



Kinderen en geneesmiddelen

Wat u zelf kunt doen bij
kinderkwaaltjes en kinderziektes

Uw 
APOTHEEK

Kinderen en geneesmiddelen

Kinderen zijn kinderen en geen kleine volwassenen, zowel wanneer ze gezond zijn als wanneer ze ziek zijn. We praten niet voor niets over kinderkwaaltjes en kinderziektes. In deze folder kunt u een omschrijving vinden van een aantal veel voorkomende kinderkwaaltjes en kinderziektes. Daarbij staat vermeld wat u zelf kunt doen en wanneer het verstandig is naar uw huisarts te gaan.

Natuurlijk kunt u altijd uw huisarts raadplegen als u de situatie niet vertrouwt.

Difterie, tetanus, polio, hof, mazelen en rode hond komen, zeker bij jonge kinderen, vrijwel niet meer voor doordat kinderen op het consultatiebureau of bij de huisarts of GG&GD worden ingeënt met DKTP- en BMR-vaccin. Hoewel kinderen ingeënt worden met kinkhoestvaccin, kunnen ze toch een lichte vorm van kinkhoest krijgen.

Heeft u vragen over geneesmiddelen, bijvoorbeeld over hoeveel geneesmiddel u uw kind moet geven of over bijwerkingen of heeft uw kind problemen met het innemen van medicijnen, vraag dan advies in de apotheek.

U kunt de apotheek natuurlijk ook hellen.

Het telefoonnummer kunt u vinden op het etiket van het geneesmiddel.

Kinderkwaaltjes en kinderziektes

Allergie (=overgevoeligheid)

Wanneer uw kind last heeft van hevige niesbuien, tranende ogen, benauwdheid, huiduitslag, vochtblaasjes of jeuk, dan kan dat het gevolg zijn van een allergie. Deze overgevoelighedsreacties worden meestal veroorzaakt door graspollen, boompollen, huisstofmijt, huisdieren of door bepaalde stoffen in de voeding.

Hooikoorts is een allergische reactie op stuifmeel of pollen van grassen en bomen. Het gaat gepaard met een verstopte neus, loopneus, niesen en jeukende, tranende ogen. Het kind heeft vooral buiten last op droge dagen in de lente of de zomer.

Als uw kind ergens allergisch voor is, kunt u proberen net contact van het kind met deze stof zoveel mogelijk te vermijden. Dit zal alleen niet altijd mogelijk zijn.

Uw huisarts of specialist kan soms bepalen of en waar uw kind allergisch voor is. Hij of zij kan eventueel een geneesmiddel voorschrijven.

Brandwonden

Veel brandwonden ontstaan doordat kinderen een hete vloeistof (thee, koffie) over zich heen krijgen. Berucht zijn ook te warm leidingwater, spetterende bakboter en gloeiende voorwerpen (radiator, oven, kookplaat).

Bij verbrandingen moet u direct beginnen met koelen onder koud stromend water. **Eerst water de rest komt later!**

Als er geen stromend water is, kunt u natgemaakte doeken gebruiken, koel desnoods met slootwater.

Laat het water uit de kraan of de douche zacht stromen. Meng warm water bij als het water zo koud is dat het pijn gaat doen. Koel tenminste 20 minuten. Kleding die vastkleeft aan de brandwond kunt u gewoon laten zitten.

Neem contact op met uw huisarts

- als een baby of peuter een brandwond heeft
- als er een geelwitte, droge plek ontstaat die geen pijn doet
- bij een brandwond in het gezicht of de hals, op de handen of op de geslachtsdelen
- als de brandwond groter is dan de handpalm van degene die zich heeft gebrand
- als er na enkele dagen geelgroen vocht uit de brandwond komt
- als u grote blaren ziet of als de brandwond vochtig is.

Neem *direct* contact op met uw huisarts

- bij een mogelijke inwendige verbranding door het inademen van stoom of hete lucht
- bij brandwonden veroorzaakt door een chemisch product of door elektriciteit.

Geef het kind bij ernstige verbrandingen niets te eten of te drinken. De reden hiervoor is dat uw kind in het ziekenhuis misschien onder narcose moet worden gebracht.

Verbind de brandwond met steriel verband. Heeft u dit niet bij de hand, dan is een schoongewassen theedoek ook goed.

Smeer *nooit* iets op een brandwond, ook geen brandzalf.

