

## تب و تشنج در کودکان

دمای بالای ۳۷/۸ درجه سانتیگراد دهانی در کودکان تب محسوب می شود.

تب واکنش دفاعی بدن و علامت بیماری است که ممکن است به دلایل مختلف عفونی و غیرعفونی ایجاد شود. گلبولهای سفید خون به باکتریها حمله کرده و آنها را از بین می برند. تا زمانی که عفونت برطرف نشود کودک تب دارد.

### دلایل ایجاد تب

- ✓ عفونت
- ✓ گرمزدگی، که ممکن است در روز گرم و در اثر بازی کردن کودک در آفتاب یا ماندن در ماشینی که شیشه هایش بسته است رخ دهد.
- ✓ پوشیدن لباس زیاد، در نوزادان خصوصا آنهايي که تازه به دنیا آمده اند، زیرا قادر نیستند دمای بدن خود را تنظیم کنند و با بیرون وفق دهند.
- ✓ واکسن

در موارد زیر باید به پزشک مراجعه کرد:

- درجه حرارت بالای ۳۸ درجه سانتی گراد در کودک کمتر از ۳ ماه
- درجه حرارت بالای ۳۸/۳ درجه سانتی گراد در کودک ۳ ماهه و بالاتر
- به طور کلی تب در کودک زیر ۳ ماه باید جدی گرفته شود .

## نشانه های وجود تب در کودک

- ❖ کاهش اشتها
- ❖ بی حالی
- ❖ رنگ پریدگی یا برافروختگی واضح
- ❖ ممکن است دانه هایی به رنگ قرمز یا صورتی روی بدن دیده شود.
- ❖ کودک نمی تواند غذا را بلعد و آب دهانش مرتب بیرون می ریزد.
- ❖ بعد از تمیز کردن بینی، نمی تواند خوب نفس بکشد که ممکن است نشان دهنده عفونت دستگاه تنفس فوقانی باشد.
- ❖ کودک به نظر هذیان می گوید، گیج است و بسیار تحریک پذیر و کج خلق است.
- ❖ علائمی نظیر سرفه، گوش درد، اسهال و استفراغ را حتما به اطلاع پزشک برسانید.
- ❖ تب در کودکان زیر ۳ ماه باید بسیار جدی تلقی شود.

### راههای اندازه گیری درجه حرارت کودکان:

راه مقعدی (۲ تا ۳ دقیقه)

راه زیر زبانی (۳ تا ۵ دقیقه)

راه زیر بغلی (۵ تا ۱۰ دقیقه) دماسنج گذاشته می شود.

توجه: دماسنج های نواری که روی پیشانی

چسبانده می شود، دقت کافی را ندارند!!!

در هنگام خواندن درجه حرارت زیر بغل هر عددی که دماسنج نشان می دهد، نیم درجه به آن اضافه کرده که در این صورت درجه حرارت واقعی را نشان می دهد. مثال دماسنج درجه ۳۷/۵ سانتی گراد می باشد درجه حرارت واقعی بدن ۳۸ درجه سانتی گراد می باشد.

### راههای پایین آوردن تب

- ✓ در صورتی که کودک شیرخوار است مقدار بیشتری به کودک شیر بدهید تا درجه حرارت بیمار پایین آید و از کم شدن آب بدن وی جلوگیری شود .
- ✓ لباس کودک را کم نمایید.
- ✓ با آب ولرم پاشویه/ تن شویه کنید. پاها را در ظرف پر از آب ولرم قرار دهید. یک پارچه نخی را با آب ولرم خیس کنید و از زیر بغل تا کشاله ران بکشید و بردارید.
- ✓ هرگز با استفاده از الکل یا نمک پاشویه نکنید زیرا الکل یا نمک از طریق پوست جذب شده و وارد خون می شود و باعث بروز مشکلات دیگر می شود.
- ✓ استفاده از داروی استامینوفن و یا ایبوپروفن با تجویز پزشک (استفاده از ایبوپروفن در کودکان زیر ۶ ماه توصیه نمی شود) که دوز صحیح دارو بستگی به وزن کودک دارد.
- ✓ تعداد دفعات معمول تجویز استامینوفن هر ۴ ساعت و ایبوپروفن هر ۶ ساعت است.
- ✓ به هیچ عنوان از آسپرین برای کاهش تب استفاده نکنید زیرا می تواند عوارض بسیار خطرناکی برای کودک داشته باشد. به هیچ وجه نباید بدون مراجعه به پزشک به کودکان زیر دو ماه دارو داد.



