

Διάσειση & παιδιά: Τι δεν πρέπει να κάνουν οι γονείς

/ [Επιστήμες, Τέχνες & Πολιτισμός](#)

Image not found or type unknown



Νέα

αμερικανική έρευνα από το Πανεπιστήμιο της Καλιφόρνια στο Λος Άντζελες (UCLA) αποκαλύπτει ότι η συντριπτική πλειοψηφία των γονέων ακολουθούν ξεπερασμένες οδηγίες φροντίδας για τα παιδιά με διάσειση, με αποτέλεσμα να επιδεινώνουν την κατάσταση της υγείας τους. Στην έρευνα συμμετείχαν 569 γονείς από διάφορες πολιτείες των ΗΠΑ και οι συμμετέχοντες ερωτήθηκαν ποια βήματα θα ακολουθούσαν εάν το παιδί τους εκδήλωνε συμπτώματα διάσεισης για περισσότερο από μία εβδομάδα.

Ποσοστό 77% των γονέων δήλωσαν ότι θα ξυπνούσαν το παιδί τους κατά τη διάρκεια της νύχτας για να το ελέγξουν. Η στρατηγική αυτή δεν είναι σωστή. Ο γιατρός θα πρέπει να αξιολογήσει το παιδί αμέσως μετά τον τραυματισμό, ωστόσο εάν ο γονέας συνεχίζει να ξυπνά το παιδί κάθε βράδυ αρκετές μέρες μετά, μάλλον κάνει περισσότερο κακό παρά καλό, επισημαίνουν οι ερευνητές. Βασικές παράμετροι που λαμβάνει υπ' όψιν ο γιατρός όταν αξιολογεί την πορεία της

ανάρρωσης από τη διάσειση είναι η διάθεση, η μνήμη και τα επίπεδα ενέργειας. Εάν το παιδί δεν κοιμάται καλά το βράδυ, σαφώς οι παράμετροι αυτές θα επηρεαστούν και η αξιολόγηση δεν θα είναι αντικειμενική. Αφού ο γιατρός κάνει τη διάγνωση και αποφανθεί ότι το παιδί βρίσκεται εκτός κινδύνου, μπορεί να κοιμηθεί κανονικά. Μάλιστα, ο καλός ύπνος βοηθά τον εγκέφαλο να αναρρώσει ταχύτερα.

Ποσοστό 84% των γονέων δήλωσαν επίσης ότι θα κρατήσουν το παιδί μακριά από αθλητικές και λοιπές σωματικές δραστηριότητες. Σαφώς το παιδί πρέπει να αποφύγει δραστηριότητες που μπορεί να οδηγήσουν σε νέο τραυματισμό, ωστόσο δεν πρέπει να παραμένει σε πλήρη ακινησία, ιδιαίτερα εάν έχουν περάσει αρκετές μέρες από τη διάγνωση της διάσεισης. Η ήπια αεροβική άσκηση, όπως ένας περίπατος με τον σκύλο ή το στατικό ποδήλατο ενδείκνυνται στην περίπτωση αυτή. Η σωματική δραστηριότητα βοηθά το παιδί να επανέλθει στους κανονικούς του ρυθμούς και να έχει καλή διάθεση.

Δύο στους τρεις γονείς (ποσοστό 64%) δήλωσαν ότι σε περίπτωση διάσεισης πιθανότατα θα απαγόρευαν στο παιδί τους να χρησιμοποιεί ηλεκτρονικές συσκευές, συμπεριλαμβανομένου του κινητού, εάν τα συμπτώματα επέμεναν για περισσότερο από μία εβδομάδα. Ωστόσο, οι ερευνητές επισημαίνουν τη σημασία της κοινωνικοποίησης για τα παιδιά και κυρίως για τους εφήβους. Η απομόνωση, αναφέρουν, μπορεί να οδηγήσει σε συμπτώματα κατάθλιψης και άγχους ή σε μείωση της όρεξης.

Τα συμπτώματα της διάσεισης συνήθως υποχωρούν σε διάστημα δύο έως τριών εβδομάδων, αναφέρουν οι ερευνητές. Εάν επιμείνουν για περισσότερο, επιβάλλεται η επίσκεψη σε ειδικό.

Πηγή: onmed.gr