



**'Als first-time mom maak ik me voortdurend zorgen. Koorts, diarree, hoesten of braken: wanneer is een dokter nodig?'**

*Tine, 27*



## BIJ KOORTS

**Dokter Nadine De Ronne, adviserend arts**

**bij Kind en Gezin:** 'We spreken van koorts als de rectaal gemeten lichaamstemperatuur van een kind 38 graden of meer is. Kinderen kunnen koorts krijgen om allerlei redenen. Belangrijk is dat je de temperatuur en de toestand van je kind goed opvolgt. Sowieso raden we af om baby's jonger dan zes maanden koortswerende middelen te geven zonder te overleggen met een arts. Kinderen van zes maanden en ouder kan je indien nodig wél een medicijn als Perdolan of Nurofen toedienen.'

**Wanneer naar de dokter?**

< 3 maanden: 'Is je kind jonger dan drie maanden? Ga meteen naar een arts.'

3-6 maanden: 'Zodra een baby drie maanden oud is, kan je bij lage koorts iets langer afwachten. Zolang je kind actief is en goed eet en plast, is er weinig reden om je zorgen te maken. Heeft je zoon of dochter een temperatuur van 39 graden en vertoont hij of zij alarmsignalen zoals minder eetlust, kortademigheid, een grauwe kleur, huilgedrag, sufheid of stuipen? Neem dan contact op met je dokter.'

> 6 maanden: 'Bij een kind dat ouder is dan zes maanden en gewoon eet en speelt, kan je twee tot drie dagen afwachten. Het kan zijn dat het een ziekte aan het ontwikkelen is, maar het kan ook zijn dat de koorts vanzelf weer afneemt.'

## BIJ DIARREE

Dokter De Ronne: 'Diarree is een plots veranderend stoelgangpatroon, met waterige, spuitende stoelgang en krampen.'

**Wanneer naar de dokter?**

< 6 maanden: 'Hoe jonger het kind, hoe groter de kans op uitdroging. Tot zes maanden eten baby's alleen vloeibare voeding. Daardoor leidt diarree in deze leeftijdscategorie vrij snel tot uitdroging. Heeft je kindje plots last van een waterige stoelgang? Volg zijn of haar vochtverlies dan goed op door de luiers te wegen. Minder plassen is een van de eerste tekenen van een tekort aan vocht.'

> 6 maanden: 'Vanaf zes maanden krijgen kinderen naast hun melkvoeding elke dag ook een groente- en fruithap, en kunnen ze al wat meer tegen een stootje. Ook hier geldt de regel dat je je kind goed moet opvolgen als het diarree heeft. Wat eet het? Plast het genoeg? Zolang het kind goed eet en drinkt, kan je extra vocht bijgeven, zoals een extra flesje of wat vaker aanleggen als je borstvoeding geeft. Plast je kind minder en is het wat suf? Dan geldt ook voor deze iets oudere baby's dat je het best een arts raadpleegt.'

## BIJ BRAKEN

Dokter De Ronne: 'Geeft je baby na een voeding wat eten terug, maar is hij of zij verder actief en vrolijk? Dan noemen we dat regurgitatie. Dat is een normaal verschijnsel. Het kind gaat meer zijn buikspieren gebruiken, maar er zit melk in de maag en niet alles raakt verteerd. Maar liefst twee op de drie baby's hebben er last van.'

**Wanneer naar de dokter?**

'Als een kind explosief braakt, kan er meer aan de hand zijn. Blijft hij of zij alert en actief? Dan is er meestal niks aan de hand. Zo kan een kind al braken bij een verkoudheid. Gaat het braken gepaard met koorts en diarree? Dan bestaat de kans dat je zoon of dochter een virus heeft, en kan je je beter naar de dokter reppen. Moet je kind niet alleen braken, maar is het ook suf en gaat zijn toestand snel achteruit? Ga dan zo snel mogelijk naar de spoedafdeling.'

## BIJ HOESTEN

Dokter De Ronne: 'Hoest ontstaat meestal bij prikkeling van de luchtwegen, en dient om die te reinigen van slijm en vreemde voorwerpen. Gaat het hoesten gepaard met snot? Dan hoest het kind vermoedelijk vooral 's nachts. Logisch, dan ligt het neer en komt al dat slijm in de keel, waardoor er een hoest ontstaat. Meestal is hoesten niet erg.'

**Wanneer naar de dokter?**

• Als een zuigeling hoest tijdens de voeding:

'Als een baby van bij de geboorte bij elke voeding hoest, is het mogelijk dat er een verbinding is tussen de slokdarm en de luchtwegen. Dan verslijkt het kind zich en komt het ook niet bij. Hoesten tijdens de voeding kan ook wijzen op een gespleten verhemelte. Als het achteraan gespleten is, wordt dat bij de geboorte soms gemist.'

• Als het kind minder drinkt en minder actief is: 'In dit geval is het altijd aangewezen een dokter te raadplegen. Hoor je bovendien ook een reutel? Dan zit de keel van je zoon of dochter vol met slijmpjes en krijgt hij of zij die niet weggewerkt.'

• Als het kind gespeeld heeft: 'Blijft een kind hoesten, ook al is er op het eerste gezicht geen oorzaak? Dan kan het zijn dat er een vreemd voorwerp in de luchtwegen zit.'