedzić wydzielinę**.

* Stosować ostrożnie u dzieci z astmą (więcej na s. 30).

Preparaty soli fizjologicznej i hipertonicznej mogą być wzbogacone różnymi substancjami, np. nawilżającą EKTOINĄ i KWASEM HIALURONOWYM.

Hipertoniczny roztwór chlorku sodu występuje również w połączeniu z N-ACETYLOCYSTEINĄ o działaniu mukolitycznym, rozrzedzającym gęstą wydzielinę i ułatwiającym jej odkrztuszanie.

NIE ZOSTAWIAJ NAPOCZĘTEJ AMPUŁKI DO PÓŹNIEJSZEGO UŻYCIA, PONIEWAŻ TRACI JAŁOWOŚĆ I MOŻE ZOSTAĆ ZANIECZYSZCZONA.

Mufluil HIPERTONIC

STERYLNY ROZTWÓR DO ZAKRAPLANIA I NEBULIZACJI Z N-ACETYLOCYSTEINĄ I HIPERTONICZNYM ROZTWOREM CHLORKU SODU (3% NaCl).

- **działanie składników rozrzedza gęsty i lepki śluz**
- **N-acetylocysteina wspomaga prawidłowe funkcjonowanie nabłonka oddechowego**
- **wskazany w leczeniu chorób układu oddechowego charakteryzujących się nadmierną produkcją gęstej i lepkiej wydzieliny**

przy gęstym katarze i mokrym kaszlu



do zakraplania nosa

do zakraplania uszu

do każdego rodzaju inhalatora

dla dzieci od 2. roku życia

10 ampułek po 5 ml

Inhalacja: 1 ampułka 1-2 razy dziennie przez 5-10 dni o ile lekarz nie zaleci inaczej

Producent: Pharma Line S.r.l.
Podmiot prowadzący reklamę: Solinea Sp. z o.o.

To jest wyrób medyczny. Używaj go zgodnie z instrukcją używania lub etykietą.

INHALACJA NA KASZEL

Kiedy i co stosować?

SUCHY KASZEL

Tu zaleca się np. roztwory soli izotonicznej z ektoiną lub kwasem hialuronowym, które nawilżą podrażnioną kaszlem śluzówkę.

MOKRY KASZEL

Pomoc niosą sole hipertoniczne. Małym dzieciom zaleca się te o niższym stężeniu chlorku sodu, np. 1,5% NaCl.

Ważne, by stosować je w pierwszej połowie dnia. Pobudzają odruch kaszlu, kluczowy w oczyszczaniu dróg oddechowych, więc podane przed snem utrudnią zasypianie.

JEŚLI TWOJE DZIECKO MĘCZY MOKRY KASZEL, PO NEBULIZACJI WYKONAJ OKLEPYWANIE. TO PROSTY ZABIEG, KTÓRY WSPOMAGA OCZYSZCZANIE DRÓG ODDECHOWYCH Z ZALEGAJĄCEJ WYDZIELINY.

TRUDNA DO ODKRZTUSZENIA WYDZIELINA

Można sięgnąć po **ampułki do inhalacji o wyższym stężeniu chlorku sodu** (hipertonicznym). A po konsultacji z lekarzem po roztwór **N-ACETYLOCYSTEINY**, która rozrzedza gęsty śluz i ułatwia jego usuwanie.



INHALACJA NA KATAR

Kiedy i co stosować?

WODNISTY KATAR

To często początkowy objaw przeziębienia. Pomocne mogą być inhalacje z soli fizjologicznej, które ułatwią wydmuchiwanie nosa.

LEJĄCY SIĘ KATAR I SWĘDZĄCY NOS

Takie dolegliwości nosowe występują przy alergii wziewnej. Aby je złagodzić, możesz wykonać inhalację z izotonicznego roztworu z ektoiną.

Ektoina nie tylko nawilża śluzówkę, ale też chroni ją przed wpływem szkodliwych czynników, takich jak alergeny wziewne (np. pyłki roślin, roztocze).

