



دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی اردبیل

شبکه بهداشت و درمان مشگین شهر  
بیمارستان ولیعصر(عج) مشگین شهر

بخش اطفال

## عنوان: تب در کودکان



تهیه و تدوین: فاطمه افصحی

تنظیم: دفتر بهبود کیفیت

1396

**3** برای پاشویه میتوانید یک اسفنج را به آب ولرم آغشته کنید و از بالا بدنش رو به پایین روی سینه، شکم، رانها، زیر بغل بکشید. هرگز کودکان را در حمام تنها نگذارید. هر وقت احساس کردید، کودک سردش شده است یا لرز کرد، او را سریع بیرون آورده و خشک کنید. هرگز از الکل برای پاشویه استفاده نکنید، زیرا از طریق پوست جذب و وارد خون شده و سبب بروز مشکلات تنفسی یا تشنج شده یا کودک بثورات قند خون خواب آلود یا تحریک پذیر شود.

**4** برای کاهش درجه تب میتوانید از داروهای تب بر استفاده کنید. قبل از دارو دادن درجه حرارت کودک را اندازه بگیرید. اگر تب کودکان ادامه داشت میتوانید هر 4 ساعت یک بار به او استامینوفن بدهید. به اندازه نصف وزن کودک شربت استامینوفن به سی سی میتوانید به او بدهید (مثلاً اگر 4 کیلوگرم وزن دارد 2 سی سی میتوانید بدهید) یا 2 قطره به ازای هر کیلوگرم وزن کودک از قطره ی استامینوفن تا 5 سالگی کودک و یا شیاف 125 میلی گرمی برای کودک زیر 15 کیلوگرمی کافیت.

**5** برای کاهش تب هرگز از آسپرین استفاده نکنید.

**چرا تب کودک بعد از پایین آمدن دوباره برمی گردد:**

تازمانیکه عفونت برطرف نشود کودک تب میکند و این مسئله ممکن است 2 تا 3 روز طول بکشد. برخی عفونتها مثل آنفلوآنزا ممکن است 5 تا 7 روز طول بکشد. اگر کودک آنتی بیوتیک میگیرد ممکن است 48 ساعت طول بکشد تا تب پایین بیاید. داروهای تب بر درجه حرارت بدن را موقتاً پایین می آورند ولی تاثیری بر عفونت ندارند.

**3** **از راه مقعدی:** کودک را از روی شکم روی پاهای خود بخوابانید. دماسنج را از سمتی که جیوه دارد حدود نیم تا یک سانتیمتر به آرامی به مقعد کودک وارد کنید. میتوانید قبل از وارد کردن دماسنج با کمی وازلین آنرا چرب کنید. حداقل 2 دقیقه بعد عدد دماسنج را بخوانید. اگر بالای 38 درجه بود تب دارد.

**راه های پایین آوردن تب:**



**1** اگر کودک بر اثر تب بی حال نشده است لزومی به استفاده از دارو نیست. برای پایین آوردن تب می توانید مقدار زیادی شیر مادر بدهید تا هم درجه حرارتش پایین بیاید و هم از کم شدن آب بدن جلوگیری شود. ممکن است کودکان تمایلی به شیر خوردن نداشته باشد، اما اگر مایعات کافی ننوشد باز هم تب کرده و آب بدنش از دست میرود. نداشتن اشک موقع گریه، گود افتادن چشمها، خشکی دهان و ادرار کمتر از روزهای قبل نشانه کم شدن آب بدن است.

**2** زیاد به کودک لباس نپوشانید؛ لباس بیش از حد، هوای گرم یا فعالیت زیاد میتواند باعث تب شوند. بهتر است لباس کودک را کم کرده و تشویقش کنید کمی استراحت کند یا فعالیت کمتری در یک فضای خنکتر داشته باشد.

## تعریف:

تب، واکنش دفاعی بدن و علامت یک بیماری است و در واقع بیماری به حساب نمی آید. تب ممکن است به دلایل مختلف عفونی یا غیر عفونی ایجاد شود و در کودکان میتواند علامت بیماری مهمی باشد، به خصوص در مواردی که تب طول بکشد یا تکرار شود، حتما باید به پزشک مراجعه کرد.

