

Igiene nasale dei bambini



Una guida per genitori

nosiboo[®]
designed to care



Indice

*

03 Cos'è la **rinite**?

04 **Perché** la rinite si presenta?

06 Cosa succede nel **naso**?

09 I benefici dell'**aspirazione nasale**

13 **QUIZ!** Conosci tutti i miti sulla rinite?

14 **Cosa fare** se il tuo figlio prende il raffreddore?

15 **Come pulire** il naso di tuo figlio in modo efficace?

16 **Come usare** l'aspiratore nasale?

19 Quando chiamare **il medico**?

21 **Conosci meglio** la famiglia Nosiboo!

25 **Bibliografia**



In associazione con:
Gábor Ráth M.D.
Specialista ORL

* Cos'è la rinite?

RINITE

l'infiammazione della mucosa nasale

SINTOMI

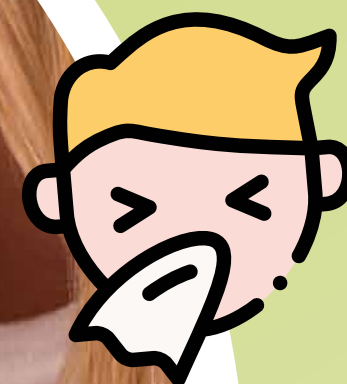
naso che cola

naso tappato

starnuto

riduzione del senso dell'olfatto

eccesso di muco che cola in fondo alla gola

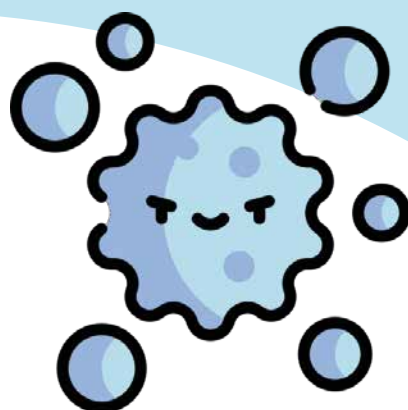


LO SAPEVI?

La rinite è sempre accompagnata da un'infiammazione della mucosa dei seni paranasali, anche se il bambino non sente i sintomi!

* Perché la rinite si presenta?

Infezioni



PROBLEMA

Entrare all'asilo nido o alla scuola materna significa divertirsi molto con i coetanei, ma anche portare a casa ospiti indesiderati – **le malattie infettive**.

Le infezioni seguite da una rinite sono un problema comune tra i bambini di età inferiore ai 6 anni. I neonati, i bambini piccoli e quelli in età prescolare possono prendere il raffreddore anche 7-8 volte all'anno!

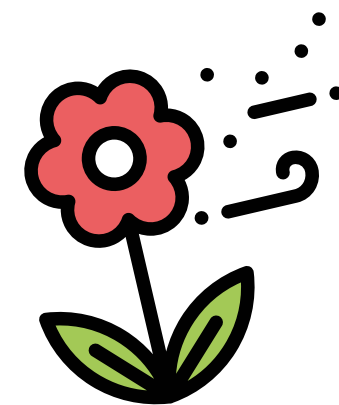
RAGIONE

I virus sono ovunque. I bambini sono più inclini alle infezioni mentre stanno **costruendo il loro sistema immunitario**.

Il 15% dei bambini soffre di **infezioni ricorrenti delle vie respiratorie**. Quando i virus che causano il raffreddore infettano il naso e i seni paranasali, **il naso produce muco per liberarsi**. Questo aiuta a portare via il virus dal naso e dai seni.



* Perché la rinite si presenta?



Allergie

PROBLEMA

A chi non piace la primavera?

Guardandosi intorno: fiori che sbocciano, alberi verdi e... polline nell'aria. Uffa, di nuovo la stagione delle allergie.

Purtroppo, i **sintomi possono comparire già nella prima infanzia**. Altri allergeni tipici sono gli acari della polvere, le muffe, i peli di cane e di gatto.