GĘSTY KATAR I ZATKANY NOS

Przy takich dolegliwościach pomoc niosą roztwory soli hipertonicznej. Małym dzieciom zaleca się te o niższym stężeniu chlorku sodu, np. 1,5% NaCl.

Sól hipertoniczna rozrzedza wydzielinę i pomaga ją usunąć. Dodatkowo zmniejsza obrzęk śluzówki, wywołujący wrażenie blokady nosa. Jest przeznaczona do stosowania krótkotrwałego, przez 5-7 dni.



Niektóre dzieci mają wrażliwe nosy i źle reagują na inhalacje solami hipertonicznymi. Dla nich lepsze są roztwory hipertoniczne z dodatkami nawilżającymi – ektoiną lub kwasem hialuronowym. Ich działanie chroni śluzówkę i pomaga uporać się z katarem.

PREPARATY Z EKTOINĄ

izotoniczne do nebulizacji

ECTODOSE

ROZTWÓR DO INHALACJI Z EKTOINĄ

IZOTONICZNY ROZTWÓR DO INHALACJI Z EKTOINĄ

do każdego rodzaju inhalatora

- **nawilża i chroni błonę śluzową dróg oddechowych**
- **ułatwia odkrztuszanie**
- **profilaktycznie i wspomagająco w leczeniu infekcji i alergii**



20 ampułek po 2,5 ml

Jedna ampułka służy do jednorazowej inhalacji

Producent: bitop AG. Podmiot prowadzący reklamę: Solinea Sp. z o.o.

ECTO RESPIRA

do inhalatora pneumatycznego

IZOTONICZNY ROZTWÓR CHLORKU SODU (0,9% NaCl) Z EKTOINĄ I KWASEM HIALURONOWYM

- **chroni śluzówkę przed wysychaniem i wspomaga jej regenerację**
- **intensywnie nawilża drogi oddechowe**
- **zabezpiecza przed wnikaniem wirusów, bakterii i alergenów**



20 ampułek po 5 ml

Jedna ampułka służy do jednorazowej inhalacji

Producent: UNOLAB MANUFACTURING. Podmiot prowadzący reklamę: Solinea Sp. z o.o.

To jest wyrób medyczny. Używaj go zgodnie z instrukcją używania lub etykietą.

POZNAJ RODZINĘ NEBU-DOSE

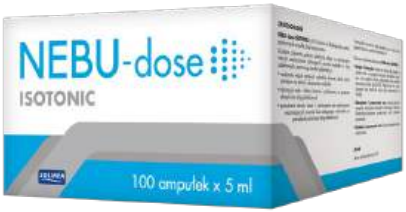
izotoniczne do nebulizacji

NEBU-dose
ISOTONIC

SÓL FIZJOLOGICZNA (0,9% NaCl)

do każdego rodzaju inhalatora

- codzienna higiena nosa
- objawowe łagodzenie kataru
- nośnik dla leków do inhalacji



100 ampułek po 5 ml

Jedna ampułka służy do jednorazowej inhalacji

Producent: UNOLAB MANUFACTURING. Podmiot prowadzący reklamę: Solinea Sp. z o.o.

NEBU-dose
HIALURONIC

IZOTONICZNY ROZTWÓR CHLORKU SODU (0,9% NaCl) Z KWASEM HIALURONOWYM

do inhalatora pneumatycznego

- nawilża i regeneruje błonę śluzową dróg oddechowych
- wskazany przy suchości i podrażnieniu dróg oddechowych



30 ampułek po 5 ml

Jedna ampułka służy do jednorazowej inhalacji

Producent: UNOLAB MANUFACTURING. Podmiot prowadzący reklamę: Solinea Sp. z o.o.