Brandwonden kunnen namelijk gemakkelijk gaan ontsteken, zekere als er niet-steriele brandzalf op wordt gesmeerd.

Bovendien kan een arts een brandwond die bedekt is met zalf moeilijk beoordelen..

Bij kleine, rode, droge brandwonden is het voldoende de wond te koelen en te laten drogen aan de lucht.

Kleine, rode, vochtige brandwonden, ook die met blaren, kunt u het beste afdekken met een pleister.

Buikpijn

Als kleine kinderen klagen over pijn in hun buik is het vaak moeilijk uit te maken wat de oorzaak is.

De buikpijn kan een lichamelijk oorzaak hebben, zoals bijvoorbeeld verstopping of een beginnende buikgriep.

Maar ook bij een middenoorontsteking kunnen kinderen klagen over buikpijn.

Kinderen kunnen ook last hebben van buikpijn als ze teveel gegeten of gedronken hebben.

De oorzaak kan echter ook psychisch zijn, bijvoorbeeld omdat het kind ergens tegenop ziet en zich daar zorgen over maakt. Pijnstillers hebben in het algemeen weinig effect bij buikpijn. Wel kunt u iets warmes, bijvoorbeeld een lauwwarme kruik, op de buik van het kind leggen. Zacht over de buik wrijven kan ook helpen.

Als de buikpijn in korte tijd ontstaat en hevig is, kunt u het beste de temperatuur opnemen en uw huisarts raadplegen. Als uw kind vaak last heeft van buikpijn is het verstandig een keer bij uw huisarts langs te gaan.

Darmkrampen

Darmkrampen komen voornamelijk voor bij jonge baby's. De baby huult dan hard en hardnekkig, heeft een gespannen buik en trekt na de voeding zijn knieën op naar zijn buik. Het kan komen door te veel lucht in de darm, bijvoorbeeld door te gulzig drinken, of door de soort voeding.

Meestal is afleiding een goede oplossing. Neem uw baby op de arm of in een draagzak en loop zachtjes met uw baby door de kamer. Probeer het kind een beetje te troosten. Zachtjes over de buik wrijven kan ook helpen.

Een enkele keer komt het voor dat baby's overgevoelig zijn voor bestanddelen in de melk en ontstaan hierdoor darmkrampen. De baby kan zowel overgevoelig zijn voor flesvoeding als voor bestanddelen van de borstvoeding, bijvoorbeeld wanneer de moeder zelf melk heeft gedronken. Vraag in zo'n geval advies op het consultatiebureau of aan uw huisarts. Hij of zij kan beoordelen of de voeding veranderd moet worden.

Overgevoeligheid voor koemelk verdwijnt meestal rond het tweede jaar.

Diarree

Diarree is een waterige, dunne ontlasting die vaker komt dan normaal.

Bij ernstige diarree en bij diarree die gepaard gaat met overgeven verliezen baby's en kleine kinderen snel veel vocht en zouten. Ze kunnen daardoor gemakkelijk uitgedroogd raken. Een kind of baby die uitgedroogd is, plast niet meer en wordt suf. Omdat diarree extra vochtverlies geeft, is het belangrijk dat het diarreepatiëntje voldoende drinkt, ten minste zoveel als normaal.

Naast (extra) drinken mag de gewone voeding worden gegeven. Voor de baby betekent dit dus gewoon borstvoeding of fles en eventueel ook bijvoeding. Om extra drinken te geven, kunt u extra vocht aan de fles of bijvoeding toevoegen. Kinderen die vaste voeding krijgen, mogen eten en drinken wat ze kunnen verdragen.

Bij ernstige diarree kunt u het beste orale rehydratievloeistof (=ORS) gebruiken. Dit is een drank voor het aanvullen van vocht en zouten. Orale rehydratievloeistof maakt u van een poeder of tabletten die u in uw apotheek kunt kopen. Het poeder of de tablet moet u volgens de aanwijzingen in de bijsluiter oplossen in drinkwater. Om de smaak van de vloeistof te verbeteren mag u er een heel klein scheutje limonadesiroop of vruchtensiroop bij doen. Er zijn ook poeders of bruistabletten met een vruchtensmaak in de handel.

Als u borstvoeding of flesvoeding geeft, kunt u deze drank als aanvulling op de voeding geven. U mag de drank niet mengen met de voeding.

De orale rehydratievloeistof kunt u uw kind geven na elke waterdunne ontlasting. Probeer wel bij te houden hoeveel vocht uw kind drinkt en hoe vaak het plast.

