

Ear Infection – Simple Indian Parent Guide

1. Ear infections are common

Ear infections often occur in children, especially during colds. They may cause ear pain, irritability, fever, or crying. Many improve in a few days.

2. Comfort your child

- Give paracetamol or ibuprofen (if child is over 6 months).
- Provide a calm, quiet environment.
- Warm compress on the ear for 10–15 minutes.

3. Keep your child hydrated

Water, ORS, diluted juice, soups, coconut water—these help reduce ear pressure.

4. Feed upright

Feeding in an upright position reduces pressure in the ear. Swallowing helps open ear tubes.

5. Reduce nasal congestion

Use saline nasal drops or gentle suction to clear mucus from the nose.

6. Never put anything inside the ear

No cotton swabs, oils, or home remedies. These can worsen the infection.

When to see a doctor

- No improvement in 2–3 days
- Fever above 102°F (39°C)
- Severe pain
- Ear discharge
- Hearing problems
- Repeated infections
- Baby under 6 months with fever and pain

காது தொற்று - பெற்றோருக்கான எளிய தமிழ் வழிகாட்டி

1. காது தொற்று பொதுவாக தான் வருகிறது

குளிர் வந்தபோது குழந்தைகளுக்கு காது தொற்று ஏற்படும். இது காது வலி, காய்ச்சல், எரிச்சல் அல்லது அழுகை போன்ற அறிகுறிகளைத் தரலாம். பல தொற்றுகள் சில நாட்களில் தானாகவே சரியாகிவிடும்.

2. குழந்தையை ஆறுதல் படுத்துங்கள்

- 6 மாதத்துக்கு மேல் இருந்தால் பராசிடமால் / ஐபுபுரோஃபன் கொடுக்கலாம்.
- அமைதியான சூழல் கொடுக்கவும்.
- வெப்பமான துணியை 10-15 நிமிடங்கள் காதில் வைத்தால் வலி குறையும்.

3. குழந்தை நீராகாரம் குறையாதபடி கவனிக்கவும்

தண்ணீர், ORS, சூப், பழநீர், தேங்காய்ப்பால் போன்றவை கொடுக்கலாம். இது காதழுத்தத்தை குறைக்க உதவும்.

4. நேராக உட்கார வைத்து உணவு கொடுக்கவும்

உணவு உண்டால் விழுங்கும் செயல் காதுக்குள் உள்ள குழாய்களை திறக்க உதவும்.

5. மூக்கடைப்பை குறைக்குங்கள்

சாலின் (saline) நாசல் டிராப்ஸ் அல்லது மெதுவான சக்ஷன் மூலம் மூக்கை சுத்தம் செய்யலாம்.

6. காதுக்குள் எதையும் வைக்கக்கூடாது

காட்டன் சுவாப், எண்ணெய், வீட்டுச் சிகிச்சை எதையும் காதுக்குள் விட வேண்டாம். இது தொற்றை மோசமாக்கலாம்.

மருத்துவரை எப்போது பார்க்க வேண்டும்

- 2-3 நாட்களில் மேம்பாடு இல்லையெனில்
- 39°C காய்ச்சல்

- கடுமையான காது வலி
- காதில் புழுதி/திரவம் வெளியேறுதல்
- கேட்கப் பிரச்சினை
- மீண்டும் மீண்டும் காது தொற்று வருதல்
- 6 மாதத்திற்குக் குறைவான குழந்தைக்கு காய்ச்சல் மற்றும் வலி