

تب : عبارت است از افزایش درجه حرارت بدن به میزان ۳۸ درجه سانتی گراد یا بالاتر . در اکثر تب ها درجه حرارت بدن ۱ تا ۲ درجه بالاتر می رود .



چه چیزی باعث تب می شود ؟

این موضوع مهم را بخاطر داشته باشید که تب به تنهایی یک بیماری نیست ، بلکه معمولاً یکی از علائم بیماری است .
عفونت : بیشتر تب ها در اثر عفونت یا دیگر بیماریها بوجود می آیند تب یک مکانیسم دفاعی طبیعی بدن در مبارزه با عفونت می باشد .

لباس زیاد پوشیدن : نوزادان به خصوص آنهایی که تازه متولد شده اند ، ممکن است در اثر قرار گرفتن در یک محیط گرم مثلاً ماندن کودک در ماشینی که شیشه هایش بسته است یا پوشیدن لباس زیاد به تب دچار شوند ، زیرا قادر نیستند دمای بدن خود را تنظیم کنند و با دمای بیرون وفق دهند .
واکسن : نوزادان و کودکان گاهی پس از واکسن زدن به تب خفیفی مبتلا می شوند .

از کجا بفهمیم کودکمان تب دارد ؟

در صورت شک به تب دار بودن کودکان استفاده از دماسنج می تواند شما را مطمئن کند .

با استفاده از دماسنج از راههای زیر می توان دمای بدن کودک را اندازه گرفت :

- ۱- راه مقعدی (۲ تا ۳ دقیقه) در مقعد گذاشته می شود .
- ۲- راه زیر زبانی (۳ تا ۵ دقیقه) زیر زبان گذاشته می شود . که البته در کودکان کوچک قابل استفاده نیست .
- ۳- راه زیر بغلی (۵ تا ۱۰ دقیقه) دماسنج زیر بغل گذاشته می شود .



توجه : دماسنج های نواری که روی پیشانی چسبانده می شوند دقت کافی ندارند .

نکته : برای اندازه گیری دمای بدن کودک معمولاً از روش زیر بغل استفاده می شود . در هنگام خواندن درجه حرارت زیر بغل هر عددی که دماسنج نشان می دهد ، نیم درجه به آن اضافه می کنیم تا درجه حرارت واقعی را نشان دهد . مثلاً اگر دماسنج درجه ۳۸ را نشان دهد ، درجه حرارت واقعی بدن ۳۸/۵ درجه سانتی گراد است .
وجود این علائم 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 کودک

- ❖ وجود دانه های کوچک قرمز وارغوانی روی بدن که با فشار دادن سفید نمی شوند یا وجود لکه های ارغوانی بزرگ ، هر دو این علائم می توانند نشانه عفونت باکتریال جدی باشند .
- ❖ کودک نمی تواند غذا را بلعد و آب دهانش مرتب می ریزد .
- ❖ بعد از تمیز کردن بینی ، کودک نمی تواند خوب نفس بکشد که ممکن است نشانه ای از ذات الریه یا آسم باشد .
- ❖ کودک به نظر هذیان می گوید و گیج است و بسیار تحریک پذیر و کج خلق است .
- ❖ در صورتی که بابت ظاهر و یا رفتار کودک خود دچار نگرانی هستید ، صرف نظر از اینکه تب دارد یا ندارد حتماً به پزشک مراجعه کنید .
- ❖ توجه داشته باشید که علائمی نظیر سرفه و گوش درد (در صورتی که به آن مشکوک هستید) یا استفراغ و اسهال را حتماً به پزشک اطلاع دهید زیرا به تشخیص کمک می کند .
- ❖ توجه داشته باشید که تب در کودکان زیر ۳ ماه باید بسیار جدی گرفته شود .

نکته مهم : در برخی کودکان تب بالا می تواند باعث تشنج شود . و این اهمیت کنترل تب را در کودکان بیشتر می کند .



دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی خراسان شمالی
بیمارستان پورسینا

تب در کودکان



واحد آموزش به بیمار و سلامت همگانی

با آرزوی سلامتی

آدرس وب سایت بیمارستان :
nkums.ac.ir/category/15413

اگر کودک به چنین حالتی دچار شد تنفس کودک سنگین می شود . آب دهانش راه می افتد . سیاهی چشم هایش بالا می رود و به شدت دست و پایش تکان می خورد . بلافاصله او را به پشت یا پهلو و دور از اجسام خطرناک بخوابانید و سر کودک را به یک طرف برگردانید تا استفراغ یا بزاق از دهانش خارج شود .

این نوع تشنج ها معمولاً بین ۱۰ ثانیه تا ۴ دقیقه طول می کشد . وقتی تشنج تمام شد . درجه حرارت بدن کودک را پایین بیاورید تا از تشنج بعدی جلوگیری شود .



والدین گرامی :

در صورت ابتلای فرزندان به تب و بخصوص اگر همراه با یکی از علائم تشنج ، خواب آلودگی ، سردرد شدید ، کبودی لب ، تنگی نفس ، گریه جیغ مانند ، تحریک پذیری و عدم توانایی والدین در کنترل و آرام کردن کودک ، فوراً به پزشک مراجعه نمایید .

راههای پایین آوردن تب در کودکان :

۱- در صورتی که کودک شیر خوار است برای پایین آوردن تب می توانید مقدار زیادی شیر مادر به کودک بدهید تا هم درجه حرارت بدنش پایین بیاید و هم از کم شدن آب بدن جلوگیری کند .

۲- لباس زیاد به کودک نپوشانید . بالابودن درجه حرارت بدن کودک ممکن است ناشی از لباس بیش از حد ، هوای گرم و فعالیت زیاد او باشد . در این مواقع بهتر است لباس کودک را کم کرده و تشویقش کنید استراحت کند و فعالیت کمتری داشته باشد .

۳- اگر تب کودک را اذیت می کند می توانید با آب ولرم او را پاشویه کنید . پاها را در وان پر از آب ولرم قرار دهید . یک پارچه یا اسفنج را به آب ولرم آغشته کنید و از بالا زیر بغل تا کشاله ران (تنه و شکم) مودک بکشید .

۴- هرگز برای پاشویه از الکل یا نمک استفاده نکنید زیرا از طریق پوست جذب شده و وارد خون می شود و مشکلات جدی از جمله مشکلات تنفسی یا افت قند خون را برای کودک بوجود می آورد .

۵- از داروی استامینوفن می توانید برای کاهش تب کودک استفاده نمایید .

۶- دوز داروها بستگی به وزن و سن کودک دارد .

توجه : به هیچ عنوان از آسپرین برای کاهش تب کودک استفاده نکنید زیرا می تواند عوارض بسیار خطرناکی برای کودک داشته باشد .

نکته : در صورتی که تب کودک بالاتر از ۳۹ تا ۴۰ درجه سانتی گراد برسد ممکن است باعث تشنج شود .