

Heeft je kind een kwaaltje?



Goed Gevoel - 20 Mar. 2013
Pagina 94

Niets is ellendiger dan je kind pijn zien lijden. Het hoeft niet eens om ernstige ziekten te gaan, ook kleine kwaaltjes kunnen ervoor zorgen dat je kleine spruit behoorlijk uit balans is. Gelukkig biedt Moeder Natuur heel wat natuurlijke remedies die problemen als eczeem, koorts en misselijkheid op zachte wijze verhelpen.

Eczeem

Ziektebeeld: Eczeem bij baby's en kinderen is een vaak voorkomende aandoening die het kind veel jeuk bezorgt. Er bestaan verschillende vormen van eczeem, acuut en chronisch, die zich uiten in de vorm van droge, rode en schilferige plekken al dan niet bedekt met blaasjes. Door te krabben kunnen infecties ontstaan, die het ongemak alleen maar groter maken. Bij de remedie moet je een onderscheid maken tussen nat en droog eczeem. Nat eczeem moet je droog houden, droog eczeem kan je verhelpen met oliën en zalven.

Natuurlijke remedie: Aloë vera gel werkt verzachtend, verkoelend en ontstekingswerend. Zorg ervoor dat de huid schoon is en masseer enkele keren per dag met een kleine hoeveelheid gel. Ook Goudsbloemzalf (*Calendula officinalis*) ontsmet en geneest wondjes bij nat en droog eczeem.

Wratten

Ziektebeeld: Wratten zijn onschadelijke maar besmettelijke gezwelletjes. Meestal verdwijnen ze spontaan binnen de twee jaar. Ze worden veroorzaakt door besmetting met het humane papillomavirus, dat de huidcellen stimuleert tot ongeremde celdgroei. Wratten bevinden zich vooral op handen en voeten.

Natuurlijke remedie: Wrijf de wratten in met het sap van stinkende gouwe, ook wel wrattenkruid genoemd. Het remt de celdeling en zo de groei van de wratten. Ook het verse sap van de paardenbloemstengel doet wonderen. Dagelijks enkele druppels sap op de wrat aanbrengen tot die verdwenen is.

Luieruitslag

Ziektebeeld: Pijnlijke rode billetjes kunnen het leven van je baby meer dan zuur maken. Luieruitslag wordt veroorzaakt door contact met urine of ontlasting, een schimmelinfectie of bepaalde wasmiddelen. Bij jongetjes kan de voorhuid bovendien ontstoken raken, wat het plassen pijnlijk maakt. In de eerste plaats is het dus belangrijk de oorzaak van de luieruitslag te kennen. Ook is het essentieel om je baby heel regelmatig te verschonen en de billetjes elke dag even 'pampervrij' te laten.

Natuurlijke remedie: Goudsbloem (*Calendula officinalis*) werkt ontsmettend, schimmeldodend en bloedvatvernauwend. Goudsbloemzalf verzacht de uitslag en vermindert de ontsteking. Ook Rescue Remedy zalf van Dr. Bach vermindert de ontsteking en verzacht pijn en jeuk. Tip: gebruik geen talkpoeder als je baby luieruitslag heeft, het verstikt de huid en vormt een broedplaats voor bacteriën.

Koorts

Ziektebeeld: Er is sprake van koorts bij baby's en kinderen als de lichaamstemperatuur (anaal gemeten) hoger is dan 38 °C. Koorts is een signaal dat het immuunsysteem een infectie aan het bestrijden is en kan wijzen op een aankomende verkoudheid, griep, oog- of oorontsteking of tanden die doorkomen. Houdt de koorts aan, aarzel dan niet om een dokter te raadplegen.

Natuurlijke remedie: Het advies luidt: hou het hoofd koel en de voeten warm. Leg een koel kompres op het voorhoofd en verfris het regelmatig. Daarnaast doe je je kind 'citroensokken' aan. Dompel hiervoor een paar sokken in citroensap (water aangengeld met het sap van citroen) en doe ze aan de voeten met een paar wollen sokken erover. Hiermee onttrek je de warmte aan het lichaam, wat temperatuurverlagend werkt. Doe dit niet als je kind koude voeten heeft. Ook een afkoelend bad werkt koortsremmend.

Verkoudheid

Ziektebeeld: Een verkoudheid is meestal het gevolg van een virus en uit zich in de vorm van hoesten, niezen en/of een verstopt of lopend neusje, al dan niet gepaard met koorts. Omdat baby's nog geen immuniteit opgebouwd hebben, zijn ze bijzonder vatbaar voor verkoudheden. Natuurlijke remedies zijn perfect om een opkomende verkoudheid in de kiem te smoren en zorgen voor een verlichting van de symptomen. Antibiotica zijn hier zeker afgeraden.

Natuurlijke remedie: Van zodra de eerste symptomen de kop opsteken, geef je je kind kamillethee met citroen en honing. Wilde kamille is rustgevend en ontstekingswerend, citroen versterkt het immuunsysteem en honing werkt genezend. Tijmsiroop is een sterk ontsmettend middel en zorgt ervoor dat slijmen makkelijker oplossen, vlierbessensiroop werkt ontstekingsremmend en stimuleert het afweersysteem. Tot slot is ook rode zonnehoed (*Echinacea purpurea*), een aangewezen preventief middel om het immuunsysteem te versterken.