To jest wyrób medyczny. Używaj go zgodnie z instrukcją używania lub etykietą.

hipertoniczne do nebulizacji

NEBU-dose BABY

HIPERTONICZNY ROZTWÓR CHLORKU SODU (1,5% NaCl)

do każdego rodzaju inhalatora

- **wskazany przy gęstym katarze i mokrym kaszlu**
- **delikatnie rozrzedza wydzielinę**
- **wspomaga oczyszczanie dróg oddechowych**



30 ampułek po 5 ml

Jedna ampułka służy do jednorazowej inhalacji

Producent: UNOLAB MANUFACTURING. Podmiot prowadzący reklamę: Solinea Sp. z o.o.

NEBU-dose HIPERTONIC

HIPERTONICZNY ROZTWÓR CHLORKU SODU (3% NaCl)

do każdego rodzaju inhalatora

- **wskazany przy gęstym katarze i mokrym kaszlu**
- **rozrzedza gęstą i zalegającą wydzielinę**
- **wspomaga odkrztuszanie**



30 ampułek po 5 ml

Jedna ampułka służy do jednorazowej inhalacji

Producent: UNOLAB MANUFACTURING. Podmiot prowadzący reklamę: Solinea Sp. z o.o.

NEBU-dose PLUS

HIPERTONICZNY ROZTWÓR CHLORKU SODU (3% NaCl) Z KWASEM HIALURONOWYM

do inhalatora pneumatycznego

- **rozrzedza wydzielinę, ułatwiając jej usunięcie**
- **dla osób wrażliwych, źle tolerujących nebulizacje hipertonicznym roztworem soli**



30 ampułek po 5 ml

Jedna ampułka służy do jednorazowej inhalacji

Producent: UNOLAB MANUFACTURING. Podmiot prowadzący reklamę: Solinea Sp. z o.o.

To jest wyrób medyczny. Używaj go zgodnie z instrukcją używania lub etykietą.



NEBULIZUJEMY

Inhalacja krok po kroku

1. PRZYGOTUJ WSZYSTKO

Umyj ręce
To absolutna podstawa, by nie wprowadzać do dróg oddechowych dziecka dodatkowych drobnoustrojów.

Przygotuj sprzęt
Upewnij się, że pojemnik na roztwór (nebulizator) oraz maseczka są czyste i suche po ostatnim użyciu.

Odmierz dawkę
Przygotuj ampułkę do nebulizacji lub dawkę leku przepisaną przez lekarza. Wlej preparat do nebulizatora.

ZANIM URUCHOMISZ INHALATOR, ZADBAJ O DWIE RZECZY: HIGIENĘ I DOBRĄ ATMOSFERĘ. PAMIĘTAJ, ŻE TWÓJ SPOKÓJ UDZIELI SIĘ DZIECKU.

2. ZAWOŁAJ DZIECKO

- Starszaka posadź na krześle lub sofie.
- Młodszego smyka weź na kolana.
- Starsze niemowlę trzymaj w pozycji półsiedzącej (jeśli samodzielnie nie siada, mocno wspierając jego plecy i główkę). Siedzącego maluszka posadź na swoich kolanach.
- Młodsze niemowlę weź na ręce w pozycji fasoli, podpierając główkę dziecka na swoim przedramieniu.

- **Załóż dziecku maseczkę** tak, by obejmowała usta i nos oraz szczelnie przylegała do twarzy.
- **Poproś, by smyk oddychał normalnie** i postarał się siedzieć spokojnie, aż nebulizator skończy generować mgiełkę.

3. ROZPOCZNIJ NEBULIZACJĘ

Uruchom inhalator i bądź cały czas przy dziecku. Pilnuj, by siedziało spokojnie, miarowo oddychało, nie kręciło się i nie zdejmowało maseczki.



Ile to potrwa?

Zabieg jest skończony, gdy cała dawka preparatu zostanie zużyta, a mgiełka przestanie wydobywać się z nebulizatora. Zwykle zajmuje to 5-10 minut, maksymalnie kwadrans.



Jak dziecko powinno oddychać?

Przede wszystkim spokojnie i miarowo. Przy katarze – nosem, przy kaszlu – ustami, ale jeśli dla dziecka to trudne, może oddychać zwyczajnie.



Sposób na nudę?