RAGIONE

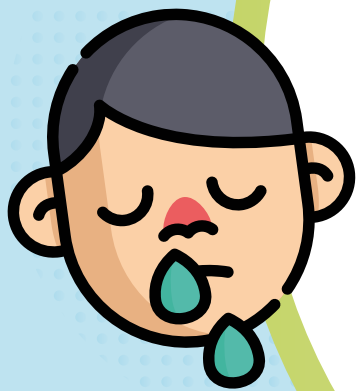
Il corpo tratta gli allergeni come germi, il che si traduce con un **naso chiuso** o **che cola**. Aggiungete starnuti e prurito agli occhi e avrete la ricetta per **l'incubo di ogni genitore**. I sintomi si manifestano entro pochi **minuti** dall'esposizione all'allergene e **possono durare anche per ore**.

Cosa succede nel naso?

*

La rinite può non sembrare una cosa seria.

Certo, dà fastidio al bambino (e quindi a voi), ma “prima o poi passerà da solo” - questa è la credenza popolare. Beh, **non è del tutto vero**. Scopriamo il perché.

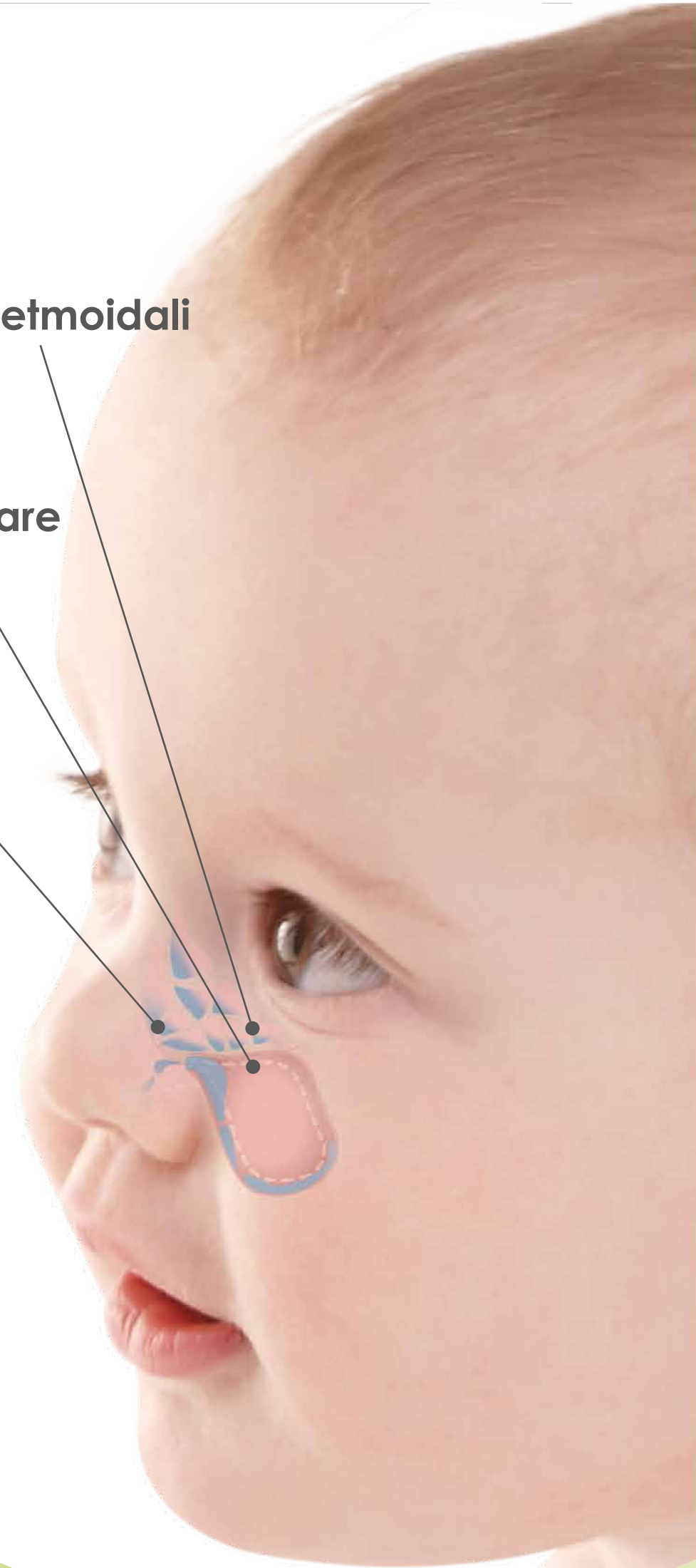


L'aumento della produzione di muco è la risposta del corpo a virus e allergeni. **Il muco aiuta a sciacquare il naso e i seni paranasali**, trasformandoli in un vero campo di battaglia. Ma, se non trattato, **il muco stagnante può causare problemi significativi**.

