

ورق معلومات برای خانواده ها

تب

تب چیست؟

- در گوش که نیاز به گرماسنج های ویژه (مخصوص) و آموزش دارد.

تب به معنی بالا رفتن درجه حرارت بدن از سطح نورمال است. گرچه حدود شناخته شده نورمال یا عادی میتواند بر حسب طریقه مورد استفاده، متغیر باشد، اما معمولاً درجه حرارت بالای ۱۰۰ فارنهایت (۳۸ سانتی گراد) را زیر عنوان هر طریقه، تب تعریف می کنیم.

چه زمانی از کمک های طبی استفاده کنید؟

بر خلاف نگرانی های ما، تب یک علامت عادی برای کودکان به حساب آمده و به ندرت باعث آسیب می شود و در نتیجه نیازمند توجهات ویژه ی پزشکی نیست. درجه حرارت نه چندان بالا آن هم در دوره های کوتاه مدت می تواند به علل مختلف از جمله درجه حرارت محیط، عفونت های بسیار اندک، زمان روز یا شب و مسائلی از این قبیل باشند. در عوض، درجه حرارت های بالا (بیش از ۱۰۳ درجه فارنهایت) و یا آن دسته که به سرعت بالا می روند ممکن است علامت عفونت های خطرناکی باشند.

تب یک بیماری نیست. در واقع، نشان دهنده مبارزه ای است که بدن با عفونت ناشی از نوعی ویروس یا باکتری انجام می دهد. تب عموماً به فرزند شما آسیب جدی نخواهد رساند.

چگونه تب را اندازه بگیرید؟

با لمس پیشانی، صورت و یا سینه فرزندتان می توانید بدانید که آیا تب دارد یا نه. اما برای این که مطمئن شوید، بهترین راه استفاده از گرماسنج (میزان الحراره) است. گرچه اندازه گیری درجه حرارت در کودکان ممکن است آسان به نظر بیاید ولی انتخاب روش اندازه گیری پیچیده است و به سن، سهولت استفاده، هزینه و انتخاب آلات ارتباط دارد.


هنگام درخواست برای کمک های طبی، سن کودک و حالت ظاهری او دو عامل مهم به حساب می آیند. در حالی که تب در میان نوزادان بسیار نادر بوده و نشان دهنده مشکلات جدی می باشد، در مورد کودکان در سنین بالا تر بسیار به وضعیت ظاهری آنها و نحوه رفتارشان بستگی دارد.

در صورت مشاهده ی موارد زیر به سرعت با یکی از مسؤلان مراقبت های بهداشتی (طبی) تماس بگیرید:

- اگر طفل کمتر از ۴ ماه عمر و تب داشته باشد.

راه های اندازه گیری تب

- از طریق دهان که برای کودکان بالای ۴ سال توصیه می شود.
- زیر بغل که برای اطفال و نوزادان استفاده می شود و البته می توان برای سنین بالا تر نیز از آن استفاده کرد.
- از راه مقعد که به دلایل ایمنی توصیه نمی شود.



CALIFORNIA
CHILD CARE
HEALTH
PROGRAM

California Childcare Health Program
(800) 333-3212

توزیع کننده:

تا ۸ ساعت یک بار آن را به مصرف برسانید. همواره از مصرف آسپرین در اطفال خود داری کنید چرا که بعضی اوقات ممکن است باعث عارضه کشنده "ریز" بشود.

نکاتی که باید بخاطر سپرد

- درجه تب نوزادان را از طریق زیر بغل اندازه گیری کنید
- از نواریا پستانک های گرماسنج استفاده نکنید زیرا که دقیق نیستند.
- از گرماسنج های شیشه ای که جیوه (پاره) دارند استفاده نکنید چرا که خطرناک هستند.
- گرماسنج را پس از استفاده با آب ولرم (شیر گرم)، (نه آب داغ) و صابون بشوئید یا با الکل پاک کنید.

دکتر عبدالرحمن زمانی



- کودکی که میان ۴ ماه تا یک سال سن داشته و بیش از ۲۴ ساعت تب داشته باشد.
- تب کودک بیش از ۱۰۴ درجه فارنهایت باشد.
- طفل بسیار بیمار به نظر می رسد، عکس العمل نشان نمی دهد، علاقه ای به بازی ندارد و بغیر از بندش بینی دچار مشکلات تنفسی باشد.
- طفل دارای مشکلات پزشکی دیگر از جمله شخی گردن، جوش (بخار)، و گلو درد مزمنی است که بیش از ۲ یا ۳ روز طول کشیده باشد.
- تب بالای ۱۰۳ درجه فارنهایت بیش از دو یا سه ساعت در حرارت اتاق باقی مانده باشد.
- تب بیش از دو روز طول کشیده باشد.

چگونه تب را در خانه تداوی کرد؟

بدون دارو: تب همیشه به مداوا احتیاج ندارد. در صورت فعال بودن کودک، علاقه به بازی و نبودن سایر علائم، کودک ممکن است به هیچ مداوایی احتیاج نداشته باشد. به او لباس های سبک بپوشانید تا حرارت بدن اش از طریق پوست خارج شود اما اگر احساس سرما می کرد از یک پتوی سبک استفاده کنید. برای جلوگیری از کمبود آب بدن به اندازه ی کافی به او مایعات بدهید.

با دارو: از مواد دارویی تنها زمانی استفاده می شود که کودک نیازمند آسودگی بیشتری باشد و یا هنگامی که دچار تشنج شده باشد. اگر خواسته باشید می توانید از اسیت امینوفن (تایلنول) استفاده کنید. مسئولین خدمات طبی کودک میتوانند مقدار لازم دوا را تجویز کنند. در صورت تجویز ایبوپروفین (موترین / ادویل) لازم است هر ۲