

# Conselho Médico:

**Resfriado ou Influenza Pneumologista**

**mimi No.37**

Dr. Nakanishi Masaki

Pneumologista do Hospital Municipal de Otsu

## [Diferença do resfriado e influenza]

Os sintomas do resfriado são: dor de garganta, espirro, corrimento e entupimento nasal. No caso de influenza, além da dor de garganta e corrimento nasal, etc., provoca febre alta, acima de 39°C e dores de cabeça, articulações e músculos, notando-se os sintomas fortes, generalizados ao corpo todo. Pode provocar também: bronquite, pneumonia e no caso de criança poderá provocar a otite média, convulsão febril. E, também estão sendo ressaltados os casos em que provocam a encefalite e encefalopatia (doenças do cérebro) e que levam à morte.

## [Tratamento da Influenza]

É muito importante fazer o tratamento mais cedo possível no sentido de, tanto proteger sua saúde como evitar a transmissão para as outras pessoas. Recentemente têm desenvolvido remédios para evitar a multiplicação do vírus da influenza, obtendo bons resultados no alívio dos sintomas e a duração da doença. Caso sentir sintomas da doença, o melhor é ir logo ao hospital, fazer a consulta e tomar remédios para se curar. O vírus da influenza tem a tendência de se multiplicar rapidamente dentro do corpo, assim quanto antes se tratar, pode conter a quantidade de vírus dentro do corpo. Remédios comprados sem receita médica (em farmácias) podem acalmar a coriza, febre, o nariz entupido de um simples resfriado mas não surte efeito sobre o vírus da influenza.

## [Prevenção contra a Influenza]

Quando o ar fica ressecado, torna-se fácil de contrair vírus da influenza. Ao sair de sua casa ou de ambiente de trabalho aconselha-se a usar máscara; na casa, o uso de vaporizador para umedecer o ar. Como prevenção ao resfriado e influenza é muito importante ter uma alimentação bem balanceada nos dias cotidianos; lavar as mãos e fazer gargarejo logo que chegar em casa. Com a vacina contra a influenza, é possível aliviar os sintomas de febre alta, etc, e diminuir o índice de internações por complicações ou de morte. Recomendam-se tomar a vacina contra a influenza, principalmente para as pessoas idosas com mais de 65 anos, pneumopatas (tem asma, bronquite, etc.); cardiopatas (tem insuficiência cardíaca crônica, anomalia cardíaca congênita, etc.); diabéticos, ou as que têm insuficiência renal, doenças de imunização. Pois estas pessoas tendem a se agravar nos sintomas da influenza.

## [Motivos de atraso de diagnósticos]

- 1) Pensando ser um simples resfriado, continuou a tomar somente remédios comprados em farmácias.
- 2) Por estar ocupado com muito trabalho, não percebeu os sintomas iniciais.
- 3) Apesar de sentir calafrios, continuou somente a tomar anti-febris.
- 4) Suportou por uma noite porém piorou.

Senhores, recordam-se dessas frases acima citadas?

Não tomem decisões por si mesmo e vão ao hospital e consultem um médico o quanto antes!



Muitas vezes as crianças têm febre repentina, preocupando os pais. Mas na realidade a febre não é um sintoma tão assustador. A febre não chegará a afetar ao cérebro se não for acima de 42°C, assim não se precipite.

A criança possui sua temperatura normal alta e com facilidade de alteração. Por isso observe-a se a temperatura está em torno de 38°C. Porém se for mais alta que 38°C, poderá ser proveniente de alguma doença, assim será necessário o repouso. Não há necessidade de agasalhar demasiadamente. Mas assim que a temperatura aumente repentinamente, poderá sentir calafrios e ter as mãos e pés gelados; neste caso, poderá cobrir com cobertores ou agasalhos. E assim que a febre subir até o limite, a criança passará a sentir calor. Nesta fase, é importante voltar à roupa mais leve. Quando tem febre, perde-se o apetite e transpira-se muito, sendo de muita importância fornecer bastante líquido, mais do que de costume. Se for tomar demasiado em uma só vez poderá causar náuseas, assim deve dar pouco a pouco, dividido em várias vezes.

Deverá ir prontamente ao hospital quando apresentar os seguintes sintomas como: náuseas e diarreias fortes enfraquecendo o corpo da criança; dificuldade de respiração; alteração da consciência; convulsão. Mas se a criança está animada, apesar da febre alta, poderá ir ao hospital após transcorrer um dia de observação. No caso de criança abaixo de 6 meses, como é difícil a detecção e definição dos sintomas, é indicado levá-la rapidamente ao hospital para a consulta.

A maioria da febre infantil provém da infecção viral, causada pela gripe. Quando a temperatura de seu corpo está entre os 38°C~40°C significa que a resistência corporal está em sua força máxima, e a febre está ajudando o corpo reagir contra o vírus. Por isso evite o mais possível o uso de anti-térmicos. A criança poderá restabelecer em menos tempo, refrigerando as axilas e juntas das pernas, mantendo a hidratação e deixando-a em repouso. Logicamente, se a criança está sofrendo com a febre alta, pode se utilizar o anti-térmico, porém como existem remédios que não são adequados às crianças, consulte antes o médico sobre o tipo e forma de uso destes.