cellule etmoidali

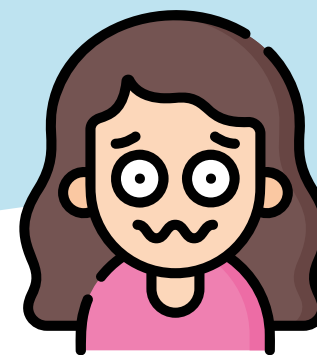
seno mascellare

cavità nasale



Cosa succede nel naso?

*



La secrezione stagnante può portare a **conseguenze gravi** come **bronchiti, infezioni del seno** o dell'orecchio medio, ma anche **disturbi del sonno** da lievi a gravi. I farmaci (compresi gli antibiotici), spesso, **non possono essere evitati** in questa fase!

Nota: ci sono molti fattori di rischio che predispongono i bambini a sviluppare **una reazione avversa ad una medicina**. Evitali o cerca di utilizzarli con molta attenzione se sono necessari. Ricorda, **prevenire è meglio che curare**.



Cosa succede nel naso?

*



Abbiamo buone notizie per te!
Rimuovendo il muco nasale, non solo si può migliorare la respirazione del bambino, ma si possono anche **prevenire le malattie e abbassare il rischio di sviluppare malattie più gravi**.
Con una corretta igiene nasale, si possono potenzialmente **evitare gravi complicazioni e ridurre i farmaci**.



I benefici dell'aspirazione nasale

”

Sulla base di **35 anni di esperienza** acquisita durante il mio lavoro di ORL, credo che aspirare il muco nasale sia **molto vantaggioso**, ed è importante **per assicurare la respirazione nasale!** L'aspirazione **accelera** significativamente **il processo di guarigione.**

Erzsébet Hárságyi
Medico ORL e audiologo

“



I benefici dell'aspirazione nasale

*

HAI SAPUTO?

FATTO

I neonati possono respirare quasi esclusivamente attraverso il naso fino a diversi mesi. Provate a respirare dal naso quando è intasato! Non è tanto comodo, vero?

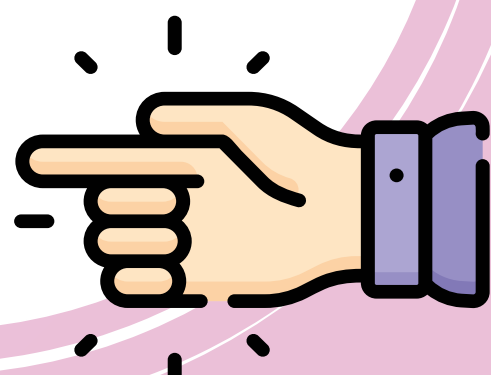


PROBLEMA

Quando il naso è chiuso, la fornitura di ossigeno soddisfacente non è assicurata, quindi il bambino è inquieto. È comprensibile, dato che **non può dormire tranquillamente, succhiare il ciuccio o succhiare il latte.**

SOLUZIONE

Aspirando il naso, **liberiamo le vie respiratorie** e provvediamo alle condizioni di un **tranquillo riposo e alimentazione.**



* I benefici dell'aspirazione nasale

CON L'AIUTO DI UN ASPIRATORE NASALE SI POTREBBE:



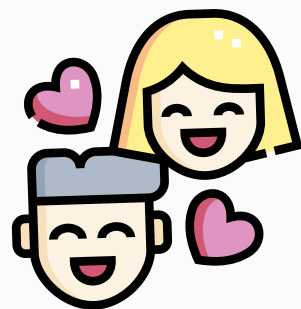
prevenire le malattie
delle vie respiratorie
superiori,

ridurre l'uso
di farmaci,



assicurare **una notte
tranquilla** per il bambino
e per voi stessi.