Omdat diarree meestal besmettelijk is, moet u extra op de hygiëne letten.

Als kleine kinderen langer dan 1 dag diarree hebben (meerdere dunne luiers per dag), moet u contact opnemen met uw huisarts. Als het kind ook braakt, moet u dit binnen 1 dag doen.

Neem direct contact op met uw huisarts als er bloed bij de ontlasting zit, als het kind suf wordt, of als het 24 uur niet heeft geplast.

Eczeem

Bij eczeem is de huid rood, droog en schilferend. Meestal jeukt het erg. Soms ontstaan er blaasjes met vocht. De kapotte blaasjes vormen vaak korstjes.

Eczeem kan op het hele lichaam voorkomen, maar komt vooral

voor in het gezicht, op de wangen en het voorhoofd, in de elleboogsplooi en in de knieholte.

Bij lichte vormen van eczeem is het voldoende om de huid regelmatig in te smeren met een vette crème, zoals lanettecrème.

Eczeemplekken kunt u behandelen met vaseline-lanettecrème (bij droog eczeem) of met zinkolie (bij nat eczeem).

Het is verstandig het baden te beperken. Gebruik zeep spaarzaam en kies voor een milde zeep, een zeepvrije wasemulsie of een pH5-zeep. Aan het badwater kunt u zo nodig een (vette) badolie of badzalf toevoegen. Kleed het kind in lichte katoenen kleren omdat wol en kunststof de huid meer irriteren.

Als ondanks deze maatregelen het eczeem blijft jeuken en/of de huid kapot gaat, kunt u het beste contact opnemen met uw huisarts.

Griep

Griep wordt door een virus veroorzaakt. Omdat virussen niet gevoelig zijn voor antibiotica is aan de griep zelf weinig te doen. Het beste kunt u uw kind goed laten uitzieken. Griep gaat vaak gepaard met koorts, spierpijn en verkoudheid. Wat u hierbij kunt doen, kunt u vinden onder **Koorts** en onder **Verkoudheid**.

Bij kinderen kan griep leiden tot een oorontsteking (zie **Oorpijn**). Soms kan een chronische bronchitis of longontsteking ontstaan. Waarschuw uw huisarts als uw kind meer dan 5 dagen koorts heeft, als de koorts terugkomt nadat het kind koortsvrij is geweest of als u de situatie niet vertrouwt.

Hoest

Hoest ontstaat doordat de luchtwegen worden geprikkeld, bijvoorbeeld doordat de luchtwegen allergisch zijn voor bepaalde stoffen, door een verkoudheidsvirus of door te droge lucht in huis.

Een onschuldige hoest gaat meestal vanzelf over. Een pijnlijke keel door het hoesten kunt u verzachten met tijmstroop of tijm/heemstwortelstroop. Er is suikervrije hoeststroop en stroop met suiker in de handel. Suiker in stroop is slecht voor het gebit. Zorg er dus voor dat de tanden worden gepoetst na gebruik van stroop met suiker.

Als een kind dat jonger is dan 6 maanden last heeft van hoest, kunt u het beste uw huisarts raadplegen. Bij oudere kinderen is het pas nodig contact op te nemen met uw huisarts als de hoest langer dan twee weken duurt of als de hoest steeds terugkomt.

Jeuk

Jeuk kan worden veroorzaakt door muggenbeten of waterpokken, maar ook door bijvoorbeeld vlooiën-beten, kwalen-beten, galbulten, door eczeem of droge huid. Muggenbeten kunt u zoveel mogelijk voorkomen door een hor voor het raam te plaatsen of door vitrage of een klamboe over de kinderwagen, de wieg of het bedje te hangen. Smeer de huid liever niet in met een insectenwerend middel, omdat deze giftige stoffen, vooral bij kleine kinderen, gemakkelijk door de huid in het lichaam kunnen komen. Eventueel kunt u wat insectenwerend middel op de kleren doen (pas op voor vlekken!). Gebruik geen spuitbussen met insectenwerend middel omdat die giftig zijn bij inademen. Jeukende muggenbeten kunt u deppen met azijn. Bij erge jeuk kunt u er lidocaïne-crème of lidocaïne-gel opdoen. Bij vlooiën-beten, kwalen-beten of galbulten kunt u lidocaïne-crème of lidocaïne-gel gebruiken. Raadpleeg uw huisarts als de beten door krabben ontstoken raken.

