

## Trudności w oddychaniu i świszczący oddech

Ten arkusz zawiera informacje dotyczące objawów, które powinny wzbudzić twój niepokój oraz miejsc, w których możesz otrzymać pomoc.



### CZERWONA

#### Jeśli twoje dziecko ma którykolwiek z poniższych objawów:

- Ma sine usta
- Występują przerwy w oddychaniu (bezdech), oddech jest nieregularny lub **zaczyna pochrząkiwać**
- Chrypliwy dźwięk podczas wdechu (**szmer**) obecny przez cały czas (nie tylko gdy dziecko jest niespokojne)
- Zadzyszka utrudniająca mówienie/ jedzenie lub picie
- Występuje bledność, marmurkowata skóra oraz wydaje się nienaturalnie zimne w dotyku
- Staje się nadmiernie drażliwe (płacze nieustannie pomimo prób uspokajania), jest skołowane lub w letargu (trudność z dobudzeniem)
- Występuje wysypka nieznikająca pod naciskiem (tzw. „**Test szklanki**”)

#### Potrzebujesz natychmiastowej pomocy.

Udaj się do najbliższego **Szpitala/ Oddziału Pogotowia Ratunkowego** lub zadzwoń na numer 999



### BURSZTYNOWA

#### Jeśli u twojego dziecka występuje którykolwiek z poniższych z objawów:

- Ciężki/ szybki oddech lub gdy oddycha z trudem – napinając mięśnie: podżebrówce, karku lub międzyżebrowe (**wciąganie mięśni**)
- Chrypliwy dźwięk podczas wdechu (**szmer**) obecny wyłącznie, gdy dziecko jest niespokojne
- Wydaje się odwodnione (zapadnięte oczy, senność lub nie oddaje moczu przez 12 godzin)
- Staje się nadmiernie sennie lub rozdrażnione (trudno je uspokoić za pomocą zabawek, telewizji, jedzenia czy podnoszenia na ręce) – zwłaszcza jeśli pozostaje sennie lub rozdrażnione pomimo zbitcia gorączki
- Ma silne drgawki lub uskarża się na ból mięśni
- Jest pomiędzy 3-6 miesiącem życia a temperatura ciała wynosi 39°C/102.2°F lub powyżej (z uwzględnieniem, iż gorączka jest częsta u dzieci do 2 dni po szczepieniu)
- Wysoka temperatura 38°C i powyżej, utrzymuje się ponad 5 dni
- Jeśli następuje pogorszenie stanu zdrowia lub jeśli jego stan wzbudza twoje obawy

#### Skontaktuj się z doktorem lub pielęgniarką tego samego dnia

Skontaktuj się ze swoim lekarzem rodzinnym (pierwszego kontaktu) lub zadzwoń do NHS 111 (Narodowej Służby Zdrowia) wybierając numer 111

Zdajemy sobie sprawę, że w obecnej sytuacji związanej z pandemią COVID-19, w szczytowych momentach, dostęp do specjalistów służby zdrowia może być utrudniony. Jeśli symptomy nie będą ustępowały przez kolejne 4 godziny lub więcej a nie uda ci się skontaktować ze swoim lekarzem ani nikim z personelu NHS 111, prosimy o upewnienie się czy u twojego dziecka nie pojawił się żaden z objawów należących do czerwonej kategorii.



ZIELONA

### Jeśli żaden z powyższych objawów nie występuje

Upewnij się, że dziecko pozostaje dobrze nawodnione oferując mu dużo płynów. Monitoruj jego stan zdrowia zwracając uwagę na wszelkie oznaki pogorszenia w szczególności pojawienie się jakichkolwiek objawów zaliczanych do czerwonej lub bursztynowej kategorii.

Dodatkowe informacje dotyczące płaczących niemowląt oraz sposobów radzenia sobie z tym są dostępne poniżej - [kliknij tutaj](#)

### Samodzielna opieka

Kontynuuj opiekę nad dzieckiem we własnym zakresie w warunkach domowych. Jeśli wciąż masz obawy o stan zdrowia dziecka skontaktuj się ze swoim lekarzem lub zadzwoń do NHS 111 – wybierając numer 111

Jeśli u twojego dziecka wystąpią jakiegokolwiek **objawy sugerujące COVID-19** (wysoka temperatura, nowy, przedłużający się kaszel – częsty kaszel trwający ponad godzinę albo 3 lub więcej napadów kaszlu w przeciągu 24 godzin; lub nastąpi utrata smaku/ węchu) umów swoje dziecko na test poprzez **stronę NHS** lub dzwoniąc na numer 119

Tłumaczenie we współpracy z Barnardo's: Sylwia Sakowicz-Scott

Data recenzji przez grupę docelową: 14/03/2022