

Gefeliciteerd!!

Van harte gefeliciteerd met de geboorte van uw kind!

In deze nieuwsbrief treft u enkele tips en adviezen aan waar u mogelijk iets aan heeft.

De 'kindermedicijnkast'

Elk kind is weleens ziek of heeft een ongelukje. Wat moet er zoal in je medicijnkast zitten?

Pijn en koorts	Paracetamol tabletten of zetpillen voor kinderen
Hoest	Tijmsiroop met suiker of suikervrije hoestsiroop
Diarree	Orale rehydratievloeistof (ORS)
Jeuk veroorzaakt door insectensteken, kinderziektes, etc.	Mentholgel of mentholpoeder(niet bij kinderen jonger dan 2 jaar) Een bad met zemelen verlicht de jeuk veroorzaakt door waterpokken
Doorkomen van tanden en kiezen	Dentinox en Chamodent (homeopatisch middel)
Verstopte neus of oorpijn	Fysiologische zoutoplossing Neusreinigingspompje Voor kinderen ouder dan 2 jaar neusspray of neusdruppels met xylometazoline
Ontsmetting van wondjes	Betadine zalf/oplossing Chloorhexidine oplossing (prikt een beetje)
Droge huid	Vaseline Cetomacrogol crème Badolie
Vitamine	Vitamine D: bij kinderen van 0 t/m 3 jaar Vitamine K: bij borstvoeding van 8 ^e t/m 90 ^{ste} dag
Verband en hulpmiddelen	Verbandtrommel voor in en om het huis met o.a.: Thermometer Insecten uitzuigpompje Tekentang
Vergiftiging	Gifwijzer

Koorts

Koorts komt veel voor bij kinderen. Uw kind heeft koorts als de lichaamstemperatuur 38 graden of hoger is. Meet de temperatuur via de anus (poepgaatje). Dit is het meest betrouwbaar. Koorts is niet schadelijk voor het lichaam of de hersenen. Zolang het lichaam de warmte kwijt kan, komt de temperatuur zelden boven de 41 graden.

Blijf op andere verschijnselen letten om in te schatten of uw kind erg ziek is. De koorts kan enkele dagen duren. Zodra het lichaam de infectie overwonnen heeft, daalt de temperatuur weer.

Neem direct contact op met de huisarts(of huisartsenpost) als uw kind met koorts:

- jonger is dan 3 maanden
- als uw kind 5 dagen koorts heeft;
- suf is of niet gemakkelijk wakker te krijgen;
- kreunt of blijft huilen en niet te troosten is;
- benauwd is of anders ademt (snelle, piept, hoorbaar ademt en kwijlt, of korte periodes niet ademt);
- rode vlekjes krijgt waarvan de kleur niet verbleekt als u erop drukt; (op de romp, armen, benen of het oogslimvlies);
- in korte tijd steeds zieker wordt (anders ziek is dan u van uw kind gewend bent);



Voor meer alarmsymptomen zie www.thuisarts.nl.

Geboorte

Aandacht voor kwaliteit



Toedienen van geneesmiddelen

Problemen bij het geven van het medicijn? Kijk dan op www.apotheek.nl voor tips.

Meer weten?

Vraag het ons of raadpleeg betrouwbare websites.



Betrouwbare Internetsites

www.kamperkompas.nl: voor al uw vragen over zorg, opvoeden en opgroeien.

www.kindermedicatie.nl: informatie over verantwoord medicijngebruik bij kinderen.

www.apotheek.nl: met informatie over geneesmiddelen en actuele berichtgeving. Deze site wordt onderhouden door de landelijke apothekers organisatie.

www.thuisarts.nl: hier vindt u meer informatie over ziektebeelden. Deze site is samengesteld door de landelijke huisartsen vereniging.

www.flevowijk.nl: de website van Apotheek Flevowijk. U vindt hier o.a. ons kwaliteitsjaarverslag.

www.mijngezondheid.net: op deze website kunt u inloggen, uw eigen gegevens inzien, medicijnen bestellen en een e-consult aanvragen.

www.lareb.nl: de website waar u alles kunt lezen over bijwerkingen (of het melden daarvan) en is de officiële site van het landelijke bijwerkingen centrum Lareb.

www.betrouwbarebron.nl: hier vindt u links naar sites met betrouwbare medische informatie.

www.nationalebijsluitertelefoon.nl: informatie over de bijsluitertelefoon, bedoeld voor blinden en slechtzienden, maar ook geschikt voor laaggeletterden.

www.bijsluiterveerwoordenboek.nl: een woordenboek voor de woorden die in bijsluiters gebruikt worden.



Apotheek Flevowijk

Lelystraat 80, 8265 BE Kampen

T. 038-3371400

F. 038-3371414

E info@flevowijk.nl

Website: www.flevowijk.nl

Twitter: [@FlevowijkApo](https://twitter.com/FlevowijkApo)

Facebook: www.facebook.com/FlevowijkApo

Afspraak plannen via internet: Flevowijkapo.youcanbook.me