



**Il microbo ha sempre
bisogno dell'antibiotico?**

**GUIDA PER I GENITORI
AD UN USO GIUDIZIOSO
DEGLI ANTIBIOTICI**

ELENCO DEI CONTENUTI [Table of Contents]

Lavaggio delle Mani [Handwashing]	3
Non Tutti i Microbi Sono Uguali [Not All Bugs are Created Equal]	4
La Resistenza agli Antibiotici [Antibiotic Resistance]	4
Febbre [Fever]	6
Tabella dei Farmaci per il Dolore [Pain Medication Chart]	7
Raffreddore/Naso che Cola [Cold / Runny Nose]	8
Influenza [Flu / Influenza]	10
Mal di Gola [Sore Throat]	12
Mal di Orecchi [Ear Ache]	14
Tosse [Cough]	16
Sinusite [Sinusitis]	18

SCOPO DI QUESTO MANUALE [The purpose of this book]

- Aiutare i genitori a far fronte alle più comuni infezioni dell'infanzia quali: raffreddore, influenza, mal di gola, mal di orecchi e altre infezioni del tratto respiratorio.

RICORDA [Remember]

- Lavarsi le mani è il modo migliore per arrestare la diffusione delle infezioni del tratto respiratorio.
- Virus e batteri possono entrambi causare infezioni del tratto respiratorio, ma gli antibiotici sono efficaci solo contro i batteri. Gli antibiotici non sono efficaci contro i virus.
- Usa gli antibiotici giudiziosamente se vuoi prevenire l'insorgenza di antibiotico-resistenza nei batteri.



LAVARSI LE MANI [Handwashing]

QUANDO LAVARSI LE MANI [When to wash your hands]:

- Prima dei pasti.
- Prima dell' allattamento al seno.
- Dopo aver usato il bagno o aver aiutato vostro figlio nell'uso del bagno.
- Dopo aver cambiato i pannolini.
- Dopo esservi soffiati il naso o aver asciugato il naso di vostro figlio.
- Dopo aver giocato con giocattoli condivisi con altri bambini.

Lavarsi le mani è il modo migliore per arrestare la diffusione delle infezioni respiratorie. L' 80% delle più comuni infezioni si diffonde attraverso le mani.

COME LAVARSI LE MANI [How to wash your hands]:

- Usate acqua e sapone (l' acqua da sola non elimina i germi).
- Bagnatevi le mani.
- Applicate il sapone (non usate un sapone antibatterico).
- Strofinare bene le mani una contro l' altra per almeno 20 secondi (il tempo che serve per cantare *Twinkle Twinkle little star = Brilla Brilla piccola stella*).
- Risciacquatevi le mani per 10 secondi.
- Asciugatevi le mani con un asciugamano.



CHE COSA VOI DOVRESTE FARE [What you should do]:

- Aspettarvi che dottori, dentisti, infermieri e terapisti si lavino le mani prima di esaminare voi o il vostro bambino.
- Assicurarvi che il sapone sia presente nel bagno della scuola di vostro figlio e del vostro posto di lavoro.
- Assicurarvi che nei luoghi in cui ci si prende cura dei bambini ci siano spazi dove adulti e bambini possano lavarsi le mani.
- Usare un normale sapone. Il sapone antibatterico non è necessario in quanto può indurre lo sviluppo di resistenza batterica.
- Insegnare con il buon esempio.



NON TUTTI I MICROBI SONO UGUALI

[Not all bugs are created equal]

Virus e batteri possono entrambi causare infezioni, ma gli antibiotici sono efficaci solo contro i batteri.

INFEZIONI VIRALI [Viral Infections]

- Comprendono: raffreddore, influenza, croup, laringite, bronchiti e la maggior parte dei mal di gola.
- Sono più contagiose delle infezioni batteriche (se più di una persona in famiglia ha lo stesso tipo di malattia, si tratta molto probabilmente di un' infezione di tipo virale).
- Possono farvi ammalare con la stessa intensità delle infezioni batteriche.
- Di solito migliorano entro 4-5 giorni, ma potrebbero richiedere anche fino a 3 settimane per una completa guarigione.

Gli antibiotici non sono efficaci contro i virus.

