



دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی لرستان

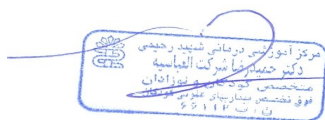
بیمارستان آموزشی درمانی شهید رحیمی

تب در کودکان



شناسنامه ی پروشور آموزشی

عنوان	تب در کودکان
تهیه و تنظیم	مریم کرمی
سمت	کارشناس پرستاری
تایید کننده و نظارت	کارگروه آموزش به بیمار
سال بازنگری	1405
ناظر کیفی	دکتر حمیدرضا شرکت العباسیه



واحد آموزش به بیمار و ارتقاء سلامت همگانی

* هنگامی که فردی بیمار میشود و تب میکند اشتهايش به غذا کمتر میشود که این امری طبیعی است زیرا بیشتر انرژی بدن صرف مبارزه با میکروبها میشود که سبب عفونت و بیماری شده اند بنابراین به این بیماران توصیه میشود که غذای سبک و ساده استفاده کنند و از خوردن غذاهای چرب بپرهیزند زیرا هضم این نوع غذاها انرژی زیادی از بدن میگیرد.

* اگر تب کودک بیشتر از ۲۴ ساعت طول کشید یا بیش از ۳ روز ادامه داشت یا بعد از قطع تب به مدت ۲۴ ساعت مجدداً بروز کرد باید به پزشک مراجعه نمائید.

منابع:

پرستاری کودکان نلسون

کودک بیمار ویلی ونگ ۲۰۱۳

شماره تلفن بیمارستان: ۰۸۳۳۳۳۶۱۴۲

آموزش همگانی: ۰۳۳۳۳۸۱۵۶

داخلی اطفال: ۲۵۹۹

وب سایت : rahimi.Lums.ac.ir



* در صورت افزایش نبض یا کاهش و کند شدن تنفس و یا خواب آلودگی تن شویه و پاشویه باید قطع شود و سریعاً به پزشک مراجعه شود.

* تب باعث از دست رفتن آب بدن از طریق پوست میشود. بنابراین مایعات و آب کافی به کودک بدهید تا از کم آبی بدن او جلوگیری شود. سعی کنید از نوشیدنیهایی مانند آب میوه تازه و غذاهای سبکی مانند انواع سوپهای ساده استفاده کنید.

* پس از پایان کار باید لباس سبک گشاد نخی به تن کودک کرد و حرارت بدن او هر نیم ساعت کنترل شود. بعد از مشورت با پزشک برای پیشگیری از کم آبی بدن در صورت عدم وجود تشنج و استفراغ و نیز هوشیاری کودک باید از مایعات خوراکی استفاده نمائید (نباید معده پر شود).



تب در کودکان

تب چیست :

تب یک بیماری نیست بلکه نشاندهنده عفونت در بدن میباشد. پزشکان تب را درجه حرارت دهانی بالای ۳۷.۵ درجه سانتیگراد و درجه حرارت مقعدی بالای ۳۸ درجه تعریف میکنند. پزشکان تب را بعنوان زنگ خطر برای کودکان میدانند بطوریکه حدود ۳ تا ۵ درصد کودکان زیر ۵ سال به دنبال تب تشنج میکنند.



اقدامات لازم در زمان تب:

* دمای اتاق کودک خود را خنک نگه دارید اگر هوا گرم است از وسیله خنک کننده مثل کولر برای اتاق کودک استفاده کنید ولی کودک خود را مستقیم جلوی باد کولر نگذارید.

* والدین گرمی برای کاهش تب کودکان هیچ وقت از دو داروی بروفن و استامینوفن همزمان مصرف نکنید زیرا احتمال مسمومیت وجود دارد.

* از روشهای توصیه شده برای کاهش تب تشویه و پاشویه است. برای این کار از آب ولرم ۲۹-۳۲ درجه استفاده کنید ابتدا پاهای کودک را در آب غوطه ور کنید و یا با پارچه مرطوب با آب ولرم روی تنه و مسیر رگهای بزرگ از جمله گردن و کشاله ران و شکم استفاده نمائید و پارچه هر ۳۰ ثانیه یکبار تعویض شود.

* دقت کنید که از آب سرد برای این منظور استفاده نکنید زیرا باعث لرز کودک علاوه بر تب میشود. دمای آب باید نزدیک به دمای بدن کودک باشد.

* هرگز نباید پاشویه و تشویه بیشتر از ۳۰-۲۰ دقیقه طول بکشد. اگر تب پائین نیامد و یا بالاتر رفت باید به پزشک اطلاع داد.

* هرگز از الکل یا یخ برای پائین آوردن تب کودک استفاده نکنید زیرا ممکن است الکل توسط کودک استنشاق شود و منجر به کما در کودک شود. ضمناً اینکار تب کودک را بطور ناگهانی کاهش می دهد. و بدن با این کاهش دما مقابله کرده و تب کودک حتی بالاتر از قبل افزایش یافته و تشنج اتفاق می افتد.

