

بیماری سرماخوردگی

راهنمای پدران، مادران و کودکان

چه کنیم که به بیماری سرماخوردگی مبتلا نشویم
و اگر مبتلا شدیم زود بهبود یابیم.

دکتر جواد فیض

ماستر در بهداشت از دانشگاه تولین آمریکا

استاد دانشگاه علوم پزشکی اصفهان



مؤسسه انتشارات امیرکبیر

تهران، ۱۳۹۴

سرشناسه: فیض، جواد، ۱۳۰۸-

عنوان و نام پدیدآور: بیماری سرماخوردگی: راهنمای پدران، مادران و کودکان؛ چه کنیم که به بیماری

سرماخوردگی مبتلا نشویم ... / جواد فیض.

مشخصات نشر: تهران: امیرکبیر، ۱۳۹۴.

مشخصات ظاهری: ۶ ۵۴ ص. مصور (رنگی).

شابک: 978-964-00-1794-4

وضعیت فهرست‌نویسی: فیای مختصر.

یادداشت: فهرست‌نویسی کامل این اثر در نشانی: <http://opac.nlai.ir> قابل دسترسی است.

شماره کتابشناسی ملی: ۳۸۵۷۳۸۵

شابک: ۹۷۸-۹۶۴-۰۰-۱۷۹۴-۴



مؤسسه انتشارات امیرکبیر

تهران: خیابان جمهوری اسلامی، میدان استقلال، صندوق پستی: ۱۱۳۶۵-۴۱۹۱

بیماری سرماخوردگی

© حق چاپ: ۱۳۹۴، مؤسسه انتشارات امیرکبیر

نوبت چاپ: اول

مؤلف: دکتر جواد فیض

چاپ و صحافی و لیتوگرافی: طرفه، تلفن: ۵۵۲۶۹۲۸۷۸

شمارگان: ۲۰۰۰

بها: ۶۵۰۰ ریال

تلفن مرکز فروش: ۰۲۱-۶۱۲۸

فروش اینترنتی: www.amirkabir.net

همه حقوق محفوظ است. هر گونه نسخه‌برداری، اعم از زیراکس و بازنویسی، ذخیره کامپیوتری، اقتباس کلی و جزئی (به‌جز اقتباس جزئی در نقد و بررسی، و اقتباس در گیومه در مستندنویسی، و مانند آنها) بدون مجوز کتبی از ناشر ممنوع و از طریق مراجع قانونی قابل پیگیری است.

مقدمه:

بیماری سرماخوردگی را بعضی از مردم به غلط ناشی از سرما خوردن می پندارند و حال اینکه با آزمایش های اختصاصی در حدود ۲۰۰ نوع ویروس وجود دارد که موجب بیماری سرماخوردگی می گردد که مهمترین آن ها ویروسی است به نام رینوویروس که حداقل ۱۰۰ نوع آن جدا و مشخص شده است.

بیماری سرماخوردگی یکی از بیماری های شایع دوران کودکی است. همه افراد در همه فصول ممکن است به سرماخوردگی مبتلا گردند، این بیماری در پاییز و زمستان شایع تر است، بزرگسالان معمولاً ۲ بار و کودکان ممکن است تا ۶ بار در هر سال به این بیماری مبتلا گردند.

ابتلا به عفونت ویروسی سرماخوردگی موجب عوارض متعدد می گردد. در هنگام سرماخوردگی در ۸۷ درصد موارد ممکن است مایع غلیظی در سینوس ها (حفرات استخوانی صورت) به وجود آید و در حدود ۷۵ درصد مبتلایان به سرماخوردگی دچار اختلال در عمل لوله های استاش (لوله ای که عقب حلق را به گوش میانی مرتبط می کند) گردند. بنابراین بیماران مبتلا به سرماخوردگی ممکن است دچار سینوزیت و عفونت گوش میانی گردند. مسافرت با هواپیما هنگام ابتلا به سرماخوردگی ممکن است موجب مشکلات گوش داخلی و اختلال شنوایی به وجود آورد، همچنین ابتلا به سرماخوردگی نیز ممکن است موجب برانگیخته شدن حملات آسم گردد.

پیدایش همه این عوارض را می توان با رعایت موازین بهداشتی و درمانی به موقع پیشگیری کرد. پدران و مادران با خواندن صفحات این کتاب کوچک می توانند از بیماری سرماخوردگی آگاهی کامل بدست آورند و در صدد باشند که خود و فامیل خود مبتلا نگردند و اگر مبتلا شدند به درمان این بیماری شایع پردازند و از انتشار ویروس سرماخوردگی به اعضای دیگر بدن خود و کودکانشان پیشگیری کنند و هرچه زودتر بهبود یابند.

و من ... التوفیق

دکتر جواد فیض - تیرماه ۱۳۹۴

فهرست مطالب:

- بیماری سرماخوردگی (عفونت دستگاه تنفسی فوقانی)
- عمل ویژه بینی انسان
- شیوع سرماخوردگی
- ویروس سرماخوردگی
- انتشار ویروس و ابتلای سایر افراد به سرماخوردگی
- علایم سرماخوردگی: ۱. در نوزادان ۲. در کودکان
- شرایط مساعد برای ابتلا به سرماخوردگی
- چه موقع کودک مبتلا به سرماخوردگی را باید نزد پزشک ببرید؟
- درمان سرماخوردگی در کودکان:
 ۱. پایین آوردن تب ۲. باز کردن سوراخ‌های بینی کودک
 ۳. استراحت هنگام سرماخوردگی ۴. درجه حرارت و رطوبت مناسب
 ۵. اتاق کودک ۶. غرغره کردن آب نمک ۷. مواد غذایی که ممکن است
 - دوران سرماخوردگی را کوتاه یا از ابتلا به آن پیشگیری کند ۷. مواد
 - دارویی که ممکن است دوران سرماخوردگی را کوتاه یا از ابتلا به آن
- پیشگیری کند
- پیشگیری از ابتلا به سرماخوردگی در کودکان
- عوارض سرماخوردگی:
 ۱. گوش درد ۲. سینوزیت ۳. گلودرد ۴. بیماری خروسک ۵. بیماری
 - برونشیت ۶. بیماری برونکیولیت ۷. حملات آسم ۸. عفونت ریه
- بیماری آنفلوانزا (فلو)
- تفاوت بین بیماری سرماخوردگی و آنفلوانزا
- تفاوت بین بیماری سرماخوردگی و آلرژی