Bambino felice
= **famiglia felice!**



Scegliete solo
dispositivi medici
sicuri che sono
in linea con
**raccomandazioni
internazionali!**



+

QUIZ! Conosci tutti i miti sulla rinite?

*

LA RINITE È UN PROBLEMA GRAVE



VERO

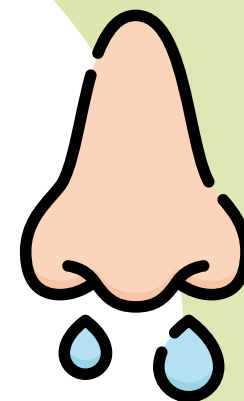
FALSO

VERO! I bambini respirano principalmente attraverso il naso, quindi dormire o mangiare è una lotta quando è intasato. È quello che chiamiamo un problema.

IL NASO CHE COLA DEVE ESSERE TRATTATO

VERO

FALSO



VERO! Il muco stagnante può portare a complicazioni e può essere un sintomo di malattie più gravi.

SI DOVREBBE SEMPRE USARE LA POTENZA DI ASPIRAZIONE PIÙ FORTE

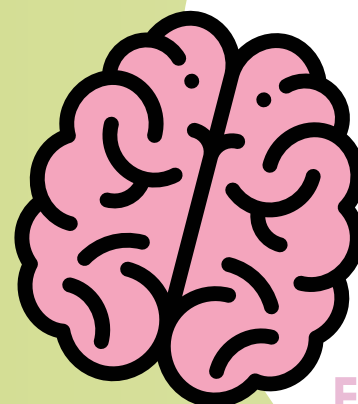


VERO

FALSO

FALSO! Inizia con la potenza di aspirazione effettiva più bassa e aumenta in base alla densità della secrezione.

UN ASPIRATORE NASALE SUCCHIERÀ IL CERVELLO DEL TUO BAMBINO



VERO

FALSO

FALSO! Non ti preoccupare, non è possibile! :)

* Cosa fare se tuo figlio prende il raffreddore?

LISTA DI CONTROLLO

- ☒ un sacco di **amore e cura**
- ☐ **bere acqua** per prevenire la perdita di liquidi
- ☐ **lavaggio nasale con soluzione salina** per diluire la secrezione nel naso bloccato
- ☐ **aspirazione nasale** in caso di un naso che cola per liberare i passaggi nasali
- ☐ **umidificatore a nebbia fredda** per facilitare la respirazione
- ☐ dieta **ricca di vitamine**
- ☐ tanto **sonno e riposo**
- ☐ **rimanere a casa** per evitare di diffondere la malattia
- ☐ se la condizione del bambino è grave - **chiama il medico!**



* Come pulire il naso di tuo figlio in modo efficace?



PASSO 1

Il muco secco e molto denso può essere dissolto da una **soluzione salina leggera**. Dopo averlo usato, aspetta qualche minuto e **pulisci lo scarico in eccesso con un fazzoletto**.



PASSO 2

Libera il naso del bambino con l'aiuto di un **aspiratore nasale**. Rimuovere il muco sottile anche dalle cavità inferiori sarà molto **più facile** ora!



Come usare l'aspiratore nasale?



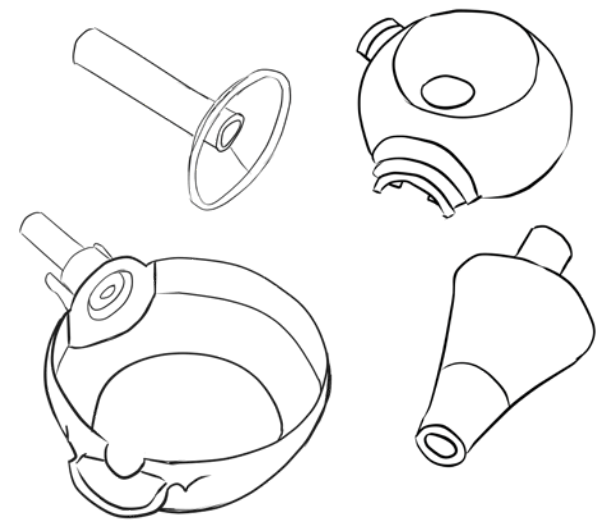
Coinvolto:
Aspiratore
nasale elettrico
Nosiboo Pro

1



Accendere il dispositivo e selezionare la **potenza di aspirazione corretta**.

