

# ANAK KERAP DEMAM

Ambil langkah ini  
Untuk atasinya!

**S**Anak saya berumur empat tahun sering demam dengan suhu 38°C hingga 40°C. Dalam sebulan, boleh dikatakan dua kali dia demam selama tiga hingga tujuh hari dan baik sendiri apabila saya berikan ubat sirap paracetamol dan ubat 'peluru' menerusi punggung dan ada juga ambil antibiotik yang dibekalkan klinik. Adakah ini normal doktor? Apa boleh saya lakukan untuk elakkan ia berulang?

**J**Demam dengan suhu antara 38°C hingga 40°C adalah demam yang ketara. Ia merupakan gejala yang selalunya bermaksud terdapat sesuatu jangkitan pada sistem tubuh badan anak anda. Jangkitan itu mungkin daripada jenis virus atau bakteria, dan boleh berlaku di mana-mana sistem atau organ anak.

## ELAK JANGKITAN

Oleh kerana kebanyakan ibu bapa bekerja dan menghantar anak-anak usia ini ke taman asuhan, anak-anak sering terdedah kepada jangkitan virus daripada kanak-kanak lain yang berada di taman asuhan yang sama. Ini kadang-kadang tidak dapat dielakkan kerana mereka berada dalam tempat yang sama dan dijaga oleh penjaga yang sama.

Oleh yang demikian ibu bapa berperanan untuk elakkan daripada menghantar anak yang kurang sihat ke taman asuhan dan penjaga/pengusaha taman asuhan harus peka dan tegas untuk menyaring kanak-kanak yang kurang sihat. Cara untuk mengurangkan risiko jangkitan yang utama juga adalah dengan mengamalkan tabiat cuci tangan dengan baik.

## AMBIL VAKSIN

Salah satu langkah untuk mengelakkan jangkitan yang serius adalah dengan memastikan anak anda mendapat vaksinasi/imunisasi dengan lengkap. Vaksinasi telah terbukti dapat mengurangkan risiko jangkitan serius dengan berkesan di seluruh dunia. Ambil vaksin seperti yang disyorkan dalam program imunisasi kebangsaan

oleh Kementerian Kesihatan. Lebih baik lagi sekiranya ibu bapa yang berkemampuan juga mengambil imunisasi tambahan seperti vaksin pneumococcal, rotavirus dan influenza.

## GAYA HIDUP SIHAT

Gaya hidup yang sihat juga adalah antara faktor atau langkah pencegahan yang penting terhadap jangkitan penyakit. Ibu bapa haruslah sentiasa memastikan anak-anak mendapat makanan yang seimbang. Ini penting kerana makanan yang seimbang akan membekalkan nutrisi pemakanan yang secukupnya agar sistem imun anak anda sentiasa berada di tahap optimum.

Mengamalkan pengambilan air yang mencukupi sekurang-kurangnya 1.2 hingga 1.5 liter sehari juga penting untuk membantu mengekalkan integriti tisu badan agar dapat melawan serangan jangkitan kuman.

## DAPATKAN NASIHAT DOKTOR

Sekiranya anak demam ibu bapa disarankan untuk mendapatkan nasihat doktor. Doktor akan memeriksa anak anda untuk memastikan jenis jangkitan supaya ubat yang sesuai dapat diberikan agar jangkitan dapat dikawal dengan baik.

Sekiranya anak anda memerlukan pemantauan dan rawatan yang lebih rapi, doktor akan mengesyorkan supaya anak anda dimasukkan ke wad.

## DR. ROSNI JAMALLUDIN

Pakar Perubatan Kanak-Kanak (Pediatrik) yang kini bertugas di KPJ Klang Specialist Hospital. Beliau memiliki kelulusan Bachelor of Medicine, Bachelor of Surgery (Cairo), M.Med Paed (UKM).

Sekiranya anda mempunyai persoalan berkaitan kesihatan anak-anak hantar ke:  
Dunia Pediatrik Majalah Pa&Ma, Kumpulan Media Karangkrif Sdn. Bhd.  
1, Jalan Renggam 15/5, Seksyen 15, 40200 Shah Alam, Selangor ATAU  
duniapediatrik@gmail.com



## BRONKITIS HANTUI SI MANJA

Bronkitis adalah jangkitan atau radang saluran udara besar kepada paru-paru iaitu saluran udara bronkus. Apabila si kecil sakit tekak, selesema atau jangkitan sinus, virus yang menyebabkan penyakit-penyakit ini boleh merebak ke bronkus. Apabila kuman merebak ke kawasan berkenaan, saluran pernafasan menjadi bengkak, meradang dan sebahagiannya disekat dengan lendir.

Bagi bayi kecil, mereka mengalami bronkitis tetapi biasanya mendapatkan bronkiolitis. Keadaan ini berlaku apabila saluran udara kecil dalam paru-paru bayi (bronkiol) dipenuhi dengan lendir dan membengkak. Seperti bronkitis, bronkiolitis juga berlaku kerana jangkitan virus pada bahagian berkenaan.

Jangkitan ini selalunya ditandai dengan sakit tekak, keletihan, hidung berair, menggigil, sakit dan demam 37°C ke atas. Dia akan mula batuk yang pada mulanya kering dan kemudiannya mengeluarkan lendir kehijauan atau kekuningan. Ada kalanya si manja akan muntah semasa batuk. Kebanyakan kes bronkitis atau bronkiolitis dikesan dibesarkan dalam keluarga perokok.

Walaupun jangkitan virus merupakan penyebab yang paling kerap, bronkitis juga boleh disebabkan oleh jangkitan bakteria, alergi, asap rokok, asap kenderaan dan debu. Untuk mengelakkan dijangkiti, sentiasa mengamalkan langkah kebersihan seperti membasuh tangan dan gaya hidup sihat.



## UNDESCENDED TESTES DI KALANGAN BAYI LELAKI

ia ialah keadaan di mana testis bayi tidak turun dalam keadaan normal. Ini bermakna buah zakar tidak turun ke dalam karung (*scrotum*) seperti biasa. Keadaan ini selalunya boleh pulih dengan sendiri. Walaupun begitu, jika buah zakar masih tidak turun ke dalam karung apabila umur mencecah dua tahun, pembedahan perlu dilakukan. Hal ini kerana jika buah zakar di biarkan di bahagian atas, ia mungkin mati atau bertukar menjadi kanser. Sekiranya berlaku, bawa bayi anda ke klinik segera.

## DISPRAKSIA MASALAH MOTOR HALUS DAN KASAR

Dispraksia ialah satu bentuk gangguan umum yang mempengaruhi koordinasi motor halus atau kasar pada kanak-kanak dan orang dewasa. Ia boleh menjejaskan artikulasi dan percakapan, persepsi dan pemikiran yang juga salah satu jenis kurang upaya dalam pembelajaran khusus.



## KETAHUI 7 PUNCA ANAK SEMBELIT SELAIN MAKANAN

Anda sudah memberikannya makanan yang lembut agar sembelitnya pulih. Namun masalah penghadaman tersebut terus berulang. Rupa-rupanya ada faktor lain yang menyebabkannya seperti:

1. Stres atau tekanan perasaan yang disebabkan keadaan seperti mendapat adik baru, baru bersekolah atau bertukar taska dan sebagainya.
2. Kurang makan atau tidak berselera untuk makan.
3. Tabiat menahan diri dari membuang air besar.
4. Bercerai lampin.
5. Baru memulakan makanan pejal.
6. Kurang pergerakan fizikal.
7. Memakan banyak makanan berlemak atau berempah.