Włącz ulubioną bajkę lub czytaj książeczkę. Czas minie szybciej, a zabieg nie będzie się kojarzył z przykrym obowiązkiem.

JEŚLI PODCZAS NEBULIZACJI SMYK ZACZNIE DOKAZYWAĆ ALBO PŁAKAĆ, LEPIEJ PRZERWAĆ ZABIEG I SPRÓBOWAĆ PONOWNIE, GDY MALUCH SIĘ USPOKOI.

4. NA ZAKOŃCZENIE

Umyj dziecku buzię wokół ust i nosa, aby usunąć resztki preparatu.

Po inhalacji na mokry kaszel (np. przy użyciu soli hipertonicznej), po ok. 30 minutach możesz **oklepać plecki dziecka**, by ułatwić mu odkrztuszanie.

Pierwsza inhalacja wykonana. Z każdą kolejną próbą będzie łatwiej, bo jak dobrze wiesz: praktyka czyni mistrza!

Teraz część praktyczna



2

PYTANIA i ODPOWIEDZI

Teoria to tylko teoria. Nawet opanowana do perfekcji może nie wystarczyć w obliczu życiowych problemów. A te zdarzają się w najmniej oczekiwanych sytuacjach.

Wychodząc im naprzeciw, przygotowaliśmy krótkie Q&A dotyczące nebulizacji, abyście dokładnie wiedzieli, co robić.

Czy przed inhalacją trzeba oczyścić dziecku nos?

Przed inhalacją na katar z roztworów chlorku sodu: **TAK**, to korzystne, ponieważ usunięcie zalegającej wydzieliny umożliwia lepsze dotarcie cząsteczek aerozolu do śluzówki nosa.

Przed inhalacją niższych partii układu oddechowego, np. przy zapaleniu krtani, oskrzeli, oskrzelików: **NIE**. Blokada nosa sprzyja oddychaniu przez usta, a wówczas aerozol dociera w większości w głąb drzewa oskrzelowego i może zadziałać dokładnie tam, gdzie potrzeba.





Podczas inhalacji oddychać przez nos czy usta?

To zależy. Podczas inhalacji na katar lepiej oddychać przez nos. Natomiast jeśli zabieg ma wspomagać leczenie dolnych dróg oddechowych, korzystniej oddychać przez usta. Jeśli jednak dziecku sprawia to problem, może oddychać jak chce. Najważniejsze, by podczas nebulizacji było spokojne.



Inhalacja przed czy po posiłku?

Inhalację wykonuj w bezpiecznym odstępie od jedzenia – minimum godzinę po posiłku lub około 30 minut przed kolejnym, aby uniknąć ryzyka wymiotów i nie zaburzać apetytu dziecka.



Najpierw inhalacja czy krople do nosa?

Najpierw inhalacja, bo oczyszcza drogi oddechowe, dzięki czemu substancje zawarte w kropelkach do nosa mogą zadziałać skuteczniej i szybciej. Podobnie z syropem, najpierw inhalacja na kaszel, 15 minut przerwy i syrop.



Czy rodzeństwo może używać jednej maseczki?

Lepiej nie. Maseczka, podobnie jak szczoteczka do zębów, jest przedmiotem osobistego użytku. Każde dziecko musi mieć własną. Używanie wspólnej maseczki jest prostą drogą do wzajemnego przenoszenia drobnoustrojów i ponownych infekcji.

Czy warto kupić smoczek do inhalacji?

Lekarze tego nie zalecają. Dlaczego?

Dziecko inhalowane przez smoczek będzie raczej połykać aerozol (który zmiesza się ze śliną) niż go wdychać. Dobroczynna mgiełka nie wniknie więc do oskrzeli czy płuc, lecz w większości trafi do żołądka.

Zamiast inwestować w taki gadżet, lepiej zacząć przyzwyczajać niemowlaka do inhalacji przez maseczkę.

Czy można inhalować niemowlę podczas snu?