Koorts

We spreken van koorts als de lichaamstemperatuur hoger is dan 38°C.

Koorts is een natuurlijke afweerreactie van het lichaam tegen een ziekteverwekker zoals een bacterie of een virus. Het is dan ook niet altijd nodig om een koortsverlagend middel aan uw kind geven.

Kleed het kind niet warm aan. Zorg ervoor dat de omgeving niet te warm is en leg uw kind niet onder dikke dekens. Een lakentje is meestal voldoende. Als uw kind het koud heeft of rilt, kunt u het tijdelijk met een deken of een dun dekbed toedekken.

Geef uw kind bij koorts extra te drinken, een ijslolly mag ook. Dwing het kind niet te eten als het geen trek heeft. Kinderen vanaf 3 maanden mogen paracetamol in de vorm van een zetpil of tablet hebben als ze erg ziek zijn of als ze pijn hebben.

Neem contact op met uw huisarts als uw kind met koorts

- zeker wordt en gaat overgeven of diarree krijgt of slecht gaat drinken
- kreunt of huult en niet te troosten is
- steeds snel ademt of benauwd is
- suf wordt en niet gemakkelijk wakker te krijgen is
- bewusteloos raakt.

Waarschuw ook uw huisarts als een kind jonger dan drie maanden een temperatuur van meer dan 38°C heeft of als een kind ouder dan drie maanden langer dan drie dagen koorts heeft.

In zeldzame gevallen kunnen kinderen tussen de 6 maanden en 5 jaar bij hoge koorts een koortsstuip krijgen. Het kind krijgt dan spierschokken en is niet meer aanspreekbaar. De ogen kunnen wegdraaien, de ademhaling is vaak schokkend en het kind kan soms blauw aanlopen. Laat uw kind dan niet alleen. De aanval duurt meestal niet langer dan een paar minuten. Waarschuw altijd uw huisarts als uw kind een koortsstuip heeft (gehad).

Luieruitslag

Luieruitslag ontstaat door inwerking van urine en ontlasting op de huid van de billen, soms ook op andere plekken die door de luier worden bedekt.

U kunt het zoveel mogelijk voorkomen door uw kind niet lang met een vieze luier te laten lopen. Bij warm weer kunt u het kind als dat mogelijk is het beste zonder luier laten lopen. Baby's kunt u het beste ongeveer een kwartier na de voeding verschonen. De meeste kinderen plassen namelijk vlak na de voeding.

Als uw kind toch luieruitslag krijgt, kunt u het behandelen door de luiers vaker te verwisselen en door de schoon-gemaakte billen bij elke luiervisseling in te smeren niet zinkolie of zinkzalf.

Smeer geen uierzalf of crème of zalf waar perubalsem in zit op de billen. Uw kind kan hier overgevoelig op reageren. Met als gevolg dat uw kind niet alleen luieruitslag heeft, maar ook nog huiduitslag door de zalf of crème. Als kinderen tanden krijgen hebben ze vaak meer last van luieruitslag.

Neem contact op met uw huisarts als er rode puntjes aan de rand van de rode plekken zitten en de luieruitslag erger wordt of als het kind pijn heeft.

Luizen

Hoofdluis komt veel voor bij schoolgaande kinderen. Omdat hoofdluis besmettelijk is, besmetten schoolkinderen niet alleen elkaar; maar ook hun huisgenoten (ouders, broertjes, zusjes). Geef het daarom aan de schoolleiding door als uw kind last heeft van hoofdluis.

Hoofdluizen en neten kunnen worden gedood door behandeling met lotion of shampoo tegen luizen. Na afloop van de behandeling moet het pas gewassen haar worden gekamd met een netenkam (= stofkam).

Soms moet de behandeling na 1 week worden herhaald.

Hoofdluizen gaan buiten het lichaam binnen 1-2 dagen dood. Kleding en beddengoed die in de 48 uur voorafgaande aan de behandeling zijn gebruikt, moet u wassen bij tenminste 60°C, laten stomen of een week in een dichtgeknoopte plastic zak

bewaren om hernieuwde besmetting te voorkomen. Maak ook haarborstels en kammen goed schoon.

Oorpijn

Oorpijn kan worden veroorzaakt door een middenoorontsteking of door een ontsteking van de uitwendige gehoorgang. Bij kinderen gaat het meestal om een ontsteking van het middenoor. De ontsteking zit dan achter het trommelvlies. Door de ontsteking ontstaat vocht waardoor het trommelvlies onder spanning komt te staan. Dit veroorzaakt pijn.

