

# ۱۴ تب در کودکان

در مورد کودکان کوچک تر از یک سال به نمودار ۳، تب در شیرخواران (صفحه ۵۴) مراجعه کنید. تب عبارت است از دمای غیر طبیعی بدن به میزان ۳۸، درجه سانتیگراد یا بالاتر. معمولاً تب نشانه مبارزه بدن با یک عفونت است. مواجهه با گرما نیز می تواند باعث تب شود. کودک مبتلا به تب، احساس ناخوشی عمومی دارد، گرمش می شود و عرق می کند. در صورت ناخوش بودن فرزندتان، باید دمای بدن او را اندازه بگیرید (به بحث «اندازه گیری دمای بدن کودک» در همین صفحه مراجعه کنید). در صورت بالا بودن، اقداماتی را برای کاهش آن انجام دهید (به مبحث «کاهش تب» در صفحه بعد مراجعه کنید) تب بالا می تواند در کودکان خردسال موجب تشنج (تشنج ناشی از تب) شود.

## شروع

آیا فرزندتان بثورات پوستی هم دارد؟

بله خیر

به نمودار ۱۵ بثورات پوستی همراه با تب (صفحه ۷۸) مراجعه کنید.

آیا فرزندتان از گوش درد اظهار ناراحتی می کند؟ آیا مرتب دستش را به سمت گوشش می برد و روی آن می گذارد؟

بله خیر

در عرض ۲۴ ساعت به پزشک خود مراجعه کنید.

علت احتمالی: ابتلا به نوعی عفونت گوش میانی با ویروس یا باکتری از جمله علل احتمالی ایجاد این علایم است.

اقدامات لازم: پزشک فرزندتان را معاینه خواهد کرد. در صورت تأیید تشخیص احتمالاً برای او داروهای مسکن و یا آنتی بیوتیک تجویز خواهد شد. خود شما هم می توانید از مهارت های کمک کننده برای تسکین گوش درد (صفحه ۱۰۳) استفاده کنید.

آیا فرزندتان دچار سرفه و یا آب ریزش بینی شده است؟

بله خیر

آیا فرزندتان با صدا نفس می کشد؟ و آیا سرفه های پارس مانند می کند؟

بله خیر

**هشدار!**

نشانه های خطر: در صورت ابتلای فرزندتان به تب و همراهی آن با هر یک از علایم زیر، فوراً آمبولانس درخواست کنید:

تشنجی که بیش از ۵ دقیقه طول کشیده باشد.

نقاط پوستی مسطح به رنگ قرمز تیره که با فشار دادن محو نمی شوند (به مبحث «بررسی بثورات پوستی قرمز رنگ» صفحه ۷۹ مراجعه کنید).

خواب آلودگی غیر طبیعی

سردرد شدید

رسیدن امداد پزشکی، از مهارت های کمک کننده برای کاهش تب (صفحه ۷۷) استفاده کنید.

### همین حالا با پزشک خود تماس بگیرید.

علت احتمالی: احتمال دارد فرزندتان مبتلا به بیماری هایی مثل خروسک شده باشد. در این بیماری، مجرای حلق در اثر نوعی عفونت ویروسی متورم و تنگ می شود.

اقدامات لازم: پزشک احتمالاً برای راحت تر کردن تنفس کودک، برای او نوعی داروی کورتیکواستروئیدی (کورتونی) استنشاقی تجویز خواهد کرد. خود شما هم باید از مهارت های کمک کننده برای تسکین سرفه (صفحه ۱۰۸) استفاده کنید. در صورت شدید بودن علایم، شاید لازم شود فرزندتان در بیمارستان بستری شود تا کنترل و درمان کامل تری صورت گیرد.

### مهارت های کمک کننده اندازه گیری دمای بدن کودک

یکی از راههای راحت اندازه گیری دمای بدن کودک، استفاده از دماسنج گوشی است که آن را در مجرای گوش قرار می دهند. همچنین می توان از دماسنج های معمولی که در زیر بغل یا داخل دهان قرار داده می شوند، استفاده کرد. هرگز دماسنج های شیشه ای را در دهان کودکان زیر ۷ سال قرار ندهید. برای توضیح نتیجه خواندن دماسنج زیر بغل، ۶/۰ درجه سانتیگراد به عدد خوانده شده اضافه کنید.