Dziecko podczas snu oddycha płycej niż w trakcie czuwania. Płytki oddech sprawia, że aerozol dociera głównie do górnych dróg oddechowych i w mniejszym stopniu penetruje oskrzela i płuca.



Kiedy to dobre rozwiązanie?

Inhalacja przez sen sprawdzi się przy katarze i gdy trzeba nawilżyć drogi oddechowe solą fizjologiczną.

Pamiętaj, że jeśli celem nebulizacji jest podanie leku do oskrzeli (np. przy zapaleniu oskrzeli lub astmie), inhalacja wykonana na spokojnie w trakcie czuwania będzie zawsze bardziej efektywna niż podczas snu.

Czy do nebulizacji można zastosować olejki eteryczne?

Absolutnie nie. Nebulizator to urządzenie medyczne przeznaczone wyłącznie do preparatów o odpowiedniej czystości i wielkości cząsteczek. Dodawanie naparów ziołowych, olejków eterycznych czy jakichkolwiek innych substancji może trwale uszkodzić sprzęt, a co gorsze, wywołać u dziecka silną reakcję alergiczną lub groźny skurcz oskrzeli.

Ile czasu po inhalacji wykonać oklepywanie?

Najlepiej odczekać 20-30 minut. W tym czasie preparat podany w nebulizacji zacznie działać, a oklepywanie wzmocni ten efekt. Pamiętaj, że oklepywanie nie musi trwać długo. Ważniejsze, by było wykonane prawidłowo.

Jak to zrobić?

Zeskanuj kod QR
– przejdź do artykułu na zdrowedziecko.com, w którym fizjoterapeuta instruuje, jak oklepywać dzieci po inhalacji.

Czy po inhalacji trzeba umyć buzię dziecku?

Jak najbardziej! Szczególnie po inhalacji lekami sterydowymi. Umycie buzi i zębów zapobiega podrażnieniom i infekcjom grzybiczym, bardzo nieprzyjemnym w skutkach.

Czy dziecko po inhalacji może wyjść na spacer?

Jeśli stan zdrowia smyka na to pozwala, a pogoda sprzyja, **MOŻNA** wyjść na spacer. Warto jednak odczekać przynajmniej 30 minut po inhalacji.

Pamiętaj, aby zabrać ze sobą chusteczki higieniczne, bo zabieg nasila katar (co jest zamierzone i korzystne).

Czy można wykąpać dziecko po inhalacji?

Tak, nie ma tu żadnych przeciwwskazań ani konkretnych zaleceń.



Dlaczego po inhalacji dziecko bardziej kaszle?

Kaszel to dobry i pożądany objaw, świadczący o tym, że zabieg zadziałał.

Inhalacje, zwłaszcza te z soli hipertonicznej lub preparatów wykrztuśnych, rozrzedzają gęstą, zalegającą w drogach oddechowych wydzielinę.

Kiedy ten gęsty śluz staje się rzadszy i bardziej ruchomy, organizm dziecka w naturalny sposób chce się go pozbyć. Głównym mechanizmem oczyszczania oskrzeli jest właśnie kaszel.

Dlatego też nie inhalujemy dziecka wieczorem, ale najpóźniej 3-4 godziny przed snem.

Na co uważać podczas nebulizacji?

Roztwory hipertoniczne do nebulizacji można stosować krótkotrwale, przez 5-7 dni. Jeśli nie ma poprawy, trzeba skonsultować się z pediatrą.

Szczególnej uwagi wymagają dzieci z astmą. Jeśli po inhalacji solą hipertoniczną zaczną inaczej oddychać, świszczeć, to może oznaczać skurcz oskrzeli. W takich sytuacjach lekarz może zalecić podawanie leku rozszerzającego oskrzela przed nebulizacją.

Dziecko nie chce się inhalować, co robić?

No cóż, trzeba próbować różnych metod: śpiewanie z pokazywaniem czy bajka w TV mogą pomóc.

Ważne, aby wytłumaczyć dziecku, po co jest nebulizacja, jak działa i dlaczego trzeba ją robić.

A jak przekonać dziecko, jeśli się boi albo po prostu nie chce się inhalować?