INFEZIONI BATTERICHE [Bacterial Infections]

- Sono meno comuni delle infezioni virali.
- Non si trasmettono da una persona all' altra così facilmente come le infezioni virali.
- Causano infezioni come la polmonite e la faringite streptococcica.

Gli antibiotici sono efficaci contro i batteri.

CHE COS' È L' ANTIBIOTICO-RESISTENZA?

[What is Antibiotic Resistance?]

- Usare gli antibiotici quando non sono necessari (per esempio per il raffreddore o l' influenza) può portare allo sviluppo di *antibiotico-resistenza*.
- I batteri sono "antibiotico-resistenti" quando non possono essere uccisi dall' antibiotico.
- Ricorda: è il batterio ad essere resistente all' antibiotico, NON TU! Anche persone in ottima salute che non hanno mai utilizzato antibiotici possono sviluppare un' infezione causata da un batterio antibiotico-resistente proveniente da altre fonti.



USATE GLI ANTIBIOTICI CON PRUDENZA

[Use antibiotics wisely]

CHE COSA DOVRESTE FARE VOI [What you should do]:

- Non aspettatevi una prescrizione antibiotica per ogni infezione respiratoria. Molte di queste infezioni, infatti, sono causate da virus e perciò gli antibiotici non saranno efficaci. *(Serve più tempo per dare informazioni su un'infezione virale che per scrivere una prescrizione - abbi fiducia nel tuo medico se non ti prescrive un antibiotico.)*
- Lasciate che sia il vostro medico a decidere se l' antibiotico è necessario e, se sì, quale sia il migliore.
- Siate pazienti se voi, o vostro figlio, mostrate i sintomi del raffreddore (quali tosse o mal di gola): nella maggior parte delle infezioni virali servono 4-5 giorni per migliorare e fino a 3 settimane per una completa guarigione.
- Lavatevi sempre le mani dopo essere stato a contatto con una persona ammalata. Ricordare anche agli altri di lavarsi le mani.

*EVITATE LA GUERRA AL SUPER-MICROBO:
USATE GLI ANTIBIOTICI CON PRUDENZA!*



LA FEBBRE [Fever]

QUANDO SI PARLA DI FEBBRE? [What is fever?]

Il valore della temperatura corporea di vostro figlio dipende da dove questa viene misurata:

METODO	SE TEMPERATURA uguale o superiore a:
Ascellare	37.3 °C
Orale	37.5 °C
Timpanica (Orecchio)	38.0 °C
Rettile	38.0 °C



LA FEBBRE [Fever]:

- Aiuta l'organismo a combattere l'infezione.
- È presente in molte infezioni respiratorie.
- Può essere presente nelle infezioni sia virali sia batteriche.

TERAPIA [Treatment]:

- Somministrate paracetamolo (Actimol®, Panadol®, Tempra®, o prodotti generici).
- Non somministrate Acido Acetilsalicilico (Aspirina).
- Tenete il vostro bambino in un ambiente fresco, ma non lasciate che abbia i brividi.
- Vestite il vostro bambino con abiti leggeri e mantenete la temperatura della stanza intorno ai 20° C.
- Date bevande fresche o ghiaccioli al vostro bambino ogni ora quando è sveglio.

Informazione utile: quando la febbre si abbassa i bambini con una infezione virale di solito si sentono meglio, mentre quelli con infezione di tipo batterico continuano a sentirsi spossati anche quando la febbre diminuisce.

CONSULTATE IL MEDICO SE IL VOSTRO BAMBINO HA FEBBRE E

[See your doctor if your child has a fever and]:

- Meno di 6 mesi di vita.
- Febbre da più di 48 ore che non scende con paracetamolo.
- Febbre da più di 3 giorni.
- Eritema.
- Diarrea associata a vomito.



E' IMPORTANTE CONSERVARE QUESTI FARMACI CHIUSI A CHIAVE IN UN ARMADIO CHE SIA "A PROVA DI BAMBINO" .

