

” INTERVISTA CON DOTT. GOLLER

CONTUSIONI, STIRAMENTI, DISTORSIONI E PUNTURE DI INSETTO



Quando i bambini iniziano ad andare alla scoperta del mondo i piccoli incidenti sono, per così dire, all'ordine del giorno. Contusioni, stiramenti o distorsioni sono fenomeni sicuramente non drammatici, ma abbastanza dolorosi. Un piccolo passo falso ed in un attimo un piedino si storce o un polso si sloga. Nei casi di distorsione/slogatura o di stiramento si produce un allungamento dei legamenti, si sviluppa un edema a livello dell'articolazione, spesso appaiono degli ematomi. Il bambino rimane in grado di muoversi e di muovere le articolazioni interessate, ma in modo molto doloroso! Impacchi freddi, compresse refrigeranti e bendaggi con cubetti di ghiaccio arrecano immediato sollievo: lo shock termico esercita infatti un'azione vaso-costrittiva e riducendo la circolazione sanguigna fa sì che fuoriesca una quantità minore di sangue e di liquidi articolari. In tal modo gonfiore ed ematomi si stabilizzano ed il dolore si affievolisce.

! Non mettete mai le compresse o gli impacchi freddi a diretto contatto della pelle, ma avvolgeteli sempre in un panno, così da evitare fenomeni di congelamento.

Un bendaggio freddo rallenta come detto il formarsi dell'edema. In aggiunta, dopo aver messo una benda elastica a bagno in acqua fredda, avvolgete con essa la parte contusa. A questo punto è importante il riposo, dato che

ogni ulteriore movimento provoca maggiore circolazione sanguigna e l'ampliarsi di edema ed ematomi. La cosa migliore è adagiare la parte contusa su di un cuscino, posizionandola in alto.

Quando si deve ricorrere al medico?

Non in tutti i casi i nostri piccoli se la cavano solo con qualche livido. I piccoli incidenti in cui rimangono coinvolti, possono provocare anche lesioni più gravi, quali uno strappo dei legamenti, una lesione capsulare, una lesione del periostio o addirittura una frattura. Passato il primo attimo di spavento e valutata la situazione, i genitori dovranno contattare un medico nei seguenti casi:

- qualora il bambino manifesti forti dolori anche dopo 10 minuti dall'infortunio
- qualora la parte contusa presenti un gonfiore molto pronunciato e il bambino non riesca a muoverla
- qualora un'articolazione sia molto gonfia e/o l'edema non receda nonostante gli impacchi freddi
- qualora il bambino non riesca a caricare un'articolazione o a muoverla
- qualora il bambino, battuta la testa, lamenti nausea e/o vertigini.

Per il trattamento di lievi infortuni quali contusioni, stiramenti, ematomi la farmacopea naturale offre tutta una gamma di prodotti a base di erbe. Viene consigliato l'utilizzo di oli a base di menta o menta piperita per la cura del dolore. Per ogni trattamento vengono usate 4-6 gocce di olio. Il trattamento può essere ripetuto più volte in base alle esigenze. Gli ematomi possono essere contrastati con pomate di ipocastano, eventualmente in combinazione con impacchi freddi. L'iperico, detto anche erba di San Giovanni, e la calendula vengono utilizzati per la cura di ferite che faticano a rimarginare. L'erba di San Giovanni

! Non applicate olii eterei sul viso di lattanti e bambini: vi è infatti pericolo di arresto della respirazione!

ha delle proprietà antinfiammatorie ed è adatta per il trattamento di ferite da taglio o ferite lacero-contuse, per dolori muscolari e per lievi ustioni. Gli estratti alla calendula invece vengono consigliati contro l'infiammazione della mucosa orofaringea. La cipolla è un rimedio naturale contro le punture d'insetto. Una preparazione domestica del prodotto è molto semplice: sbucciate un cipolla e maceratela con

l'ausilio di un mortaio. Dopo mezz'ora filtrate il succo e congelatelo in piccoli cubetti. In caso di puntura d'insetto premete un cubetto di cipolla ghiacciata sulla puntura e aspettate che si scongeli del tutto. Se non avete del succo ghiacciato utilizzate una cipolla fresca.



DOTT. GÜNTHER GOLLER
Medico specialista
in pediatria

Via Isarco 1
I-39040 Varna
Tel. 0472 055 658
info@med-goller.it