Przede wszystkim **NIC NA SIŁĘ**. Inhalowanie płaczącego dziecka nie ma sensu, bo taki maluch oddycha szybko i płytko, co utrudnia wnikanie aerozolu do dróg oddechowych, zwłaszcza do ich głębszych partii. Dlatego lepiej poczekać i zrobić inhalację, gdy smyk będzie spokojny i będzie chciał współpracować.



PROTIPY

Tu znajdziecie jeszcze więcej praktycznych rozwiązań. Sprawdźcie, jakie porady dotyczące nebulizowania dzieci mają specjaliści i mamy z redakcji portalu zdrowedziecko.com



Oswój malucha

Niemowlę nie powinno bać się inhalacji, dlatego warto, aby zobaczyło urządzenie wcześniej, usłyszało, jak pracuje i poczuło, jak wydziela się mgiełka. Do treningowego uruchomienia nebulizatora można użyć soli fizjologicznej, która nawilża i oczyszcza drogi oddechowe, a przy tym w żadnym wypadku nie zaszkodzi dziecku.

Jolanta Rusin, położna



Daj dziecku poczucie wpływu

Pierwsze próby inhalacji mogą być trudne, jednak oswojenie się z urządzeniem, przyjęcie spokojnej, uważnej postawy wobec dziecka, rozszerzanie jego poczucia wpływu i autonomii może pomóc przetrwać wymagające momenty i znaleźć sposób, który ułatwi domowe leczenie.

Paulina Gaworska-Gawryś, psycholog

Wybór odpowiedniego sprzętu

Aby lek dotarł do górnych dróg oddechowych, średnica cząsteczek aerozolu musi wynosić ≥8 µm. Tylko mniejsze cząsteczki (1-5 µm) trafiają do oskrzeli i pęcherzyków płucnych. Dlatego dobór odpowiedniego nebulizatora i rodzaju preparatu ma kluczowe znaczenie.

lek. Bartłomiej Śmieszniak

Mycie buzi po inhalacji

Jeżeli wykonujemy inhalacje z wykorzystaniem leków sterydowych, należy pamiętać o konieczności przepłukania skóry wokół ust i policzków czystą wodą, dzięki czemu zastosowana substancja lecznicza nie ma z nią długiego kontaktu. W ten sposób zmniejszamy ryzyko podrażnienia, reakcji alergicznej, a także okołoustnego zapalenia skóry.

lek. Katarzyna Banaszczyk

Zeskanuj kod QR
i przejdź do ANKIETY
AKCJA INHALACJA
dostępnej na portalu
zdrowedziecko.com



Systematyczny przegląd to podstawa

Maseczki, przewód i pojemnik na lek warto wymieniać co kilka miesięcy, aby inhalacje były bezpieczne i skuteczne. Pamiętaj także, aby po każdej nebulizacji dokładnie umyć i wysuszyć sprzęt – zapobiega to gromadzeniu się resztek preparatów oraz rozwojowi bakterii i grzybów. Bezpieczeństwo przede wszystkim!

Marta Budzyńska, farmaceutka

Każda inhalacja to mały sukces

Pozytywne wzmocnienie, jak naklejka dzielnego pacjenta, tatuaż, serduszko namalowane markerem na rączce czy po prostu pochwała od rodzica: to najprostszy sposób, aby dziecko czuło dumę i chętniej podchodziło do kolejnych inhalacji.

Edyta, redaktorka i mama

Strzeż się klątwy inhalatora

Jest taki przesąd, że jeśli w sezonie infekcyjnym schowasz nebulizator, licząc, że już się nie przyda, za chwilę trzeba będzie go wyjąć, bo w domu zjawi się choroba. Nie jestem przesądna, ale klątwa inhalatora kilka razy mnie dopadła i teraz już wolę, aby się kurzył w widocznym miejscu.

Dorota, redaktorka i mama

INHALACJE U DZIECI – JAKI PRODUKT WYBRAĆ?

OTO MAŁA ŚCIĄGA!

