

چه زمانی کودک تب دارد؟

درجه حرارت طبیعی بدن ۳۶-۳۷ درجه سانتیگراد است و حرارت ۳۸ یا بالاتر علامت تب است. اگر کودک شما تب داشت نگران نشوید، چون تب واکنش طبیعی بدن به عفونت است.

چگونه درجه حرارت بدن را اندازه بگیریم؟

۱- توصیه می‌شود برای تعیین درجه حرارت بدن کودک هیچگاه مادر دست خود را ملاک شناسایی تب قرار ندهد زیرا خطای آن بسیار زیاد است به خصوص اگر شیرخوار باشد زیرا در شیرخواران حتی تب خفیف هم مهم است.

۲- برای کنترل درجه حرارت در کودکان درجه را در دهان کودک نگذارید چون ممکن است در دهان کودک بشکند.

۳- دماسنج را زیر بغل کودک بگذارید و حرارت را کنترل کنید البته هر درجه ای را که خواندید ۰/۵ به آن اضافه کنید.

۴- درجه حرارت نواری پیشانی اصلاً دقیق نیست و از آن استفاده نکنید.

۵- درجه دیجیتالی داخل گوش نیز توصیه نمی‌شود چون قبل از استفاده از آن گوش از نظر عفونت باید معاینه شود و خطای اندازه گیری آن زیاد است.

۶- روش بعدی درجه حرارت مقعدی است که بسیار دقیق است. فقط هر عددی روی درجه خوانده شد ۰/۵ از آن کم می‌شود. (البته باز هم در اطفال توصیه نمی‌شود)

داروی ضد تب:

زمان تب به کودک استامینوفن بدهید توجه کنید مقدار آن نه زیاد باشد نه کم و زودتر از ۴ ساعت هم ندهید زیرا منجر به عوارض کبدی خطرناکی می‌شود.

✓ شربت استامینوفن: نصف وزن کودک به سی‌سی مقدار شربت استامینوفن

✓ قطره استامینوفن: دو برابر وزن کودک تعداد قطره استامینوفن

✓ شیاف استامینوفن که بنا به وزن کودک باید با دستور پزشک از شیاف استفاده نمود.

✓ اگر کودک اسهال دارد از شیاف استفاده نکنید چون دفع می‌شود.

اقدامات و مراقبتهای لازم زمان تب:

۱- آرامش خود را حفظ کنید.

۲- استامینوفن به مقدار صحیح و مناسب بدهید.

۳- لباسهای اضافی کودک را درآورید.

۴- پتو و ملافه را از روی او بردارید.

۵- هوای اتاق خنک باشد.

۶- به کودک مایعات زیاد بدهید.

۷- اگر کودک سابقه تشنج دارد مراقب علائم تشنج باشید و داروهای تجویز شده قبلی را مصرف نمایید.

۸- اگر کودک سابقه تشنج ندارد ولی زمینه خانوادگی تشنج دارد باز مادر مراقب علائم تشنج باشد.

۹- پس از مصرف استامینوفن به مقدار مناسب می‌توانید کودک را تن‌شویه با آب ولرم بدهید. به این صورت که زیر بغل و کشاله ران را با آب ولرم خیس نمایید. تن‌شویه نباید باعث لرز بیمار شود.

ترخیص

کودکان تب دار



کد: (۲۰-۳-۱)

اگر کودک از خوردن و آشامیدن خودداری کند با خطر بی آبی (دهیدراته شدن) روبه رو خواهد شد. اگر تب کودک با استفراغ و اسهال همراه باشد خطر بی آبی شدن بدن افزایش خواهد یافت. اگر تب فقط عارضه یک بیماری باشد باید کودک را به آشامیدن مایعاتی مثل سوپ رقیق، شیر و آب میوه ها تشویق کرد. در هر مورد بهتر است از شیرین کننده های مصنوعی مثل نوشابه ها به هنگام تب پرهیز نمایید. مصرف شیرین کننده های طبیعی مثل قند، شکر، عسل و ... انرژی بیشتری که کودک به آن نیاز دارد تولید می کند. محروم کردن کودک از خوردن گوشت، شیر، نان، میوه اصلاً کار درستی نیست باید هرچه اشتهای کودک طلب می کند در اختیارش گذاشت.

دسترسی به آموزش بیمار از آدرس اینترنتی:
bahrami.tums.ac.ir

* تهران، خیابان دماوند، خیابان شهید کیایی، خیابان انصارالحسین
بیمارستان فوق تخصصی کودکان بهرامی. تلفن: ۷۳۰۱۳۰۰۰
* نوبت دهی تلفنی ۷۷۵۸۶۳۸۵ - ۷۷۵۸۶۳۸۹ - ۷۷۵۸۶۳۹۴
۷۷۵۸۶۴۰۲ (به صورت ۲۴ ساعته)
* نوبت دهی اینترنتی: nobat.tums.ac.ir

زمان مراجعه به پزشک:

- ۱- تب بالای ۳۸ درجه در کودکان زیر ۳ ماه
- ۲- تب بالای ۳۸/۲ در کودکان ۳ تا ۶ ماه
- ۳- تب بالای ۳۸/۵ در کودکان بالای ۶ ماه
- ۴- اگر بعد از مراجعه به پزشک و مصرف دارو طی دو روز تب کنترل نشد یا همراه با تب علائم دیگری رخ داد حتماً به پزشک مراجعه کنید.

علائم هشدار:

اگر تب با علائمی مانند تهوع و استفراغ، خشکی دهان، بی قراری شدید، رنگ پریدگی، سردرد شدید، تورم مفاصل، سفتی گردن، درد شدید شکم، برجسته شدن قسمت های نرم سر، کاهش سطح هوشیاری و مشکلات تنفسی همراه باشد باید هرچه زودتر به پزشک مراجعه کرد.

تغذیه:

در حالت تب بدن کودک علاوه بر انرژی به مایعات بیشتر نیاز پیدا می کند. این افزایش نیاز به علت عرق کردن و خارج شدن آب از بدن است.