Dose del farmaco	Quantita' di farmaco da utilizzare in base al peso del bambino				
	3.0-3.9 kg (6-8.5 lbs)	4.0-5.4 kg (8.5-11 lbs)	5.5-7.9 kg (12-17 lbs)	8.0-10.9 kg (17.5-24 lbs)	11-15.9 kg (24-35 lbs)
Gocce x bb (80 mg in 1 ml)	0.5 ml	0.75 ml	1 ml	1.5 ml	2.0 ml
Sciroppo normale (80 mg in 1 tsp)	½ tsp	¾ tsp	1 tsp	1½ tsp	2 tsp
Sciroppo concentrato (160 mg in 1 tsp)	N/R	N/R	½ tsp	¾ tsp	1 tsp
Comprese normali x bb (80 mg cp)	N/R	N/R	1 cp	1½ cp	2 cp
Comprese concentrate x bb (160 mg tabs)	N/R	N/R	N/R	N/R	1 cp

Per bambini al di sopra dei 15.9 Kg di peso seguite il dosaggio in base all'eta' come indicato sulla confezione del farmaco.

LEGENDA: bb: bambini; tsp: cucchiaino da tè; cp: compressa; N/R: non raccomandato

L'Acetaminofen (paracetamolo) viene raccomandato per ridurre la febbre el alleviare il dolore nei bambini. Non somministrate mai Acido Acetilsalicilico (ASPIRINA) poichè aumenta il rischio di sviluppare la sindrome di Reye, una patologia molto severa che può danneggiare fegato e cervello.

QUANDO PREOCCUPARSI



L'aspetto generale del vostro bambino, piuttosto che la febbre, è molto importante per capire quando preoccuparsi.

Portate il vostro bambino al PRONTO SOCCORSO se ha febbre e uno dei seguenti sintomi:

- Difficoltà respiratoria non dovuta al naso chiuso
- Labbra blu
- Bimbo privo di forze o incapace di muoversi
- Difficoltà a risvegliarsi, insolitamente tranquillo e non reattivo
- Collo rigido
- Apparentemente confuso
- Convulsioni



RAFFREDDORE / NASO CHE COLA

[COLD / RUNNY NOSE]

I raffreddori sono causati da virus. Ci sono circa 200 diversi virus che causano il raffreddore. I bambini possono avere 8-10 raffreddori all'anno. Gli adulti hanno meno raffreddori perché hanno sviluppato una difesa immunitaria contro alcuni virus. Gli antibiotici non sono efficaci contro i virus del raffreddore.



PREVENZIONE [Prevention]:

- Lavatevi le mani per prevenire la diffusione dei virus.
- Insegnate ai vostri bambini come lavarsi le mani.
- Lavate i giocattoli che sono condivisi con gli altri bambini.

SINTOMI [Symptoms]:

- Naso che cola, mal di gola, starnuti, tosse e, all'inizio, mal di testa, febbre e occhi che lacrimano.
- Il liquido che cola dal naso è dapprima chiaro e trasparente poi diventa giallo denso o verde in 2-3 giorni.

Cio' non significa però che ci sia un'infezione batterica.

- I bambini potrebbero presentare tosse, che peggiora di notte.
- Il raffreddore di solito dura 4-7 giorni. Potrebbero però essere necessarie fino a 3 settimane per una completa guarigione.



TRATTAMENTO [Treatment]:

- Somministrate una abbondante quantità di liquidi, come acqua o succhi di frutta. Bevande calde come il brodo, aiutano il naso a ripulirsi.
- Somministrate paracetamolo per la febbre (vedi pagina 7 FEBBRE).
- Lasciate che il vostro bambino riposi il più possibile.
- Usate gocce nasali di soluzione fisiologica (acqua e sale) per il naso chiuso e la tosse, soprattutto nei lattanti e nei bambini molto piccoli. Potete usare soluzione fisiologica in gocce nasali o spray che trovate in commercio o che potete preparare voi stessi.
- Un decongestionante o uno sciroppo per la tosse potrebbe essere di aiuto a risolvere la sintomatologia ma non accorcerà la durata del raffreddore. *NOTA: i decongestionanti e gli sciroppi per la tosse possono contenere paracetamolo (acetaminofen). E'importante leggere attentamente le etichette e consultare il vostro farmacista per evitare un sovradosaggio.*
- Coloro che si prendono cura del bambino ammalato dovrebbero lavarsi le mani spesso per evitare di contagiare altre persone.