دماسنج را داخل مجرای گوش قرار دهید.

استفاده از دماسنج گوشی

دماسنج را برای مدت مقرر در گوش کودک نگه دارید. برای هر بار استفاده باید نوک یک بار مصرف دماسنج را عوض کنید.

### همین حالا با پزشک خود تماس بگیرید.

علت احتمالی: احتمال دارد فرزندتان مبتلا به نوعی عفونت قفسه سینه مثل ذات الریه (عفونت فضاهای هوایی ریه) شده باشد.

اقدامات لازم: در صورتی که پزشک بیماری را تأیید کند، احتمالاً آنتی بیوتیک تجویز خواهد کرد و دستور به عکسبرداری از قفسه سینه خواهد داد (صفحه ۳۹). اقداماتی برای کاهش تب انجام دهید (به مبحث «کاهش تب» در صفحه بعد مراجعه کنید) و حتماً به فرزندتان مایعات فراوان بدهید. گاهی لازم خواهد بود فرزندتان در بیمارستان بستری شود.

آیا فرزندتان سریع تر از حد معمول نفس می کشد؟ (به مبحث «شمارش تعداد تنفس کودک» صفحه ۱۱ مراجعه کنید).

بله خیر

علت احتمالی: بسیاری از بیماری های ویروسی مثل سرماخوردگی می توانند موجب سرفه و آب ریزش بینی شوند.

اقدامات لازم: برای کاهش دمای بدن کودک اقداماتی انجام دهید (به مبحث «کاهش تب» در صفحه بعد مراجعه کنید) و به او مایعات فراوان بدهید. در صورت ایجاد بثورات پوستی یا مشکل تنفسی یا در صورت عدم بهبودی در عرض ۴۸ ساعت، به پزشک خود مراجعه کنید.

ادامه در صفحه بعد

ادامه از صفحه قبل

آیا فرزندتان هیچ یک از علایم زیر را دارد؟

- سردرد شدید
- امتناع از خم کردن سر رو به جلو و پایین
- اذیت شدن بر اثر نور زیاد
- خواب آلودگی یا منگی
- نقاط پوستی مسطح و قرمز رنگ که با فشار دادن محو نمی شوند (صفحه ۷۹)

بله

خیر

آیا فرزندتان اسهال دارد؟

بله

خیر

آیا فرزندتان گلو درد دارد؟

بله

خیر

آیا فرزندتان هیچ یک از علایم زیر را دارد؟

- درد و سوزش موقع ادرار کردن
- ادرار کردن به دفعات زیاد
- شب ادراری یا بی اختیاری ادرار روزانه در صورتی که قبلاً چنین مشکلی نداشته است
- ادرار بدبو یا کدر

بله

خیر

آیا فرزندتان در معرض نور شدید آفتاب یا دماهای بالا بوده است؟

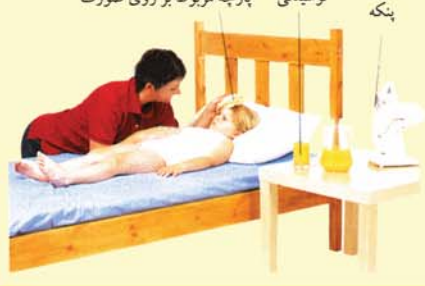
بله

خیر

مهارت های گهنگه گهنگه

کاهش تب

کاهش دادن دمای بدن کودک، احساس آسودگی بیشتری به او می دهد و احتمال تشنج ناشی از تب را کاهش می دهد (صفحه ۵۵). لباس های کودک را در آورید و به او مقادیر فراوانی مایعات خنک بدهید تا بنوشد. اگر سن کودک بیش از ۲ ماه باشد، می توانید به میزان توصیه شده و مجاز استامینوفن بدهید. در صورت کاهش نیافتن تب و در صورتی که سن کودک بیش از ۶ ماه باشد، می توانید به او به میزان توصیه شده و مجاز ایبوپروفن بدهید. هر دوی این داروها را می توان هر ۴ ساعت تکرار کرد.