Dr. Kihara Akio

Pediatra do Hospital Municipal de Otsu

Falando-se em alergia infantil, imaginamos a dermatite atópica ou bronquite asmática. Existem diferenças em sintomas e condições da dermatite atópica ou bronquite, de pessoa a pessoa. Por exemplo, a dermatite atópica é uma doença que tem a facilidade em ocorrer nas crianças com pele ressecada ou pele sensível. Porém a infecção da pele ou alergia a alimentos podem ser também um dos fatores à alergia. No caso da bronquite asmática, cada criança tem a sua característica como: quando pega a gripe, provoca chiados no peito; a bronquite torna pior na condição de mau tempo; ser sensível a ácaros ou poeiras, etc.. Assim, a doença alérgica possui fatores diferentes por cada um e a forma de vida varia por paciente, nós pediatras devemos procurar o tratamento eficaz, que não se lhe torne sobrecarregado, de forma que o paciente possa continuar sem fazer muito esforço.

Com o avanço de estudos sobre a imunologia, os tratamentos referentes às doenças alérgicas como dermatite atópica e bronquite asmática também tiveram um grande progresso. Referindo por exemplo, ao tratamento de bronquite asmática, está sendo amplamente utilizado o tratamento de inalação de esteróide por ser um tratamento altamente seguro e eficiente. Por outro lado, o remédio chamado Loikotorien Juyoutai Kikkou-zai (Inibidor de Leuco-trieno) está se tornando o alvo de atenção por seu fácil uso e bom efeito. Supõe-se que estes dois medicamentos tomarão principais papéis no tratamento de bronquite asmática infantil. Quanto à dermatite atópica, houve época em que, ou porque seu tratamento era feito principalmente pelo regime alimentar ou a explicação sobre o uso da pomada esteróide era insuficiente, o tratamento correto não era esclarecido para a criança e seus familiares. Mas atualmente, está sendo aliviada esta confusão relacionada ao tratamento, e as idéias básicas de tratamento de dermatite atópica são:

- ① Cuidado de pele
- ② Uso de pomada adequada incluso esteróide
- ③ Mínimo regime alimentar somente às crianças que necessitam.

Sendo a alergia, uma doença que não se pode curar num curto período, surge o desejo impaciente de "querer-se livrar logo de qualquer jeito" no coração da criança e familiar. Mas atualmente, o método de tratamento está quase estabelecido, e portanto, ao se realizar o tratamento com paciência sob o plano feito, cura-se com certeza. Assim, seria importante, antes de tudo, não tomar grave demais e seguir o tratamento com o sentimento positivo



# Ao sentir dor intensa no ouvido

mimi42

Dr. Kimura Takayasu

Otorrinolaringologista do Hospital Municipal de Otsu

.O ouvido é um dos órgãos de extrema importância à vida dos animais (incluindo o ser humano). Pois, ouvindo os sons e vozes conseguimos nos comunicar um a outro e detectar o perigo. Por isso, é o importante mecanismo em se viver e se defender. As dores de ouvidos podem provir de diversas causas: quando fere, quando se tem infecção ou então mesmo quando altera a pressão atmosférica. Por outro lado, há casos em que apesar de não ter problema direto no ouvido, porém sente dor: a dor de garganta, ou nas articulações masticulares pode vibrar até o ouvido, dando a impressão de ter dor no próprio ouvido.

Vejam os primeiramente os casos de infecção: o nome da doença difere de acordo com a localidade da infecção. Em casos de infecção na boca do ouvido, se chama otite externa (*gaijien*), e se a infecção estiver mais no fundo, atingindo ao ouvido médio é chamada de otite média (*tyujien*). A causa mais frequente da otite externa provém do ferimento (quando está limpando o ouvido, acaba por machucá-lo). Sendo um pequeno ferimento no início, mas quando está curando sente muita coceira e ao coçá-lo repetidamente, provoca uma infecção, inchaço ou inflamação purulenta.

Como sendo a causa de otite aguda, podemos citar o caso de quando está gripado, a bactéria do nariz atravessa o tubo que conecta o nariz ao ouvido (este tubo tem a função de manter a pressão do ouvido médio para a melhor condição em ouvir) atingindo ao ouvido médio causando a inflamação. Este tipo de doença é mais frequente nas crianças pelo fato de estas terem o tubo mais curto e maior, facilitando assim a passagem da bactéria do nariz ao ouvido. Mesmo um adulto assoando com muita força, poderá causar a otite média aguda.

Outro caso é quando se sente dor com a alteração da pressão atmosférica. Sente-se esta dor devido ao tubo citado anteriormente, não suportar a variação brusca da pressão. Esta dor, creio que muitos de vocês já têm experiência: é aquela que sente no avião quando aterriza ou decola, ou quando estão em elevador. Neste caso, poderá melhorar expirando com o nariz preso e boca fechada.

Por último, o caso em que as dores de outras localidades vibram ao ouvido, é diagnosticado assim, pelo fato de não haver nenhum ferimento ou inflamação no ouvido. Mais frequentemente provém da inflamação da garganta.

Em todos os casos, é possível diagnosticá-las ao consultar um otorrinolaringologista, assim ao sentir que está começando, procure o especialista o mais rápido possível.

## Aprendendo sobre o ouvido

みみ - *mimi* (ouvido)

こまく - *komaku* (tímpano)

耳垢 - *mimiaka* (cerume)

内耳炎 - *naijien* (otite interna)

中耳炎 - *tyujien* (otite média)

外耳炎 - *gaijien* (otite externa)

耳鳴り - *miminari* (tinido)

点耳薬 - *tenjyaku* (conta-gotas para ouvido)

耳鼻咽喉科 - *jibiinkoka*

(otorrino- laringologista)

補聴器 - *hotyoki* (aparelho auditivo)

耳に異物が入った - *mimi ni ibutsu ga haitta*

(entrou alguma coisa no ouvido)