COME PREPARARE ED UTILIZZARE LE GOCCE NASALI DI ACQUA E SALE (soluzione fisiologica)

125 ml ($\frac{1}{2}$ tazza) di acqua tiepida
1/4 cucchiaino da tè di sale da cucina

- Mescolate bene.
- Rinnovate la soluzione ogni giorno.
- Posizionate il vostro bambino in modo che la testa sia lievemente inclinata all'indietro.
- Usate un contagocce per metter 1-2 gocce in ogni narice.
- Ripetete l'operazione 4-5 volte al giorno.

Consultate il medico se [See your doctor if]. . .

- La febbre si ripresenta o i sintomi peggiorano 5-10 giorni dopo l'esordio della malattia.
- La secrezione nasale gialla o verde dura per più di 10 giorni.



INFLUENZA [Influenza / Flu]

L'influenza e' causata da un Virus. Adulti con influenza possono essere contagiosi per 3-5 giorni dopo l'esordio dei sintomi. Bambini con l'influenza possono essere contagiosi anche per 7 giorni. Il "periodo dell'influenza" ("stagione dell'influenza") di solito inizia in Novembre o Dicembre e finisce in Aprile o Maggio. Occasionalmente l'influenza può condurre alla polmonite.

PREVENZIONE [Prevention]:

- Considerate eventualmente di fare il vaccino antinfluenzale consultandovi con il vostro medico.
- Lavatevi le mani soprattutto dopo che siete stati a contatto con un soggetto ammalato. Insegnate al vostro bambino come lavarsi le mani.
- Insegnate al vostro bambino a tossire tenendo davanti alla bocca un fazzoletto di carta che poi cesterete rapidamente.



SINTOMI [Symptoms]:

- Febbre/brividi.
- Mal di testa.
- Stanchezza/dolori diffusi.
- Mal di gola.
- Naso chiuso o che cola.
- Tosse/starnuti.

TERAPIA [Treatment]:

- Somministrate una abbondante quantità di liquidi come acqua o succhi. Liquidi non densi e caldi, come il brodo, contribuiranno a drenare il naso e rilassare le vie aeree.
- Lasciate che il vostro bambino si riposi il più possibile. Tenete a casa il vostro bambino per i primi pochi giorni di malattia per favorire il riposo ed evitare di contagiare gli altri.
- Somministrate paracetamolo per la febbre, mal di testa e i dolori diffusi (vedi pagina 7 FEBBRE).

CONSULTATE IL VOSTRO MEDICO SE [See your doctor if] . . .

- La febbre dura più di tre giorni.
- Il bambino oltre alla febbre ha un eritema.
- Il bambino tossisce con catarro verde o giallo per più di 10 giorni.

QUANDO PREOCCUPARSI

Portate il vostro bambino al PRONTO SOCCORSO se ha uno qualsiasi dei seguenti sintomi:

- Difficoltà respiratoria non dovuta al naso chiuso
- Labbra blu
- Bimbo privo di forze o incapace di muoversi
- Difficoltà a risvegliarsi, insolitamente tranquillo e non reattivo
- Collo rigido
- Apparentemente confuso
- Convulsioni



MAL DI GOLA [Sore Throat]

Il mal di gola si associa spesso al raffreddore. Molti mal di gola sono causati dai virus. Un antibiotico non curerà un mal di gola causato da un virus.

Alcuni mal di gola possono essere causati da un batterio chiamato Streptococco. Le faringiti Streptococciche si verificano più spesso durante autunno ed inverno, in bambini di età compresa tra 5 e 12 anni.

Il vostro medico non può dire se si tratta di una faringite streptococcica semplicemente guardando la gola. Un tampone faringeo potrà dire se il mal di gola è causato da un virus o da un batterio.

- Se il mal di gola si verifica nel corso di un raffreddore, e' molto probabile che sia causato da un virus ed un tampone faringeo non e' necessario.
- Il vostro medico potrebbe ritenere opportuno eseguire un tampone faringeo per verificare se il mal di gola e' causato da un virus o da un batterio. I risultati di solito sono pronti entro 48 ore.
- Se il tampone faringeo risulta negativo, il mal di gola e' molto probabilmente causato da un virus. Gli antibiotici non serviranno.
- Se il tampone faringeo risulta positivo il vostro medico potrebbe ritenere utile prescrivere un antibiotico.
- Non e' necessario che gli altri membri della famiglia eseguano un tampone faringeo a meno che non siano anch'essi ammalati.