3



Lavare le parti con sapone liquido e acqua tiepida.

2

Tenere il bambino in una **posizione stabile**. Inserire il **beccuccio** nella narice del bambino. Muovere il beccuccio **attorno delicatamente**.

4

Lasciare **asciugare completamente** le parti prima dell'uso successivo.





* Come usare l'aspiratore nasale?

CONSIGLI E SUGGERIMENTI

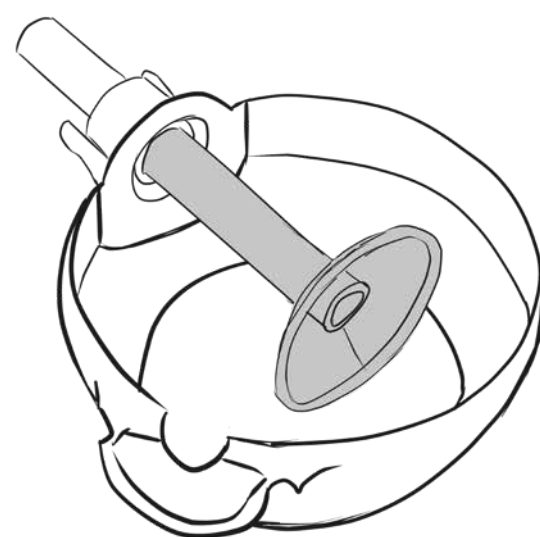


Se il muco è **sottile**,
puoi usare il dispositivo ad
un'impostazione più bassa.

Se è **spesso**, puoi usare
il dispositivo ad
**un'impostazione
più alta.**



Muovi **attorno delicata-
mente** il beccuccio per
assicurarti di raggiungere
**tutte le aree della
narice.**



Grazie al **tubo con
colletto** all'interno della testa,
nessuna secrezione entrerà
nel tubo o nel dispositivo.
È **super igienico!**



* Quando chiamare il medico?

CONSIDERA DI CHIAMARE IL MEDICO QUANDO TUO BAMBINO:

- ha una febbre **alta** o di **lunga durata** (>2 giorni),
- soffre di **tosse grave**,
- ha cambiato la sua **attività quotidiana**:
dorme molto **meno o più** del solito,
- ha **difficoltà a respirare**,
- prova **dolore all'orecchio**,
- si rifiuta di **mangiare**,
- **vomita** o ha la **diarrea**,
- soffia fuori uno scarico nasale **sanguinoso**.

Se il tuo bambino ha **meno di 3 mesi**, chiama il medico già nella **fase iniziale della malattia**.





Adesso **sai cosa**
fare quando la
rinite attacca!

Conosci meglio
la famiglia Nosiboo!



nosiboo[®]go
portable nasal aspirator



Comodo in
movimento



nosiboo[®]eco
manual nasal aspirator

Un aiuto tranquillo
durante la notte



nosiboo[®]pro
electric nasal aspirator

Sempre a portata
di mano nella stanza
dei bambini

* Conosci meglio la famiglia Nosiboo!



L'idea di **Nosiboo** è nata da **due giovani padri ingegneri** le cui famiglie hanno dovuto affrontare **notti insonni** dopo l'arrivo dei loro bambini.

È così che è stato creato **Nosiboo** – una serie di **aspiratori nasali rivoluzionari**, adatti ai **bambini** e **comodi per i genitori** allo stesso tempo.



