

«Το παιδί μου ζαλίζεται στο αυτοκίνητο. Τι μπορώ να κάνω για να το αποφύγω;»

/ [Επιστήμες, Τέχνες & Πολιτισμός](#)



«Το παιδί μου ζαλίζεται στο αυτοκίνητο. Τι μπορώ να κάνω για να το αποφύγω;»

Πολλοί γονείς μας ρωτάτε τι μπορείτε να κάνετε για να βοηθήσετε το παιδί σας που ζαλίζεται στο αυτοκίνητο. Υπάρχουν μάλιστα και περιπτώσεις που μόλις ένα παιδί μπει στο αυτοκίνητο, ζαλίζεται αμέσως.

Αυτό λοιπόν, όταν δηλαδή το παιδί ζαλίζεται, αλλάζει το χρώμα του και θέλει να κάνει εμετό, ονομάζεται κινητική ναυτία. Όταν, κατά τη διάρκεια του ταξιδιού ο εγκέφαλος λαμβάνει διαφορετικά και αντικρουόμενα μηνύματα για την θέση και την κίνηση του σώματος στο χώρο.

Για την αντιμετώπιση του προβλήματος σε καμία περίπτωση δεν πρέπει να σταματήσετε τα ταξίδια, αφού με τα συχνά ταξίδια ο εγκέφαλος των παιδιών συνηθίζει. Καλό είναι να μην τρέχετε με το αυτοκίνητο και να προτιμάτε την ευθεία από τις διαδρομές με στροφές, .

Πριν το ταξίδι, καλό θα είναι να δίνετε στο παιδί σας στεγνές τροφές, όπως τσουρέκι, κουλούρι Θεσσαλονίκης, φρυγανιές ή παξιμάδια, αποφεύγοντας τα υγρά, όπως γάλα και χυμούς. Αν τα συμπτώματα είναι έντονα και επιμένουν, ο παιδίατρός σας μπορεί να σας συστήσει κάποιο σιροπάκι που θα αποτρέψει ή θα μειώσει το πρόβλημα.

Να θυμάστε πώς πάντα πρέπει να σταματάτε κατά τη διάρκεια του ταξιδιού αν το παιδί σας εκφράσει συμπτώματα ναυτίας, για να πάρει λίγο αέρα.

Πηγή: mothersblog.gr