Bij kinderen is de verbinding tussen de neus-keelholte en het oor (= buis van Eustachius) korter en wijder dan bij volwassenen. Hierdoor kunnen bacteriën gemakkelijker in het middenoor komen en daar een ontsteking veroorzaken. Kleine kinderen klagen soms over buikpijn terwijl ze last hebben van een middenoorontsteking. Een middenoorontsteking geneest meestal binnen 3 dagen, zodat alleen wat aan de klachten hoeft te worden gedaan. Bij beginnende oorpijn kunt u de neus spoelen met fysiologische zoutoplossing in neusdruppels of neusspray. Als dit onvoldoende helpt, kunt u bij kinderen vanaf twee jaar xylometazoline-neusdruppels of neusspray voor kinderen gebruiken. De neusdruppels en neusspray verminderen de druk op het oor waardoor de pijn minder wordt. Gebruik xylometazoline-neusdruppels of neusspray niet langer dan 5 dagen achter elkaar.

Tegen de pijn kunt u een tablet of zetpil met paracetamol geven.

Raadpleeg uw huisarts

- als u vermoedt dat een kind, jonger dan 2 jaar, oorpijn heeft
- als een kind - ouder dan 2 jaar - 3 dagen oorpijn en koorts heeft
- als een kind voor de derde maal in een jaar oorpijn heeft
- als er langer dan 2 weken vocht uit een oor loopt
- als een kind met oorpijn aldoor blijft huilen.

Een ontsteking van de uitwendige gehoorgang is zo mogelijk nog pijnlijker dan middenoorontsteking. Door deze ontsteking zwelt de huid van de gehoorgang. Soms is te zien dat de gehoorgang rood is, soms komt er stinkend vocht uit, net zoals bij een doorgebroken trommelvlies. Deze ontsteking kan voorkomen bij kinderen vanaf vier jaar. Zwemmen in warm water is een veel voorkomende oorzaak hiervan. Het kan ook ontstaan door te grondig schoonmaken van de gehoorgang met wattenstaafjes. Schoonmaken met de punt van een handdoek is voldoende. Raadpleeg uw huisarts als uw kind een ontsteking van de uitwendige gehoorgang heeft. Geef uw kind liever niet op eigen houtje oordruppels.

Overgeven

Overgeven heeft meestal een lichamelijke oorzaak, zoals bijvoorbeeld een buikgriep of als het kind iets verkeerd gegeten heeft. Ook na een hersenschudding kan een kind overgeven. Het kan echter ook wel eens een psychische oorzaak hebben, bijvoorbeeld als uw kind zich te druk maakt. Baby's kunnen bij bijna elke ziekte ook overgeven. Vaak gaat het vanzelf over als de maag even rust krijgt. Als het overgeven is gestopt, kan weer begonnen worden met eten en drinken. Als het kind blijft overgeven, kunt u het beste orale rehydratievloeistof (-- ORS) geven.

Kinderen kunnen als ze veel overgeven in korte tijd veel vocht verliezen en daardoor uitgedroogd raken. Probeer uw kind dan vaak kleine beetjes te laten drinken, eventueel slappe thee of water

Raadpleeg uw huisarts als het kind tegelijkertijd diarree heeft of als het een zieke indruk maakt. Raadpleeg uw huisarts *direct*

- als uw kind suf is
- als het 12 uur niet meer heeft geplast
- als het aanhoudend buikpijn heeft
- wanneer het braakt na een val
- als er bloed bij het braaksel zit.

Baby's geven vaak een mondje melk terug. Dit is normaal en gaat vanzelf over. Als een jonge baby plotseling met kracht spuugt en dit herhaalt zich, kunt u het beste uw huisarts raadplegen.

Pseudo-kroep

Als uw kind een blafhoest heeft (zoals een zeehond) die geleidelijk ontstaan is, met een piepend en gierend ademhalingsgeluid bij het inademen en wat verhoging is de kans groot dat het pseudo-kroep heeft.

Pseudo-kroep ontstaat meestal aan het eind van de avond. Het komt voor bij kinderen vanaf een paar maanden tot ongeveer zes jaar. De beste therapie is met het kind naar de badkamer te gaan, de deur te sluiten en de heetwaterkraan van de douche open te draaien zodat de badkamer met stoom wordt gevuld. Ga met het kind op schoot in de badkamer naast de douche zitten. Vertel uw kind een verhaaltje of speel wat met uw kind mee om hem of haar te kalmeren. Na 10 tot 15 minuten wordt het hoesten minder en gaat de ademhaling gemakkelijker

Probeer in elk geval zelf kalm te blijven. Dit zal een rustgevend effect hebben op uw kind waardoor de aanval eerder over zal gaan. Laat uw kind regelmatig een beetje drinken.