SINTOMI [Symptoms]:

- Dolore alla gola, dolore alla deglutizione.
- Febbre.
- Rigonfiamento dei linfonodi del collo.

TERAPIA [Treatment]:

- Somministrate una abbondante quantità di liquidi come acqua o succhi. Liquidi caldi, come brodo, allevieranno il mal di gola.
- Somministrate paracetamolo per la febbre o il dolore.
- Per bambini di età uguale o superiore a 6 anni l'utilizzo di pastiglie per il mal di gola potrebbe aiutare ad alleviare i sintomi. Non somministrate pastiglie ai bambini più piccoli per il pericolo di soffocamento.
- Per i bambini più grandi e per gli adulti, gargarismi con acqua salata calda potrebbero alleviar il mal di gola. Mescolate $\frac{1}{2}$ cucchiaino da tè di sale in 250 ml di acqua calda. Fate gargarismi per 10 secondi. Sputate l'acqua salata e ripetete. I gargarismi possono essere eseguiti 4-5 volte al giorno.
- Il vostro bambino può tornare alle sue normali attività quando si sente meglio.

CONSULTATE IL VOSTRO MEDICO SE [See your doctor if] . . .

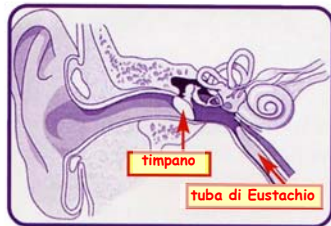
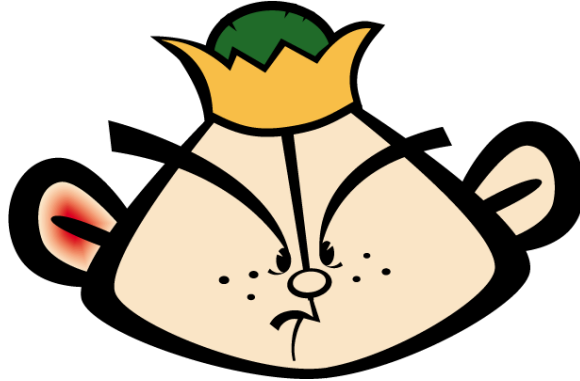
Il mal di gola continua per 2-3 giorni senza altri sintomi del raffreddore, quali occhi che lacrimano, starnuti, naso che cola.

QUANDO PREOCCUPARSI 

Portate il vostro bambino al PRONTO SOCCORSO se ha uno qualsiasi dei seguenti sintomi:

- Difficoltà respiratoria non dovuta al naso chiuso
- Labbra blu
- Impossibilità a deglutire

MAL D'ORECCHI [Ear Ache]



L'orecchio medio e' collegato alla parte posteriore della gola mediante uno speciale condotto chiamato "tuba di Eustachio". Tale condotto e' stretto nei bambini piccoli e può ostruirsi facilmente, specialmente durante un raffreddore. Questa ostruzione può condurre ad un'infezione batterica. Gli

antibiotici potrebbero esser prescritti per un'infezione dell'orecchio, ma il 70-80% dei bambini che hanno un'infezione dell'orecchio staranno meglio anche senza usare un antibiotico.

PREVENZIONE [Prevention]:

- Lavatevi le mani frequentemente ed insegnate al vostro bambino a lavarsi le mani, poichè molte infezioni dell'orecchio si verificano in seguito ad un raffreddore.
- Evitate che vostro figlio sia esposto a fumo passivo di sigaretta.
- Evitate di esporre bambini allergici a fattori allergizzanti.
- Non date a vostro figlio il biberon da bere quando è in posizione sdraiata.

SINTOMI [Symptoms]:

- Febbre.
- Mal d'orecchio.
- Irrequietezza.