## بیمارستان ۹ دی منظریه

### تب و تشنج در کودکان

#### کد پمفلت:

CH-026



شناسنامه پمفلت آموزشی	
موضوع	تب و تشنج در کودکان
تهیه کننده	واحد آموزش سلامت
تأیید کننده علمی	دکتر شیوا وفایی
سمت	متخصص کودکان
تاریخ تهیه	زمستان ۱۴۰۲
کد پمفلت	HE-bl(ch)-026-01

- ۷) گرفتن شیرخوار زیر شیر آب سرد ممنوع است.
- ۸) در صورت در دسترس بودن اکسیژن، با لوله بینی به او بدهید در غیر اینصورت کودک را در فضای باز قرار دهید تا راحت تر نفس بکشد.
- ۹) از دادن هر گونه مواد غذایی و آب به کودک خودداری کنید.
- ۱۰) سیلی زدن، نیشگون گرفتن و یا هر تحریکی برای توقف تشنج، توصیه نمی شود.
- ۱۱) به فرم تشنج و مدت زمان تشنج، توجه نمایید و سریعاً او را به بیمارستان برسانید.
- ۱۲) پس از ترخیص از بیمارستان اگر دارویی برای کودکان تجویز شده است به منظور پیشگیری از تکرار تشنج آن را همیشه و به موقع مصرف کنید.
- ۱۳) در مورد استفاده از داروهای ضد تشنج مانند: ديازپام قبل از ترخیص، از پزشک کودکان یک دستورالعمل بگیرید و مطمئن شوید روش استفاده از آن را به خوبی فرا گرفته اید.
- ۱۴) فراموش نکنید داروی کودک را در مهمانی یا مسافرت به همراه داشته باشید.
- ۱۵) هیچگاه مقدار دارو را کاهش ندهید و یا خودسرانه دارو را به طور ناگهانی قطع ننمایید چون سبب تکرار تشنج می شود.
- ۱۶) لازم است توجه داشته باشید که جهت کنترل تشنج، ممکن است پزشک برای کودک شما داروهای ضد تشنج مانند **ديازپام، فنی توئین، فنوباریتال و یا سدیم والپروات** و .... را تجویز کند که ممکن است **سبب خواب آلودگی کودک** شوند. کودکانی که فنوباریتال و فنی توئین استفاده می کنند، لازم است **ویتامین دی و اسید فولیک** دریافت کنند.
- ۱۷) کودکان مستعد تشنج ممکن است با یک تب خفیف، فشار روحی، خستگی یا مصرف بعضی داروها، دچار تشنج شوند حتماً " کودکان را از این نظر محافظت کنید.

### تشنج ناشی از تب

بالا رفتن سریع دمای بدن در کودکانی که از نظر ژنتیکی مستعد هستند و سابقه فامیلی دارند، می تواند منجر به بروز تشنج شود این حالت را **تشنج ناشی از تب** گویند.

اگر کودک به چنین حالتی دچار شود 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. ممکن است فک کودک قفل شود و لب ها سیاه شود. این نوع تشنج ها معمولاً بین ۲ تا ۵ دقیقه طول می کشد.

### در صورتی که تشنج در کودکان اتفاق افتاد چه مواردی را باید رعایت کنیم؟

- مهم تر از همه اینست که خونسردی و آرامش خود را حفظ نمایید و مضطرب و نگران نشوید.
- کودک را به صورت خوابیده به پهلو چپ قرار دهید به گونه ای که سر، هم سطح و یا پایین تر از تنه باشد تا ترشحات از دهانش خارج شود. این وضعیت مانع از وارد شدن ترشحات به ریه به خصوص هنگام استفراغ می شود.
- به هیچ عنوان کودک را محکم نگه ندارید و دهان کودک را نیوشانید.
- هیچ وقت سعی نکنید به زور و با اعمال فشار، دهان کودک را باز کنید زیرا ممکن است سبب آسیب شود.
- اطراف کودک را خلوت کنید و لباسهای تنگ یا زیور آلات را از گردن او باز کنید تا راحت تر نفس بکشد.
- هیچ قسمت از بدن کودک را نکشید و صاف نکنید.