Raadpleeg uw huisarts als het stomen in de badkamer niet helpt of wanneer u het niet vertrouwt.

Raadpleeg *direct* uw huisarts als uw kind kwijlt, pijn in de keel heeft en niet wil slikken, koorts heeft en angstig blijft zitten.

Reisziekte

Reisziekte ontstaat wanneer het evenwichtsorgaan door voortdurend geschommel van auto, boot of vliegtuig, van slag raakt. Hierdoor raakt de maag van streek Kinderen krijgen reisziekte meestal pas na hun tweede jaar Vaak gaat het over als ze wat ouder worden~ Kinderen zullen minder snel last krijgen van reisziekte als u ze regelmatig wat laat drinken, liefst water of vruchtensap. en af en toe een stukje brood of een cracker laat eten. Afleiding door middel van een spelletje kan ook helpen. Laten lezen wekt echter gemakkelijk reisziekte op. Kinderen die ouder zijn dan 2 jaar kunt u vóór vertrek een cyclizine-, meclozine- of cinnarizinetablet geven om reisziekte te voorkomen.

Cyclizine werkt ongeveer vier uur lang, cinnarizine ongeveer zes uur en meclozine ongeveer acht uur De dosering voor kinderen kunt u vinden in de bijsluiters of vragen in de apotheek.

Roodvonk

Roodvonk begint met keelpijn en meestal hoge koorts. Na 1 tot 2 dagen ontstaat een felrode uitslag over het hele lichaam. De tong is eerst wit en na 3 dagen felrood en opgezet. Na 2 weken vervelt de huid van de handen. Roodvonk wordt veroorzaakt door een bacterie. U kunt het beste uw huisarts raadplegen.

Tanden en kiezen krijgen

Als kinderen tanden of kiezen krijgen, kunnen ze hangerig zijn. Soms is hun temperatuur iets verhoogd (38 OC), kwijlen ze of hebben ze dunne ontlasting en luiersuitslag. Kinderen die ergens op willen kluiven kunt u bijvoorbeeld een broodkorst geven of een speciale met vloeistof gevulde bijtring die in de koelkast koud gemaakt kan worden. Ook kunt u het gevoelige tandvlees tijdelijk verdoven met lidocaïne-aanstipvloeistof.

Vergiftiging

Wanneer een kind van geneesmiddelen, schoonmaakmiddelen of andere giftige dingen ‘snoept’, kan het ernstig ziek worden. Waarschuw in zo’n geval *direct* uw huisarts en vertel wat het kind ingeslikt heeft, hoeveel u denkt dat het heeft ingeslikt en hoe lang geleden het gebeurd is. De naam van het geneesmiddel kunt u altijd vinden op het etiket.

Raak niet in paniek en probeer niet om het kind zelf te

behandelen. Is uw huisarts of de dienstdoend huisarts onbereikbaar, bel dan naar de Eerste Hulp-afdeling van het ziekenhuis

Vertel steeds precies wat er is gebeurd en zorg ervoor dat u het potje, doosje of flesje waar het geneesmiddel in zat bij de hand hebt.

Als een kind bijtende stoffen (zoals schoonmaakmiddelen, toiletreinigers of bleekmiddelen) of vluchtige stoffen (zoals petroleum, terpentijn, wasbenzine) heeft ingeslikt, moet u zo snel mogelijk uw huisarts waarschuwen. Houd ook in dit geval de verpakking bij de hand.

Laat uw kind nooit braken als het bijtende of vluchtige stoffen heeft ingeslikt. De slokdarm kan zo nog meer worden beschadigd en als het kind zich verslikt, kunnen deze stoffen in de longen terechtkomen en grote schade aanrichten.

In de apotheek is een kaart met aanwijzingen voor “Eerste hulp bij een ongeval met gif” verkrijgbaar. Hierop kunt u vinden wat u bij een vergiftiging kunt doen.

Het is zinvol deze kaart in huis te hebben.

