

معلومة صحية : علاج ارتفاع درجة الحرارة عند الأطفال



الأحد 12 يونيو 2016 03:06 م

الحمى عند الأطفال

الحمى هي ارتفاع درجة الحرارة أكثر من 37.5 درجة مئوية[] وهذا أمر شائع جداً عند الأطفال الصغار وعادة ما تكون خفيفة[]

إذا أحسست أن وجه طفلك ساخن عند لمسه أو بدا أحمر أو متورّد فقد يكون مصاباً بالحمى[] يمكنك التحقق من درجة حرارته باستخدام ميزان الحرارة[] عند قياسها تحت الأذراع، تكون درجة الحرارة الطبيعية حوالي 36.4 درجة مئوية (97.4 درجة فهرنهايت). عند قياسها تحت اللسان، تكون درجة الحرارة الطبيعية أعلى بقليل، أي ما يقارب 37 درجة مئوية (98.4 درجة فهرنهايت). وقد تختلف هذه قليلاً[]

تحدثي إلى طبيبك إذا كنت قلقة[] إذا كانت العيادة مغلقة، تحدثي إلى خدمة طبيب خارج الوقت المعتاد[] إذا لازلت تشعرين بالقلق، أو لم يأت طبيبك أو خدمة طبيب خارج الوقت المعتاد بالسرعة كافية، خذي طفلك مباشرة إلى قسم الحوادث والطوارئ في أقرب مستشفى لديك[]

اتصلي بطبيبك أو زائرة الصحة، أوالمرضة المتدربة أو الممرضة العامة في حال:

- كان لدى طفلك علامات مرض أخرى، بالإضافة إلى ارتفاع درجة الحرارة
 - كانت درجة حرارة طفلك 38 درجة (101 ف)أو أعلى (إذا كان عمره أقل من ثلاثة أشهر)، أو
 - كانت درجة حرارة طفلك 39 درجة (102 ف) أو أعلى (إذا كان عمره بين ثلاثة إلى ستة أشهر)
- إذا لم يتمكن الطبيب من تحديد سبب ارتفاع الحرارة فقد يطلب منك جمع عينة من البول في علبه معقمة فيتمكن بذلك من إجراء اختبار للمرض[]

كيفية علاج الحمى

من المهم أن يشرب طفلك الكثير من السوائل[] حتى إن لم يكن طفلك عطشاً حاولي جعله يشرب قليلاً وبشكل متكرر للحفاظ على مستويات السوائل لديه[] لا تطعميه إلا إذا أراد ذلك[]

عالجي عدم الراحة والحمى باستخدام الباراسيتامول أو الإيبوبروفين (اتبعي دوماً تعليمات الجرعة بعناية).
قد تساعد الاقتراحات التالية طفلك على الشعور بمزيد من الراحة:

- أعط طفلك الكثير من السوائل الشفافة والبارد[]
- اخلعي ملابسه واتركيه بالحفاض أو القميص الداخلي والسروال[]
- غطيه بغطاء رقيق إذا لزم الأمر[]
- أبقى الغرفة جيدة التهوية ودرجة حرارتها مريحة (حوالي 18 درجة (65 ف) عن طريق تعديل التدفئة أو فتح نافذة[]
- إذا كان طفلك مكروباً أوغير مرتاح حاولي إعطاه الباراسيتامول أو الإيبوبروفين[]لا يمكنك إعطاه النوعين في الوقت نفسه، ولكن إذا لم ينجح أحدهما قد تحتاجين لتجريب النوع الآخر لاحقاً[]تحققي دائماً من التعليمات الموجودة على الزجاجة أو العلبه لمعرفة الجرعة الصحيحة المناسبة لعمر طفلك[]

إذا كان لديك ميزان حرارة، قومي بقياس درجة حرارة طفلك تحت الإبط[] اتصلي بالطبيب أو بخدمة طبيب خارج وقت الخدمة إذا كانت درجة حرارة طفلك فوق 40-41 درجة مئوية (104-105 درجة فهرنهايت)، أو إذا كان طفلك لا يزال يشعر بالحمى[]

أنواع ميزان الحرارة

- ميزان الحرارة الرقمي[] يعد ميزان الحرارة الرقمي سريع الاستخدام ودقيق، ويمكن استخدامه تحت الإبط (استخدم ميزان الحرارة تحت الإبط دوماً مع الأطفال دون سن الخامسة). ثبتي ذراع طفلك مقابل جسمه واتركي ميزان الحرارة في مكانه لفترة زمنية محددة في تعليمات الشركة المصنعة[]

- ميزان الحرارة الأذني (أو الطبلي). يتم وضع ميزان الحرارة الأذني في أذن الطفل[] ويأخذ درجة حرارة الطفل في ثانية واحدة بدون إزعاج لطفل، ولكنه غالبي الثمن[] قد يعطي ميزان الحرارة الأذني قراءات منخفضة عندما لا يوضع بشكل صحيح في الأذن، لذلك اقرأي إرشادات الشركة المصنعة بعناية وتعلّمي مع كيفية عمل ميزان الحرارة (ينطبق هذا على جميع أنواع ميزان الحرارة).
- ميزان الحرارة الشريطي[] والذي يوضع على جبين طفلك، لكنه ليس وسيلة دقيقة لقياس درجة الحرارة[] لأنه يظهر درجة حرارة الجلد، وليس الجسم[]
- ميزان الحرارة الزئبقي الموضوع في زجاج[] لم تُستخدم موازين الحرارة الزئبكية في الزجاج في المستشفيات منذ عدة سنوات ولم تعد متوفرة للشراء[] حيث يمكن أن تنكسر، وتطلق شظايا زجاجية صغيرة وزئبق شديد السميّة[] لا تستخدم ميزان الحرارة الزئبقي[] وإذا تعرض طفلك للزئبق، احصلي على استشارة طبية فوراً[]