TERAPIA [Treatment]:

- Somministrare paracetamolo per la febbre e/o per il dolore (vedi pagina 7 FEBBRE).
- Ponete un panno caldo sulla parte esterna dell'orecchio.
- Gli antistaminici e i decongestionanti non hanno nessun effetto sull'infezione dell'orecchio.
- Il vostro medico potrebbe prescrivere un antibiotico dopo aver esaminato l'orecchio di vostro figlio.
- Se vostro figlio ha contratto numerose infezioni dell'orecchio in un periodo di tempo breve, il vostro dottore potrebbe consigliarvi un intervento chirurgico, che consiste nel posizionare temporaneamente un tubicino nell'orecchio per aiutare la fuoriuscita delle secrezioni.
- In considerazione del rischio che si sviluppi resistenza agli antibiotici, non è più raccomandata la somministrazione di antibiotici per lunghi periodi di tempo a scopo preventivo.

CONSULTATE IL VOSTRO MEDICO SE VOSTRO BAMBINO [See your doctor if your child] . . .

- Ha meno di 6 mesi.
- Ha un'età compresa tra 6 e 24 mesi e non è migliorato dopo 24 ore dall'esordio dei sintomi.
- Ha più di 2 anni e non è migliorato dopo 3 giorni dall'esordio dei sintomi.
- Ha disturbi dell'equilibrio.
- Presenta un rigonfiamento o arrossamento dietro all'orecchio.

QUANDO PREOCCUPARSI

Portate il vostro bambino al PRONTO SOCCORSO se ha uno qualsiasi dei seguenti sintomi:

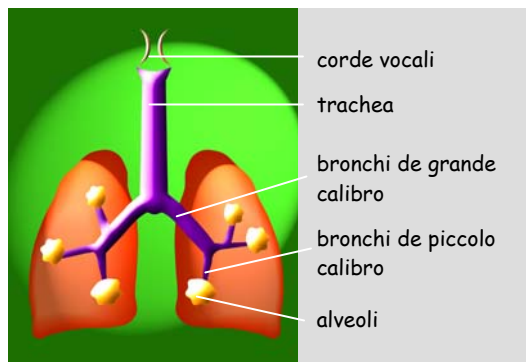
- Difficoltà respiratoria non dovuta al naso chiuso
- Labbra blu
- Bimbo privo di forze o incapace di muoversi
- Difficile da risvegliare, insolitamente tranquillo e non reattivo
- Collo rigido
- Apparentemente confuso
- Convulsioni

TOSSE [Cough]

In molti casi la tosse, sia nei bambini sia negli adulti, è causata da infezioni di tipo virale del tratto respiratorio.

Il tratto respiratorio assomiglia ad un albero capovolto.

Le infezioni del tratto respiratorio vengono definite in base alla sede dell'infezione. Gli antibiotici non sono efficaci nella cura della tosse causata da virus. In alcuni casi la tosse può essere dovuta ad una polmonite. In questi casi l'antibiotico è necessario.



MALATTIA	SEDE	ETÀ INTERESSATA	CAUSA
Laringite	Corde vocali	Bambini grandi / adulti	Virus
Croup	Corde vocali e trachea	Bambini piccoli	Virus
Bronchite*	Bronchi di grande calibro	Bambini grandi / adulti	Virus
Bronchiolite	Bronchi di piccolo calibro	Bambini 0-2 anni	Virus
Polmonite	Alveoli	Tutte le età	Virus e batteri

* riferito a soggetti con polmoni sani

SINTOMI [Symptoms]:

- Febbre, tosse, dolore toracico.
- Tosse produttiva con muco di colore giallo-verdastro (ciò non significa che l'infezione sia di tipo batterico).
- Sibilo: può esser presente in alcuni bambini.

NOTA: in caso di bronchite virale il 45% delle persone tossisce ancora dopo 2 settimane ed il 25% continua a tossire dopo 3 settimane.

TERAPIA [Treatment]:

- Somministrare una abbondante quantità di liquidi come acqua o succhi. Liquidi caldi, come brodo, allevieranno il mal di gola.
- Lasciate che il vostro bambino riposi il più possibile.
- Usate un umidificatore d'aria.
- Calmanti della tosse e decongestionanti potrebbero essere utili nei bambini più grandi e negli adulti, ma vanno usati con cautela nei bambini piccoli. Chiedete aiuto al vostro farmacista per scegliere la medicina giusta.
- Gocce per la tosse potrebbero essere utili nei bambini più grandi e negli adulti. Gocce per la tosse non dovrebbero essere somministrate ai bambini al di sotto dei 6 anni per il rischio di soffocamento.
- In caso di polmonite è bene eseguire una radiografia del torace e somministrare una terapia antibiotica appropriata.



