

بسمه تعالی

تب چیست ؟

به افزایش درجه حرارت بدن بیش از $37/5$ درجه دهانی یا 37 درجه زیربغل در پاسخ به بیماریها و یا استرس، تب گفته می شود.

علل ایجاد تب چیست ؟

تب به دلایل مختلف ایجاد می شود. عفونتهای ویروسی و باکتریایی از عوامل اصلی ایجاد تب هستند. این میکروارگانیسم ها با ابتلای افراد به بیماری هایی نظیر سرماخوردگی، گلودرد، گوش درد، اسهال، استفراغ باعث تب می شوند.

علت تب در بیش از 90 درصد موارد، عفونتهای ویروسی است و احتیاج به درمان دارویی خاصی ندارد، گاهی هم تب به دنبال تداخلات دارویی و گرما زدگی ایجاد می شود.

تصمیم گیری در مورد نیاز به دارو را به پزشک بسپارید.

تب نشانه خوبی است چون در واقع عکس العمل بدن برای مقابله با ویروس ها و باکتری ها است. بسیاری از باکتریها و ویروسها در درجه حرارت بالای بدن از بین می روند در نتیجه تعداد آنها کاهش می یابد. علاوه براین تب تولید گلبولهای سفید خونی را که مسؤول مقابله با ویروس ها یا باکتریها هستند افزایش داده و مقدار آهن خون را که ماده ای لازم و حیاتی برای بقای ویروسها و باکتری ها است پایین می آورد.

علائم تب در کودکان :

درجه حرارت بالای 37 درجه زیر بغل و $37,5$ درجه دهانی تب گفته میشود

درجه حرارت بدن از شخصی به شخص دیگر متفاوت است. در طول روز تغییر می کند، در صبحگاه به کمترین حد خود میرسد و هنگام عصر افزایش می یابد. علاوه بر این درجه حرارت بدن کودکان بطور طبیعی بیشتر از بزرگسالان است .

هنگامی که کودک تب می کند، ضربان قلب او افزایش می یابد ، سریعتر نفس می کشد و به مایعات بیشتری احتیاج دارد. این موارد در مجموع باعث می شود که او احساس بیماری و پریشانی کند. اگرچه تب خفیف این مشکلات را به وجود نمی آورد اما احتمال تشنج ناشی از تب در 2 تا 4 درصد کودکان 6 ماهه تا 5 ساله وجود دارد که با تب های بالاتر از 39 درجه دهانی در ارتباط است. شیوع این تشنج ها در پسران بیشتر است و چند دقیقه به طول می انجامد.



اگر کودک دچار تشنج ناشی از تب شد
چشم هایش به سمت بالا حرکت کرد
اندامش سفت شد
و حرکات پرشی در تمام بدنش مشاهده شد
سریعا با اورژانس (۱۱۵) تماس بگیرید.

نکته: بیشتر کودکانی که دچار تشنج های پیاپی ناشی از تب می شوند رشد و تکامل طبیعی خواهند داشت ولی لازم است حتما

“ توسط پزشک معاینه شوند “.

انواع دماسنج:

چهار نوع دماسنج در بازار موجود است:

دماسنج دهانی، مقعدی، گوشی و دیجیتالی، پیشانی.

دماسنج پیشانی دماسنج دقیقی نیست. دماسنج دیجیتالی بسیار دقیق ولی گران است. دماسنج مقعدی به علت مشکل بودن کار با آن و حفظ تمیزی توصیه نمی شود.



دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی تهران
مرکز بهداشت جنوب تهران

کنترل تب در کودکان



گروه هدف: مادران

کد رسانه: ۱-۵۷۴-۲۲-۹۳۲۳

در افراد زیر ۱۲ سال از اسپرین نباید استفاده شود چون به دنبال مصرف آن کودک مبتلا به عارضه کشنده ای می شود که به کبد و مغز آسیب می رساند.

۲. لباس های بیمار را درآورید و با استفاده از یک پارچه یا اسفنج خیس با آب ولرم پاشویه نمایید. زیرا آب سرد با ایجاد لرز و ناراحتی موجب وخیم تر شدن حال کودک بیمار می شود.

نکته: هرگز به ظرف آب، الکل اضافه نکنید.
۳. به کودک تب دار به فواصل معین مایعات بدهید.

در صورتیکه در نوزادان و کودکان تب بیشتر از یک روز طول بکشد یا تب همراه علائمی دیگر مانند تشنگی زیاد یا دل درد و گوش درد و... باشد ، سریع به پزشک مراجعه کنید.

توجه داشته باشید که

چهار شکل دارویی استامینوفن بهتر است همزمان باهم مصرف نشوند و فواصل مصرف دارو رعایت گردد.

منابع:

- ۱- سایت family-medicine.persianblog.ir
- ۲- مراقبت ادغام یافته ناخوشی های اطفال ویژه پزشکان ۱۳۸۷
- ۳- سایت <http://www.kidspersia.com>
- ۴- درمانهای ساده علامتی از مجموعه کتب بهورزی وزارت بهداشت

نحوه اندازه گیری درجه حرارت از راه دهان و زیربغل:

هیچگاه بعد از حمام کردن یا موقعی که کودک زیر پتو بوده یا آشامیدنی گرم یا سرد نوشیده دمای بدن را اندازه نگیرید. موقع گرفتن دمای بدن، کودک را تنها رها نکنید.

۱- دماسنج را با آب و صابون شسته و خشک نمایید.
۲- دماسنج را تکان دهید تا به دمای زیر ۳۵/۵ درجه برسد. برای این کار دماسنج را میان انگشت شست و سبابه محکم نگهدارید.

۳- در کودکان کمتر از ۷ سال از راه زیر بغل اندازه گرفته شود. لباس کودک را درآورده و دماسنج را زیر بغل او قرار دهید (دماسنج فقط باید با پوست تماس داشته باشد نه لباس).

۳- دست را به سمت سینه خم کنید تا دماسنج زیربغل نگه داشته شود.

۴- به مدت ۳ تا ۵ دقیقه صبر کنید و سپس درجه حرارت را بخوانید.

۵- چنانچه از راه دهان درجه حرارت را اندازه می گیرید، قسمت بالای دماسنج را با انگشت شست و سبابه گرفته و آن را زیر کودک گذاشته. راهنمایی کنید که لبهایش را روی هم بگذارد و دهان برای مدت ۳ دقیقه بسته شود. سپس درجه حرارت را بخوانید

نکات درمانی تب:

۱. بهترین اقدام برای کنترل تب کودک مراجعه به پزشک است. پزشک معمولا داروی استامینوفن را به صورت شربت، قطره، قرص یا شیاف تجویز می کند. میزان مصرف استامینوفن بر اساس وزن کودک تعیین می شود و بهتر است بیش از ۵ بار در شبانه روز استفاده نشود.