* Conosci meglio la famiglia Nosiboo!



facili
da pulire



dispositivi
medici sicuri



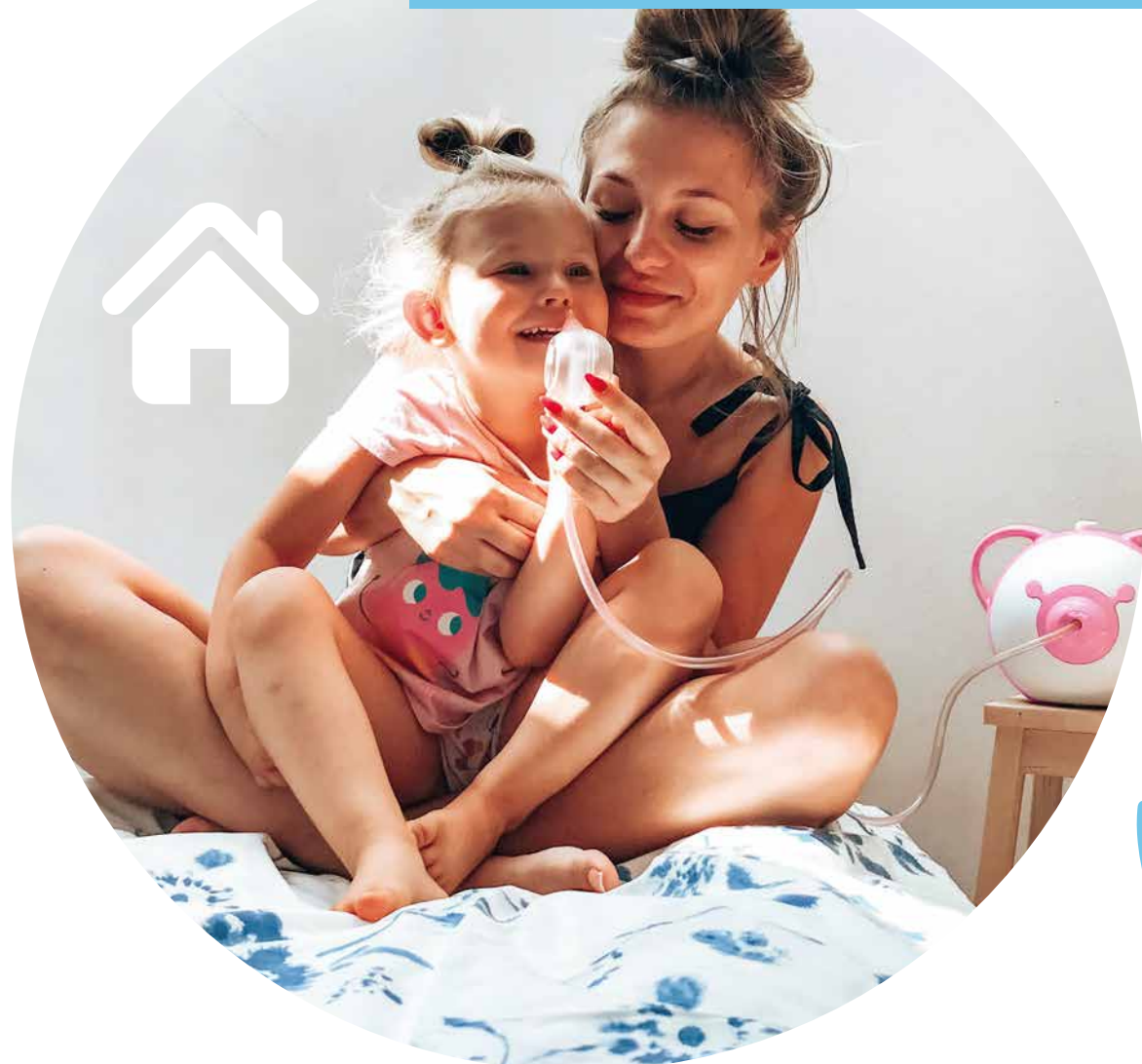
design brevettato,
adatto ai bambini



operazione
efficace



Per giorni felici
con un naso pulito



* Conosci meglio la famiglia Nosiboo!