CONSULTATE IL VOSTRO MEDICO SE [See your doctor if] . . .

- La febbre persiste per più di 3 giorni.
- La tosse è accompagnata da vomito.
- Il bambino è molto malato (specialmente dopo 2-3 giorni) e non vuole mangiare e bere.

QUANDO PREOCCUPARSI



Portate il vostro bambino al PRONTO SOCCORSO se ha uno qualsiasi dei seguenti sintomi:

- Difficoltà respiratoria non dovuta al naso chiuso
- Labbra blu
- Bimbo privo di forze o incapace di muoversi
- Difficile da risvegliare, insolitamente tranquillo e non reattivo
- Collo rigido
- Apparentemente confuso
- Convulsioni



INFEZIONE DEI SENI PARANASALI (SINUSITE) [Sinusitis]

I seni paranasali sono cavità vuote, cioè contenenti aria, che si trovano nel contesto delle ossa facciali e sono poste intorno al naso e agli occhi. La sinusite si verifica quando si forma liquido all'interno dei seni. Batteri e virus possono entrambi causare sinusite (i virus con una frequenza 200 volte maggiore rispetto ai batteri). La sinusite è spesso causata da un raffreddore, ma la maggior parte dei raffreddori non porta ad una sinusite batterica. I sintomi di una sinusite sono più severi e durano più a lungo di quelli di un raffreddore.

SINTOMI [Symptoms]:

- Dolore facciale, sensazione di pressione facciale, mal di testa, mal di denti, stanchezza, tosse, febbre.
- Naso chiuso con secrezione nasale gialla o verde che dura da più di 10 giorni.

TERAPIA [Treatment]:

- Somministrate paracetamolo per la febbre e/o per il dolore (vedi pagina 7 FEBBRE). Usate soluzione fisiologica in gocce o spray per aiutare il naso a ripulirsi (vedi RAFFREDDORE).
- I decongestionanti possono alleviare la sensazione di oppressione nasale, ma non accorciano la durata della malattia.
- Usate un umidificatore.

CONSULTATE IL VOSTRO MEDICO SE [See your doctor if] . . .

- La febbre si ripresenta 5-7 giorni dopo l'esordio del raffreddore.
- I sintomi del raffreddore peggiorano 5-7 giorni dopo l'esordio dello stesso.
- La secrezione nasale giallo-verdastra dura da più di 10 giorni.
- Il dolore facciale è costante.

NOTA: La ricomparsa di sintomi del raffreddore associati ad una secrezione nasale *chiara*, è indicativa di un nuovo raffreddore, non di sinusite. Una visita dal medico in questo caso non è necessaria - seguite i consigli terapeutici per il raffreddore.





QUANDO PREOCCUPARSI



Portate il vostro bambino al PRONTO SOCCORSO se ha uno qualsiasi dei seguenti sintomi:

- Difficoltà respiratoria non dovuta al naso chiuso
- Labbra blu
- Bimbo privo di forze o incapace di muoversi
- Difficile da risvegliare, insolitamente tranquillo e non reattivo
- Collo rigido
- Apparentemente confuso
- Convulsioni

ABOUT THIS BOOKLET

The content of this booklet was developed by Capital Health, the Alberta Lung Association, the Clinical Practice Guidelines Program of the Alberta Medical Association and the University of Alberta, Canada.

Translation and cultural validation was provided by Dr. Milena Milandri, clinical pharmacology consultant Azienda USL Cesena and lecturer at the University of Bologna, Italy.

This information is available in English, French, Arabic, Chinese Simplified, Chinese Traditional, Italian, Japanese, Korean, Persian, Punjabi, Somali, Spanish, Thai, and Vietnamese.

Reviewed 2011

FOR MORE INFORMATION

www.dobugsneeddrugs.org

1-800-931-9111