



کنترل تب

در

کودکان



بیمارستان شهدای پاکدشت

اقداماتی که در مراکز درمانی انجام می شود عبارتند از:

- ❖ اگر تشخیص پزشک عفونت میکربی باشد قطعاً تجویز آنتی بیوتیک را شروع می کند.
- ❖ در صورت بروز کم آبی شدید ممکن است مایعات وریدی تجویز شود.
- ❖ اگر کودک دچار استفراغ باشد ممکن است از داروهای ضد اسهال به صورت خوراکی و یا شیاف استفاده شود.
- ❖ اگر با اقدامات فوق کودک رو به بهبودی برود پزشک وی را ترخیص می نماید و بایستی در منزل تحت مراقبت باشد.
- ❖ در مورد کودکانی که احتمال مننژیت داده می شود بستری در بیمارستان الزامی می باشد.

منابع:

۱. پرستاری کودکان مارلو ۱۳۸۶
۲. وونگ ۲۰۰۷
3. Fever in Children. Whipps cross university hospital. Available from <http://www.gov.mb.ca/health/documents/fever> Accessed October 2009
4. Caring for children with fever in children. Royall college of nursing Available from: http://www.rcn.org.uk/_data/assets/pdf_file/0008/184895/003267.pdf Accessed 2008
5. Charts for heart rate, respirations, and blood pressure taken from Robert M. Kliegman, et al., editors, Nelson Textbook of Pediatrics, 18th edition (Philadelphia: Saunders Elsevier Available from: <http://www.articles.complexchild.com/march2009/00114.pdf>

✓ عدم استفاده از آسپرین بخصوص در کودکانی که ممکن است مبتلا به آبله مرغان باشند، چرا که باعث نارسایی کبد می گردد.

✓ از پوشاندن لباس های اضافی و گرم به کودک خودداری کنید و کودک را با یک لایه ملافه و یا پتوی سبک بپوشانید.

✓ استفاده از حمام آب گرم می تواند به پائین آوردن تب کمک کند. استفاده از پاشویه با الکل و یا آب سرد توصیه نمی شود زیرا باعث لرز خواهد شد همچنین الکل ماده ای سمی برای کودک است. علاوه بر این از پوشاندن بچه با حوله خیس پرهیز کنید.

✓ در صورت لرز می بایست آن را از طریق پوشاندن لباس اضافه یا گرم کردن محیط اصلاح کرد.

✓ در طول شب چندین بار کودک خود را بررسی کنید.

جلوگیری از کم آب شدن بدن کودک

✓ کودک را تشویق کنید تا مایعات خنک بنوشد زیرا در مدت زمانی که کودک تب دارد آب بدن از طریق پوست و ریه از دست می رود. از سوپ جوجه و دیگر نوشیدنی های مناسب در دسترس که حاوی سبزیجات باشد استفاده کنید. کافئین موجود در چای ادرار آور است و همین امر ممکن است به از دست دادن آب بدن کودک منجر شود بنابراین مصرف چای باید محدود شود.

✓ توجه به ادرار کودک که باید رنگی روشن داشته باشد (کدر نباشد) و حداقل هر ۴ ساعت ادرار نماید.

✓ اگر کودک با توجه به مراقبتهای بالا هنوز بی حال است باید اقدامات جدی تر در مراکز درمانی انجام گیرد.

علائم کم آبی:

- ✓ خشک شدن دهان
- ✓ گود رفتگی چشم
- ✓ در نوزادان گود رفتگی ملاج
- ✓ کاهش ادرار و تعداد پوشکهایی که کودک خیس می کند
- ✓ نداشتن اشک

مقدمه:

افزایش دمای بدن را تب گویند که در کودکان بسیار شایع می باشد و منجر به استرس در والدین می شود . سالانه ۴۰ - ۲۰ درصد از کودکان مبتلا به تب می شوند . در اکثر موارد کودک خیلی سریع بهبود می یابد اما در تعداد کمی از کودکان ممکن است منجر به بدتر شدن حال کودک شود که در این حالت این تب می تواند نشانه عفونت باشد . عفونتهای ویروسی معمولاً بعد از مدتی خود به خود بدون مصرف آنتی بیوتیکها محدود می شوند اما در عفونتهای باکتریایی مانند مننژیت نیاز به درمان از طریق مصرف آنتی بیوتیکها است.