Tanden krijgen

Ziektebeeld: Ieder kind moet erdoor, vanaf de leeftijd van enkele maanden tot twee of drie jaar zorgen doorkomende tanden in meer of mindere mate voor heel wat ongemakken. Van hangerig en huilerig tot kwijlen, diarree en slaapproblemen, iedere ouder weet dat het tanden krijgen niet onopgemerkt voorbijgaat.

Natuurlijke remedie: Kamille- of venkelthee kalmeert het kind en verzacht de pijn. Drenk eventueel een schone zakdoek in de thee, laat afkoelen in de koelkast en geef het aan je kind om op te sabbelen. Siroop van heemstwortel (*Althaea officinalis*) zorgt dan weer voor een verzachting van het ontstoken tandvlees. Ook kruidnagel staat bekend als een ontsmettend en pijnstillend hulpmiddel. Verder kan je de tanden poetsen met een rauwe citroen, werkt uitstekend als ontstekingsremmend middel.

Het gelijke met het gelijksoortige bestrijden

Homeopathie draait om het herstellen van onze levenskracht, zodat het lichaam zelf de klachten kan aanpakken. De klassieke homeopathie stamt uit de 18de eeuw en werd ontwikkeld door de Duitse arts Samuel Hahnemann. Homeopathie geneest het gelijke met het gelijksoortige, wat betekent dat een ziekte bestreden wordt met een extreme verdunning van

stoffen die dezelfde symptomen als de te bestrijden ziekte oproepen. Homeopathische middelen zijn gemaakt op basis van planten, mineralen en dierlijke producten en zijn enkel verkrijgbaar in de apotheek.

Klachten verhelpen

De kruidengeneeskunde zoekt een middel om een bepaalde klacht te verhelpen, maar stimuleert het lichaam niet zelf om de ziekte te genezen. Er wordt gebruik gemaakt van planten om geneesmiddelen te bereiden en gezondheidsproblemen op te lossen. Remedies uit de kruidentherapie vind je in de apotheek en de natuurwinkel.

Geen of-ofverhaal

De klassieke en natuurgeneeskunde staan elkaar niet in de weg. In bepaalde gevallen kan natuur-geneeskunde perfect dienen om een kwaal het hoofd te bieden, andere situaties vragen om een klassieke aanpak en nog andere zijn geholpen met een combinatie van beide. Het belangrijkste is om je te laten adviseren door onderlegde mensen.

Meer lezen?

'Kindje gezond, natuurlijke geneeswijzen voor baby en kind', Tine Devliegheer

Diarree

Ziektebeeld: Buikloop of diarree is het gevolg van een virale besmetting of antibioticagebruik, of in sommige gevallen een bacterie of irriterende stof in het lichaam. Via veelvuldige ontlasting, meestal gepaard met buikpijn, probeert het lichaam zichzelf hiervan te ontdoen. Daarnaast kunnen symptomen optreden als futloosheid, gebrek aan eetlust, hoofdpijn en uitdroging. Bij baby's kan die uitdroging gevaarlijk zijn, raadpleeg zeker een dokter als de diarree meer dan twee dagen duurt. Sowieso is het heel belangrijk dat je kind voldoende vloeistof binnenkrijgt.

Natuurlijke remedie: Van oudsher staat rijst bekend als uitstekend middel om diarree tegen te gaan. Eet wat rijstpudding of drink rijstwater. Ook massage met etherische oliën kan heilzaam zijn voor de krampjes. Meng één druppel lavendelolie met wat zoete amandelolie en masseer het zachtjes op de buik.

Misselijkheid

Ziektebeeld: Misselijkheid bij kinderen kan diverse oorzaken hebben. Het gaat van iets verkeerd eten over reisziekte tot hersenschudding. In sommige gevallen gaat misselijkheid gepaard met braken. Zorg in de eerste plaats dat je de oorzaak van het misselijk zijn kent, alvorens over te gaan tot het toedienen van een natuurlijk hulpmiddel.

Natuurlijke remedie: Johannesbroodboompitmeel is aangewezen bij (zure) reflux en regurgitatie, het terugstromen van voedsel uit de maag naar de mond. Je mag het meel puur geven bij reflux, braken en maagzuur. Voeg een mespuntje toe aan de flesvoeding van een baby, oudere kinderen drinken een mespuntje opgelost in water.

Citroenmelisse is darmgasafdrijvend, werkt braak- en krampstillend en ontspant de maag. Venkel brengt rust en zorgt voor een vlotte spijsvertering. Pepermunt verlicht dan weer de misselijkheid en heeft een rustgevend effect op de maag na het braken.

Homeopathie en kruidentherapie vallen beide onder de noemer natuurgeneeskunde. Kruidentherapie - ook wel fytotherapie genoemd - wordt echter vaak als synoniem voor homeopathie gebruikt, terwijl er aanzienlijke onderlinge verschillen zijn.

VALÉRIE-AN

Copyright © 2017 De Persgroep Publishing. Alle rechten voorbehouden