*Bibliografia

APCP RESPIRATORY GROUP UK. (2015). *Guidelines for nasopharyngeal suction of a child or young adult*. https://apcp.csp.org.uk/system/files/guidelines_for_nasopharyngeal_suction_0_1.pdf

Centers for Disease Control and Prevention. (2019). *Runny Nose from a Cold & Antibiotics: Q & A Guide for Parents* U.S. Department of Health and Human Services. <https://www.cdc.gov/antibiotic-use/community/pdfs/runny-nose-bw-faqs.pdf>

Chirico G., Beccagutti F. (2010). Nasal obstruction in neonates and infants. *PubMed - Minerva Pediatr*, 2010 Oct; 62(5):499-505. <http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/20940683>

Chirico, G., Quartarone G., and Mallefet P. (2014). Nasal congestion in infants and children: a literature review on efficacy and safety of non-pharmacological treatments. *Minerva pediatrica*, 66.6 (2014): 549-557. <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/25336097>

Corey J. P., Houser S. M., Ng B. A. (2000). Nasal congestion: a review of its etiology, evaluation, and treatment. *Ear Nose Throat J.*, Sep;79(9):690-3, 696, 698 passim. <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/11011488/>

Fairley W. J. (2014). *Rhino-sinusitis: Causes and medical treatment*. <https://entkent.com/rhino-sinusitis/>

Fokkens W. J., Lund V. J., Hopkins C... (2020). European Position Paper on Rhinosinusitis and Nasal Polyps 2020. *Rhinology*, 2020 Feb 20;58(Suppl S29):1-464. <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/32077450/>

Gellner C. (2018) *Should I be worried if my child gets sick too often?* [Interview transcript] Health University of Utah. https://healthcare.utah.edu/the-scope/shows.php?shows=0_5nzgsffm

Hardjojo A., Shek L. P...(2012). Rhinitis in children less than 6 years of age: current knowledge and challenges. *Asia Pac Allergy*, Jan;2(1):90. <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC3206246/>

Lucile Packard Children's Hospital. *Common Cold in Children*. <https://www.stanfordchildrens.org/en/topic/default?id=upper-respiratory-infection-uri-or-common-cold-90-P02966>

Mayo Clinic. (2019). *Common cold in babies*. <https://www.mayoclinic.org/diseases-conditions/common-cold-in-babies/symptoms-causes/syc-20351651>

Pizzulli A., Perna S., Bennewiz A... (2018) The impact of nasal aspiration with an automatic device on upper and lower respiratory symptoms in wheezing children: a pilot case-control study. *Italian Journal of Pediatrics*, volume 44, article number: 68. <https://ijponline.biomedcentral.com/articles/10.1186/s13052-018-0489-6>

Raniszewska A., Górka E., Kotuła I... (2015). Recurrent respiratory tract infections in children – analysis of immunological examinations. *Central-European Journal of Immunology*, 40(2), 167–173. <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC4637391/>

Roberts G., Xatzipsalti M., Borrego L. M... (2013). Paediatric rhinitis: position paper of the European Academy of Allergy and Clinical Immunology. *European Journal of Allergy and Clinical Immunology*, vol. 68, issue 9, 1102-1116. <https://onlinelibrary.wiley.com/doi/full/10.1111/all.12235>

World Health Organization (2007). *Promoting safety of medicines for children* (NLM classification: WS 366). https://www.who.int/medicines/publications/essentialmedicines/Promotion_safe_med_childrens.pdf

Yaofeng Ji, Yin Liu, and Na Yang (2016). Pediatric rhinitis risk factors. *Exp Ther Med.*, Oct; 12(4): 2383–2386. <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC5038586/>

CREDITI D'IMMAGINE:

@Bienussa Photography (cover, 18), @de.jolis.instants (2), @pajpeczka (4), @melaaniersl (5, 24), @asiaczarkowska (10), @by.malwi (12), @papathumper (14), @mama.jadzi (16), @_mrs.mom (16), @tashcard (17), @madtayobray (20), @jaiomari (23), @dariaszczawinska (23), @paty.taty (23), @_cari_na_h (24), @loryhellmann (24), @nothingdownaboutit (24)



nosiboo[®]
designed to care

www.nosiboo.eu



[nosiboo_babycare](https://www.instagram.com/nosiboo_babycare)



[nosiboo](https://www.facebook.com/nosiboo)