## در موارد زیر باید به پزشک مراجعه کرد:

- 1- درجه حرارت دهانی بالای 39 درجه در کودک کمتر از سه ماه
- 2- درجه حرارت دهانی بالای 39/3 درجه سانتی گراد در کودک سه ماه و بالاتر
- به طور کلی دمای زیر بغلی بالای 37/5 تب محسوب می شود.

## دلیل تب:

تب، عموماً علامتی دال بر واکنش بدن کودک به عفونت است. سیستم دفاعی بدن کودک شامل گلبول های سفید خون است که به باکتری ها حمله کرده و آنها را از بین می برند. تب تنها علامت یک بیماری نیست علائمی مثل سرفه و گوش درد یا استفراغ و اسهال راحتاً به پزشک اطلاع دهید.



- 1 تب بعد از واکسن زدن
- 2 عفونت های دستگاه گوارشی
- 3 بیماری های ویروسی دستگاه تنفسی مثل سرماخوردگی که نیاز به آنتی بیوتیک ندارند .

4) گرمزدگی که ممکن است بر اثربازی کردن کودک در آفتاب یادر یک روز گرم ماندن در اتومبیلی که شیشه هایش بالا است. اگر بدن کودک با درآوردن لباسها و ماندن در محیط خنک پایین نیامد به پزشک مراجعه کنید.

5) عفونتهای شدید مثل مننژیت یا عفونت خون (سپتی سمی)

6) عفونت باکتریال: تب با علائم کاهش اشتها، بیحالی، رنگ پریدگی یا برافروختگی واضح، هذیان آلودگی، وجود دانه های کوچک یا لکه های بزرگ قرمز-ارغوانی روی بدن کودک که با فشار دادن سفید نمی شوند.

7) ایپی گلویتیت (التهاب اپی گلوت-اپیگلوت قسمتی از حنجره است که موقع بلع غذا مانع ورود غذا به مری و مجرای تنفسی می شود): کودک نمیتواند غذا را بلعد و آب دهانش مرتب میریزد؛ زیرا قسمت عقبی گلو متورم شده است.

8) ذات الریه یا آسم: حتی بعد از تمیز کردن بینی هم کودک نمی تواند به راحتی نفس بکشد.

## وجود تب بدون علامت دیگر:

اگر تب کودک بیش از دو روز ادامه یافت و علامت دیگری ندارد، به پزشک مراجعه کنید:

1) عفونتهای ویروسی مثل، Roseola،

جوش های قرمز پوستی: سبب ایجاد 3 روز تب بالا و بعد آن جوش های صورتی کم رنگ بر روی پوست و تنه می شوند.

2) عفونت های جدی مانند مننژیت (التهاب پرده های نخاع)، عفونتهای ادراری یا باکتری می (وجود باکتری در خون) نیز ممکن است تب بالا بدون علائم دیگر داشته باشند.

## نحوه ی اندازه گیری تب :

1) **از راه دهان:** برای کودکان بالای 4 تا 5 سال است زیرا در سنین پایین تر ممکن است اشتهاها دماسنج را جویده یا با فشار دندان آن را بشکنند. جیوه درون دماسنج سمی است و میتواند خطرناک باشد. نیم ساعت قبل از اندازه گیری تب دهانی، کودک نباید مایع خیلی داغ یا خیلی سرد خورده باشد، زیرا در اینصورت دماسنج دمای اشتها را نشان میدهد. دماسنج را با آب و صابون شسته و آن را تکان داده تا به دمای 35 درجه برسد. انتهای جیوه دار دماسنج را زیر زبان کودک قرار داده و از او بخواهید با لبهایش دماسنج را نگه دارد. بعد از 3 دقیقه عدد دماسنج را بخوانید. اگر بالای 37/5 بود یعنی تب دارد.



2) **از راه زیر بغل:** انتهای دماسنج را زیر بغل کودک قرار دهید، زیر بغل باید خشک باشد. 4 تا 5 دقیقه بعد دماسنج را بخوانید اگر بالای 37/3 بود تب دارد.

