

## تب و تشنج در کودکان



درجه حرارت طبیعی کودک سالم بین ۳۶ تا ۳۸ درجه سانتیگراد است. اگر درجه حرارت مقعدی کودک بالای ۳۸ درجه سانتیگراد باشد تب دارد و باید به پزشک مراجعه کرد. یک راه سریع این است که پیشانی کودک را ببوسیم یا لمس کنیم. اگر احساس می کنید که پیشانی کودک داغ است احتمال تب دارد. استفاده از دماسنج می تواند شما را مطمئن کند.

### در موارد زیر باید به پزشک مراجعه کرد:

—درجه حرارت مقعدی بالای ۳۸ درجه سانتیگراد در کودک کمتر از سه ماه—درجه حرارت مقعدی بالای ۳۸/۳ درجه سانتیگراد در کودک سه ماهه و بالاتر— وجود علائم زیر همراه با تب نیز می تواند نشانه جدی بودن مشکل باشد: (کاهش اشتها، بی حالی، رنگ پریدگی یا برافروختگی واضح، یا وجود تغییرات دیگر در رفتار یا ظاهر کودک، وجود دانه های کوچک قرمز،

ارغوانی روی بدن که با فشار دادن سفید نمی شوند یا وجود لکه های ارغوانی بزرگ)



### قبل از مراجعه به پزشک چه کارهایی می توان انجام داد؟

—اگر کودک شما زیر ۳ ماه است بهتر است کودک را نزد پزشک ببرید. همچنین بهتر است قبل از مراجعه به پزشک از داروی تب بر استفاده نکنید، زیرا ممکن است مانع تشخیص صحیح شود.— در صورتیکه کودک سه ماهه یا بزرگتر است و علامت مهم دیگری غیر از تب ندارد می توان به کودک استامینوفن کودکان داد.— (استفاده از ایبوپروفن در کودکان زیر ۶ ماه توصیه نمی شود.) در صورتیکه تب ظرف یک ساعت پایین نیاید از پزشک معالج در مورد استفاده از دارویی دیگر سؤال کنید.—یکی دیگر از دلایل تب گرمازدگی است. گرمازدگی عارضه ای خطرناک است که ممکن است بر اثر بازی کردن کودک در آفتاب یا ماندن در اتومبیلی

که شیشه هایش بالاست در یک روز گرم اتفاق افتد. اگر بدن کودک بر اثر ماندن زیر آفتاب یا در فضای سر بسته و گرم تب دار باشد و درجه حرارتش با در آوردن لباس ها و ماندن در محیط خنک پایین نیاید باید بلافاصله به پزشک مراجعه کرد.

### راه های پایین آوردن تب:

۱—اگر کودک بر اثر تب بی حال نشده است لزومی به استفاده از دارو نیست. برای پایین آوردن تب می توانید مقدار زیادی شیر سینه یا شیر خشک به کودک بدهید تا هم درجه حرارتش پایین آید و هم از کم شدن آب بدن جلوگیری شود.

۲—همچنین زیاد به کودک لباس نپوشانید. بالا بودن درجه حرارت بدن کودک ممکن است ناشی از لباس بیش از حد، هوای گرم، و یا فعالیت زیاد باشد.

۳—با آب ولرم پاشویه کنید و یا در وان پر از آب ولرم قرار دهید. پاشویه به شستن پا ها و یا انداختن پارچه خیس روی پا ها محدود نمی شود.

۴—هرگز با استفاده از الکل نوزاد را پاشویه نکنید، زیرا الکل از طریق پوست جذب شده و وارد خون می شود. ورود الکل به خون می تواند سبب بروز مشکلات تنفسی یا تشنج شود



دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی کردستان

مرکز آموزشی، پزشکی و درمانی بعثت



### بخش ICU P

واحد آموزش سلامت پاییز ۱۴۰۰

تلفن: ۱۵-۰۸۷-۳۳۲۸۵۹۱۰

داخلی ۲۲۱۹

### بیمار گرامی:

پمفلتی که در دست دارید حاوی اطلاعات ضروری

در خصوص بیماری فعلی شما و چگونگی روند

درمان و مراقبت آن می باشد.

با آرزوی بهبودی و سلامتی روزافزون

### در صورت وقوع تشنج ناشی از تب چکار باید کرد؟

بالا رفتن ناگهانی تب ممکن است سبب تشنج شود. در بیشتر موارد، "تشنج ناشی از تب" بی خطر است، ولی این از اهمیت موضوع کم نمی کند و باید به آن توجه کافی کرد. در صورتیکه کودک به چنین تشنجی دچار شد (تنفس کودک سنگین می شود، آب دهانش راه می افتد، سیاهی چشم هایش بالا می رود، و یا دست و پایش بشدت تکان می خورد) بلافاصله او را به پشت یا به پهلو و دور از اجسام سخت و تیز بخوابانید. سر کودک را به آرامی به یک طرف برگردانید تا استفراغ یا بزاق براحتی از دهانش خارج شود. مطمئن شوید چیزی در دهانش نیست و تا زمانی هم که در حال تشنج است چیزی در دهانش نگذارید. سعی کنید مدت زمان طول کشیدن تشنج را بخاطر بسپارید. وقتی تشنج تمام شد درجه حرارت بدن کودک را پایین بیاورید تا مانع بروز تشنج های بعدی شوید. حتی اگر تشنج خفیف باشد یا فقط چند ثانیه طول کشیده باشد به اورژانس مراجعه کنید.

۵- دوز صحیح دارو بستگی به وزن کودک دارد. همیشه با استفاده از قطره چکان دوز دقیق دارو را به کودک بدهید

۶- هیچگاه داروی تب بر را بیش از تعداد دفعات توصیه شده به کودک ندهید

۷- تعداد دفعات تجویز استامینوفن هر ۴ ساعت و ایبوپروفن هر ۶ ساعت است.

۸- هیچگاه به کودک خود آسپرین ندهید.

۹- بسیاری از داروهای ضد سرماخوردگی و سرفه، حاوی ترکیبات تب بر نظیر استامینوفن هستند.

قبل از استفاده از این دارو ها روی بروشور دارو را بدقت مطالعه کنید و در صورتیکه دارای ترکیبات تب بر است از دادن داروی تب بر دیگر به کودک خودداری کنید .

