BEHANDEL

BEHANDEL ons siek kinders op gepaste wyse.

- **Vinnige asemhaling** is 'n deurslaggewende simptoom van longontsteking en diarree. Borskas-intrekking is ook ernstig. Moenie wag nie: neem die kind kliniek toe.
- Ander **gevaartekens** is: kind kan nie drink nie; bring alles op; kind kry stuipe, is swak en staar in die niet; daar is bloed in die stoelgang.
- Wanneer daar gevaartekens is, neem die **kind** so gou as moontlik **kliniek toe.**
- As die kind jonger as 3 maande is en hierdie gevaartekens het, **kry onmiddellik hulp.** Dit is baie ernstig.
- **Gaan reguit** na 'n gesondheidswerker. Moenie in die ry in die kliniek wag nie.
- **Neem baie water of borsmelk saam** wat die kind op pad kliniek toe kan drink.
- Maak seker almal wat na die kind omsien, weet hoe om die **suiker-sout-drankie** aan te maak om diarree mee te behandel. Gee gereeld bietjies van die drankie. (Meng een liter skoon water + 8 teelepels suiker + halwe teelepel sout.)
- 'n Siek kind met diarree moet **sinkpille** kry.
- 'n Kind wat baie siek is, kan ekstra medikasie en suurstof nodig hê en kan in die hospitaal opgeneem word.
- **Hou aan** om die kind klein hoeveelhede op 'n slag te **voer**.
- **Hou aan om borsmelk te gee** al het die baba diarree en die baba bring op.
- 'n Kind wat siek was, kan net **'n klein bietjie kos op 'n slag eet.** Bied kos meer gereeld aan (elke 2 tot 3 uur minstens 5 keer 'n dag).
- Hierdie voorval moet in die kind se **Road to Health-boekie** aangeteken word.

STOP DIARREE EN LONGONTSTEKING:

Wes-Kaapse Regering
Gesondheid
BETER TESAME.

CITY OF CAPE TOWN
ISIXEKO SASEKAPA
STAD KAAPSTAD

FIRST 1000 days
Right Start. Bright Future.

pneumonia diarheoa Pamphlet AFR.indd 1 2016-04-12 12:40:34 PM

BESKERM

Wat is diarree?

Diarree is 'n loopmagie waaraan babas kan sterf. Die kind kan dikwels ook opbring. As die kind te veel water verloor, sal hulle baie siek raak en hulle kan sterf.

Moenie die kind 'n enema gee nie. Moenie die kind kruie gee "om uit te droog" nie.

Wat is longontsteking?

Longontsteking is 'n infeksie van die longe. Die longe raak vol vloeistof wat dit moeilik maak om asem te haal.

BESKERM ons kinders teen diarree en longontsteking

- Moedig vroue aan om hul voorbehoedmiddels reg te gebruik. Elke kind moet 'n beplande en begeerde kind wees.
- Gee die baba net borsmelk vir die eerste 6 maande (geen ander kos, geen water).
- Borsmelk beskerm babas teen infeksies en allergieë.
- Maak seker dat elke baba vitamien A-aanvulling kry.

VOORKOM

VOORKOM dat ons kinders van diarree en longontsteking siek raak.

- Die kind moet **PCV-immunisasies** op 6 weke, 14 weke en 9 maande kry. Die Pneumokokkale Toegevoegde Entstof (PCV) beskerm teen longontsteking.
- Kind moet die **rotavirus-entstof** op 6 weke en 14 weke kry. Dit beskerm teen die hoofvorm van diarree.
- Entstowwe vir masels, Hib en kinkhoes is ook noodsaaklik.
- Leer almal hoe om gereeld **hul hande te was** met seep en water veral nadat die toilet gebruik is en voordat daar aan kos geraak word.
- Babas met 'n lae geboortegewig en kinders wat ondervoed is, moet gehelp word om 'n **gesonde gewig** te bereik omdat dit longontsteking en diarree kan voorkom. Neem die kind kliniek toe.
- Kry **skoner lug** in die huis deur beter stowe te gebruik en die vensters oop te maak sodat vars lug kan inkom.
- Maak seker **water is veilig** om te drink. As daar onsekerheid is, kook dit eers.
- Berg water in 'n houer wat 'n kraan of prop het. As daar nie een beskikbaar is nie, gebruik 'n skoon emmer met 'n deksel.
- Maak seker dat menslike afval **korrek verwyder** word.
- Werk om seker te maak dat MIV in babas uitgeskakel word. Alle babas kán **sonder MIV** gebore word.
- 'n **Gesonde omgewing** kan 'n kind 'n goeie begin gee.
- Hou jou huis heeltemal **skoon** veral wanneer kos voorberei word.
- Maak kos toe om **vlieë weg te hou.**