IZOTONICZNE

	NEBU-dose ISOTONIC	NEBU-dose HIALURONIC	ECTODOSE — ROZTWÓR DO INHALACJI Z EKTOINĄ —	ECTO RESPIRA
składniki	chlorek sodu	chlorek sodu kwas hialuronowy	chlorek sodu ektoina	chlorek sodu ektoina kwas hialuronowy
stężenie chlorku sodu (NaCl)	0,9%	0,9%	0,9%	0,9%
wiek	bez ograniczeń	bez ograniczeń	bez ograniczeń	bez ograniczeń
OBJAWY				
katar wodnisty, lejący	✓	✓	✓	✓
katar alergiczny z kichaniem i swędzeniem nosa	✓		✓	✓
suchość błony śluzowej	✓	✓	✓	✓
suche gardło	✓	✓	✓	✓
kaszel suchy	✓	✓	✓	✓
katar gęsty, zalegający			✓	✓
zatkany nos			✓	✓
kaszel mokry			✓	✓
zalegająca wydzielina trudna do odkrztuszania			✓	✓
ZASTOSOWANIE				
oczyszczanie dróg oddechowych	✓	✓	✓	✓
zmniejszanie objawów alergii			✓	✓
nawilżanie błony śluzowej	💧	💧💧	💧💧	💧💧💧
udrażnianie dróg oddechowych			✓	✓
rozrzedzanie gęstego śluzu			✓	✓
ułatwianie wykrztuszania zalegającej wydzieliny			✓	✓
rozcieńczanie leków do nebulizacji	✓			
INHALATOR	każdy rodzaj	pneumatyczny (kompresorowy, tłokowy)	każdy rodzaj	pneumatyczny (kompresorowy, tłokowy)

PODMIOT PROWADZĄCY REKLAMĘ: Solinea Sp. z o.o. PRODUCENCI: Unolab Manufacturing S.l., bitop AG

To są wyroby medyczne. Używaj ich zgo

HIPERTONICZNE

NEBU-dose BABY	NEBU-dose HIPERTONIC	NEBU-dose PLUS	NEBU PULMO
chlorek sodu	chlorek sodu	chlorek sodu kwas hialuronowy	chlorek sodu ektoina
1,5%	3%	3%	3%
bez ograniczeń	bez ograniczeń	bez ograniczeń	bez ograniczeń
			✓
✓	✓	✓	✓
✓	✓	✓	✓
✓	✓	✓	✓
✓	✓	✓	✓
✓	✓	✓	✓
			✓
		💧💧	💧💧
✓	✓	✓	✓
✓	✓	✓	✓
✓	✓	✓	✓
każdy rodzaj	każdy rodzaj	pneumatyczny (kompresorowy, tłokowy)	każdy rodzaj

dnie z instrukcją używania lub etykietą.

Na tym koniec. Mamy nadzieję, że nasza książeczka stanowi dla Was praktyczne wsparcie w nebulizacji.

A jeśli czujecie niedosyt, chcecie dalej czerpać wiedzę z rzetelnych źródeł i być częścią społeczności, w której rodzice na co dzień się wspierają, zapraszamy na portal:

www.zdrowedziecko.com

zdrowe dziecko

w trosce o beztroskę

Niniejsza książka ma charakter wyłącznie informacyjny i edukacyjny. Przedstawione w niej treści nie mogą zastąpić profesjonalnej porady medycznej, diagnozy ani leczenia. W przypadku jakichkolwiek wątpliwości lub problemów zdrowotnych dziecka, zawsze należy skonsultować się z lekarzem lub farmaceutą.

Weryfikacja merytoryczna, której dokonała lek. Dagmara Chmurzyńska-Rutkowska, dotyczy wyłącznie edukacyjnej części publikacji. Część reklamowa, prezentująca wyroby medyczne, nie podlegała weryfikacji merytorycznej przez konsultanta i nie jest on w żaden sposób powiązany z treściami o charakterze promocyjnym zawartymi w tej publikacji.