



## تب در کودکان

دمای بالای 37/8 درجه سانتیگراد دهانی در کودکان تب محسوب می شود . واکنش دفاعی بدن و علامت بیماری است که ممکن است به دلیل مختلف عفونی و غیر عفونی ایجاد شود . گلبولهای سفید خون به باکتریها حمله کرده و آنها را از بین می برند . تا زمانی که عفونت برطرف نشود کودک تب دارد

### ایجاد دلیل تب

تب عموماً علامت واکنش بدن کودک به عفونت است . یکی دیگر از دلیل تب گرمزدگی است که ممکن است در روز گرم و در اثر بازی کردن کودک در آفتاب یا ماندن در ماشین که شیشه هایش بسته است اتفاق بیافتد .

### از کجا بفهمیم که کودکمان تب دارد ؟ دقیق ترین راه برای تشخیص تب اندازه گیری درجه حرارت بدن

کودک توسط والدینش است . ولی درجه حرارت شاخص نگران کننده بودن تب کودک نیست . سن و رفتار کودک نیز مهم است

در موارد زیر باید به پزشک مراجعه کرد :

- درجه حرارت بالای 38 درجه سانتی گراد در کودک کمتر از 3 ماه
- درجه حرارت بالای 3/38 درجه سانتی گراد در کودک 3 ماهه و بالاتر
- به طور کلی تب در کودک زیر 3 ماه باید جدی گرفته شود.

### علائمی که می تواند از نشانه های وجود تب در کودک باشد

- کاهش اشتها
- بیحالی
- رنگ پریدگی یا برافروختگی واضح

### راههای اندازه گیری درجه حرارت کودکان عبارتند از

- راه مقعدی (2 تا 3 دقیقه )
- راه زیر زبانی ( 3 تا 5 دقیقه)
- راه زیر بغلی (5 تا 10 دقیقه)دماسنج زیر بغل گذاشته شود

دماسنج های نواری که روی پیشانی چسبانده می شود . دقت کافی را ندارند . معمولاً در اطفال از زیر بغل استفاده می شود در هنگام خواندن درجه حرارت زیر بغل هر عددی که دماسنج نشان می دهد نیم درجه به آن اضافه کرده درجه حرارت واقعی را نشان می دهد مثال دماسنج درجه 5/37 سانتی گراد می باشد درجه حرارت واقعی بدن 38 درجه سانتی گراد می باشد.

## راههای پایین آوردن تب :

- در صورتی که کودک شیرخوار است مقدار زیادی به کودک شیر بدهید تا درجه حرارت بیمار پایین آید و از کم شدن آب بدن وی جلوگیری شود .
- لباس کودک را کم نمایید.
- با آب ولرم پاشویه کنید . هرگز با استفاده از الکل یا نمک پاشویه نکنید زیرا الکل یا نمک از طریق پوست جذب شده و وارد خون می شود و باعث مشکلات می شود .
- استفاده از داروی استامینوفن و یا ایبوپروفن با تجویز پزشک ( استفاده از ایبوپروفن در کودکان زیر 6 ماه) توصیه نمی شود.
- دوز صحیح دارو بستگی به وزن کودک دارد .
- تعداد دفعات معمول تجویز استامینوفن هر 4ساعت و ایبوپروفن هر 6 ساعت است.
- به هیچ عنوان از آسپرین برای کاهش تب استفاده نکنید زیرا می تواند عوارض بسیار خطرناکی برای کودک داشته باشد.
- به هیچ وجه نباید بدون مراجعه به پزشک به کودکان زیر دو ماه دارو داد.
- در صورت بالا رفتن تب مثلاً از 38/9 به 40/5 درجه سانتیگراد . ممکن است باعث تشنج شود
- اگر کودک به چنین حالتی دچار شود تنفس کودک سنگین می شود .
- آب دهانش راه می افتد .
- سیاهی چشم هایش بالا می رود و به شدت دست و پایش را تکان می خورد
- باید بلافاصله او را به پشت یا به پهلو و دور از اجسام تیز و سخت بخوابانید و سر کودک را به آرامی به یک طرف برگردانید تا استفراغ یا بزاق به راحتی از دهانش خارج شود
- این نوع تشنج ها معمولاً بین ده ثانیه یا چهار دقیقه طول می کشد .
- وقتی تشنج تمام شد درجه حرارت بدن کودک را پایین نگه دارد تا مانع از تشنج بعدی شود.

**واحد آموزش همگانی و خود مراقبتی بیمارستان امام خمینی بروجرد**