



ODBORNÍK  
**MAMA**  
a ja

MUDr. Andrea Hervayová  
pediatrička  
z ambulancie MEDPED v Senci

**Dcérka (pol roka) neznáša odsávanie noštek, stačí, že počuje vysávač. Skúšali sme to aj s obyčajnou odsávačkou, ale nemalo to taký efekt. Kedysi však odsávačky neexistovali. Nedá sa to riešiť inak? Nechcem, aby dcéra ochorela, zápalom stredného ucha sme si už prešli, ale možno existuje aj iné riešenie.**

Odsávačka je moderný vynález, ktorý sa veľmi dobre osvedčil na hygienu nosa. Napr. v Austrálii nikto neodsáva

nos, a keď som to spomenula pri mojej návšteve, pozerali na mňa, čo to v tej Európe robíme. Deti tam majú soplíky aj 14 dní a nikto to nerieši. Možno morský vzduch robí svoje a nepotrebnú odsávať hlieny. V Európe sú však odsávačky trendom, osvedčeným a používaným. Dokonca sa rozšírilo aj konvičkovanie a preplachovanie nosa. Alergikom to veľmi pomáha a v podstate každému, kto trpí rinitídou akéhokoľvek typu.

Ak sa vaša dcérka rozplače už pri zvuku vysávača, kúpte odsávač na baterky. Je celkom výkonný a nehlukný. Keď má dieťa upchatý nos a zatekajú mu hlieny, je dôležité mu nos vyčistiť. Uľahčíte mu tým voľné dýchanie a skráťte čas liečby.



# Poradíte sa s našimi odborníkmi!

[redakcia@mamaaja.sk](mailto:redakcia@mamaaja.sk)

## Zvýšená teplota u novorodenca

**Máme 3-týždňového synčeka a už tri dni má mierne zvýšenú teplotu, kolíše od 36,7 do 37,5 °C. Inak je spokojný, soplíky nemá. Môže mierne zvýšená teplota niečo signalizovať?**

Novorodenci nemajú vyvinutú termoreguláciu tela asi do polroka života. Preto je dôležité udržiavať konštantnú teplotu

v izbe, dieťa obliecť, prípadne prikryť. Každé reaguje inak. Jedno má studený nos, ruky, iné až potničky. Telesná teplota je pokojne do 37,3 – 37,4 stupňov v norme. Ráno po zobudení je vyššia a potom aj popoludní okolo 16.00 hodiny. Ak je dieťa pokojné, nemáte dôvod merať mu teplotu. Nebojte sa, určite na ňom uvidíte, keď tak bude treba urobiť.

Doma majte kvalitný teplomer, ktorý meria presne (napr. ušný alebo teplomer do úst vôbec neodporúčam). Ideálne je merať teplotu na čele, pod pazuchu, deťom aj v konečníku. Pri meraní teploty v konečníku však treba odpočítať 0,5 °C od hodnoty nameranej teplomerom.