درجه حرارت را در چندین ناحیه از بدن و از طریق دهان، مقعد، زیر بغل، پرده صماخ می توان اندازه گیری نمود . درجه حرارتهای نرمال در جدول زیر در سنین مختلف آمده است که افزایش درجه حرارت از این محدوده نرمال نشانه تب است.

سن	دهانی	مقعدی	زیر بغل	پرده صماخ
۰-۲	-	۳۶/۶-۳۸	۳۵-۳۷/۲	۳۶/۳-۳۸
۳-۱۰	۳۵/۵-۳۷/۵	۳۶/۶-۳۸	۳۵/۸-۳۷	۳۶-۳۸
۱۱	۳۶/۴-۳۷/۵	۳۷-۳۸/۳	۳۵-۳۷	۳۵/۸-۳۷/۶
توضیحات	در کودک کمتر از یک سال به این روش درجه حرارت به این روش غذای بسیار گرم و سرد نخورد	در کودک ۳۰-۲۰ دقیقه قبل از گرفتن درجه حرارت به این روش	آخرین گزینه برای چک درجه حرارت باشد	-

در ظاهر بیهار علائم زیر دیده می شود:

- ظاهر رنگ پریده یا برافروخته
- داغ شدن بدن کودک و تند شدن تنفس و ضربان قلب
- بیحالی، بیقراری و لرز
- عرق و تشنگی

در چه مواردی لازم است کودک را به مراکز درمانی رساند ؟

۱. بروز تب در شیرخواران کمتر از ۶ ماه بجز تب ناشی از تزریق واکسن ثلاث

۲. ادامه تب بیشتر از ۲۴ ساعت یا اینکه در طی ۲۴ ساعت بهبود یابد اما مجدد تب ایجاد شود.

۳. استفراغ، اسهال

۴. بروز تشنج یا غش کردن یا سابقه قبلی تشنج همراه با تب

۵. بروز بثورات پوستی قرمز

۶. خواب آلودگی

۷. نداشتن ادرار به مدت طولانی (بیشتر از ۴ ساعت)

۸. تند تند نفس کشیدن

۹. سردردی که به درمان پاسخ نمی دهد

طریقه گذاشتن حرارت سنج های جیوه ای:

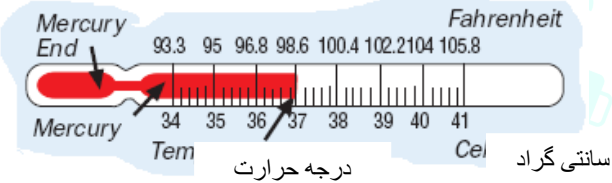
درجه حرارت بدن را می توان از سه طریق کنترل کرد:

- مقعدی: ۲ سانتی متر از سر تب سنج را درون مقعد فرو برده و به مدت ۲ دقیقه نگه دارید. استفاده از این روش در شیر خواران توصیه نمی شود.
- زیر بغلی: در قسمت میانی بغل و به مدت ۹-۶ دقیقه دست کودک را نگه دارید. (از نگه داشتن حرارت سنج پرهیزید).



- دهانی: در بچه های بالای ۵ سال استفاده شود. قسمت انتهایی باید در سمت راست یا چپ زیر زبان قرار گیرد و به مدت ۳ دقیقه در محل نگه داشته شود. به کودک خاطر نشان سازید که از جویدن و فشار آوردن بر روی درجه جلوگیری کند چون در صورت شکستن به علت سمی بودن جیوه آن خطرناک می باشد.

- قبل از استفاده از تب سنج آن را تکان دهید تا دمای آن به زیر ۳۵ درجه برسد و



نکته: حرارت سنج های غیر جیوه ای ارجح می باشند

از شکستگی در مفرز جیوه باعث پخش شدن جیوه در محیط می گردد که خطرناک است.

چگونگی مراقبت از کودک تب دار:

هدف از درمان و مراقبت در این بیمار آن پیشگیری از ایجاد کم آبی و تشنج می باشد:



به این منظور انجام اقدامات زیر توصیه می شود:

- ✓ کنترل دقیق درجه حرارت بدن کودک
- ✓ استفاده از درجه حرارت مناسب
- ✓ استفاده از تب برهای مناسب (مثل استامینوفن البته با احتیاط). استامینوفن را می توان ۴-۳ بار در روز به کودک داد و نیم ساعت بعد از دادن دارو درجه تب را اندازه گیری کنید. استفاده از ایبوپروفن در کودکان زیر ۱۲ سال مجاز شناخته نشده است مگر آنکه پزشک اجازه داده باشد.