Verkoudheid

Kleine kinderen zijn vaak verkouden, vooral als ze op plaatsen komen waar veel andere kinderen zijn, zoals bijvoorbeeld het kinderdagverblijf en de peuterspeelzaal. Kleine kinderen moeten nog weerstand tegen verkoudheid opbouwen.

Kinderen vanaf zes jaar zijn meestal minder vaak verkouden.

Bij een verstopte neus kunt u de neus spoelen met fysiologische zoutoplossing in neusdruppels of neusspray. Als dit onvoldoende helpt, kunt u bij kinderen ouder dan twee jaar xylometazoline-neusdruppels of neusspray voor kinderen gebruiken. Gebruik xylometazoline-neusdruppels of neusspray niet langer dan 5 dagen achter elkaar.

Verstopping

Normaal komt de ontlasting bij iedereen in een vast ritme. Dit verschilt van drie maal per dag tot twee of drie maal per week. Voor kinderen vanaf 1 jaar zijn vezelrijke voeding, voldoende drinken en voldoende beweging belangrijk voor een goede ontlasting.

Heeft u het idee dat uw kind last heeft van verstopping doordat het minder vaak dan normaal ‘moet’, met of zonder buikpijn, raadpleeg dan uw huisarts. Geef het kind nooit op eigen houtje een laxermiddel.

Verwondingen

Kleine, oppervlakkige verwondingen kunt u schoonmaken met lauw stromend water. Dep de wond voorzichtig droog met

keukenpapier of een schoongewassen theedoek. U kunt de wond ontsmetten met povidonjoodoplossing of povidonjoodzalf. Bij grote of diepe wonden of bij wijkende wondjes in het gezicht kunt u het beste uw huisarts raadplegen.

Vijfde ziekte

De vijfde ziekte begint met rode wangen met grillige rozerode vlekjes. De uitslag verspreidt zich naar romp, armen en benen en kan wat jeuken. Soms wordt de hele huid rozerood en krijgt het kind koorts. Na 10 dagen is de uitslag meestal weer weg. De vlekjes komen soms terug in de zon of na een heet bad, maar verdwijnen dan weer snel.

Waterpokken

Dit begint met koorts. Vrij snel na het begin van de koorts ontstaan rode vlekjes met blaasjes. Meestal vooral op de romp maar soms over het hele lichaam. De blaasjes gaan snel kapot en er ontstaan korstjes. Het kind kan veel jeuk hebben en de huid kapot krabben.

U kunt de jeuk verzachten met lidocaïne crème, lidocaïne gel of mentholpoeder. Als het kind blijft krabben, raadpleeg dan uw huisarts.

Wormen

De meest voorkomende wormen bij kinderen (en volwassenen) zijn aarsmaden of wormpjes. Het zijn kleine witte wormpjes die in de darmen kunnen voorkomen. Kinderen kunnen het oplopen door het eten van besmet voedsel of bij het spelen in de zandbak. Ze krijgen de eitjes dan door de mond naar binnen. In de darmen ontstaan uit de eitjes de wormpjes. Die leggen 's nachts nieuwe eitjes rond de anus, wat leidt tot jeuk. Het kind gaat dan krabben en krijgt de eitjes onder de nagels, waardoor de eitjes weer verder verspreid kunnen worden. Door duimzuigen, nagelbijten of het aanraken van voedsel komen de eitjes weer in het lichaam.

Een worminfectie is besmettelijk, bijvoorbeeld voor de andere gezinsleden en voor klasgenootjes. Zorg dus voor goede hygiëne met voedsel, handdoeken en lakens. Knip de nagels kort. Was de handen goed na elk toiletbezoek en voor het eten.

Verschoon nachtkleding, ondergoed en beddengoed dagelijks tot de infectie over is.

U kunt een worminfectie herkennen aan de jeuk aan de anus en aan witte sliertjes rond de anus en in de ontlasting die lijken op witte draadjes. Bent u er niet zeker van, raadpleeg

dan uw huisarts.

Een worminfectie kunt u behandelen met mebendazoldrank of mebendazoltabletten. De behandeling moet na veertien dagen worden herhaald. Meestal moet het hele gezin worden behandeld.

Zesde ziekte

De zesde ziekte veroorzaakt hoge koorts. Soms zetten de klieren in de hals en achter de oren op. Na 3 tot 5 dagen daalt de temperatuur. Dan ontstaan er kleine lichtrode vlekjes in het gezicht en later ook op de romp. De uitslag jeukt niet en trekt binnen 1 tot 2 dagen weg.