نوشیدنی پارچه مربوط بر روی صورت پنکه

خنک کردن کودک

لباس های کودکان را خارج کنید. او را در اتاقی خنک بخوابانید و با اسفنج خیس شده با آب ولرم، سر و بدن او را مرطوب کنید.

اورژانسی! فوراً آمبولانس درخواست کنید.

علت احتمالی: ممکن است علت ایجاد این علایم، مننژیت باشد. مننژیت، التهاب پرده های احاطه کننده مغز در اثر عفونت است.

اقدامات لازم: در صورت شک به مننژیت، فوراً فرزندتان در بیمارستان بستری و با آنتی بیوتیک درمان خواهد شد. شاید در این موارد به مراقبت های ویژه (آی.سی.یو) نیاز باشد.

علت احتمالی: محتمل ترین علت اسهال همراه با تب، گاستروآتریت یعنی التهاب دستگاه گوارش است که عمدتاً به علت عفونت های ویروسی ایجاد می شود. ممکن است فرزندتان به استفراغ هم دچار شود.

اقدامات لازم: از مهارت های کمک کننده برای پیشگیری از کاهش آب بدن در کودکان (صفحه ۱۲۳) و درمان گاستروآتریت در کودکان (صفحه ۱۱۸) استفاده کنید. در صورت ادامه اسهال برای مدتی بیشتر از ۲۴ ساعت، به پزشک خود مراجعه کنید.

در عرض ۲۴ ساعت به پزشک خود مراجعه کنید.

علل احتمالی: محتمل ترین علت ها، فارنژیت و تونسیلیت هستند که به ترتیب به علت عفونت گلو یا عفونت لوزه ها رخ می دهند. این عفونت ها می توانند ویروسی یا باکتریایی باشند.

اقدامات لازم: پزشک گلوئی فرزندتان را معاینه خواهد کرد و ممکن است برای تأیید تشخیص، نمونه ای از گلو تهیه کند تا آزمایش شود. همچنین شاید پزشک برای درمان عفونت آنتی بیوتیک تجویز کند. همچنین می توانید از مهارت های کمک کننده برای تسکین گلودرد فرزندتان استفاده کنید (صفحه ۱۰۷).

در عرض ۲۴ ساعت به پزشک خود مراجعه کنید. علت احتمالی: ممکن است فرزندتان به عفونت دستگاه ادراری مبتلا شده باشد (صفحه ۱۲۶).

اقدامات لازم: پزشک برای فرزندتان آزمایش ادرار درخواست خواهد کرد. در صورت تأیید تشخیص، نمونه ای از ادرار او برای بررسی کامل به آزمایشگاه فرستاده می شود و برایش آنتی بیوتیک تجویز خواهد شد. شاید در برخی موارد برای یافتن هرگونه مشکل زمینه ای، به بررسی های بیشتری مثل سونوگرافی نیاز باشد (به مبحث بررسی دستگاه ادراری در کودکان، صفحه ۱۲۷ مراجعه کنید).

علت احتمالی: محتمل ترین علت، گرمای بیش از حد است که موجب افزایش دمای بدن شده است.

اقدامات لازم: لباس های اضافی کودک را در آورید و او را به جای خنک تر (ولی نه سرد) ببرید تا برای کاهش دمای بدن او کاری کرده باشید. در صورتی که در عرض یک ساعت دمای بدن کودک به میزان طبیعی برگشت، از مهارت های کمک کننده برای کاهش تب استفاده کنید (همین صفحه) و به پزشک خود مراجعه کنید.

اگر با استفاده از این نمودار نمی توانید به هیچ تشخیصی برسید، در عرض ۲۴ ساعت به پزشک خود مراجعه کنید.