

lek. med. Agnieszka Musiałek

Dlaczego chore dziecko powinno zostać w domu?

Jakie dziecko uznajemy za chore? Warto odpowiedzieć na te pytania w kontekście problemu przyrowadzania do przedszkola dzieci z niepokojącymi objawami – coraz częściej w ostatnich latach obserwowanego przez pediatrów i zgłaszanego przez nauczycieli.

O tym, dlaczego chore dziecko POWINNO ZOSTAĆ W DOMU

Katar, ból gardła, lekki kaszel – takie dolegliwości pojawiają się u większości maluszków już na początku jesieni, od chwili, gdy zaczną uczęszczać do przedszkola. Przytrafia się to częściej dzieciom nieposiadającym starszego rodzeństwa, czyli takim, które wcześniej tylko sporadycznie miały kontakt z innymi wirusami, bakteriami przynoszonymi przez rodzeństwo ze środowiska rówieśniczego. Może także pojawić się dylemat, czy malucha naprawdę boli gardło lub brzuch, czy jednak zgłasza te dolegliwości, aby nie pójść do przedszkola, w którym nie czuje się do końca dobrze (bo nie zdążył się jeszcze w nim zadomowić). Swoją drogą to czasami błędne koło, bo stres związany z koniecznością chodzenia do niezbyt lubianego przedszkola obniża odporność dziecka... Jednak z edukacji przedszkolnej rezygnować się nie powinno i należy wierzyć, że trudności adaptacyjne miną, a wraz z nimi zniknie stres, czyli czynnik zwiększający podatność na infekcje.

Wraz z nastaniem jesieni dni stają się coraz krótsze (wstajemy, gdy jest jeszcze ciemno, wracamy z przedszkola i... już jest ciemno), deszczowa pogoda jest codziennością, a do tego dochodzi jeszcze zmęczenie wywołane zbyt wczesnym wstawaniem (rodzice muszą zdążyć odwieźć dziecko do przedszkola przed pracą). To wszystko sprzyja infekcjom. Dodajmy do tego często brak śniadania przed wyjściem lub też niewłaściwy posiłek (tzn. składający się głównie z węglowodanów – np. kulki czekoladowe z mlekiem, które powinny być traktowane jako słodka przekąska, a nie jako pełnowartościowe śniadanie – zamiast np. owsianki z owocami lub kaszy jaglanej przygotowanej na słodko lub słono). Rezygnujemy ze śniadania, bo dziecko za późno wstało albo ociąga się z jego zjedzeniem, a to duży błąd. *Summa summarum* – przepis na przeziębienie gotowy! I tak pewnego poranka dziecko budzi się, skarżąc się na różne dolegliwości, a rodzice stają przed koniecznością podjęcia decyzji: czy to nic poważnego i dziecko może iść do przedszkola, czy jednak maluch powinien zostać w domu...?