Belangrijk om te weten

- De hoeveelheid geneesmiddel die een kind nodig heeft, is afhankelijk van het gewicht.
Daarnaast kunnen kinderen op sommige middelen meer of minder gevoelig reageren dan volwassenen, waardoor ze soms minder geneesmiddel, maar soms ook meer geneesmiddel nodig hebben.
Het is dan ook belangrijk dat een kind een geneesmiddel in de juiste dosering krijgt.
Kijk daarom als u een geneesmiddel geeft dat niet door een arts is voorgeschreven altijd vóór u het aan uw kind geeft in de bijsluiter of geneesmiddelinformatie naar de juiste dosering.
- Gebruik een geneesmiddel dat uw arts heeft voorgeschreven volgens de aanwijzingen op het etiket, ook al staat er in de bijsluiter of geneesmiddelinformatie iets anders.
Is er veel verschil tussen de dosering op het etiket en die in de bijsluiter of geneesmiddelinformatie neem dan contact op met uw apotheek.
- Geef geneesmiddelen die uw huisarts één van uw kinderen heeft voorgeschreven nooit aan een ander kind.
- Als uw kind problemen heeft met het slikken van het geneesmiddel, vraag dan in de apotheek of het gemengd mag worden met yoghurt, melk, via, warm eten of appelmoes.
Als dat kan, meng het geneesmiddel dan met een klein deel van het eten en laat het kind dit gedeelte eerst opeten vóór het de rest van zijn eten krijgt. Zo zorgt u ervoor dat het kind al het geneesmiddel binnen krijgt.
Sommige tabletten en dragees mogen worden fijngemaakt,

sommige capsules mogen worden opengemaakt. Vraag in de apotheek of het middel van uw kind fijn gemaakt mag worden. Mag dit niet of heeft uw kind last van braken, vraag dan in de apotheek of het mogelijk is van het geneesmiddel een drank of zetpil te maken.

- Kinderen jonger dan 4 jaar kunnen heel gevoelig op menthol reageren. Ze kunnen ademhalingsmoeilijkheden krijgen. Gebruik daarom voor kinderen jonger dan 4 jaar nooit stoomdruppels, stoomcapsules of inhalatiezalf met menthol.
- Laat een geneesmiddel dat u in de koelkast moet bewaren vóór gebruik handwarm worden. Het indruppelen van bijvoorbeeld oogdruppels of oordruppels is dan minder pijnlijk.
- Bewaar gevaarlijke stoffen en geneesmiddelen buiten bereik van kinderen. Bewaar gevaarlijke stoffen nooit in flessen of trommeltjes waar eerst levensmiddelen in hebben gezeten. Zet reinigingsmiddelen niet in een gootsteenkastje zonder vergrendeling. Houd ook babylotion, shampoo en dergelijke op de commode buiten bereik van peuter of kleuter.
- Als de arts uw kind een geneesmiddel voorschrijft, kunt u proberen uw kind bij de therapie te betrekken. Dit lukt meestal wel bij kinderen vanaf 3 jaar. Bijvoorbeeld door het kind het recept van de arts te laten aannemen en het kind in de apotheek het recept aan de assistente of de apotheker te laten geven. Ook kunt u een kalender maken met één hokje voor elke dag of voor elke keer dat het geneesmiddel ingenomen moet worden. Het kind kan dan elke keer of elke dag dat het geneesmiddel ingenomen is een kruisje zetten op de kalender.
- Geneesmiddelen kunnen verschillende namen hebben:
 - de merknaam: dit is de naam die de fabrikant aan het middel geeft, óf
 - de naam van de werkzame stof.

In deze folder gebruiken wij geen merknamen, maar de naam van de werkzame stof. Veel geneesmiddelen bevatten immers dezelfde werkzame stof.

De lijst van merknamen die bij de werkzame stof hoort is te lang om in deze folder op te nemen.

In uw apotheek kan men u vertellen welke merknamen bij de werkzame stof horen.

In een huisapotheek voor kinderen hoort het volgende thuis:

- paracetamolzetpillen of paracetamoltabletten, sterkte afhankelijk van de leeftijd
- fysiologische zoutoplossing in neusdruppels of neusspray óf - bij kinderen vanaf 2 jaar - xylometazolineneusdruppels of -neusspray
- orale rehydratievloeistof in de vorm van poeders of tabletten
- kinderpleisters
- elektronische koortsthermometer
- “Eerste hulp bij een ongeval met gif”-kaart.

