



ZASEBNA AMBULANTA DRUŽINSKE MEDICINE
BRANKO KOŠIR, dr.med.
RACOVNIK 29, 4228 ŽELEZNIKI
Tel.: 04 510 17 17
E-mail: branko.kosir@siol.net



OTROK S POVIŠANO TEMPERATURU

Vročina je eden od glavnih in najpogostejših znakov bolezni pri otroku. Zelo malo otrok z vročino je videti hudo bolnih ali prizadetih, zato ni vedno potrebno v prvih 24 urah k zdravniku. Najpogostejši razlog povišane temperature je boj organizma proti okužbi (bakterijska ali virusna). Temperatura je bila, dokler raziskovalci niso odkrili antibiotikov, najboljša obramba proti okužbam. Verjetno se še kdo spomni, ko je babica rekla, da je treba pod »tri kovtre« in se dobro preznojiti. **Zbijanje temperature samo zato, da otrok ne bo izgledal bolan in da se bo boljše počutil, pomeni tudi daljši potek bolezni.** Temperatura, o kateri govorimo, je IZMERJENA POD PAZDUHO.

ČE JE TELESNA TEMPERATURA ZVIŠANA OD 37- 38,5 C, JE NE ZNIŽUJEMO, SAJ SE Z NJO ORGANIZEM BORI PROTI BOLEZNI!

TEMPERATURO LAHKO RAZDELIMO NA TEMPERATURO PRI OTROKU DO PETIH LET IN TEMPERATURO OD PETEGA LETA NAPREJ.

Kadar pa temperatura pri otroku mlajšemu od 5 letih naraste nad 38,5, jo je zaradi nevarnosti vročinskih krčev potrebno znižati (vročinski krči se pojavljajo do 5. leta starosti).

Cilj zniževanja povišane temperature je:

- zmanjšati neugodje
- ublažiti subjektivne težave (glavobol, bolečine v udih, povečana razdražljivost)
- preprečiti vročinske krče pri občutljivih otrocih

SPLOŠNI UKREPI:

- Otroku s povišano telesno temperaturo ponudimo več tekočine (mlačni napitki kot so: šipkov čaj z limono, lipov, lapuhov čaj, voda, radenska, sadni sok, sok rdeče pese,...)
- Otrok naj ne bo preveč oblečen (na sebi ima le toliko obleke, da se ne počuti neprijetno). Zgrešeno je misliti, da moramo otroka z zvišano temperaturo bolj obleči, ker ga s tem še bolj pregrejemo, ter se mu vročina še poviša.
- Temperatura bivalnega prostora naj bo 20-22 C.
- Otroka pokrijemo le z rjuho.

ZA ZMANJŠANJE TELESNE TEMPERATURE UPORABLJAMO:

- naravne metode
- zdravila

NARAVNE METODE SO:

1. Mlačni ovitki - Otroka do golega slečemo, ga zavijemo v rjuho, ki smo jo prej namočili v mlačno vodo (jo še čutite kot toplo) ter jo oželi, ga pokrijemo z odejo in počakamo do deset minut. V primeru, da temperatura ne pade, postopek lahko 2-3 krat ponovimo. Nato otroka dobro obrišemo, ga oblečemo in položimo v posteljo.
2. Mlačne kopeli - Otroka golega položimo v banjo napolnjeno z vodo, ki je segreti na 36-37C, nato vodo postopoma ohlajamo z dodajanjem hladne vode, dokler ne dosežemo temperature 34C. Otroka po nekaj minutah vzamemo iz banje, ga obrišemo in oblečemo. Ne bojte se, da bo vaš otrok pri takšnem zniževanju vročine dobil pljučnico, preprečili pa mu boste vročinske krče.

ZDRAVILA:

Proti vročini so na voljo številna zdravila v obliki sirupov, tabletk in svečk. Le-ta lahko otrok z vročino preko 38,5C (merjeno pod pazduho) oz. preko 39C (merjeno v ritki) dobi 3-4 krat dnevno. Izjemoma dajemo zdravila proti vročini pri nižji temperaturi otrokom z vročinskimi krči.

Zdravila proti vročini imejte vedno v svoji domači lekarni! Predpiše naj jih zdravnik!